

Лозбина А.В.

**ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ВОЛЕЙБОЛИСТОК ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ**

Лозбина А.В.

**ЖОГОРКУ КВАЛИФИКАЦИЯДАГЫ ВОЛЕЙБОЛЧУ-КЫЗДАРДЫН МЕЛДЕШТИК
ИШМЕРДҮҮЛҮГҮНҮН ЭФФЕКТИВДҮҮЛҮГҮН БААЛОО**

A.V. Lozbina

**EVALUATING THE EFFECTIVENESS OF COMPETITION ACTIVITY OF SKILLED
VOLLEYBALL PLAYERS**

УДК: 373.167.1/613.4

Автор раскрывает основные показатели, позволяющие оценить эффективность соревновательной деятельности волейболисток высокой квалификации.

Ключевые слова: *соревновательная деятельность, спортивная подготовленность, двигательная реакция, техника игры.*

Макалада жогорку квалификациядагы волейболчу-кыздардын мелдештик ишмердүүлүгүнүн эффективдүүлүгүн баалоо жолдору берилген.

Негизги сөздөр: *мелдештик ишмердүүлүк, спорттук даярдык, кыймыл реакциясы, оюндун техникасы.*

The author reveals the main indicators to assess the effectiveness of competitive activity of highly skilled volleyball players.

Key words: *competitive activity, sports fitness, motor response, playing technique.*

Показатели спортивной подготовленности связаны с количественными характеристиками отражающими тренировочную и соревновательную деятельности. Основные требования к спортивной подготовленности: совершенство выполнения основной спортивной функции, безотказное функционирование, избыточное резервирование, универсальность и широта спортивных возможностей, надежность в тренировке и соревнованиях, динамичность исполнения. Показатели спортивной подготовленности являются базой для оценки уровня спортивно-технического мастерства. Эти показатели должны включаться в перспективные планы подготовки спортсмена [1, 2].

Волейболисту необходимо владеть большим арсеналом приемов и способов техники, чтобы обеспечить успешное выступление на соревнованиях. Каждый технический прием включает способы, которые отличаются друг от друга. К основным техническим приемам в волейболе относятся: прием и передача мяча, подачи мяча, нападающий удар, блокирование.

Отсутствие стандартных программ двигательной деятельности в спортивных играх требует высокого внимания к текущим условиям игры. С этим связано большое значение процессов восприятия и переработки информации центральной нервной системой, которые имеют существенное значение в волейболе.

Волейболисту, находящемуся на спортивной площадке, необходимо осуществлять много слож-

ных мыслительных операций, а именно: оценивать как свое местоположение, а также игроков своей команды и команды соперника, кроме того, предугадать возможности их взаимодействия и скорость перемещений, осуществлять анализ особенностей возникающих тактических комбинаций, скорость и направление полета мяча, предвидеть возможное место и время приземления мяча и многое другое.

Успешность действий, в условиях крайнего дефицита времени, игрока определяется работой мозга, а именно скоростью осуществления нервных процессов и сложных процессов переработки информации. У волейболиста при крайнем дефиците времени происходят процессы:

- восприятия сенсорными системами сигналов двигательного, вестибулярного, зрительного, слухового рецепторов;
- передачи афферентных импульсов в соответствующие зоны коры больших и переработки их в первичных и вторичных полях коры, опознания образов к их осмыслению в третичных полях;
- выбора адекватного решения и программы для ответных действий и отправки импульсов и команд к нижележащим нервным центрам и скелетным мышцам и команд для устранения посторонних движений.

Волейболист должен обладать точностью и быстротой двигательной реакции, тонким мышечным чувством, быстротой и точностью зрительных восприятий, хорошо развитым периферическим зрением, высокой устойчивостью к переключению внимания, быстротой и точностью игрового мышления.

Программа двигательного навыка в волейболе при выполнении каждого удара по мячу должна варьировать в зависимости от изменения условий его выполнения, положения мяча в пространстве, тела игрока в данный момент и т.п. Большое значение при программировании предстоящих движений или тактических действий имеют процессы экстраполяции, то есть способность адекватно решать вновь возникающие ситуации, которая зависит от количества образованных ранее навыков. Процессы экстраполяции позволяют волейболисту заранее предопределять время и место приземления мяча. Легче формируются новые тактические комбинации, когда волейболист имеет большой двигательный и тактический опыт. Процессы экстраполяции более высоко

развиты у спортсменов высокой квалификации: количество правильных решений у мастеров спорта и перворазрядников вдвое больше, чем у спортсменов II и III разрядов и в 3-6 раз выше, чем у новичков [2].

При занятиях волейболом совершенствуются функции двигательной сенсорной системы с повышением чувствительности в тех суставах, которые имеют основное значение в данном игровом амплуа. При длительных занятиях спортивными играми наблюдается значительное морфо-функциональное изменение двигательного аппарата, особенно при начале занятий в раннем возрасте.

Основной характерной чертой волейбола является постоянная изменчивость ситуации на площадке. Формирование двигательных динамических стереотипов у волейболистов происходят как на отдельные технические приемы, так и тактические действия. Многие приемы двигательных навыков в большинстве случаев автоматизируются и включаются в новые двигательные программы. Одной из форм деятельности мозга является творческая активность с необходимостью мгновенного анализа ситуации, решения тактических задач, выбора и формирования ответных действий при относительном дефиците времени.

Постоянная смена ситуации в волейболе, требует изменения скорости и мощности работы, что связано с необходимостью приспособления моторных и вегетативных систем, уровня биоэнергетической активности, перестройки функций, высокой скорости вработывания и восстановления [2,4].

Цель настоящей серии исследований – определить эффективность спортивной деятельности волейболистов высокой квалификации.

Предмет исследования – эффективность нападающих ударов и приема у команд Казахстана и Китая.

Методы исследования, используемые в данной серии исследований: представлены анализом научной и методической литературы, проведением педагогических наблюдений за соревновательной деятельностью и измерением эффективности спортивных результатов, таких показателей как эффективность нападающих ударов, подач и приемов мяча.

В данной серии исследований проведен анализ соревнований по волейболу на кубок Президента Н.А.Назарбаева в 2008 году. Проанализированы выступления команд Казахстана, Китая, России, Италии и Японии. Статистическая обработка полученных данных осуществлялась с применением компьютерных программ «Excel».

Показатели эффективности нападающих ударов, подач и приемов мяча команды Казахстана представлены на рисунке 1. Анализ полученных данных показал, что наибольшей эффективностью отличались в команде такие технические элементы как выполнение подач, и она составила в среднем 86,7% с индивидуальными колебаниями от 50-100%. Менее эффективным техническими приемами были нападение и прием мяча, соответственно 50-55%. Индивидуальные, лучшие показатели в нападении составили 76%, а на приеме 80%. Показатели эффективности технических действий в играх команды Китая представлены на рисунке 2. Анализ полученных данных показал, что эффективность нападающих ударов в команде Китая была на уровне 70%, то есть достоверно отличалась от команды Казахстана на 20%. Не различались достоверно показатели эффективности выполнения подач и нападающих ударов.

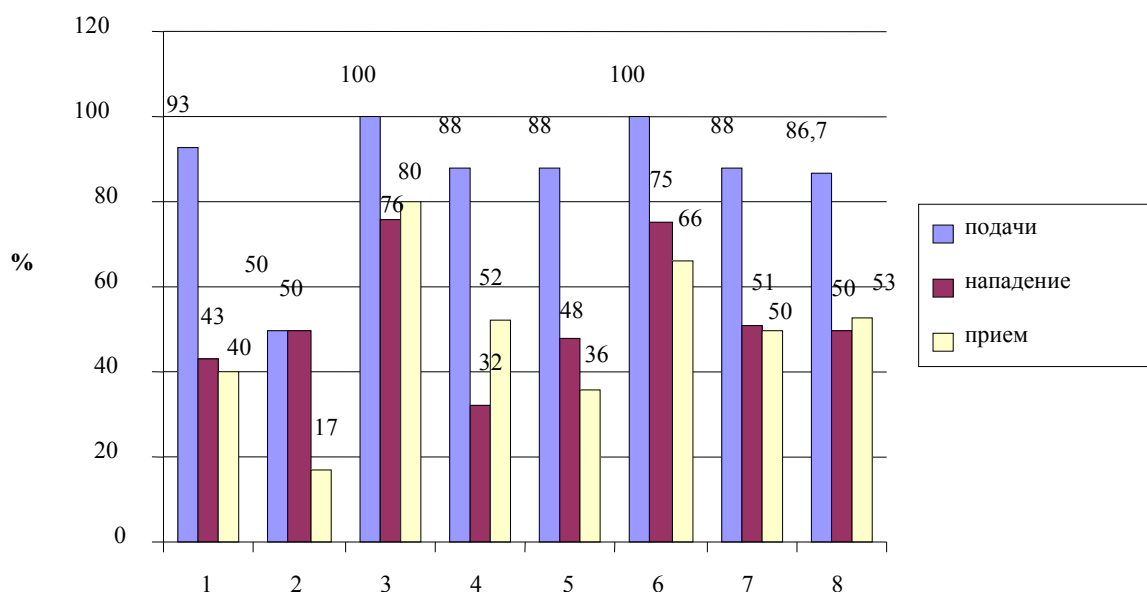


Рисунок 1 - Показатели эффективности нападающих ударов, подач и приемов мяча команды

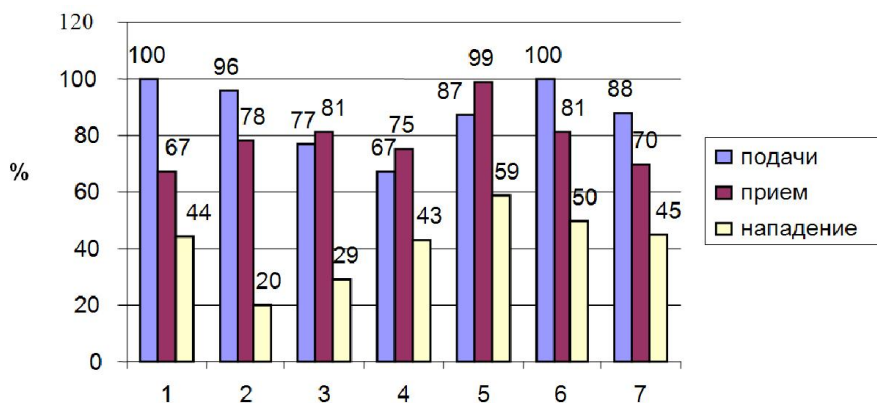


Рисунок 2 - Показатели эффективности нападающих ударов, подач и приемов мяча команды Китая. На рисунках 3 и 4 представлена динамика эффективности команд Казахстана и Китая на протяжении 4 сетов.

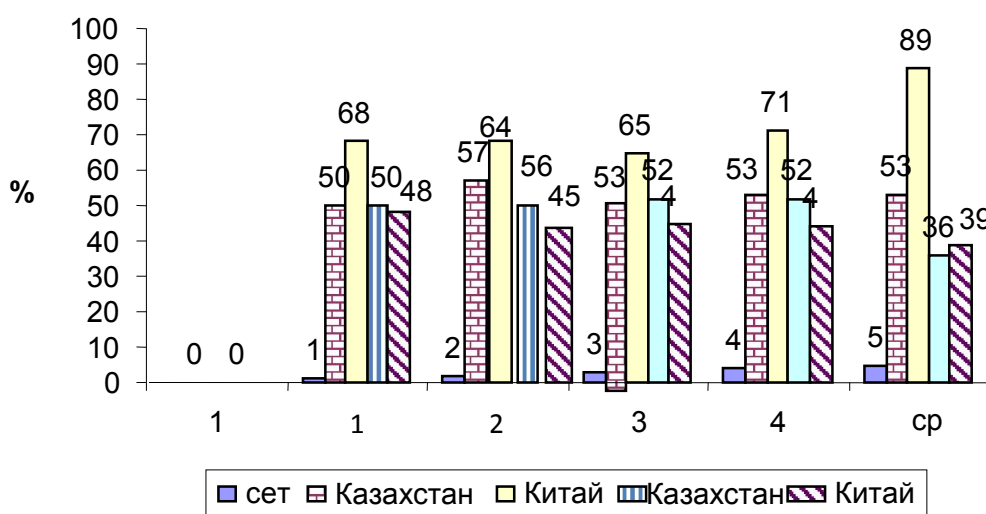
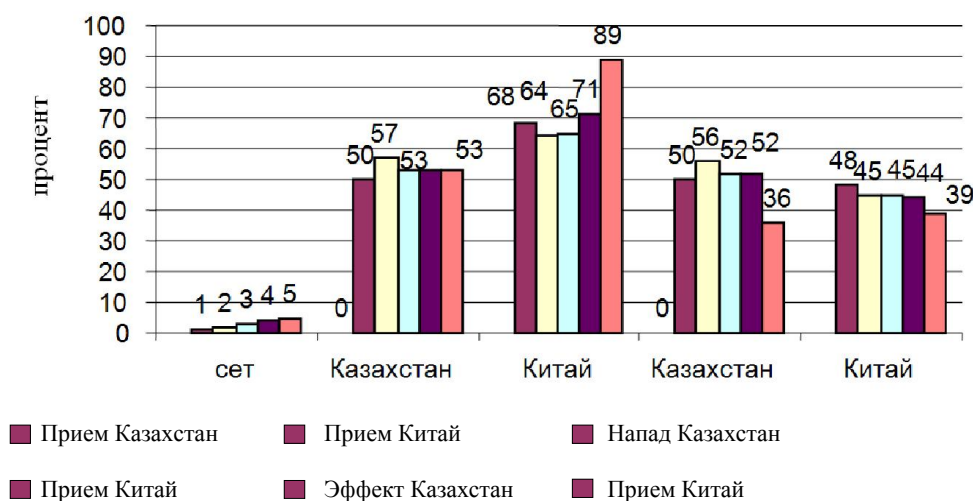


Рисунок 3 - Динамика игровой эффективности команд Казахстана и Китая на протяжении 4 сетов



Примечание: 1-ряд при выполнении приемов мяча команды Казахстана, 2-ряд приемы мяча команды Китая и 3 и 4 ряд эффективность нападающих ударов команд Казахстана и Китая.

Рисунок 4 - Динамика эффективности команд по волейболу Казахстана и Китая на протяжении 4 сетов на кубке Президента в 2008 году.

Полученные данные позволяют заключить, что команда Казахстана была более стабильна на протяжении 4 сетов по эффективности нападающих действий, чем волейболистки Китая. Выявлено явное преимущество в динамике действий на приеме в команде Китая, что и позволило команде Китая одержать победу со счетом 3:1.

Далее нами была проанализирована финальная игра команд Бразилии и США на Олимпиаде в Лондоне в 2012 г. (таблица 1 и рисунок 5) в которой оценивали какие из технических приемов послужили вкладом в победу в финальной игре.

Таблица 1

Результаты выполнения технических действий и процент различий в финальной игре среди женских команд Бразилии и США на Олимпиаде в Лондоне в 2012 г.

Бразилия 1 место		Общий результат в сетах 3:1 (11:25, 25:17, 25:20, 25:17)	США 2 место
Результат, очки	Различия, %	Названиям исследуемых показателей	Результат, очки
86	8,1	Очки	79
61	24,6	Атака	46
7	-28,7	Блок	9
2	0	Подача	2
16	-37,5	Ошибки соперника	22

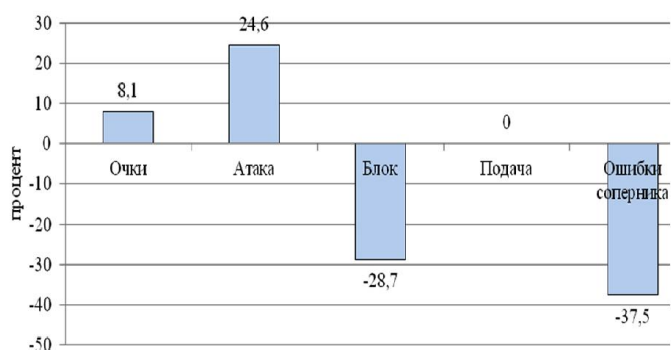


Рисунок 5 - Процент эффективности технических действий женской команды Бразилии в финальной игре с США на Олимпиаде 2012 г. в Лондоне.

Анализ выступлений женских команд по волейболу в финальной игре на Олимпиаде в Лондоне в 2012 году показал, что количество набранных очков у команды Бразилии выше, чем у США на 8,1%, при этом, они выполнили больше атакующих действий на 24,6%, но меньше блокирующих - на 28,7%. Эффективность подач в командах была одинаковой, а своих ошибок сделала больше команда Бразилии на 37,5%. Таким образом, решающую роль в победе в финальной игре сыграли более эффективные атакующие действия.

Выводы:

1. Преимущество в игре на Кубок Президента РК Н.А. Назарбаева было вызвано более эффективной игрой на приеме мяча, что и позволило команде Китая одержать победу.

2. В соревнованиях мирового уровня в финальной игре достигает победы команда, которая более эффективно использует атакующие действия, что наглядно представлено в играх Олимпиады-2012 между командами США и Бразилии.

3. Повышению эффективности нападающих действий и приемам мяча необходимо уделять больший объем времени на тренировочных занятиях команд высшей лиги.

Литература:

1. Кудашова Л.Р., Кислицын Ю.Л., Лозбина А.В. Функциональная подготовка волейболисток высокой квалификации в годичном цикле подготовки // Материалы 2-й научно-практической конференции «Теория и практика физической культуры и спорта», 2008, Алматы.
2. Кудашова Л.Р., Лозбина А.В. Проблемы управления функциональной подготовленностью волейболисток // Материалы 2-й научно-практической конференции «Теория и практика физической культуры и спорта», 2008, Алматы.
3. Кудашова Л.Р., Лозбина А.В. Реализация технических и биологических возможностей организма волейболисток высокой квалификации в условиях соревнований // Международная научно-практическая конференция «Физическая культура и конкурентноспособность страны». - Молдова, 2011.
4. Шулятьев В.М. Теоретико-методические и организационные основы подготовки резервов квалифицированных волейболистов. автореф.... докт. пед. наук: 24.04.97. – Омск, Сибир. Гос. академия физической культуры, 1997. – 43с.

Рецензент: к.пед.н., доцент Касмалиева А.С.