

МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ОРГАНИЗАЦИИ ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ

А.В. Родин

Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма,
rodin67@bk.ru

Введение. Высокая прикладная и спортивная значимость различных видов спортивных игр, в том числе волейбола, предопределяет интерес к научным исследованиям по всему комплексу проблем подготовки, занимающихся этим видом спорта. В настоящее время отмечается интерес к исследованиям, связанным с организацией тренировочного процесса волейболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства [2, 5, 6].

Анализ специальной научно–методической литературы [1, 3, 4] показал, что проблеме совершенствования индивидуальных тактических действий волейболистов ДЮСШ посвящено крайне малое количество работ, и, в основном, все они сводятся к формированию рациональной структуры двигательных действий технического приема.

В связи с этим *целью исследования* явилось изучение особенностей и современных тенденций организации тактической подготовки в волейболе для дальнейшей оптимизации тренировочного процесса спортсменов.

Методы и организация исследования. Исследование проводилось в период с 2013 по 2015 гг. В исследовании приняли участие тренеры, работающие с волейболистами на этапе совершенствования спортивного мастерства, которые являются участниками Чемпионата России по волейболу Высшей лиги «Б» и молодежной лиги среди мужских команд. Тренерам было предложено ответить на вопросы анкеты, которые позволяют выявить особенности организации тактической подготовки спортсменов с целью дальнейшего поиска эффективных путей оптимизации тренировочного процесса. Анкета включала в себя 22 вопроса.

Результаты исследования и их обсуждение. В ДЮСШ по волейболу на этапе совершенствования спортивного мастерства большинство (85,3%) тренеры составляют мужского пола, при этом у 74,6% стаж работы превышает 25 лет. Это свидетельствует о педагогическом опыте тренерского состава. Из всех респондентов только 22,6% тренеров ДЮСШ, находятся в возрасте до 30 лет.

Из всех опрошенных тренеров 56,4% считают, что добились высоких спортивных результатов, работая с волейболистами на этапе совершенствования спортивного мастерства в ДЮСШ. Достаточно большое количество специалистов (43,6%) никогда не достигли существенных результатов со своими подопечными. В связи с этим можно предположить, что в своей работе значительное число тренеров не в полной мере занимаются повышением уровня педагогического мастерства.

Наибольшее количество тренеров (30,3%) считают определяющим в достижении высоких спортивных результатов волейболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства ДЮСШ наличие талантливых и одаренных игроков, 22,6% – уровень физической, 11,5 и 20,6%, соответственно, технической и тактической и 4,5% – психологической подготовленности. Всего 10,5% тренеров считают, что достижение высоких спортивных результатов обуславливают рационально выстроенная структура и содержание спортивной подготовки. Данный факт свидетельствует о том, что тренеры в основном, полагаются на поиск талантливых спортсменов, чем на эффективную организацию спортивной подготовки волейболистов.

При планировании тренировочного процесса волейболистов ДЮСШ большинство тренеров руководствуются собственной программой (38,6%) и тренерским опытом (30,9%), что не всегда соответствует задачам и требованиям, предъявляемым к спортсменам, которые призваны в ближайшей перспективе пополнять молодежные и взрослые команды ведущих клубов Российской Федерации.

В работе большинства тренеров ДЮСШ (78,2%) в процессе организации тренировочного процесса волейболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства не предусматривается разграничение по годам обучения, что создает трудности рационального планирования средств, методов и тренировочной нагрузки, ввиду существующей возрастной дифференциации.

Установлено, что у 54,7% тренеров ДЮСШ состоят из 18 спортсменов и более, у 27,4% – 12 спортсменов и у 17,9% – 14 спортсменов. Такая тенденция позволяет констатировать, что, ввиду превышения количества спортсменов на этапе совершенствования спортивного мастерства ДЮСШ затруднительно строить процесс индивидуальной подготовки, когда требуется подтянуть отстающие стороны подготовленности волейболистов.

Большинство тренеров (57,5%) отводят 16 часов в неделю на проведение тренировочных занятий, что на 12 часов меньше, чем требует программа подготовки ДЮСШ 1-го года обучения, и на 16 часов – 2-го и 3-го годов обучения. В условиях такого незначительного количества времени тренеру тяжело осуществлять полноценную подготовку спортсменов.

Всего 48,4% тренеров при планировании подготовки руководствуются периодизацией спортивной тренировки волейболистов ДЮСШ. Ведущие специалисты (25, 138, 188) утверждают, что в группах спортсменов при организации тренировочного процесса в первую очередь необходимо четко разграничивать периоды подготовки (подготовительный, соревновательный и переходный) для подбора рационального соотношения средств подготовки.

Опрос тренеров показал, что 35,6 и 30,9%, соответственно, считают наиболее значимым в тренировочном процессе волейболистов ДЮСШ интегральную и соревновательную подготовку, которые, по их мнению, обеспечивают успешность участия в соревнованиях. Необходимо обратить внимание, что всего лишь 13,6 и 20,7% респондентов, соответственно, считают наиболее значимыми техническую и тактическую подготовку.

Такая тенденция дает возможность предположить, что тренеры в своей работе с волейболистами на этапе совершенствования спортивного мастерства ДЮСШ чаще используют стандартизированные игровые упражнения, которые не позволяют раскрыть у спортсменов отстающие стороны индивидуального тактического мастерства.

В процессе технической подготовки тренеры ДЮСШ, как правило, применяют основные (соревновательные) упражнения (69,3%), при этом их основная доля (86,3%) приходится на соревновательный период годового тренировочного цикла волейболистов.

При анализе средств тактической подготовки большинство тренеров (75,8%) также отводят основным упражнениям (соревновательным), причем основная доля их, как считают 89,4% тренеров направлена на совершенствование групповых взаимодействий в соревновательном периоде.

Вспомогательным (тренировочным) упражнениям по технике и тактике отводится не значительное внимание – 30,7 и 24,2% соответственно.

Тренеры, работающие с волейболистами на этапе совершенствования спортивного мастерства ДЮСШ, в полной мере не используют потенциал подготовительного периода для совершенствования технических приемов игры и тактических действий. В подготовительном периоде появляется возможность, ввиду отсутствия большого количества официальных игр, использовать широкий спектр вспомогательных упражнений, причем как подготовительных по технике и тактике, так и подводящих, для развития психофизиологических способностей, обеспечивающих эффективное овладение пространственно-временной структурой движения.

Формирование двигательной структуры технических приемов у волейболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства происходит в основном по принципу обучения (целостный метод), характерного для начальных этапов подготовки, а не совершенствования, что подтверждают 62,7% тренеров. Для исправления ошибок в выполнении технического приема всего 15,7% тренеров применяют метод выполнения упражнения в облегченных условиях.

При формировании двигательных навыков технического приема всего 23,5% тренеров применяют такие эффективные методы, как: усложненной внешней обстановки (сопротивление условного противника, трудные исходные положения и подготовительные действия, быстрое и точное выполнение действия, ограничение пространства); различных состояний организма, затрудняющих выполнение технического действия (значительное утомление, эмоциональное напряжение, ограничение зрения, формирование рабочей установки). Всего 26,2% тренеров применяют при совершенствовании технических приемов волейболистов методы управления, двигательной наглядности и информации.

При использовании достаточно скудного арсенала методов совершенствования технического приема (целостный метод) у волейболистов ДЮСШ в процессе соревновательной деятельности может отмечаться низкий уровень вариативности владения техническим приемом игры. В конечном итоге, данные обстоятельства снижают индивидуальный тактический арсенал спортсмена и уровень его спортивного мастерства

В подготовительном периоде всего 39,4% тренеров следят за объемом технической подготовки, а 19,4% – интенсивностью, в соревновательном периоде тенденция сохраняется у 37,1 и 23,5%, соответственно. Большинство тренеров (69,6%) интенсивность упражнения по технической подготовке определяют по показателям частоты сердечных сокращений.

При ответе на вопрос: «Осуществляете ли Вы в тренировочном процессе совершенствование вариантов технических приемов?», 44,2% тренеров вообще не знают, что это такое. Всего 25,7% тренеров, ответивших положительно, сводят свои усилия в основном к совершенствованию нападающего удара по ходу и линии. Данный факт свидетельствует о слабом техническом мастерстве волейболистов, что не позволяет им показать высокие результаты в соревновательной деятельности.

Большинство респондентов считают, что достижение высоких спортивных результатов волейболистами ДЮСШ определяют групповые (38,8%) и командные (45,2%) взаимодействия. Лишь для 16,0% тренеров – это индивидуальные тактические действия.

В подготовительном периоде основная доля отводится групповым (68,9%), а в соревновательном периоде годового тренировочного цикла – командным (74,3%) взаимодействиям волейболистов ДЮСШ. Данный факт свидетельствует о том, что у тренера практически не остается времени для исправления ошибок технических приемов и инди-

видуальных тактических действий, информация о которых была получена в процессе соревнований.

При совершенствовании индивидуальных тактических действий тренеры (52,6%) отдают предпочтение тренировочным средствам нападения, 29,5% – защите и лишь 17,9% строят этот процесс с учетом классификационных признаков технико–тактических действий спортсменов.

Большинство тренеров (79,5%) в процессе совершенствования индивидуальных тактических действий в тренировке не применяют специализированные средства для развития психофизиологических способностей, и лишь незначительное число специалистов (20,5%) это делают в своей профессиональной деятельности.

Наиболее значимым для 76,5% тренеров оказался ответ на вопрос, связанный с применением в учебно–тренировочном процессе волейболистов 16–18 лет средств психомоторной подготовки для развития внимания и мышления спортсменов. Исходя из полученных данных, можно предположить, что тренеры достаточно поверхностно в тренировочном процессе осуществляют развитие психофизиологических способностей, которые являются одним из факторов, лимитирующих повышение индивидуального тактического мастерства спортсменов.

В процессе интегральной подготовки большинство тренеров (86,9%) применяют игровые упражнения, выполняемые соревновательным методом. Следует отметить, что это достаточно эффективный подход, но он не обеспечивает формирование индивидуального тактического мастерства, а лишь программирует спортсмена на схематическое выполнение двигательного действия, что может привести к дестабилизации вариативности действий в процессе противоборствующей игровой ситуации.

Игровая деятельность, сама по себе, является достаточно мощным средством повышения мастерства спортсмена, однако чрезмерное ее применение, особенно на ранних этапах годового цикла, может привести к игровому переутомлению и нежеланию вести спортивную борьбу в соревновательном периоде. Проведенные нами исследования подтверждают данный тезис, что в подготовительном периоде современные тренеры (70,6%), работающие с волейболистами на этапе совершенствования спортивного мастерства ДЮСШ, проводят до 16 контрольных игр, что чрезмерно много для данного возраста. Все эти доводы свидетельствуют о том, что у тренеров достаточно малое количество времени отводится на индивидуальную работу.

Большинство тренеров (61,6%), работающих с волейболистами 16–18 лет, в своей работе не применяют регистрацию соревновательных показателей. При этом характерно, что 68,9% респондентов регистрируют только количество и качество технико–тактических действий команды в целом. Для волейболистов на этапе совершенствования спортивного мастерства регистрация и анализ индивидуальных соревновательных показателей являются индикатором корректировки тренировочного процесса.

В процессе исследования большинство тренеров (57,8%) ответили, что соревновательные показатели являются лишь объектом общего разбора игровой деятельности команды.

Заключение. Подводя итог, следует акцентировать внимание на том, что в процессе подготовки волейболистов достаточно мало времени отводится совершенствованию индивидуальных тактических действий, как правило, решение данного вопроса сводится к применению игровых упражнений и соревновательных форм, которые, по мнению тренеров, обеспечивают рост спортивного мастерства. В связи с этим данный вопрос требует дальнейшей разработки и экспериментального обоснования, в первую очередь, с позиции изучения в соревновательной деятельности волейболистов количественной и качественной сторон вариативности и разносторонности индивидуальных тактических действий.

Литература

1. Губа В.П. Волейбол в университете: Теоретическое и учебно–методическое обеспечение системы подготовки студентов в спортивном клубе / В.П. Губа, А.В. Родин. – М.: Советский спорт, 2009. – 166 с.

2. Клещев Ю.Н. Эволюция техники и тактики волейбола: метод. Разраб. / Ю.Н. Клещев. – М., 1997. – 61 с.
3. Лебедь Ф. Формула игры: общая теория спортивных игр, обучение и тренировка / Ф. Лебедь. – Волгоград, 2005. – 392 с.
4. Макаров Ю.М. Дидактические аспекты начальной тактической подготовки в спортивных играх: учебное пособие/ Ю.М. Макаров, А.А. Чуркин. – СПб.: Олимп. 2008. – 120 с.
5. Родин А.В. Факторная структура индивидуальной тактической подготовки волейболистов групп спортивного совершенствования / А.В. Родин, М.В. Погорелый // Теория и практика физической культуры, 2014. – №2. – С. 15.
6. Чуркин А.А. Основы тактической подготовки начинающих волейболистов: учебное пособие / А.А. Чуркин. – СПб.: СПбТЭИ, 1997. – 92 с.