

1985. - 120с.

14. Чичкан О. Аналіз взаємозв'язків між показниками фізичного розвитку і фізичної підготовленості та спортивними результатами у веслувальницях різної спортивної кваліфікації // Молода спортивна наука України. – Львів, 2002. – Вип.6. – Т.2. – С.252-256.
15. Чичкан О.А. Особливості фізичної підготовки веслувальниць на етапі попередньої базової підготовки // Теорія та методика фізичного виховання. – 2002. - №3. – с.26-28.

Надійшла до редакції 21.11.2003р.

РІВЕНЬ ТЕХНІЧНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ РІЗНИХ ВІКОВИХ ГРУП

Носко М.О., Жула Л.В., Павлова Т.В., Євтушенко Л.М.

Чернігівський державний педагогічний університет імені Т.Г.Шевченка
Національний університет фізичного виховання і спорту України

Анотація. В статті представлені результати досліджень реалізації спеціальних рухових завдань волейболістами різних вікових груп та особливості виконання основних технічних дій в умовах змагальної діяльності.

Ключові слова: техніко-тактичні дії, змагальна діяльність, волейболісти.

Аннотация. Носко Н.А., Жула Л.В., Павлова Т.В., Евтушенко Л.М. Уровень технического мастерства волейболистов различных возрастных групп на современном этапе. В статье представлены результаты исследований реализации специальных двигательных заданий волейболистами различных возрастных групп и особенности выполнения основных технических действий в условиях соревновательной деятельности.

Ключевые слова: технико-тактические действия, соревновательная деятельность, волейболисты.

Annotation. Nosko N.A., Dgula L.V., Pavlova T.V., Evtushenko L.M. level of technical skill of volleyball players of various age groups at the present stage. In article results of researches of realization of special impellent tasks by volleyball players of various age groups and are submitted to feature of performance of the basic technical actions in conditions of competitive activity.

Key words: tecnic-tactical actions, competitive activity, volleyball players.

Постановка проблеми. В ігрових видах спорту рівень оволодіння технічними прийомами гри на сьогодні, в основному, визначає стратегію і тактику змагальної діяльності команд на кожному етапі та періоді їх участі в чемпіонатах і першостях. Саме тому значущість цього виду підготовки у сучасних умовах дуже велика і її не можна не враховувати. Ефективність формування систем технічних дій у волейболістів може значно підвищитися за рахунок реалізації в тренувальному процесі такої методології їх підготовки, в якій кінематичні та динамічні структури рухів удосконалюються практично інтегрально з урахуванням вікових особливостей розвитку моторики спортсменів,

розробки нових підходів і принципових вирішень завдань управління процесом спортивного тренування в цілому і технічної підготовки в тренувальному процесі зокрема.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Сьогодні особливо гостро відчувається недостача методичних рекомендацій в галузі навчання та удосконалення технічної майстерності спортсменів високої кваліфікації [5]. Відсутність подібних рекомендацій особливо помітна в ігрових видах спорту [3, 4].

Практика змагальної діяльності показує, що гравці багатьох команд ще недостатньо повно використовують той великий резерв майстерності, який можна реалізувати при удосконаленні процесу підготовки [1].

Як свідчать спеціальні дослідження (Латишкевич Л.А., 1980-1996; Івойлов О.В., 1991; Фомін Є.В., 1985; Єрмаков С.С., 1997; Маслов В.М., 2003; Носко М.О., 2003 та інші), техніка в ігрових видах спорту досить складна, а прояв біомеханічних характеристик у ній надто варіативний, що значною мірою зумовлено індивідуальними, груповими і, зокрема, віковими особливостями моторики спортсменів.

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

Формулювання цілей статті. Метою даної роботи було вивчення рівня технічної майстерності волейболістів різних вікових груп та реалізація головних технічних дій в умовах змагань на прикладі молодіжної збірної команди України.

Результати дослідження. Техніко-тактичні особливості волейболістів різних вікових груп (юнаків, юніорів, молоді й дорослих) вивчалися нами в процесі тренування та під час змагальної діяльності волейболістів команд вищої і першої ліг. У проведених нами дослідженнях вивчався характер реалізації спеціальних рухових завдань, спрямованих на відтворення елементів техніки волейболу з запрограмованими й контрольованими кількісними характеристиками рухів.

Педагогічному контролю в дослідженнях піддавалися: суглобні екскурсії нижніх кінцівок, точність попадання м'ячем у визначену зону ігрового майданчика з конкретного місця подачі. При цьому так само контролювалися можливості спортсменів різного віку, враховувалися визначені інтервали часу та здатність до самооцінки біодинамічних характеристик окремих рухів. Результати експериментів опрацьовувалися статистично для виявлення у випробуваних різного віку відсоткового вмісту помилок при виконанні рухових завдань.

Особливий інтерес викликають показники визначення інтервалу

часу 8 с, точності визначення напрямку (в градусах) на звуковий сигнал без зорового контролю, виконання подачі на точність у різні зони волейбольного майданчика.

У пункті правил умов виконання подачі зазначено, що “подаючий повинен завдати удару по м’ячу протягом 8 с після свистка першого судді”. У процесі досліджень було встановлено, що волейболісти різного віку й спортивної кваліфікації виконують у середньому подачу за 2,2-4,4 с. Таким чином, не використовується майже половина відведеного для цього часу. Звідси висновок: чим менший вік і нижча спортивна кваліфікація спортсменів, тим швидше вони виконують подачу й мають більший відсоток помилок. Як наслідок, не використовується ліміт часу, відведений на виконання подачі, що позначається на техніці її виконання й тактичній реалізації.

Досвід показує, що найбільш точно інтервал 8 с визначають волейболісти-чоловіки, при цьому кількість помилок становить 4,7 %, у волейболістів молодіжної групи – 4,8 %, юніорської – 6,4 %, юнацької – 5,6 %.

Визначення точності напрямку на звуковий подразник без зорового контролю краще в дорослих волейболістів, відсоток помилок – 2,7 %, потім у волейболістів юніорської групи – 2,8 %, молодіжної групи – 4,8 %, юнацької групи – 6,3 %.

Найбільш точно подачу в задану зону виконують дорослі волейболісти, у яких відсоток помилок складає 6,4 %, у молодіжної групи – 12,4 %, у юніорської групи – 17,8 %, у юнацької групи – 21,8 %.

Найменший відсоток помилок при виконанні подач на передню та задню лінії в дорослих волейболістів – 1,8 %, у волейболістів юніорської групи – 4,9 %, молодіжної групи – 6,1 % і дуже низькі показники у волейболістів юнацької групи – 20,0 %.

Цікавим, на наш погляд, є порівняння часу реакції на світло з реакцією на звук: час реакції на звук менший від часу реакції на світло у волейболістів усіх вікових груп. Так, різниця в часі реакції на світловий та звуковий подразники у волейболістів юнацької групи складає 0,0106 с, юніорської – 0,0067 с, молодіжної – 0,0063 с й у дорослих волейболістів – 0,0003 с. Отримані дані свідчать, що юнаки-волейболісти швидше реагують на ті зовнішні подразники, які сприймаються переважно за участю слухового аналізатора. До цього необхідно додати, що в самій грі всю інформацію волейболіст одержує, в основному, через зоровий аналізатор, а тому час реакції (особливо на світловий подразник) відіграє велику роль у спортивній діяльності волейболіста. Це слід враховувати при плануванні навчально-тренувального процесу й у самому процесі

навчання, удосконаленні техніки гри, а також при награванні тактичних комбінацій та варіантів ігрових ситуацій.

Проведені педагогічні дослідження дозволили визначити загальні тенденції кожної вікової групи: ефективність подач і нападаючих ударів, їх частку в загальному арсеналі технічних дій волейболістів; зони-частини волейбольного майданчика, у які найчастіше виконуються подачі; спосіб виконання подач й ефективність подач у ці зони; зони волейбольного майданчика, з яких найчастіше виконується нападаючий удар; точність нападаючих ударів з різних зон волейбольного майданчика; ефективність нападаючих ударів.

Результати педагогічних спостережень свідчать, що частка подач і нападаючих ударів (в %) у загальному арсеналі технічних дій волейболістів складає: у юнаків подачі – 17,3 %, нападаючих ударів – 24,2 %; у юніорів – 16,0 %, 21,9 %; у молоді – 14,7 %, 21,9 %; у старших – 13,5 % і 21,0 % відповідно (рис. 1). Звідси видно, що з віком частка подач та нападаючих ударів зменшується, що свідчить про їх більшу ефективність (результативність).

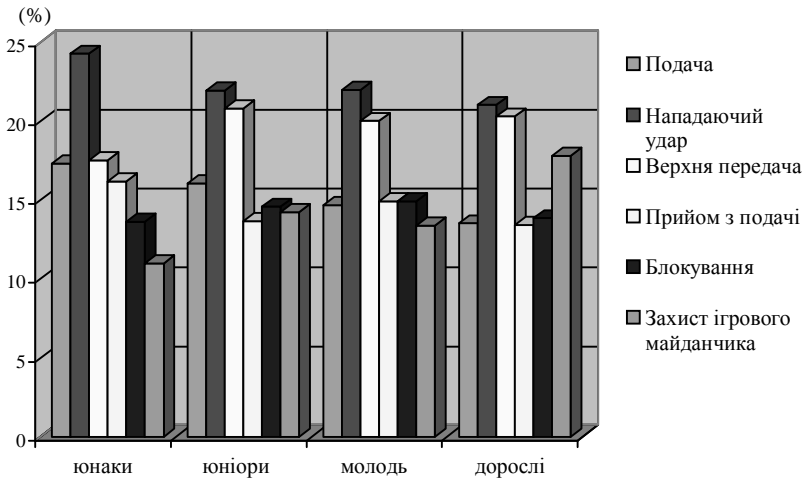


Рис. 1. Статистичні показники частки основних прийомів гри (%) у технічному арсеналі волейболістів різного віку.

Великий інтерес для оцінки якості реалізації спортсменами спеціальних рухових дій викликають показники частоти й ефективності виконання нападаючих ударів із різних зон волейбольного майданчика (в %) у кожній віковій групі. У юнаків нападаючі удари найчастіше виконуються з четвертої зони, а їх ефективність становить 28,4 %, в третій

і другій зонах, відповідно, – 27,2 % і 26,8 %. У юніорів найбільший відсоток нападаючих ударів із четвертої зони, а ефективність – 36,6 %, у третій зоні ефективність – 40,8 %, у другій зоні – 36,1 %. У молоді найчастіше нападаючий удар виконується з четвертої зони, а його ефективність – 39,7 %. Еквівалент нападаючих ударів у третій і другій зонах приблизно однаковий, але в третій зоні ефективність значно вища – 39,5 %, а в другій – 33,1 %. Велика ефективність нападаючих ударів у цій віковій групі помітна в першій зоні – 45,4 %. У дорослих волейболістів інше співвідношення: нападаючий удар найчастіше (33,5 %) виконується з четвертої зони, але його ефективність найменша – 43,3 %; другою за частотою нападаючих ударів (32,1 %) є третя зона, проте ефективність найбільша – 55,2 %; у другій зоні частота нападаючих ударів – 20,8 %, ефективність – 48,8 %, у першій зоні частота нападаючих ударів – 5,0 %, а ефективність досить висока – 42,1 %.

У багатьох випадках під час змагань з волейболу вирішальне значення має техніка виконання спортсменами нападаючих ударів [1, 4]. Техніка ударних рухів волейболістів різних вікових груп вивчалася нами шляхом реєстрації кількісних характеристик техніки нападаючих ударів. У спеціальному експерименті вивчалися статистичні дані про специфіку біомеханічної структури ударних рухів волейболістів різних вікових груп.

На останньому етапі вивчалися результати змагальної діяльності молодіжної збірної України на чемпіонаті Європи серед молодіжних команд який проходив у травні 2002 року у Словенії. Нами були виконані педагогічні спостереження та відеозапис ігор нашої команди.

Виконані нами спостереження за гравцями молодіжної збірної команди України на Чемпіонаті Європи 2002 року підтверджують думку фахівців і науковців про те, що від якості виконання основних технічних дій, а точніше від їх реалізації, залежить кінцевий результат в сетах, матчах і, взагалі, в змаганнях.

Раніше виконані дослідження по знаходженню ККД (Хапко В.Є., 1980; Маслов В.М., 2002; Носко М.О., 2003 та інші) вказують, що оцінка дій окремого гравця за кожним технічним прийомом повинна бути позитивна, але не менш як 45,0 %. В кожному ігровому амплуа можуть бути свої індивідуальні особливості, які за сумарним підрахунком повинні становити не менше 45,0 % їх корисної реалізації. Теж саме стосується і загальних дій гравців всієї команди: якщо загальний коефіцієнт корисної дії менше 45,0 %, то команда не досягла максимального спортивного результату.

Це ж підтверджується й результатами наших спостережень за фінальними іграми чемпіонату Європи серед молодіжних команд, де

коефіцієнт корисної дії з 12 ігор складає: прийом м'яча з подачі – 49,1 %; подача – 20,2 %; атакуючий удар – 31,2 %; блокування – 43,8 %; захисні дії – 63,4 % (рис. 2).

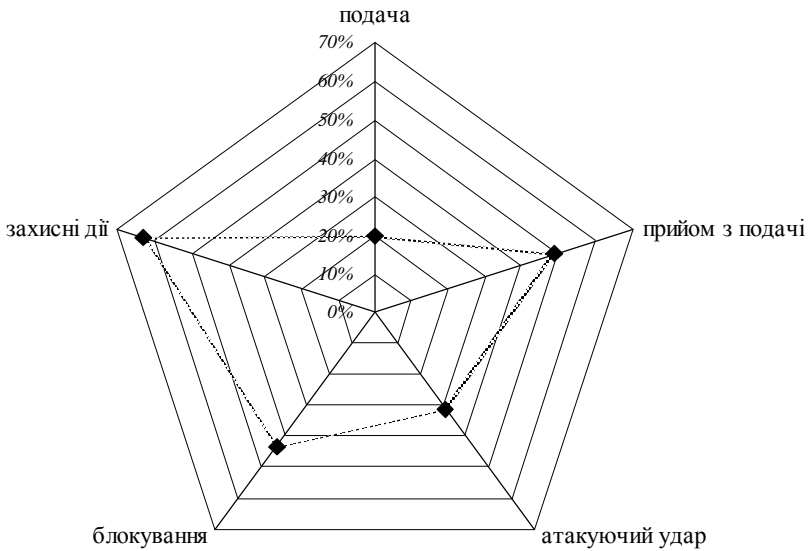


Рис. 2. Статистичні показники коефіцієнту корисної дії за результатами 12 ігор молодіжної збірної команди України на чемпіонаті Європи

Загальний коефіцієнт корисної дії (за результатами 12 ігор) складає 40,1 %. З 12 ігор молодіжна збірна команда України виграла 3, і саме ті ігри, коли ККД загальних техніко-тактичних дій складає більш ніж 45,0 %.

Висновки. Отримані нами результати спостережень за змагальною діяльністю молодіжної збірної команди України дозволили оперативно, після кожного сету та гри, вносити корективи в процесі гри та в цілому змагальної діяльності. Як було зазначено, загальний ККД склав менше 45,0 %, а це пов'язано з рівнем техніко-тактичної підготовленості як окремо взятого гравця, так і команди в цілому. Отже, хоч і вихід до фінальної частини чемпіонату Європи є позитивним фактом, результат виступу команди низький, тож удосконалення технічної майстерності, а особливо волейболістів високої спортивної класифікації, залишається актуальною проблемою сьогодення.

Розглянуті у статті проблеми потребують більш глибокого дослідження з визначення індивідуального рівня технічної майстерності з використанням комплексних методик реєстрації біомеханічних характеристик

Література

1. Хапко В.Е., Маслов В.Н. Совершенствование мастерства волейболистов. – К.: Здоров'я, 1990. – 128 с.
2. Лапутин А.Н. Обучение спортивным движениям. – К.: Здоров'я, 1986. – 216 с.
3. Носко Н.А. Формирование навыков ударных движений у волейболистов различных возрастных групп: Дис...канд. пед. наук: 24.00.01. – К., 1986. – 228 с.
4. Носко Н.А. Педагогические основы обучения молодежи и взрослых движениям со сложной биомеханической структурой. – К.: Наук. світ, 2000. – 336 с.
5. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – Киев, «Олимпийская литература», 1997. - С. 393-472.

Надійшла до редакції 19.11.2003р.

ПАРАДОКС ПРИЦІЛЬНОЇ ПОВОДКИ ЗБРОЇ У СТРІЛЬБИ ПО РУХОМИХ МІШЕНЯХ

Пятков В.Т., Павлюк Є.О.

Львівський державний інститут фізичної культури

Анотація. Розкрито природу парадоксального явища прицільної поводки зброї у стрільбі по рухомих мішенях лівого і правого напрямків руху повільного та швидкого пробігу на дистанціях 50 м і 10 м для удосконалення змісту науково-методичного забезпечення техніко-тактичної підготовки спортсменів. Запропоновано метод візуалізації парадоксальної фази руху мішеней.

Ключові слова: спорт, стрільба, рухома мішень, поводка зброї, парадокс, візуалізація.

Анотация. Пятков В.Т., Павлюк Е.А. Парадокс прицельной поводки оружия в стрельбе по движущимся мишеням. Раскрыта природа парадоксального явления прицельной поводки оружия в стрельбе по движущимся мишеням левого и правого направлений движения медленного и быстрого пробега на дистанциях 50 м и 10 м для совершенствования содержания технико-тактической подготовки спортсменов. Предложен метод визуализации парадоксальной фазы движения мишеней.

Ключевые слова: спорт, стрельба, движущаяся мишень, поводка, парадокс, визуализация.

Annotation. Piatkov V.T., Pavluk E.A. The Paradox aiming leash weapons in shooting on running target. Revealed nature of the paradoxical phenomena aiming leash weapons in shooting on running target left and right directions of the motion slow and quick run on distance 50 m and 10 m for improvement of the contents technician-tactical preparation athlete. The Offered method to visualizations of the paradoxical phase of the running the targets.

Keywords: sport, shooting, running target, leash of the weapon, paradox.

Постановка проблеми. Згідно Єдиної спортивної класифікації України [1], до стрілецьких вправ по рухомих мішенях відноситься