

*Скрыченко Владислав Артурович,
студент магистратуры*

*2 курс, факультета «Физической культуры» Белгородский государственный
национально исследовательский университет*

Россия, г. Белгород

Жилина Л.В.,

*доцент кафедры «Спортивных дисциплин» Белгородский государственный
национально исследовательский университет*

Россия, г. Белгород

Баева Д.Н.,

*старший преподаватель кафедры «Спортивных дисциплин» Белгородский
государственный национально исследовательский университет*

Россия, г. Белгород

Филатов С.В.,

студент 3 курса,

*факультета «Физической культуры» Белгородский государственный
национально исследовательский университет*

Россия, г. Белгород

ПОВЫШЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СВЯЗУЮЩЕГО ИГРОКА В ВОЛЕЙБОЛЕ

Аннотация: Статья посвящена изучению важнейших приемов подготовки связующего игрока и основных знаний и умений, которыми должен обладать данный игрок. Также рассматриваются процесс обучения технико-тактическим действиям связующих игроков. А также экспериментально обоснованное содержание тренировки связующих игроков.

Ключевые слова: волейбол, амплуа, связующий игрок, пасовать, тактика нападения, комбинация.

***Annotation:** The article is devoted to the study of the most important techniques of training a connecting player and the basic knowledge and skills that a given player should possess. The process of training technical and tactical actions of connecting players is also considered. As well as experimentally based training content for connecting players.*

***Key words:** volleyball, role, setter, to set, the tactics of attack, combination.*

Связующий игрок в волейболе — мозг и мотор команды. Сложность данной игровой роли предъявляет высокие требования к спортсмену и требует специальной целенаправленной подготовки (Слупский Л.Н., 1984).

Связующий игрок несет основную ответственность за исход матча, так как любого полевого игрока можно заменить (по разным причинам), но если происходит замена основного связующего игрока, то качество игры заметно снижается и это может привести к проигрышу матча.

Современная игра в волейбол протекает в условиях активного противодействия соперников, при непрерывном потоке информации о движущихся объектах (мяч, партнер, соперник и др.), когда необходимо быстро и точно выполнить передачу для нападающего удара. Развитый объем поля зрения является основой тактического мастерства связующего. Связующий выполняет технико-тактические действия в условиях жесткого лимита времени, что предъявляет большие требования к развитой скорости реакции (Беляев А.В., 1997 г, с.4).

Без точной оценки времени, скорости, темпа, развиваемых мышечных усилий, (“чувство мяча”, “чувство сетки”, “чувство площадки” - специализированные восприятия) невозможно эффективно выполнить передачи. Динамичность игры (высокая скорость полета мяча, быстрые перемещения, внезапные смены игровых ситуаций) предъявляет к вниманию связующего игрока повышенные требования. От того, насколько оно интенсивно, как распределяется в игровых фрагментах игры, во многом зависит качество атакующих действий (Беляев А.В., 1997 г, с.4,5).

Чтобы добиться высокого результата в игровой деятельности связующего игрока, необходимо совершенствовать технико-тактические действия в тренировочных группах 4 – го и 5 –го годов обучения в детских спортивных школах, а также анализировать игровую деятельность.

Цель исследования состояла в экспериментальном обосновании содержания тренировки связующих игроков (на примере тренировочных групп 4-5 годов).

Объект исследования – процесс обучения технико-тактическим действиям связующих игроков (на примере тренировочных групп 4-5 годов).

Предмет исследования – содержание тренировки связующих игроков.

Рабочая гипотеза. Предполагалось, что использование методики обучения технико-тактическим действиям, построенной на комбинационной игре связующих игроков на примере тренировочных групп 4-5 годов обучения, в соответствии с критериями соревновательной деятельности, позволит повысить эффективность соревновательной деятельности связующего игрока в волейболе.

Для достижения цели исследования решались следующие **задачи**:

1. Определить критерии эффективности технико-тактических действий связующего игрока.
2. Обосновать содержание тренировки связующих игроков (на примере тренировочных групп 4-5 годов).
3. Экспериментально доказать эффективность разработанной методики.

Для решения поставленных задач использовались следующие **методы исследования**: анализ и обобщение литературных источников, педагогическое наблюдение, беседа, анализ тренировочной и соревновательной деятельности связующих игроков, педагогический эксперимент, математико-статистические методы обработки результатов исследования.

Практическая значимость состояла в определении критериев эффективности технико-тактических действий связующего игрока в соревновательной деятельности.

В соответствии с разработанными критериями определены задачи, средства и методы обучения технико-тактических действий связующего игрока.

Экспериментально обосновано содержание тренировочного процесса связующих игроков (на примере тренировочных групп 4-5 годов).

Новизна исследований. Результаты проведенных нами исследований расширяют имеющиеся представления об особенностях тренировочного процесса связующих игроков (на примере тренировочных групп 4-5 годов) и об эффективности процесса совершенствования технико-тактических действий связующих игроков в волейболе, построенных на комбинационной игре.

Педагогический эксперимент проводился в два этапа. Первый педагогический эксперимент проводился с 2017 по 2018 гг., целью которого являлось определение эффективности упражнений, направленных на обучение технико-тактическим действиям связующих игроков. Основной педагогический эксперимент охватывал по времени 2017–2018 гг. и проводился на базе тех же групп СШОР №2 Белгородской области. Именно этот эксперимент был изложен в выпускной квалификационной работе бакалавра, автором которой я являюсь.

Мы решили продолжить педагогический эксперимент, который проходил в игровом сезоне 2018 - 2019 гг. с другой тренировочной группой обучающихся 4-го и 5-го годов обучения (2002 – 2003 гг рождения) СШОР № 2 Белгородской области (тренер Гашков В.Д.). Проанализировав ошибки юных волейболистов, мы внедрили в экспериментальную методику упражнения, которые повлияли бы на слабые их стороны, а именно на соревновательную деятельность с применением комбинационной игры. Больше внимания мы уделили комбинации «крест», с целью организации соперником не организованного или индивидуального блока.

Основными критериями определения эффективности подготовки связующих игроков являлись показатели количества выполненных нападающих

ударов нападающими игроками с двойным блоком, а также количество ошибок, которые совершали связующие игроки.

Эффективность технико-тактических действий связующих игроков тренировочных групп 4-5 годов осуществлялся на основе анализа соревновательной деятельности занимающихся данной возрастной группы в СШОР №2 Белгородской области и основных соперников. Всего было проанализировано 10 матчей – с каждой командой по две встречи.

В задачи подготовки связующего игрока входит: развитие специальных способностей и физических качеств, лежащих в основе успешного овладения техникой выполнения второй передачи; повышение технического мастерства; овладение тактикой игры; достижение стабильности игровых навыков в сложных условиях соревнований; реализация физической, технической, тактической, теоретической и морально-волевой подготовленности в единстве в игровых действиях.

Об эффективности подготовки связующих игроков судят по следующим показателям: по качеству технических приемов (по числу «своих» ошибок) и объему тактических действий, применяемых спортсменами в соревнованиях; по эффективности игровых действий на соревнованиях.

С течением времени все чаще команды высшего уровня в атакующих действиях полагаются на физическую подготовленность игроков и их индивидуальное мастерство, возлагая большую часть ответственности за исход атакующих действий на одного нападающего.

Большое разнообразие комбинаций в нападении постепенно забывается. Из наиболее часто применяемых в современном мужском волейболе комбинаций можно выделить «пайп» и прямую «волну», в то время как комбинация «крест» в спорте высших достижений практически не используется. Возможно, это связано со значительным увеличением сложности подачи и преобладания эффективности атакующих действий над защитными.

Поэтому, в методике юных волейболистов мы больше внимания уделили тактической комбинации «крест», так как они имеют в своем арсенале еще не

достаточно сильную подачу. Основной целью связующего игрока являлось обезоружить оборону противника на сетке и вывести атаку на одиночный блок.

Экспериментальная методика подготовки связующих игроков была использована в подготовке связующих игроков тренировочной группы, выступавших в Первенстве России сезона 2017-2018 гг., а в 2018-2019 гг. проанализировав слабые стороны игры связующего игрока (передача на двойной блок), мы продолжили педагогический эксперимент с акцентом на комбинационную игру, в частности - тактическую комбинацию «Крест».

Обучение технико-тактическим действиям связующих игроков в тренировочной группе осуществлялось в соответствии с разработанной методикой. На каждом этапе подготовки решались свои задачи. Для этого использовались соответствующие упражнения. Общей тенденцией являлось взаимосвязь отдельных сторон подготовки в соответствии с этапом подготовки, а также усиление соответствия упражнений соревновательной деятельности. При проведении этих упражнений создавались условия, способствующие формированию положительной мотивации к проявлению максимальных усилий.

Эффективность разработанной методики обучения технико-тактических действий связующих игроков определялась на основе анализа соревновательной деятельности тренировочной группы с показателями связующих команд-соперниц, принимающих участие в Первенстве России в 2017-2018 гг. и 2018-2019 гг.

В игровом сезоне 2017-2018 гг. при хорошей и отличной доводке эффективность технико-тактических действий связующих игроков тренировочной группы СШОР №2 повысилась по сравнению с показателями связующих игроков команд-соперниц. При незначительной разнице в общем количестве совершенных за 10 игр передач, связующие команды увеличили количество передач, которыми они вывели нападающих на двойной блок. Так, если связующие команды СШОР №2 в 2016-2017 гг., в показателях вывода на одиночный блок, показали средний результат (K_2) $0,27 \pm 0,3$, а в сезоне 2017-2018 гг. этот показатель составил $0,31 \pm 0,03$, прирост составил 0,5 передач. У команд-

соперниц эта разница менее значительна: в 2016-2017 гг. средний показатель К2 составил $0,3 \pm 0,2$, а в 2017-2018 гг – $0,34 \pm 0,02$, прирост – 0,04 передачи. По количеству ошибок, совершенных связующими игроками за игровые встречи, связующие Белгородской команды имели прирост - 0,1 по сравнению со связующими команд-соперниц – 0,3 передач. Таким образом, связующие тренировочной группы СШОР №2 увеличили показатели вывода нападающих игроков на двойной блок и повышение общего количества ошибок. У команд-соперниц наблюдалась примерно равномерное увеличение всех параметров оценивающих эффективность игры связующих игроков.

Во всех играх команда СШОР №2 превосходила соперников по количеству выигранных атак. Средний показатель К1 в десяти играх у Белгородской команды составил 0,55, в то время как у соперников – 0,46. Проведенный математический анализ показал, что выявлены статистически достоверные различия ($P < 0,05$).

Не менее важный показатель – количество проигранных атак (блок соперника, собственные ошибки). Команду высшего мастерства отличает значительно меньшее количество проигранных атак. По этому показателю команда СШОР №2 значительно превосходила своих основных соперников. Среднее значение К2 у нашей команды было статистически достоверно лучше, чем у соперников ($P < 0,01$).

В педагогическом эксперименте 2017-2018 гг. команда СШОР № 2 эффективно выглядела среди других команд, но уступала командам-соперницам на двойном блоке, связующие нашей команды вывели передачи для атак больше на двойной блок, чем команды-соперники. Игроки не показывали комбинационную игру на сетке, в нападении, поэтому мы добавили в методику несколько комбинаций в нападении – это «крест», «зона» и «пайп» для того, чтобы «замаскировать» своих нападающих игроков и помочь нашим связующим в организации нападения с использованием комбинаций, чтобы избежать двойной блок соперника. Но основной акцент делали на тактической комбинации

«крест». В конце эксперимента проанализировали эффективность комбинационной игры команды СШОР №2.

Анализируя результаты 2018-2019 гг. можно заключить, что методика успешно прошла апробацию и за счет использования волейбольных комбинаций в игре, команда юных волейболистов г.Белгорода значительно превзошла своих соперников, связующие игроки меньше выводили передач на двойной блок - (17,9), показали средний результат (К2) - $0,44 \pm 0,05$, чем другие команды – (21,1) – $0,51 \pm 0,04$. Связующие СШОР №2 допустили (5,7) ошибок, а соперники – (7,6). Проведенный математический анализ показал, что выявлены статистически достоверные различия ($P < 0,01$).

Список используемой литературы:

1. Айриянц А.Г. Волейбол: Учебник для институтов физической культуры [Текст] / Под общ. ред. А.Г. Айриянца. - М.: Физкультура и спорт, 1976. - 230 с.
2. Амалин М.Е., Шилов А.С. Методика оценки соревновательной деятельности в спортивных играх. [Текст] / М.Е. Амалин, А.С. Шилов. Теория и практика физ. культуры. - 1980.-№9.-С.19-22.
3. Баранов И.Н. Мышечная деятельность, адаптация, тренированность. [Текст] / И.Н.Баранов - Кишинев: Штиница, 1989. - 100 с.
4. Беляев А.В. Волейбол: учебник для высших учебных заведений физической культуры [Текст]: / Под ред. А.В. Беляева. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 368 с.
5. Беляев А.В., Булыкина Л.В. Волейбол: теория и методика тренировки. [Текст] / А.В. Беляев, Л.В. Булыкина. – М.: ТВТ Дивизион, 2011 – 176 с.
6. Беляев А.В. Обучение технике игры в волейбол и ее совершенствование. [Текст] / А.В. Беляев. Методическое пособие. – М.: ЧЕЛОВЕК, Олимпия, 2008. – 56 с.
7. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса. [Текст] / Ю.В. Верхошанский - М.: Физкультура и спорт, 1985. - 176 с.

8. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовленности спортсменов. [Текст] / Ю.В. Верхошанский – М., Физкультура и спорт, 1988. – С 12-54.