

## УДОСКОНАЛЕННЯ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ РІЗНОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ

*МЕЛЬНИК А.Ю.*

*Харківська державна академія фізичної культури*

*Науковий керівник: ГРАДУСОВ В.О. проф., канд.пед.наук*

### ТЕНДЕНЦІЇ РОЗВИТКУ СУЧАСНОГО ВОЛЕЙБОЛУ

**Анотація.** Розглянуті тенденції розвитку сучасного чоловічого волейболу. Визначені основні напрямки досліджень, що пов'язані з вирішенням проблеми підвищення ефективності та якості виконання подачі кваліфікованими волейболістами.

**Ключові слова:** подача, ефективність, контроль, змагальна діяльність.

**Вступ.** За останні роки в сучасному чоловічому волейболі відбулися суттєві зміни. Тенденції його розвитку в основному пов'язані з наступними складовими: зміна правил гри, удосконалення техніки виконання різних прийомів, розвиток тактики ведення гри, підвищення рівня фізичної та психологічної підготовки гравців, наукове забезпечення тренувальної та змагальної діяльності команд, комерціалізація волейболу та ін. Ці тенденції необхідно враховувати при плануванні та проведенні тренувальної та змагальної діяльності волейболістів високої кваліфікації.

Так, останнім часом в грі команд спостерігаються помітні зміни, зокрема, в техніці, які пов'язані в основному з прискоренням виконання технічних прийомів та підвищенням її раціональності перш за все для досягнення результату. При прийомі подач і нападаючих ударів все частіше стали використовувати прийом м'яча двома руками зверху. В техніці виконання різних видів нападаючих ударів значних змін не спостерігається. В сучасному волейболі, як і раніше, найбільш розповсюдженими є удари «по ходу», «з переведенням» та «обманні» удари, причому співвідношення їх виконання суттєво не змінилось [1]. Все більш популярними стають атаки з глибини майданчика (так звані «пайпи») не тільки із зони 1, але й із зони 6, оскільки використання в атаці гравців задньої лінії дозволяє у всіх розстановках мати трьох нападаючих гравців, що значно ускладнює супернику дії при блокуванні.

Для підвищення фізичної підготовленості гравців стали проводитися спеціалізовані тренування і збори з фізичної підготовки. Помітним став також акцент на розширення самостійної індивідуальної роботи над її удосконаленням.

Одним з головних завдань тренерів у підвищенні рівня психологічної підготовки команди є налаштування всіх гравців на стовідсоткову віддачу під час кожного ігрового епізоду, всього матчу та турнірів. На сучасному етапі розвитку волейболу домогтися високих результатів у змагальній діяльності без цього неможливо. Не виключено в майбутньому поява в командах високого класу професійних психологів.

Сучасний волейбол стає все більш атлетичним і динамічним, швидкісні і

силові здібності гравців постійно збільшуються. Крім цього збільшуються і ростові показники гравців. В останні роки атакуючий потенціал висококваліфікованих волейболістів зріс завдяки підвищенню атлетизму гравців (зріст багатьох гравців, що приймають участь у нападі перевищує 200 см). У багатьох командах почали з'являтися також високорослі «зв'язуючі» гравці. Команди без оптимальних ростових даних не здатні досягти високих і стабільних результатів [1].

На сучасному етапі розвитку чоловічого волейболу помітна основна тенденція, що пов'язана з широким впровадженням в процес тренувальної та змагальної діяльності команд високого класу силової подачі у стрибку, яка перетворилась в потужний і ефективний засіб активних атакуючих дій, за допомогою якого можна виграти очко або зруйнувати комбінаційну гру суперника [2, 3, 4]. У майбутньому ця тенденція найбільш ймовірно буде продовжена з огляду на те, що акцент на використанні цього способу подачі стає одним з вирішальних факторів досягнення успіху в змаганнях різного рангу [5]. Про це свідчать результати волейбольних команд, які стали призерами останніх Олімпійських ігор Лондон - 2012 і Ріо - 2016, чемпіонатів Світу та Європи, а також інших престижних міжнародних змагань під егідою FIVB і CEV. У складі багатьох кращих команд світу з'явилися блискучі виконавці цього способу подачі, які спроможні своїми подачами буквально руйнувати оборону суперників, виконуючи подачі «на виліт» (так звані «ейси») або значно ускладнювати комбінаційну гру в захисті команди суперника.

У майбутньому ці тенденції в розвитку техніки найбільш ймовірно будуть продовжені, зокрема, велика увага буде приділена проблемі підвищення ефективності виконання силової подачі у стрибку.

**Мета роботи** – вивчити можливості підвищення ефективності та якості виконання силової подачі у стрибку в змагальній діяльності у сучасному волейболі.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Безумовно техніко-тактичне вдосконалення виконання силової подачі у стрибку, підвищення її ефективності та якості є одним із головних резервів посилення атакуючих дій команд, покращення результативності їх змагальної діяльності. Однак, в сучасній науково-методичній літературі, незважаючи на безумовне визнання важливої ролі цього способу подачі, проблемі підвищення її ефективності у змагальній діяльності приділено ще недостатньо уваги. Це, зокрема, призводить до того, що велика кількість волейболістів високої кваліфікації на змаганнях часто припускає велику кількість помилок при її виконанні [2, 3, 4].

Для вирішення проблеми, що розглядається в даній роботі, важливим з теоретичної точки зору в першу чергу є визначення кількісних показників ефективності та якості її виконання. Особливо це стосується показника якості, визначення якого відсутнє в літературі. В наших роботах [2, 4], запропоновано визначення такого кількісного показника, який пов'язаний з введеними нами так званими *a* - факторами.

Поширеним способом оцінки ефективності виконання подачі гравцями та командами, який, як правило, використовується тренерами в практичній діяльності,

є відповідний показник, який визначається простим відношенням кількості успішно виконаних подач, до їх загальної кількості (Дукальська А. В., 1995; Смолюк В., 2009; Ертман Ю. Н., 2013 та ін.). Причому успішно виконаними вважаються подачі, які були виконані без здійснення помилок. Зрозуміло, що таке доволі спрощене визначення відображає лише кількісну оцінку виконання цього технічного елемента - скільки відсотків від загальної кількості подач було направлено на сторону суперника. Звичайно, ніякої детальної інформації про ступінь складності для противника кожна з виконаних подач така оцінка не містить. Нами запропоновано методику [2, 4] для оцінки відповідних показників ефективності і якості подач, яка заснована на математичній обробці за допомогою теорії імовірності даних педагогічних спостережень під час гри згідно з (Лісянський В.К., 2002).

Вирішення проблеми підвищення ефективності подач неможливо без збору та систематизації, по можливості, якомога більшого обсягу різноманітної інформації про їх виконання. Забезпечити такий аналіз можна за допомогою залучення сучасних комп'ютерних технологій, які протягом останніх років стали широко використовуватися в спортивних дослідженнях. У зв'язку з цим важливою задачею є розробка комп'ютерної версії підходу, пов'язаного з відповідними розрахунками кількісних показників ефективності та якості виконання подач [4].

З практичної точки зору неабиякий інтерес для фахівців у сфері волейболу, тренерів та гравців команд представляють результати детального аналізу показників ефективності та якості подач залежно від номера партії, зони ігрового майданчика, в яку була виконана подача, що розраховані в умовах конкретної гри, як для окремих гравців, так і команд в цілому. Важливу роль в підвищенні ефективності силової подачі у стрибку відіграє точність її виконання в певну зону ігрового майданчика [2, 3]. Важливою задачею є обчислення модельних характеристик цих показників, які відображають певний еталон виконання подачі для волейболістів, орієнтуючись на який можна підвищити ефективність її виконання.

З огляду на те, що силова подача у стрибку в останній час стала найбільш популярною з усіх різновидів цього технічного прийому, для команд високого класу важливо мати в своєму складі волейболістів, які досконало володіють технікою її виконання. Такі гравці здатні в вирішальний моменти гри виконати успішну подачу з виграшем одного або серії очок. Особливо високі вимоги пред'являються до виконання подач в кінцівках партій або ігор, коли від якості кожної подачі залежить результат матчу. Гравець такого амплуа, що виходить виконувати подачу, повинен вміти внести «перелом» у хід гри та підвищити емоційний настрій команди.

У літературі обговорюються можливості введення нового ігрового амплуа - «подаючий» гравець (волейболіст, який виконує тільки подачу) та особливості його функцій на майданчику (наприклад, Ертман Ю.Н., 2014). Для підготовки таких виконавців високого рівня, необхідна розробка відповідної методики з урахуванням специфічних особливостей такого амплуа. Це, зокрема, дозволить волейболістам з відносно невисоким зростом, але що володіють надійними та ефективними подачами, з'являтися в складах команд високої кваліфікації.

**Висновки.** В підходах, що пов'язані з вирішенням проблеми підвищення

ефективності та якості виконання подачі, важливими з точки зору тренерів, гравців команд та фахівців волейболу, на наш погляд, є наступні напрямки досліджень: одержання оперативної експрес-інформації про показники ефективності та якості подач в залежності від вказаних вище факторів в конкретній грі у виконанні, як окремих гравців, так і команди в цілому; обчислення відповідних показників, здійснюючи аналіз великого обсягу статистичної інформації про виконання подачі в серії ігор кращих команд вищого ешелону протягом тривалого проміжку часу; проведення кореляційного аналізу залежності показників ефективності та якості виконання подач від різних факторів.

**Перспективи подальших досліджень.** Розробка нових підходів для аналізу змагальної діяльності у вказаних напрямках буде сприяти подальшому розвитку сучасного волейболу.

### Список використаної літератури:

1. *Веласко Х. Тенденции развития современного волейбола / Х. Веласко // Время волейбола. – 2008. – № 1 (14). – С. 2–8.*
2. *Мельник А. Ю. Аналіз ефективності силової подачі у стрибку в залежності від точності її виконання у змагальній діяльності волейболістів волейболістами / А. Ю. Мельник // Слобожанський наук.-спорт. вісник. – Харків ХДАФК, 2016. - №5 (55). - С.53-56.*
3. *Мельник А. Ю. Аналіз ефективності методики для підвищення точності силової подачі в стрибку кваліфікованими волейболістами / А. Ю. Мельник // Слобожанський наук.-спорт. вісник. – Харків ХДАФК, 2016. - №3 (53). - С.84-88.*
4. *Мельник А.Ю. Исследование эффективности подачи в волейболе на основе технологии баз данных Microsoft Access / А.Ю. Мельник // Слобожанський наук.-спорт. вісник – Х., 2013. - №3. – С.185-189.*
5. *Стрельникова Є.Я. Аналіз фінальних змагань Кубку України 2015 року з волейболу серед жіночих команд. / Є.Я. Стрельникова, Т. П. Ляхова // Проблемы и перспективы развития спортивных игр и единоборств в высших учебных заведениях // Сб. XII междунауч. научн. конф., 5-6 февраля 2016 года. – Т 2 – ХДАФК, 2016 – С.51–53*