

## ОРГАНІЗАЦІЯ І ПРОВЕДЕННЯ ПОЗАКЛАСНОЇ СЕКЦІЙНОЇ РОБОТИ В ЗАГАЛЬНООСВІТНІЙ ШКОЛІ З ВОЛЕЙБОЛУ

Носко М.О., Медвідь М.М., Дейкун М.П.

Чернігівський державний педагогічний університет імені Т.Г.Шевченка

Анотація. В статті представлені результати досліджень підвищення рівня фізичної і технічної підготовленості юних волейболісток на основі розробки структури тренувального процесу секції з волейболу в загальноосвітній школі, отриманих на основі експериментальних даних в процесі педагогічних спостережень.

Ключові слова: фізична і технічна підготовленість, секційна робота, тренувальний процес.

Аннотация. Носко Н.А., Медведь М.Н., Дейкун Н.П. Организация и проведение внеклассной секционной работы в общеобразовательной школе по волейболу. В статье представлены результаты исследования повышения физической и технической подготовленности юных волейболисток на основе разработки структуры тренировочного процесса секций по волейболу в общеобразовательной школе, полученных на основе экспериментальных данных в процессе педагогических наблюдений.

Ключевые слова: физическая и техническая подготовленность, секционная работа, тренировочный процесс.

Annotation. Nosko N.A., Medved M.N., Deikun N.P. Organization and realization of out-of-class sectional work in a comprehensive school on volleyball. In clause the results of researches rise physical and technical preparations young volleyball players on the basis of frame the process of training section on volleyball in a comprehensive school represented of experimental given obtained during pedagogical observations.

Keywords: physical and technical preparations, section work, the training process.

**Постановка проблеми.** Волейбол займає визначне місце в фізичному вихованні та спорті нашої країни. Суттєве місце в системі підготовки спортивних резервів займають спеціальні класи загальноосвітніх шкіл, шкіл-інтернатів, дитячо-юнацьких спортивних шкіл і спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, де проходять навчання та тренування тисячі юних спортсменів [2, 5, 6].

Як відомо, сучасний волейбол пред'являє високі вимоги до функціональної діяльності організму, фізичної та технічної підготовки спортсменів. Більшість ігрових прийомів волейболістів пов'язана з максимальним проявом швидкості, сили, спритності та інших якостей [1].

Високі вимоги до фізичної підготовленості волейболістів, які визначаються на різних етапах спортивного відбору і є одними з важливих критеріїв визначення перспективності майбутніх спортсменів [3, 4, 7].

Підвищення рівня майстерності волейболістів знаходиться в прямій залежності від планомірного і кваліфікованого масового навчання

грі дітей починаючи з 10-11 років. Це підтверджено науковими дослідженнями і знаходить своє відображення в практиці спортивної роботи з волейболу [3, 6].

Одним із напрямків вирішення проблеми підготовки резерву для команд майстрів виступає організація секції з волейболу в загальноосвітній школі (ЗОШ). Цей шлях в певній мірі є найлегшим ще й тому, що створення спортивних шкіл потребує значних фінансових витрат. Тож позакласна та позашкільна спортивно-масова робота має велике значення в фізичному вихованні учнів.

Робота виконана за планом НДР Чернігівського державного педагогічного університету імені Т.Г.Шевченка.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Процес організації позакласної секційної роботи в ЗОШ містить в собі такі проблеми, як відбір дітей для секційних занять (В.К.Бальсевич, В.М.Волков, В.М.Платонов, М.С.Бриль, Н.Ж.Булгаков, Ю.Г.Затворницький та інші), розробка методики тренувань (М.П.Пименов, П.И.Фомин, Ю.Д.Железняк, В.М.Маслов, М.О.Носко та інші), управління підготовкою юних спортсменів в умовах ЗОШ (В.В.Туровський, В.М.Платонов, Л.П.Матвеев, М.Я.Набатникова, Ю.В.Верхошанський, Ю.Д.Железняк, Ю.Н.Клещев та інші). Аналіз спеціальної літератури дає змогу стверджувати, що в існуючій навчально-методичній літературі для вчителів фізичного виховання, тренерів-викладачів та студентів матеріал з організації й методики проведення позакласної секційної роботи з волейболу викладено частково, відсутні систематичний підхід і конкретні практичні рекомендації з позакласної форми організації роботи учнів. Необхідно також відзначити, що вся існуюча навчально-методична література з даного питання видана в основному російською мовою.

**Формулювання цілей статті.** Метою даного дослідження є підвищення рівня фізичної і технічної підготовленості юних волейболісток на основі розробки структури тренувального процесу секції з волейболу в загальноосвітній школі.

**Організація і методи досліджень.** Дослідження проводились на базі ЗОШ № 3 м. Чернігова та з волейболістками команди Чернігівського державного педагогічного університету імені Т.Г.Шевченка.

Нами була розроблена методика тренувальних занять юних волейболісток, в основу якої була покладена розробка моделей тренувальних уроків. Моделі тренувальних уроків впроваджувалися в тренувальний процес юних волейболісток й оцінювалися показники розвитку загальної фізичної та технічної підготовленості. При проведенні тренувальних занять застосовувалися поточний та ігровий методи

тренування. Ефективність тренувального процесу після введення розроблених навчаючих і тренувальних програм співставлялась з ефективністю тренувального процесу, який проводився без експериментального фактору. При цьому послідовно порівнювалися результати тестування підготовленості на початку і в кінці експерименту.

Для цілеспрямованого управління підготовкою волейбольної команди потрібен ефективний контроль за змагальною діяльністю волейболісток.

З метою оцінки ігрової активності та ефективності кожного гравця і команди в цілому фіксувалась кількість техніко-тактичних дій (ТТД) і розраховувався коефіцієнт ефективності (КЕ) їх виконання (відношення точно виконаних ТТД до їх загальної кількості). Реєструвались такі ігрові дії: подача м'яча, прийом м'яча з подачі, нападаючий удар, блокування.

**Результати дослідження.** Припускалося, що завдання дослідження буде вирішене, якщо в результаті застосування навчаючих та тренувальних програм, розроблених для роботи в секційних заняттях з волейболу в умовах ЗОШ, підвищиться рівень загальнофізичної і технічної підготовленості.

Аналіз показників загальнофізичної і технічної підготовленості показав, що в кінці експерименту спостерігаються достовірні зміни різних фізичних і технічних якостей юних волейболісток (табл. 1, 2).

За результатами тестування протягом першого етапу дослідження, на якому проводились заняття за загальноприйнятою методикою (табл. 1), із семи тестів відбулися достовірні зміни лише в тестах: біг на 30 м з високого старту (на 0,81 с;  $P < 0,05$ ) та нижня передача м'яча над собою (на 3,13 разів;  $P < 0,05$ ).

Аналізуючи показники фізичної і технічної підготовленості на заключному етапі дослідження (табл. 2), на якому впроваджувались розроблені навчальні та тренувальні програми, слід підкреслити, що на початку експерименту вони були нижче нормативних вимог в ЗОШ для оцінки показників фізичного розвитку та рухливих здібностей, а також рівня технічної підготовки учнів. Тому навчальні та тренувальні програми створювалися з метою підвищення рівня швидкісних, швидкісно-силових якостей, загальної та швидкісної витривалості.

В кінці дослідження спостерігався достовірний приріст результатів в таких тестах: підвищилися показники стрибка у довжину з місця (на 8,1 см;  $P < 0,05$ ), стрибка у висоту з місця (на 7 см;  $P < 0,05$ ), біг 30 м (на 0,39 с;  $P < 0,05$ ), кидка набивного м'яча з-за голови (на 23,46 см;  $P < 0,05$ ).

Таблиця 1

*Динаміка показників тестових завдань з фізичної і технічної підготовленості юних волейболісток на початку і в кінці 1-го етапу експерименту (n=15)*

№ п/п	Тести	Результати							
		на початку 1-го етапу		в кінці 1-го етапу		$X_1 - X_2$	$t_p$	$t_{a,v}$	P
		$\bar{X}_1$	$d_1$	$\bar{X}_2$	$d_2$				
1	Стрибок у довжину з місця, см	156,4	7,2	158,0	6,34	1,6	0,65	2,04	>0,05
2	Стрибок у висоту з місця, см	29,7	3,46	30,9	3,75	1,2	0,91	2,04	>0,05
3	Біг з високого старту 30 м, с	6,18	0,52	5,37	0,37	0,81	4,92	2,04	<0,05
4	Кидок набивного м'яча з-за голови (1 кг), см	232,9	24,21	235,9	23,63	3	0,34	2,04	>0,05
5	Верхня передача м'яча над собою, разів	5,4	1,73	5,47	2,31	0,07	0,09	2,04	>0,05
6	Нижня передача м'яча над собою, разів	6,0	2,31	9,13	3,17	3,13	3,09	2,04	<0,05
7	Верхня пряма подача, разів (10 подач)	4,87	1,44	5,27	1,73	0,4	0,69	2,04	>0,05

Таблиця 2

*Динаміка показників тестових завдань з фізичної і технічної підготовленості юних волейболісток на початку і в кінці заключного етапу експерименту (n=15)*

№ п/п	Тести	Результати							
		на початку закл. етапу		в кінці закл. етапу		$X_1 - X_2$	$t_p$	$t_{a,v}$	P
		$\bar{X}_1$	$d_1$	$\bar{X}_2$	$d_2$				
1	Стрибок у довжину з місця, см	188,0	4,9	196,1	4,61	8,1	4,66	2,04	<0,05
2	Стрибок у висоту з місця, см	39,5	4,9	46,5	2,88	7	4,77	2,04	<0,05
3	Біг з високого старту 30 м, с	5,76	0,49	5,37	0,37	0,39	2,41	2,04	<0,05
4	Кидок набивного м'яча з-за голови (1 кг), см	332,6	28,82	356,0	15,85	23,4	2,76	2,04	<0,05
5	Верхня передача м'яча над собою, разів	10,53	2,6	12,0	2,88	1,47	1,48	2,04	>0,05
6	Нижня передача м'яча над собою, разів	16,27	5,19	20,2	5,76	3,93	2,05	2,04	<0,05
7	Верхня пряма подача, разів (10 подач)	8,13	1,44	9,07	0,86	0,94	2,17	2,04	<0,05

Результати технічної підготовленості змінилися та значно збільшилися в таких тестах: нижня передача м'яча над собою (в 3,93 разів;  $P < 0,05$ ) та верхня пряма подача (0,94 разів;  $P < 0,05$ ). При виконанні верхньої передачі достовірних змін не відбулося, хоча в цьому тесті відзначено збільшення загальних середніх результатів.

Аналіз змагальної діяльності волейбольних команд різної кваліфікації свідчить, що існують певні відмінності в кількісних та якісних показниках техніко-тактичних дій в період тривалості довгої партії (табл. 3).

Таблиця 3

*Показники змагальної діяльності юних волейболісток та гравців команди жінок*

ТТД	Команди					
	юні волейболістки команди ЗОШ №3 м. Чернігова			команда педагогічного університету		
	кількість ТТД	КЕ	% співвідношення	кількість ТТД	КЕ	% співвідношення
<i>Подачі:</i>						
• верхня пряма	19	0,84	17	25	0,90	18
• нижня пряма	–	–	–	–	–	–
<i>Прийом м'яча:</i>						
• знизу	33	0,88	29,5	27	0,95	19
• зверху	1	1,0	0,9	1	1	0,7
<i>Передача м'яча:</i>						
• знизу	5	0,60	4,5	9	0,89	6,5
• зверху	19	0,95	17	23	1	16,5
<i>Нападаючий удар:</i>						
• з довгої передачі	5	0,80	4,5	9	0,89	6,5
• з середньої передачі	12	0,80	10,6	5	0,6	3,6
• з короткої передачі	8	0,75	7	13	0,92	10
<i>Блокування:</i>						
• індивідуальне	3	0,67	2,7	6	0,44	4,3
• групове	7	0,86	6,3	21	0,79	15,0
Кількість ТТД 112 139 КЕ 0,86 0,89						

Ми бачимо, що серед основних техніко-тактичних дій найбільший обсяг припадає на долю прийому м'яча знизу як в команді дорослих так і в команді юних волейболісток.

В середньому за довгу партію гравці відповідно виконували 27 ігрових прийомів, що складає 19 % від усіх ТТД та 33 ігрові прийоми –

29,5 % від усіх ТТД. Проте прийом м'яча зверху в обох командах практично зовсім не використовувався, лише по одному разу, що відповідно складає 0,9 % та 0,7 % всіх ТТД в період довгої партії.

Статистично існують відмінності в показниках виконання верхньої прямої подачі між командами різної кваліфікації. Ефективність у команді жінок складає 0,90, у юнацької команди – 0,84. Протягом однієї довгої партії юні волейболістки в середньому виконують 19 подач і 25 – гравці команди жінок.

Що стосується нижньої прямої подачі, то її не застосовувала жодна з команд. Ще одним із головних елементів є передачі м'яча. Достовірна різниця за кількісними показниками верхньої передачі м'яча невелика в команді жінок, де цей прийом складає 23 ТТД (10,5 % від однієї довгої партії), а в юнацькій команді – 19 ТТД (17 % від однієї довгої партії). Але ми можемо сказати, що цей прийом в обох командах виконується ефективніше ніж всі інші: 1 та 0,95 відповідно.

Друга передача м'яча, в основному, це передача м'яча двома руками зверху. Вона найбільш зручна для виконання нападаючих ударів і тому в обох командах дуже рідко застосовувалася в партії передача м'яча двома руками знизу. В команді дорослих гравців цей прийом використовувався 9 разів – 6,5 % від усіх ТТД за довгу партію, в юнацькій 5 разів – 4,5 % від усіх ТТД.

Команда волейболісток ЗОШ за загальним відсотком реалізації нападаючих ударів за одну довгу партію (22,1 %) зовсім не поступається команді дорослих (21,1 %). Існують лише деякі відмінності у виконанні ударів з різних передач. Так, в команді юних волейболісток з довгої передачі виконано 5 ударів (4,5 %), з середньої – 12 (10,6 %), з короткої – 8 (7 %). Ефективність ТТД невелика і складає відповідно – 0,80; 0,80 та 0,75. Дещо інші показники при виконанні нападаючих ударів у команді дорослих. З довгої передачі кількість нападаючих ударів дорівнює 9 (6,5 %), проте із середньої навпаки – 5 (3,6 %), з короткої – 13 (10 %). Виходячи з цього, можна сказати, що команди по різному застосовують цей технічний прийом в ігрових комбінаціях.

Іншим важливим компонентом в структурі ТТД, що характеризує комбінаційний стиль, є блокування. Що стосується цього елемента, можна зробити висновки, що в значній мірі має перевагу групове блокування за ефективністю і кількістю виконання. В юнацькій команді групове блокування виконується 7 разів, що складає 6,3 % усіх ТТД за одну довгу партію з ефективністю 0,86, а в дорослій команді – 21 раз (15 %) з ефективністю 0,79.

Проте, існує достовірна різниця при застосуванні в грі

індивідуального блокування. Ефективність виконання в команді дорослих набагато нижча і складає 0,44, що пов'язано із складністю протистояння нападаючому удару в дорослих командах. В юнацькій ефективність становить 0,67. Відповідно, кількість цих ТТД в командах дорівнює 3 (2,7 %) та 6 (4,3 %).

### **Висновки**

Експеримент підтвердив передбачення, що застосування групових навчаючих та тренувальних програм забезпечують підвищення фізичної та технічної майстерності гравців. З метою підвищення рівня фізичної та технічної підготовленості юних волейболісток доцільно рекомендувати приділяти більше уваги розвитку витривалості, спритності, деяких видів силової підготовленості та швидкісних здібностей. Методика контролю рухових можливостей юних волейболісток повинна базуватись на інформативних показниках, прояву їх рухової функції

Розвиток рухових якостей юних волейболісток, які спрямовані на підвищення рівня їх фізичної та технічної підготовленості, повинні реалізуватися після визначення діагностичного статусу фізичних, анатомо-фізіологічних, психологічних, соціальних детермінантів їх розвитку. Рейтингова оцінка рівнів фізичної та технічної підготовленості юних волейболісток повинна базуватись на метрологічних вимогах теорії оцінок, результатах математичного моделювання, що є гарантом об'єктивності тестування.

Розроблена методика спостереження за змагальною діяльністю дозволяє цілеспрямовано управляти ігровою діяльністю спортсменів і здійснювати корекцію їх підготовки. Аналіз змагальної діяльності волейбольних команд різної кваліфікації свідчить, що існують певні відмінності в кількісних і якісних показниках техніко-тактичних дій в період тривалості довгої партії.

Подальші дослідження необхідно направити на забезпечення кінцевого рівня розвитку рухових якостей, функціональних можливостей систем організму, що несуть основне навантаження у волейболі.

#### Література

1. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 176 с.
2. Должиков И.И. Планирование содержания уроков физической культуры //Физическая культура в школе. – 1997. – № 4. – С. 14-17.
3. Затворницкий Ю.Г., Федюшин В.П. Методические рекомендации по определению уровня физического развития школьников и параметров подготовленности учащихся детско-юношеских спортивных школ со специализацией по волейболу. – К.: Республиканский научно-методический кабинет, 1991. – 23 с.
4. Платонов В.Н., Сахновский К.П. Подготовка юного спортсмена.. – К.: Радянська школа, 1988. – 288 с.

5. Яружний Н. В. Тестируем волейбол // Тренер. – 1993. – №1. – С. 36-37.
6. Волейбол. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності. – К., 1993. – 173 с.
7. Методи, засоби і контроль за розвитком у волейболістів загальної та спеціальної витривалості, стрибучості та гнучкості. – Львів: Львівська комерційна академія, 1995. – 26 с.

Надійшла до редакції 07.10.2003р.

## **ФОРМУВАННЯ ПРОБЛЕМНО-ОРІЄНТОВАНОЇ БАЗИ ДАНИХ ПРЕДМЕТНОГО КАТАЛОГА ЗІ СПОРТУ**

Свістельник І.

Львівський державний інститут фізичної культури

Анотація. У статті розглянуто створення бази даних предметного каталогу зі спорту.  
Ключові слова: база даних, предметний каталог зі спорту.

Аннотация. Свистельник И.Р. Технология формирования проблемно-ориентированной базы данных предметного каталога по спорту. В статье рассматривается создание базы данных предметного каталога по спорту.

Ключевые слова: база данных, предметный каталог по спорту.

Annotation. Svistelnik I. The formation of the problem-orient basis information of the catalogue index on sport. The article deals with the next question: the formation of the basis of the catalogue index on sport.

Key words: basis of information, catalogue index on sport.

**Проблема.** 1. Використання комп'ютерних технологій для накопичення інформаційних ресурсів – перспективний напрям роботи бібліотеки. 2. Особливої ролі набуває інформаційна підтримка навчальної та наукової діяльності у спорті. Цим зумовлена необхідність розробки проблемно-орієнтованих баз даних для інформаційного забезпечення навчального процесу та наукових досліджень. 3. У зв'язку з цим потребує вирішення проблема відбору необхідної інформації, системного аналізу інформаційних документів спортивної галузі.

**Зв'язок роботи з науковими темами.** Стаття подана відповідно до теми 2.1.15 “Розробка єдиного інформаційного середовища навчання у вищих фізкультурних навчальних закладах як засобу ефективності навчально-тренувального та навчально-оздоровчого процесу” Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту Держкомспорту України на 2001-2005 роки.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій,** в яких започатковано розв'язання поставленої проблеми, засвідчують інтенсивний розвиток та широке коло застосування автоматизованої обробки інформації, а також зростання ваги пошуку інформації з певної проблеми у практиці