

Богуславець Дмитро, Міщенко Олександр

## ОСОБЛИВОСТІ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ-ВОЛЕЙБОЛІСТІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

*Сумський державний педагогічний університет імені А.С. Макаренка  
Навчально-науковий інститут фізичної культури*

**Анотація.** У статті досліджено особливості вдосконалення техніко-тактичної підготовки волейболістів до виконання швидкісної подачі в стрибку. Автором запропоновано добір спеціальних засобів для удосконалення техніко-тактичних дій у процесі тренувальних занять зі студентами-волейболістами.

**Ключові слова:** техніко-тактична підготовка, ефективність швидкісної подачі, волейбол.

### **Boguslavets Dmitry, Mishchenko Oleksandr. FEATURES OF TECHNICAL AND TACTICAL TRAINING OF VOLLEYBALL STUDENTS IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS**

**Abstract.** The article examines the features of improving the technical and tactical training of volleyball players to perform high-speed supply in the jump. The author proposes a selection of special tools to improve technical and tactical actions in the process of training with students-volleyball players.

**Key words:** technical and tactical training, efficiency of high-speed supply, volleyball.

**Постановка проблеми.** Сучасний волейбол пред'являє високі вимоги до функціонального стану організму, до фізичних і психологічних якостей гравця. У цій грі найважливішими якостями є швидкість руху, координаційні можливості, стрибучість, сила, мислення. Сучасна гра у волейбол – це складний вид спорту, який потребує від спортсмена атлетичної підготовки і досконалого володіння техніко-тактичними навичками гри. Волейбол – гра з яскраво вираженими колективними діями. Для нього характерна висока швидкість взаємодії і комбінація нападу, яка визначена розподілом ігрових функцій між учасниками [1; 2].

Стрімке зростання результатів у сучасному спорті висуває нову проблему індивідуального підходу до тих, хто займаються. У рішенні її існують педагогічні, психологічні і медико-біологічні аспекти, які базуються на закономірностях біологічного розвитку [2].

В Україні цей вид спорту не тільки перетворився на стрімку мужню атлетичну гру, але й набув небаченої, справді всенародної популярності [3].

**Аналіз останніх досліджень та публікацій** дав змогу зробити висновок про те, що зміни в правилах гри, зростання конкуренції команд, високі вимоги до рівня фізичної та техніко-тактичної підготовленості спортсменів, все це змушує шукати шляхи оптимізації тренувального процесу волейболістів різної спортивної кваліфікації, з метою ефективної побудови системи підготовки.

Величезна кількість помилок студентів-волейболістів під час виконання подачі в стрибку і прийомі м'яча в волейболі, збільшення значення використання цих прийомів в ігровому процесі з метою забезпечення більш якісних дій в обороні при атаці суперника, визначили напрямок дослідження: особливості техніко-тактичної підготовки студентів-волейболістів в закладах вищої освіти досить актуальним.

**Мета статті.** Проаналізувати ефективність методики техніко-тактичної підготовки студентів-волейболістів до виконання швидкісної подачі в стрибку.

**Результати дослідження.** Результативність техніки гри у волейбол обумовлюється її ефективністю, стабільністю, варіативністю, економічністю, мінімальною тактичною інформованістю для суперника. Ефективність техніки визначається її відповідністю вирішуваним завданням і високому кінцевому результату, відповідністю рівню фізичного, технічного, психологічного й іншого видів підготовленості.

Стабільність техніки пов'язана з її стійкістю, незалежністю від умов змагань, функціонального стану спортсмена. Варто врахувати, що сучасна тренувальна й особливо змагальна діяльність у волейболі характеризуються більшою кількістю чинників, що «заважають». До них відносяться: активна протидія суперників, прогресуюче стомлення, незвична манера суддівства, незвичне місце змагань, устаткування, недобррозичливе поведіння уболівальників та ін. Здатність спортсмена до виконання ефективних прийомів і дій у складних умовах є основним показником стабільності техніки і багато в чому визначає рівень технічної підготовленості в цілому [1; 2].

В ході дослідження було проведено аналіз ефективності та результативності швидкісної подачі в стрибку в залежності від напрямку траєкторії польоту м'яча. Напрямок траєкторії польоту м'яча при подачі визначалося за місцем, яке відповідає ігровій зоні на майданчику суперника (1, 5, 6 зони). З даних, представлених в табл. 1, можна зробити висновок про те, що основним напрямком при виконанні швидкісної подачі в стрибку, гравці вибирають зону 6, у яку спрямована практично половина всіх виконаних подач, що становить 47% від загальної кількості подач, описаних у ході дослідження. Подачі, виконані в зону 1, склали 30%, в зону 5 – 23%.

В ході дослідження був проведений аналіз ефективності та результативності швидкісної подачі в стрибку в залежності від зони попадання в неї м'яча, дані представлені в табл. 2. Виходячи з даних, представлених в табл. 2, отриманих в ході дослідження, показники ефективності і результативності швидкісної подачі в стрибку, в залежності від попадання в зони 1, 5, 6, практично однакові і складають ефективність – (78-79%), результативність – (-13% і -14%).

Однак слід зазначити, що кількість втрат в два, в три рази вище, ніж кількість вигравів з подачі, що підтверджують показники результативності цього технічного елемента.

Таблиця 1

**Аналіз кількості швидкісних подач в стрибку у напрямку зони майданчика суперника**

Зона майданчика	Кількість подач		Загальна кількість подач
	Подачі, спрямовані в зону майданчика		
	Кількість	% від загальної кількості	
1	178	30%	673
5	100	23%	
6	395	47%	

Таблиця 2

**Аналіз ефективності і результативності швидкісної подачі в стрибку в залежності від зони попадання в неї м'яча**

Зона	Загальна кількість	Кількість ейсів	Кількість помилок	Ефективність	Результативність
1	178	28	80	79%	-14%
5	100	27	67	78%	-13%
6	395	44	128	78%	-14%

У дослідженні було виконано аналіз кількості помилок, що здійснюються при швидкісній подачі в стрибку з точки зору волейбольних правил, а саме: подача із зони, невирішеною для подачі; заступ за лицьову лінію під час розбігу; подача, що не відбулася протягом 8 с; потрапляння м'яча в сітку; потрапляння м'яча в аут за бічну або лицьову лінію. Подача з зони, невирішеною для подачі, заступ за лицьову лінію під час розбігу, подача, що не відбулася протягом 8 с – ці помилки в ході дослідження зареєстровані не були, їх загальна кількість дорівнює 0. У таблиці 3 представлені основні помилки при виконанні швидкісної подачі в стрибку, а також їх кількісний показник.

Таблиця 3

**Аналіз кількості основних помилок при виконанні швидкісної подачі в стрибку**

Всього помилок	Подача в сітку	Подача в аут (за бічні лінії)	Подача в аут (за лицьову лінію)
275	82	13	180
100%	30%	5%	65%

Виходячи з даних, представлених в табл. 3, найбільша кількість помилок доводиться на подачу в аут за лицьову лінію, що становить 65% від всіх помилок при подачах, під час матчів, які були

проаналізовані під час дослідження. Кожна третя швидкісна подача в стрибку спрямована в сітку, що склало 30% від усіх помилок, подачі в аут за бічні лінії склали 5%.

Швидкісна подача в стрибку, з точки зору тактичної реалізації в чоловічому волейболі у гравців, стала основним засобом, який викликає труднощі для команди, що приймає, організувати комбінаційну атаку, ефективність якої становить 78-79%. Гравці, які виконують цей вид подачі, найчастіше використовують напрям траєкторії польоту м'яча в центр майданчика (6 зона). Типовими помилками при виконанні швидкісної подачі в стрибку, з точки зору правил гри, є подача в сітку, подача в аут за лицьову лінію, що показує необхідність виявлення оптимальної траєкторії польоту м'яча при виконанні цієї техніко-тактичної дії.

**Висновки.** Аналізуючи праці низки авторів, які займалися вивченням техніко-тактичної підготовки волейболістів, було визначено структуру швидкісної подачі в стрибку, до складу якої входять три фази: підготовча, основна (робоча) і заключна. У зміст підготовчої фази входить виконання підкидання, розбігу, стрибка і замаху, основна – виконання ударного руху, заключна – супроводжує рух, приземлення, перехід до інших дій.

Основним напрямком при реалізації швидкісної подачі в стрибку гравці вибирають шосту зону, в яку спрямована практично половина всіх виконаних подач, що становить 47% від загальної кількості подач, описаних в ході дослідження. Подачі, виконані в першу зону, склали 30%, в п'яту зону – 23%.

Показники ефективності та результативності швидкісної подачі в стрибку в чоловічому волейболі, в залежності від попадання м'яча в зони ігрового поля (перша, п'ята і шоста зони), практично однакові і складають: ефективність – (78-79%), результативність – (-13% і - 14%).

Методика спеціальної техніко-тактичної підготовки волейболістів, заснована на обліку характеристик оптимального варіанта швидкісної подачі в стрибку, сприяє ефективному використанню цього прийому в змагальній діяльності.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з розробкою програм, за допомогою яких можливо отримати оптимальні умови для техніко-тактичної підготовки студентів-волейболістів в закладах вищої освіти.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ**

1. Айриянц А.Г. Волейбол : навч.посіб. 2-ге вид., Москва : ФиС, 2016. 158 с.
2. Страж В.А. Волейбол. Москва: ФиС, 2015. 238 с.
3. Фомин Е.В. Взаимосвязь физической подготовки и техники выполнения нападающего удара в волейболе. Москва: ФиС, 2016. 144 с.