УДК 796.015.1/.325

ФОРМИРОВАНИЕ ТАКТИКО-ТЕХНИЧЕСКИХ УМЕНИЙ В ВОЛЕЙБОЛЕ НА ОСНОВЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТНОГО ПОДХОДА

¹Гераськин А.А., ¹Бобровский В.А., ¹Батенко Е.М., ¹Пасюкова И.Ю., ²Игнатович К.В.,
³Денисенко Ю.П., ⁴Андрущишин И.Ф.

¹ФГБОУ ВО «Омский государственный технический университет», Омск,
e-mail: anatoly_geraskin@mail.ru;

²Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, Омск;
³ФГБОУ ВО «Набережночелнинский государственный педагогический университет»,
Набережные Челны, e-mail: yprof@yandex.ru

⁴Казахская академия спорта и туризма, Алматы, e-mail: ifandru2@mail.ru

Рассматривается проблема формирования тактико-технических умений квалифицированных волейболистов при игре в защите с позиций деятельностного подхода. Выполнен анализ причин отставания уровня игры в защите от игры нападающих игроков. Кратко изложен опыт индивидуальной, групповой и командной подготовки квалифицированных игроков к игре в защите. Цель работы – повышение результативности защитных действий квалифицированных волейболистов на основе создания и применения направленных педагогических воздействий на спортсменов. Установлено, что в процессе создания и развития тактических умений волейболистов к игре в защите в тренировочный процесс наряду с использованием традиционных упражнений необходимо вводить упражнения с новыми акцентами педагогических воздействий, направленных на усложнение условий игры путём моделирования соревновательной деятельности, разработки и использования тренажёрно-исследовательских средств. Тренажёрные средства выполнены с учётом данных теории деятельности в игровых видах и теории создания тренажёрно-исследовательских средств в спортиграх. Исследование направлено на изучение содержания игровых противодействий и нового подхода к повышению результативности индивидуальных и командных действий спортсменов в защите.

Ключевые слова: волейболисты, технико-тактические умения, деятельностный подход

FORMATION OF TACTICAL AND TECHNICAL ABILITIES IN VOLLEYBALL ON THE BASIS OF ACTIVITY APPROACH

¹Geraskin A.A., ¹Bobrovskiy V.A., ¹Batenko E.M., ¹Pasyukova I.Yu., ²Ignatovich K.V.,
³Denisenko Yu.P., ⁴Andrushchishin I.F.

¹Omsk State Technical University, Omsk, e-mail: anatoly_geraskin@mail.ru;

²Siberian State University of Physical Culture and Sports, Omsk;

³Naberezhnye Chelny State Pedagogical University, Naberezhnye Chelny, e-mail: yprof@yandex.ru;

⁴Kazakh Academy of Sport and Tourism, Almaty, e-mail: ifandru2@mail.ru

The problem of formation of tactical and technical skills of qualified volleyball players when playing in defense from the positions of the activity approach is considered. The analysis of the reasons for the game level lag in the defense against the game of attacking players is analyzed. Briefly described the experience of individual, group and team training of qualified players to play in defense. The aim of the work is to increase the effectiveness of defensive actions of qualified volleyball players on the basis of creating and applying directed pedagogical influences on athletes. It is established that in the process of creating and developing tactical skills of volleyball players to play in defense, in the training process, along with the use of traditional exercises, it is necessary to introduce exercises with new accents of pedagogical influences aimed at complicating the conditions of the game by modeling the competitive activity, developing and using training simulators. The simulators are performed taking into account the theory of activity in game types and the theory of creating simulators and research aids in sports games. The research is aimed at studying the content of game counteractions and a new approach to increasing the effectiveness of individual and team action of athletes in defense

Keywords: volleyball players, technical and tactical abilities, activity approach

К числу актуальных проблем подготовки в игровых видах относится снижение явного превосходства нападения над игрой участников обороны, с целью повышения зрелищности матчей [1]. В полной мере проблема отставания результативности игры в защите от действий атакующих игроков актуальна и для волейбола [2, 3]. В связи с этим возникает необходимость поиска новых подходов и педагогических

средств [4] для повышения эффективности действий волейболистов при игре в защите.

Цель исследования – создание и апробация методики формирования тактико-технических умений квалифицированных волейболистов при игре в обороне.

Анализ исследований, посвящённых вопросам обучения и совершенствования игры волейболистов в защите, свидетельствует о сложности существующей про-

блемы. С одной стороны, это объясняется высокой ситуативностью характера игры, острого дефицита времени для оценки ситуаций, принятия тактико-технических решений и их выполнения. С другой стороны, имеются трудности, связанные с выявлением структурных особенностей игровой деятельности и объективизации оценки её результатов [5–8]. Это связано с зависимостью качества игровых действий не только от конкретного исполнителя, но и от действий партнёров и соперников. Отсюда возникают задачи выявления структуры деятельности, объективизации методов оценки результатов игровых действий [9, 10], совершенствования известных и поиска новых подходов к повышению качества игры в защите.

Методика. Выполнялся анализ соревновательной деятельности региональных матчей, Чемпионата России и международных встреч. Выявлялась структура деятельности волейболистов в защите и нападении в процессе подготовки и участия в состязаниях, с использованием методов составления спортограмм [5, 11–13]. Применение такого подхода позволило: выявить структуру технического, тактического и психологического содержания деятельности при выполнении действий в «стандартных» и ситуативных условиях деятельности; составить перечень специальных физических и психических качеств которые обеспечивают успешность деятельности по фазам (стадиям) выполнения таких действий; описать их содержание и значимость в динамике осуществления игрового действия; определить пути развития подготовленности волейболистов к индивидуальной и групповой игре в защите.

В настоящем сообщении излагаются результаты изучения содержания игровой деятельности волейболистов при выполнении защитных функций, раскрываются причины преимущества игроков линии нападения над игрой защиты, выявленные в процессе изучения характера игровых противоборств. Такие преимущества сводятся к следующему:

1) нападающие превосходят игроков защиты по антропометрическим данным и атлетизму [14, 15]. Несмотря на то, что качество постановки блока в настоящее время существенно повысилось, преимущество в противоборствах над сеткой принадлежит игрокам нападения. Они могут владеть инициативой, изменять характер атакующих действий на разных этапах атаки. Преимущество в росте и развитая прыгучесть нападающих игроков позволяет им выполнять атаки на недостижимой для

отдельных блокирующих высоте, а при некачественном блоке или при отсутствии его максимально затруднять действия защиты. Проследим это на примере борьбы нападающих с блоком игроков, выполняющих амплуа связующих. Обычно связующие уступают нападающим по ростовым данным. Поэтому квалифицированные нападающие в завершающие моменты игры стремятся выполнять атаки через зоны связующих игроков. В итоге усилия защищающейся команды, предпринятые в партии или в игре, могут быть потеряны из-за слабого блока собственных связующих;

2) нападающие игроки атакуют, используя возможности своего разбега, что способствует увеличению высоты выпрыгивания. В ходе разбега нападающий может изменить направление движения для атаки. Например, он делает быстрый шаг для движения за спину связующего. Вторым шагом неожиданно меняет направление для атаки перед связующим. Это позволяет нападающему дезориентировать блокирующих и завершить атаку на неподготовленном блоке. Взаимодействия блокирующих и защитников в поле в таких ситуациях крайне сложны, так как защитники находятся за спиной у блокирующих. От игроков первой и второй линии защиты в таких условиях требуется высокий уровень сыгранности, тонкое взаимодействие в звеньях. В связи с этим от обеих линий блокирования и защиты необходимо добиваться в той же степени сыгранности, надёжности, как и от каждой такой линии в отдельности;

3) в процессе подготовки и начала атакующих действий нападающие обладают возможностью контроля развития ситуации и координации совместных действий с партнёрами. В ходе принятия решения и его реализации они могут контролировать и намеченную цель своего действия. Сюда входит оценка расположения блокирующих и защитников противника, нахождение свободных и слабозащищённых зон на площадке соперников. Важно, что нападающие могут отказаться от принятых решений при изменениях ситуаций и переходить к более выгодным вариантам продолжения игры [1, 12, 13]. Примером тому является оценка расположения рук блокирующих над сеткой, которое изменяется по ходу выполнения блокирующими подготовительной и основной фазы постановки блока. Игроки нападения для преодоления защиты используют большое число приёмов нападения и вариантов их выполнения. Они могут использовать арсенал силовых, медленных ударов, а также – быстрых переводов мяча от рук блокирующих за площадку. Волейболисты

обороны ограничены в своих действиях. Например, блокирующие игроки в период выпрыгивания и постановки рук на блок не имеют возможности для контроля действий партнёров на площадке. Полевые игроки действуют на основе наработанных «стандартов» расположения на площадке, выбора позиций для противодействия конкретному атакующему действию противника и обеспечения страховки партнёров. Защитникам крайне трудно перестраиваться или отказываться от принятых решений. Особенно это сложно сделать, когда игрок движется вперёд, а обстановка требует резко выполнить остановку и быстро переместиться назад, к лицевой линии площадки. Здесь важен игровой опыт, развитая интуиция и восприятие защитниками специфических сигналов, раскрывающих намерения соперников. Данные наших исследований говорят, что успешность защитных действий обеспечивается развитием ряда специальных для деятельности психических и физических качеств волейболиста, в том числе: вероятностного прогнозирования развития ситуации; быстроты специфического реагирования на движения мяча, соперников и партнёров; развития «взрывной силы», то есть способностей к мгновенному началу передвижений спортсмена, например – к мячу; развитием специализированных восприятий защитника, «чувства» волейбольной площадки; охраняемой зоны защиты; партнёра в соседней зоне защиты или на блоке; скорости движения мяча и др. Использование специальных качеств позволяет защитнику точно выбирать место на площадке, успешно взаимодействовать с партнёрами, находить рациональные варианты обработки мяча, быстро выполнять необходимые двигательные действия, намеренно пропускать мячи, идущие за пределы площадки, и т.д. Таким образом, анализ деятельности игроков нападения и защиты, говорит о большей трудности выполнения игровых действий защитников, по сравнению с нападающими;

4) нападающие игроки имеют преимущество и с позиций тактики игры. Они могут менять направление разбега, ритм, темп атакующих действий, применять неожиданные, нестандартные решения ситуаций. С этой целью нападающие используют ложные тактические действия, помощь партнёров по нападению для отвлечения блокирующих и защитников от истинных намерений в атаке. В индивидуальной игре примером этому может служить применение нападающего удара «Марита», незаслуженно редко применяемого в настоящее время. Нападающий в конце разбега выполняет имитацию

подготовки к выпрыгиванию вверх, тем самым провоцируя блокирующего к закрытию удара с короткой передачи. Блокирующий ставит блок, противодействуя быстрой атаке. Нападающий неожиданно меняет намерение и выполняет повторно подготовку к удару, выпрыгивает с места и наносит удар по мячу при опускающемся блоке. Здесь важно взаимодействие нападающего со связующим, который должен удерживать паузу и затем направить мяч её в соответствии с темпом движений игрока атаки. Защитникам в поле в таких условиях действовать крайне трудно. Их возможности зависят от действий нападающих и блокирующих. Требуется правильный выбор места на площадке, своевременное и рациональное принятие стартовой стойки, точность выбора способа перемещения к мячу и принятия рационального для ситуации исходного положения. Имеют значение и быстрота реагирования, ситуативная, скоростная техника отражения мяча. Наши данные говорят, что даже опытные спортсмены допускают существенные ошибки в защите в связи с недостаточным уровнем технико-тактической подготовленности. Отчасти это связано с небрежностью исполнения деталей техники в процессе тренировки, что ведёт к формированию несовершенных умений и навыков, «существующих» самостоятельно в арсенале техника спортсмена. Такие навыки могут проявиться неожиданно в самые ответственные моменты игры. Таким образом, вырисовывается необходимость повышения качества процесса подготовки, совершенствования известных подходов и поиска новых путей формирования тактико-технических умений к игре в защите.

Отмеченное позволило определить следующие пути повышения качества игры в защите:

1) формирование устойчивой мотивации игроков к совершенствованию тактики и техники игры в защите [4, 8]. Этому способствует изучение игроками опыта выдающихся волейболистов-защитников Советского Союза, современной России. Такими примерами в омском женском волейболе является игра Анны Брага, Елены Артюшенко, а в мужском волейболе – Александра Тенякова, Михаила Лопатина, Александра Таричко, Сергея Комракова, Михаила Баева. Для молодых спортсменов их выступления являются своеобразным эталоном мастерства и самоотверженности в выполнении защитных функций. Полезно выполнение критического анализа игры собственной команды, соблюдение требования «обязательного сбережения» в атаке сложных мячей поднятых в защите, ответственности на-

падающих при завершении ответных атак. Важно повышать роль интеллектуальной подготовки в процессе тренировки. С этой целью необходимо формирование знаний в области теории игр в общих науках и в спорте; теории построения процесса подготовки в волейболе, видов подготовки, формирования тактико-технических умений в нападении и защите, данных теории деятельности и деятельности в спортивных играх, теории надёжности игровых действий в условиях тренировки и состязаний. Важно, чтобы игроки не становились «заложниками» исключительно «стандартных схем» построения защитных действий, добиваться творчества, сознательного отношения к подготовке, повышения индивидуального и группового мастерства;

2) совершенствование техники стоек и перемещений, своевременности занятия позиций в зонах защиты. Добиваться точности их выполнения в тренировке и в условиях состязаний. Развитие акробатической подготовленности, способностей к принятию и выполнению тактических решений в экстремальных ситуациях. Здесь полезны упражнения при игре в защите на фоне максимальной и вариативной нагрузки, моделирование условий, которые превышают по своей требовательности реальные условия соревнований. Необходимо искусственно создавать и неравномерный ритм деятельности. Для этого нужно использовать моделирование неравномерного темпа упражнений и учебных игр, внезапного введения тайм-аутов и замен, увеличения счёта в партиях, введения дополнительных мячей, прыжков, ускорений, силовых упражнений при недостаточной физической нагрузке, с последующим продолжением игры в защите, использовать в тренировке теннисные и дополнительные волейбольные мячи, помощь запасных игроков и помощников;

3) направленное использование общепринятых подходов подготовки, рационализация известных тренировочных средств, направляя их на формирование отстающих сторон подготовленности, добиваться надёжности и точности действий в трудных и сверхтрудных условиях. Необходимо последовательно усложнять условия игры, а спортсменам ставить задачи повышения качества защитных действий. Полезно формирование навыков отыгрыша мячей, далеко улетающих от площадки, затруднять принятие исходных положений, добиваясь не просто отражения мяча, а качественных передач своим партнёрам. В процессе подготовки важную роль играет качество проведения индивидуальных и групповых уроков тренера, их направленность, на-

хождение новых форм построения. Здесь не должна преследоваться цель «погонять» спортсменов. Педагогу, тренеру необходимо нести новые материалы, нацеленные на предстоящую соревновательную деятельность. В индивидуальных занятиях совершенствуются волевые стороны личности, развиваются групповые взаимодействия. Работу с защитниками рекомендуется завершать упражнениями с приёмом особенно сложных для отражения мячей, выводящих спортсменов на «рекордный» уровень работы. Такой подход создаёт положительный эмоциональный фон, способствует проявлению самоотверженности в тренировочной, а затем и в соревновательной обстановке. Следующий этап подготовки – развитие взаимодействий, слаженности игры блокирующих и защитников. С этой целью используется отработка защитных действий в парах, в тройках, в составе команды, при нападении противника из конкретных и неожиданных для защитников зон атаки. Далее налаживаются групповые взаимодействия игроков в соседних зонах и с блокирующими, происходит развитие взаимостраховки, взаимовыручки партнёров в сложных ситуациях. Наконец, формируются умения к коллективному «управлению» действиями нападающих противника. Этого добиваются путём ограничения блокирующими направления атак противника в строго определённые зоны защиты и точного занятия защитниками своих мест в этих зонах, с последующим отражением атак;

4) создание и применение в подготовке тренажёрно-исследовательских устройств с обеспеченной обратной информацией, с возможностью моделирования игровой деятельности. Для этого применяются макеты-ориентиры, изображающие местоположение связующих игроков, целевые мишени для направления в них мячей защитниками. Мишени оборудуются средствами фиксации попаданий в цель и снабжены блоками звуковых и зрительных сигналов о точности поражения цели. Используются также тренажёрные средства, с помощью которых моделируются игровые ситуации и фиксируется быстрота специфических реакций и передвижений в защите;

5) соблюдение индивидуального подхода в подготовке. В процессе тренировки учитываются различия в величине роста игроков, их координационных способностей, технико-тактической и акробатической подготовленности. Важно развивать стремление к улучшению качества игры, добиваться развития упомянутых сторон подготовленности у всех участников коллектива. Особенно касается это спортсме-

нов с высоким ростом, которые, как правило, более слабо готовы к игре в защите. Необходимо учитывать специфику формирования специальной подготовленности игроков либеро. Важно формировать у них способности к управлению коллективными действиями в защите, проявлению функций лидера, умения выполнять диспетчерские функции при розыгрыше мячей, к которым не успевают связующие игроки. Необходимо и учёт особенностей индивидуальных различий спортсменов, жизненных проявлений основных свойств нервной системы по параметрам силы-слабости, подвижности-инертности, уравновешенности нервных процессов, особенностей проявления свойств темперамента и других сторон индивидуальности. Важен и учёт таких особенностей при комплектовании игрового состава, соблюдении некоего баланса технико-тактической подготовленности, волевых качеств для создания «боевитого» спортивного коллектива;

6) контроль результатов соревновательной деятельности. Такой контроль в волейболе затруднён высокой вариативностью ситуаций. Распространённые в настоящее время методы регистрации качества деятельности с применением статистики имеют как важное положительное значение, так и недостатки. Главным, на наш взгляд, является здесь недоучёт характера противодействий, которые влияют на качество игры. Если качество приёма в защите оценивается объективно, а качество действий противника не принимается во внимание, это не может характеризовать методику как объективную. Выполненные в этом направлении усилия исследователей не дали необходимых результатов, а известные программы дороги для непрофессиональных команд. В связи с этим в нашей практике используется методика, учитывающая параллельную оценку качества атакующих действий противника, создающих «игровую среду» определённой сложности для защитника и качество ответных действий по отражению атаки соперника, то есть решения возникшей задачи. В этом направлении нами выполнены исследования, которые будут освещены в последующих публикациях;

7) полезно применять учебные игры в неравных составах 6 x 5, 6 x 4 и т.д. Это мобилизует игроков уменьшенного состава к игре в защите, развивает умение защищать большие по размерам зоны, в отличие от полного состава команды. Необходимо поощрять действия по отражению защитниками особенно трудных, «безнадёжных» мячей дополнительными баллами. Это позволяет в ходе тренировки уменьшать

преимущество нападения над защитой, поднимать у игроков значимость самоотверженных действий в обороне, повышать эмоциональный фон занятий. Положительно действует на спортсменов и использование функциональной, ритмичной музыки. Важно подбирать энергичную музыку, с учётом желания слушать большинства играющих. Такое воздействие постепенно входит в привычку, особенно для сопровождения действий в защите в процессе разминки. Таковы результаты выполненного исследования.

Заключение

Целесообразность использования деятельностного подхода в исследованиях в игровых видах спорта несомненна, так как выявление содержания деятельности волейболистов в защите позволяет строить подготовку с учётом конкретных особенностей такой деятельности путём моделирования и принятия во внимание разнообразных факторов, действующих на спортсменов в соревновательной обстановке. В игре нападения и защиты в волейболе нападающие игроки имеют тактико-техническое преимущество перед защитниками, возможностями владеть инициативой, обладают свободой выбора вариантов техники и тактики, использования индивидуальных возможностей и действий партнёров по нападению. Игроки защиты могут противостоять им путём высокой тактики и техники и индивидуальных действий, чёткой согласованности своих действий с действиями партнёров в линии блокирования и в поле.

Во многих встречах победы коллективам достаются с разницей в два-три очка. В таких условиях любой мяч, удачно сыгранный в защите, имеет большое психологическое значение для команды. Поэтому работа по выявлению содержания деятельности, путей улучшения индивидуальной, групповой и командной игры в защите имеет существенное значение для развития волейбола, способствует повышению зрелищности игры и раскрытию новых возможностей волейболистов при игре в защите. При формировании тактико-технических умений следует использовать как направленное применение традиционных упражнений, так и упражнений подвергшихся рационализации. Необходима и разработка и применение специальных тренажёрно-исследовательских средств, с учётом особенностей игровой деятельности.

Список литературы

1. Железняк Ю.Д. К вопросу о технологии многолетней подготовки спортсменов в волейболе [Текст] / Ю.Д. Желез-

- няк // Спортивные игры в физическом воспитании, рекреации и спорте: материалы XI Международной научно-практической конференции / под общ. ред. к.п.н., доц. А.В. Родина (г. Смоленск, 24–26 января 2017 года). – Смоленск, 2017. – С. 99–101.
2. Гераськин А.А. Формирование тактико-технических умений квалифицированных волейболистов при игре в защите на основе деятельностного подхода [Текст] / А.А. Гераськин, К.В. Игнатович // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. – 2017. – № 1(4). – С. 106–113.
3. Рыцарев В.В. Волейбол: Попытка причинного истолкования приемов игры и процесса подготовки волейболистов [Текст] / В.В. Рыцарев. – М.: Физкультура, 2009. – 399 с.
4. Бабушкин Г.Д. Формирование спортивной мотивации [Текст] / Г.Д. Бабушкин // Омский научный вестник. – 2014. – № 1 (125). – С. 158–160.
5. Иванова Л.М. Обучение и совершенствование подготовленности волейболистов при игре в нападении: глава в монографии [Текст] / Л.М. Иванова // Формирование тактических умений волейболистов при игре в нападении с учетом амплуа. – Омск: Изд-во СибГУФК, 2011. – С. 93–125.
6. Козин В.В. Спортивная двигательная ситуация как деятельностно-ориентированная модель игры [Текст] / В.В. Козин, А.В. Зыков // Омский научный вестник. – 2015. – Вып. 3 (139). – С. 158–161.
7. Губа В.П. Детско-юношеский спорт: основы технологии качества научных исследований и процесса подготовки [Текст] / В.П. Губа // Теория и практика физической культуры. – 2017. – № 8. – С. 21–24.
8. Марков К.К. Философские и психолого-педагогические проблемы успешной тренерской деятельности в спорте. [Текст] / К.К. Марков. – Иркутск, 2017. – 171 с.
9. Козин В.В. Интегральные динамические характеристики в регистрации и анализе технико-тактических действий спортсменов игровых видов спорта [Текст] / В.В. Козин, И.А. Арбузин // Омский научный вестник. – 2015. – Вып. 2 (136). – С.190–193.
10. Кудинова Ю.В. Анализ временных параметров фазы полета мяча при атаке соперника и скоростных возможностей волейболиста-защитника [Текст] / Ю.В. Кудинова // Спортивные игры в физическом воспитании, рекреации и спорте: материалы XI Международной научно-практической конференции / под общ. ред. к.п.н., доц. А.В. Родина (г. Смоленск, 24–26 января 2017 года). – Смоленск, 2017. – С. 132–133.
11. Гераськин А.А. Деятельностный подход в подготовке участников игровых видов спорта [Текст] / А.А. Гераськин, И.Ф. Андрущишин, Ю.П. Денисенко // Организационно-метод. аспекты учебного и учебно-тренировочного процессов в условиях вуза: Мат.-лы IV-й науч.-практ. конф. преподавателей и аспирантов.– Омск: Изд.-во СибГУФК, 2016. – С. 17-23.
12. Мельников В.М. Теоретические подходы к построению психологической модели «идеального спортсмена» [Текст] / В.М. Мельников, И.А. Юров // Спортивный психолог. – 2013. – № 1 (28). – С. 18–21.
13. Родионов А.В. Практика психологии спорта [Текст] / А. В. Родионов. – Ташкент: LiderPress, 2008. – 399 с.
14. Эртман Ю.Н. Совершенствование точности подачи квалифицированных волейболисток с использованием технических средств: автореферат дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 [Текст] / Ю.Н. Эртман. – Омск, 2016. – 16 с.
15. Volleyball Information System (VIS) [Электронный ресурс]. – URL: <http://www.fivb.org/en/volleyball/VIS.asp> (дата обращения: 17.11.2017)