

Литература

1. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М., Савин В.П., Лихачев В.Е. Спортивные игры: Программа педагогических университетов и институтов по специальности 022300 – физическая культура и спорт. – М., 1996.
2. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения: С 734 учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю.Д.Железняк, Ю.М.Портнов, В.П.Савин, А.В.Лексаков; под ред. Ю.Д.Железняка, Ю.М.Портнова. - 7-е изд., стереотип. - М.: Издательский центр «Академия», 2004. - 520 с.

¹**В. В. Царун, ²Д. Л. Грицев**

¹УО «Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины»,
г. Гомель, Республика Беларусь

²УО «Гомельский государственный технический университет имени П. О. Сухого»,
г. Гомель, Беларусь

СОСТАВНЫЕ КОМПОНЕНТЫ ИГРОВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ВОЛЕЙБОЛЕ

Соперничество коллективов в волейболе отличительная черта данного вида спорта, что необходимо учитывать при всех видах подготовки спортсменов и организовывать эффективную тренерскую деятельность.

Главным источником для изучения наиболее эффективной структуры игры в волейбол является наблюдение за командами высокого уровня во время соревнований, а также за игрой отдельных сильнейших волейболистов мира. Параметры игровой составляющей называются целевыми, реализация которых приводит к успеху-победе.

Успех в различных турнирах - это первостепенное в волейболе, его достижение реализуется через решение различных задач, как коллектива, так и отдельных спортсменов, встающих перед игроками в противоборстве с другими командами.

Только имея параметры спортсменов в процессе игровой деятельности, можно дать оценку эффективности игровых возможностей и определить, как дальше поднимать уровень мастерства, как отдельного спортсмена, так и всей команды в целом.

Составные части игровой деятельности в волейболе составляют элементы, которые располагаются весьма условно в несколько уровней в виде башни (от самого большого основания до меньшей верхушки): первая часть самая большая, а далее по уменьшению (рис.1). [1]

Основание как первый элемент составляет структурное, системное противостояние соперников на волейбольной площадке, в который входят все последующие элементы.

Второй элемент включает технико-тактический арсенал команды в защите и атаке. Если один из соперников проявляет свои действия в атаке, то другой в данный момент игры применяет защитные действия. Противоборствующие стороны на протяжении всей игры постоянно меняются защитными и атакующими действиями. Проявление технико-тактического арсенала команды (система игры в защите и атаке) – являются определяющим фактором для выбора всего спектра действий на протяжении отдельной игры, так и соревнований в целом. Один из соперников учитывает возможности своего коллектива и особенности системы игры в защите соперника, когда определяет свой стиль игры в нападении. Команда же играющая в защите учитывает, прежде всего, стиль игры соперника в нападении, представляя свою систему обороны.

Третий элемент составляют групповые действия игроков в атаке и защите – эти действия проявляются в виде различных взаимодействий 2-3 игроков в нападении (комбинации) и игры в защите (блок, расположение). Также как и проявление технико-тактического арсенала команды, групповые действия игроков носят одновременный

характер: волейболисты выполняют тактическую комбинацию в нападении, в это же время соперник взаимодействует между собой, организуя защитные действия против действий противника и конкретного исполнителя. В итоге проявление технико-тактического группового арсенала действий зависят от принятой системы игры и являются её развитием.

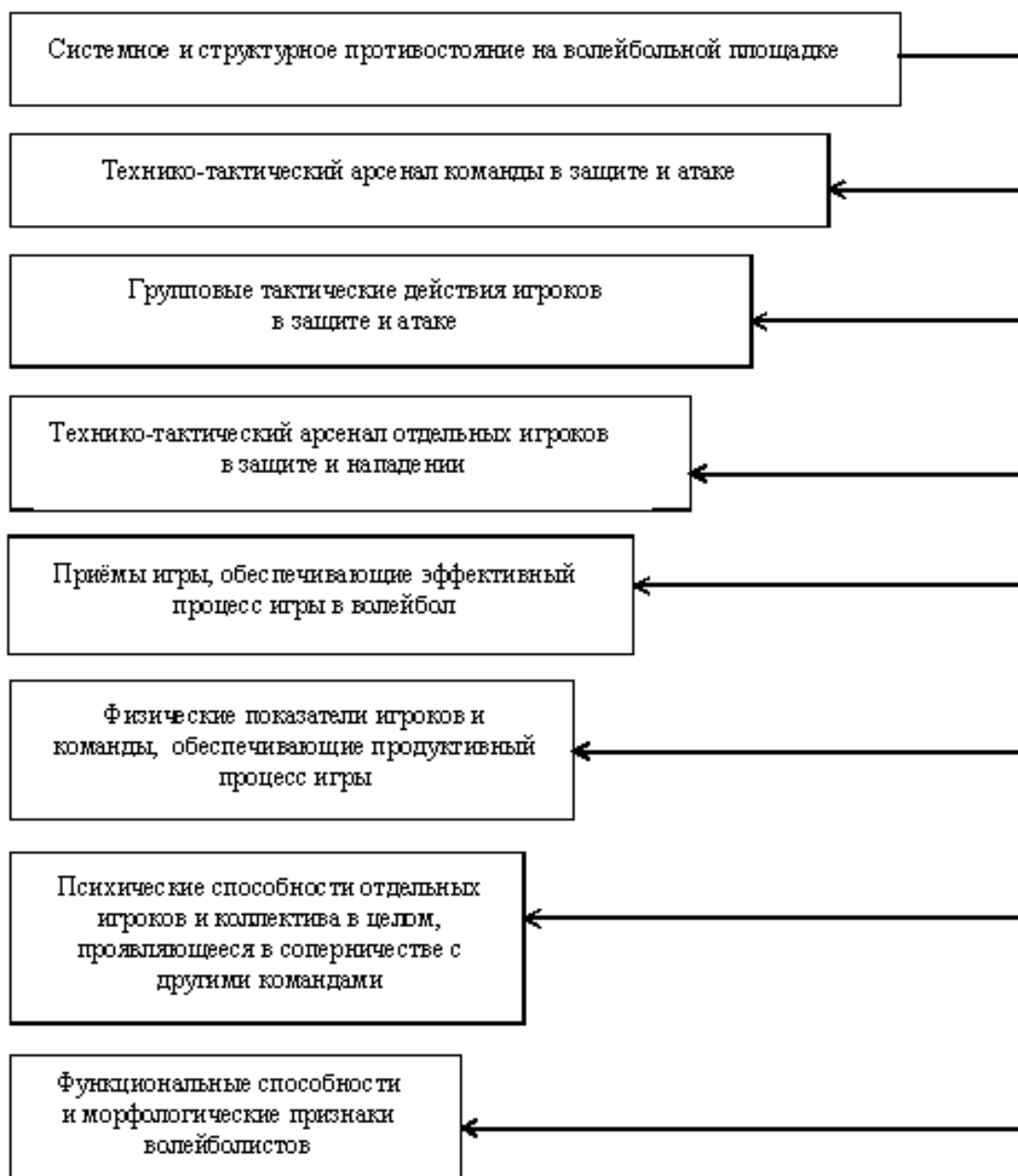


Рисунок 1 – Взаимосвязь всех составляющих игры в волейболе

Четвёртый элемент образуют проявления технико-тактического арсенала отдельных игроков в атаке и защите, что является следующей ступенью в развитии игровой деятельности в волейболе. Индивидуальные действия взаимосвязаны с определёнными групповыми действиями и ими определяются: в атаке в зависимости от тактической комбинации, с одной стороны, и защитных действий волейболистов соперников с другой; в защите в зависимости от системы защиты и своих групповых действий, а также от волейболистов завершающих тактическую комбинацию в атаке с противоположной стороны. [2]

Пятый элемент включают те приёмы игры, обеспечивающие полноценную, эффективную игровую деятельность в волейболе при воздействии на игровой снаряд (игровой мяч). Это последняя составляющая в развитии игровых действий: коллективные-групповые-индивидуальные-приёмы игры. Этот элемент суммирует все действия в волейболе, то есть его реализация находит отражение на эффективности игровой деятельности (взятие очка). Соответственно все приёмы игры делятся на нападающие (взятие очка за счёт атакующих действий) и защитные (взятие очка за счёт хорошей обороны).

Шестой элемент включает физические показатели команды и отдельных игроков, которые необходимы для эффективного и стабильного выполнения действий технико-тактического характера, составляющих основу игровых ситуаций в волейболе, проявление всех необходимых физических качеств спортсмена. На первый план в игре могут выходить более высокий уровень физических показателей и способность их реализовать в условиях острого противоборства.

В седьмой элемент входят психические способности игрока. Качество проявления этих способностей в условиях ожесточённой борьбы, что существенно влияет на победу в игре и турнире. Это является немаловажным фактором победы при прочих равных показателях волейболистов.

Восьмой и девятый элементы состоят из функциональных способностей и морфологических признаков волейболистов, которые необходимы для проявления технико-тактического арсенала игроков на протяжении всего периода соревнований.

Вся деятельность в волейболе направлена на достижение победы, как в отдельной игре, так и турнире целом. Это предусматривает необходимость тщательного изучения содержания всего процесса подготовки в волейболе, выявление условий, при которых возможно достижение максимально высокого результата. Составные части соревновательной деятельности в волейболе и условия эффективной подготовки служат основополагающим элементом при построении процесса подготовки.

Литература

1. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М., Савин В.П., Лихачев В.Е. Спортивные игры: Программа педагогических университетов и институтов по специальности 022300 – физическая культура и спорт. – М., 1996.

2. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения: С 734 учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю.Д.Железняк, Ю.М.Портнов, В.П.Савин, А.В.Лексаков; под ред. Ю.Д.Железняка, Ю.М.Портнова. - 7-е изд., стереотип. - М.: Издательский центр «Академия», 2004. - 520 с.

А. А. Челноков, д-р биол. наук, доц.

ФГБОУ ВО «Великолукская государственная академия физической культуры и спорта», г. Великие Луки, Российская Федерация

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ РАЗНЫХ ВИДОВ СПИНАЛЬНОГО ТОРМОЖЕНИЯ У ПРЕДСТАВИТЕЛЕЙ РАЗЛИЧНЫХ ВИДОВ СПОРТА

Специфика мышечной работы разной направленности, выполняемая в течение длительного времени спортсменами, определяет характер протекания нервных процессов в спинальных и супраспинальных структурах ЦНС [1, 2]. Весомый вклад в регуляции двигательной деятельности человека вносят тормозные интернейронные цепи спинного мозга [3-6 и др.]. Основная функция реципрокного торможения – своевременно осуществлять координацию между мышцами агонистами и антагонистами. Нерципрокное (аутогенное) торможение по своему функциональному значению является