

## КОЛИЧЕСТВЕННАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА И ЭФФЕКТИВНОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НАПАДАЮЩИХ УДАРОВ С ЗАДНЕЙ ЛИНИИ В СОВРЕМЕННОМ МУЖСКОМ ВОЛЕЙБОЛЕ

*Т.А. Куц,*

Белорусский государственный университет физической культуры,  
Республика Беларусь

В волейболе как в виде спорта, имеющим более чем столетнюю историю развития, в ходе эволюции техники и тактики игры произошел естественный отбор рациональных двигательных действий (технических приемов) и тактических способов их применения. Однако для достижения победного результата в противоборстве практически равных по уровню технико-тактического потенциала команд тренеры-новаторы неумолимо ведут поиски новых технико-тактических приемов и способов их реализации.

В истории волейбола немало примеров, когда творческий поиск таких тренеров увенчался успехом. Это и Х. Даймацу, под руководством которого в 60-х годах японская команда «Ничибо», введя такие технические приемы, как «планирующая» подача и защитные падения-перевороты, добилась выдающихся спортивных результатов, выиграв чемпионат мира и Олимпийские игры (Токио, 1964 г.) [1, 4, 5]. И В. Платонов – известный отечественный наставник в мужском волейболе, который ввел в игру сборной команды СССР новый острокомбинационный стиль нападающих действий и новую схему взаимодействий волейболистов на блоке, а именно «блок уступом» [7]. Что способствовало уникальному спортивному достижению сборной мужской команды СССР – она не познала поражений в международных соревнованиях в течение 7 лет. И Б. Резенде, под его руководством бразильские волейболисты стали широко использовать такой прием нападения, как подача в прыжке, что способствовало их высочайшим достижениям на международной арене уже на протяжении 11 лет.

Естественно, что с течением времени по мере развития техники и тактики волейбола изыскивать новые эффективные технико-тактические приемы игры становится все сложнее. Однако практика показывает, что новаторские поиски тренеров и спортсменов не завершены.

В последнее время волейболисты как мужских, так и женских команд стали широко использовать нападающие удары с задней линии волейбольной площадки. Причем если раньше к нападению подключали игрока первой зоны, то сейчас и мужские и женские команды используют в нападении и игрока 6 зоны [6].

Однако как показал проведенный нами анализ специальной литературы по волейболу, данные о количестве и эффективности использования этого приема нападения в современном спортивном волейболе практически отсутствуют.

С целью устранения отмеченного недостатка в нашем исследовании проведены педагогические наблюдения за соревновательной деятельностью волейболистов команд-участниц мужского чемпионата мира 2010 года в нападении с задней линии волейбольной площадки.

В проведенном исследовании решались следующие задачи: 1) определить количественные показатели объема выполнения нападающих ударов с задней линии волейбольной площадки дифференцированно по зонам их выполнения и определить процентное соотношение выполняемых ударов с передней и задней линии; 2) произвести анализ эффективности использования этих приемов игроками сборных команд – участниц названного первенства.

В качестве методов исследования в работе использовались: 1) анализ и обобщение данных литературы; 2) методика регистрации и оценки эффективности нападающих действий волейболистов, разработанная В.Я. Буниным [2,3]; 3) методы математической статистики.

Наблюдения за соревновательной деятельностью высококвалифицированных волейболистов проводились путем просмотра видеозаписей игр, сделанных на мужском чемпионате мира 2010 года. Было просмотрено 6 игр чемпионата с участием сильнейших команд мирового первенства. При помощи протокольной регистрации по методике В.Я. Бунина [2, 3] был зарегистрирован 931 нападающий удар в 20 партиях, выполненный высококвалифицированными волейболистами. Из них с передней линии было произведено 695 ударов (что составляет 74,6 % от всей суммы нападающих ударов), а именно 339 ударов выполнялись из 4-й зоны, 180 из 3-й зоны и 176 ударов из 2-й зоны площадки. С задней линии было выполнено 236 нападающих ударов – это 25,4 % (для таких сборных команд, как Испания, Франция, Бразилия и Польша в одной игре ударов с задней линии было выполнено более 30 %) от суммы всех выполненных ударов. Из 6 зоны было произведено 76 ударов, и 160 атакующих ударов волейболисты выполнили из 1 зоны.

Результаты педагогических наблюдений за количеством выполняемых ударов с передней и задней линии представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Количественная характеристика выполненных нападающих ударов с передней и задней линии команд-участниц чемпионата мира 2010 года среди мужчин

Команда	Кол-во ударов с передней линии			Сумма ударов с передней линии	Кол-во ударов с задней линии	Сумма всех ударов	Кол-во партий
	из 4-й зоны	из 3-й зоны	из 2-й зоны				
Болгария	40	13	21	74	19	93	3
Испания	38	17	18	73	34	107	3
Италия	40	19	26	85	24	109	4
Сербия	84	44	53	181	41	222	8
Бразилия	24	16	16	56	26	82	3
Польша	25	16	4	45	23	68	3
США	30	15	4	49	14	63	3
Франция	22	16	17	55	24	79	3
Россия	36	24	17	77	30	107	4

В таблице 2 представлены дифференцированные показатели выполненных нападающих ударов с задней линии игроками сборных команд.

Таблица 2 – Дифференцированная количественная характеристика использования нападающих ударов из первой и шестой зон задней линии волейбольной площадки

№ п. п.	Ф.И. игрока	Страна	Кол-во выполненных ударов		Сумма
			из зоны 6	из зоны 1	
1	П. А-в	Болгария		3	3
2	В. Н-в	Болгария		10	10
3	М. К-ий	Болгария	2		2
4	Т.С-в	Болгария		4	4
5	И. П-з	Испания		15	15
6	М. С-о	Испания	5	1	6
7	С. Н-а	Испания	7		7
8.	Г. С-о	Испания		6	6
9	П-и	Италия	4	3	7
10	К. С-и	Италия	2	1	3
11	А. Ф-и	Италия	2	7	9
12	И. З-в	Италия		2	2
13	Л-о	Италия		3	3
14	М. Н-ч	Сербия	8		8
15	И. М-ч	Сербия		12	12
16	В-о	Бразилия		12	12
17	Д-е	Бразилия	5		5
18	М-о	Бразилия	7	2	9
19	П. Г-а	Польша		14	14
20	М. В-й	Польша	5		5
21	Б. К-к	Польша	4		4
22	Х. Д-е	Франция	2		2
23	Р. В-ю	Франция		7	7
24	С. А-а	Франция	2		2
25	Н. М-ль	Франция	2		2

№ п. п.	Ф.И. игрока	Страна	Кол-во выполненных ударов		Сумма
			из зоны 6	из зоны 1	
26	Е. Н-н	Франция	2	9	11
27	К. С-и	США	2	8	10
28	С. Р-у	США	2	1	3
29	В. П-и	США	1		1
30	Ю. Б-о	Россия	2		2
31	М. М-в	Россия		24	24
32	Т. Х-й	Россия	4		4
33	Н. К-ч	Сербия	6		6
34	И. М-ч	Сербия		16	16

Очень высоких индивидуальных показателей добились волейболисты М. Михайлов (сборная России) – 24 удара из 1-й зоны и М. Никич (сборная Сербии) – 8 ударов из 6-й зоны в 4 партиях.

Средние значения коэффициентов эффективности нападения с задней линии площадкой волейболистов разных сборных команд представлены в таблице 3 и на диаграмме 1.

Таблица 3 – Показатели эффективности нападающих ударов с задней линии мужских команд – участниц чемпионата мира 2010 года

№ п. п.	Команда	Кол-во партий	Кол-во ударов с задней линии	Коэффициент эффективности
1	Болгария	3	19	0,652
2	Испания	3	34	0,686
3	Италия	4	24	0,638
4	Сербия	8	41	0,589
5	Бразилия	3	26	0,648
6	Польша	3	23	0,76
7	США	3	14	0,658
8	Франция	3	24	0,683
9	Россия	4	30	0,486

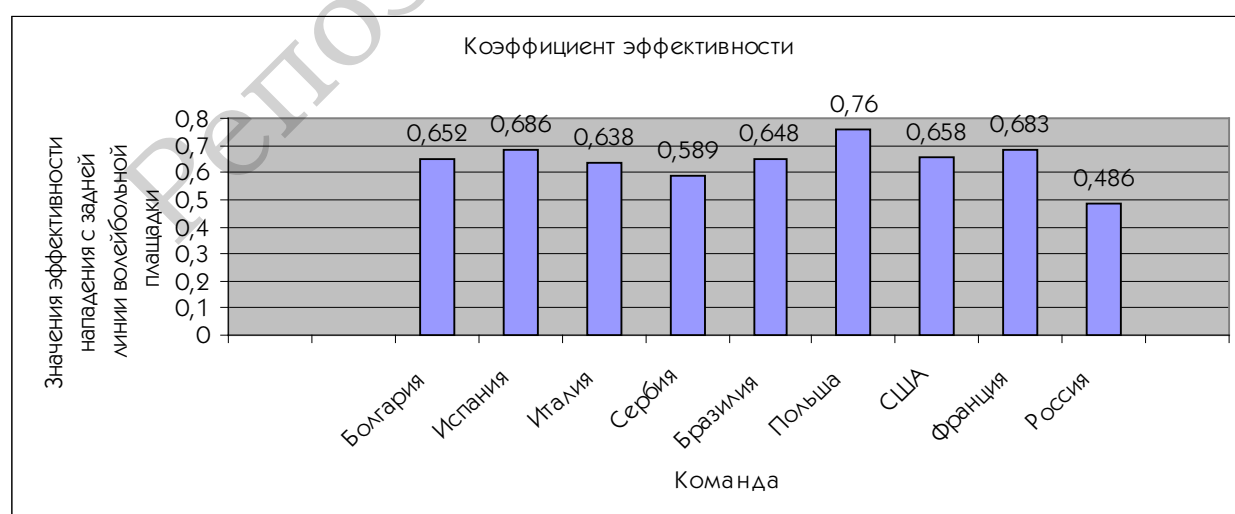


Рисунок 1 – Показатели эффективности нападающих ударов с задней линии мужских команд – участниц чемпионата мира 2010 года

Из таблицы и диаграммы наглядно видно, что в среднем самые высокие командные показатели эффективности нападения с задней линии у команды Польши – 0,760. Остальные команды выполняли удары с задней линии с эффективностью от 0,638 до 0,686. В анализируемой встрече сборная России выполняла удары с задней линии с невысокой эффективностью 0,486. Хотя индивидуально у двух спортсменов сборной России М. Михайлова и Т. Хтея этот показатель составил 0,592 и 0,602 соответственно, но Ю. Бережко из двух выполненных нападающих ударов два раза ошибся, и эффективность его нападения составила 0,234. В результате это суммарно снизило эффективность команды в нападении с задней линии.

Таким образом, проведенные педагогические наблюдения, позволили определить количественные параметры использования нападающих ударов с задней линии в игре высококвалифицированных мужских команд - участников чемпионата мира 2010 года и определить показатели эффективности этих ударов.

1. Булдакова, Л. Шесть в защите – шесть в нападении / Л. Булдакова, Л. Никитин. – М.: Советская Россия, 1979. – 112 с.
2. Бунин, В.Я. Методика количественной оценки соревновательной деятельности в волейболе / Э.К. Ахмеров, В.Я. Бунин, В.Я. Ивановский // Педагогический контроль за подготовленностью квалифицированных волейболисток: методические рекомендации – Минск, 1985. – 36 с.
3. Бунин, В.Я. Информационное обеспечение соревновательной деятельности в волейболе: автореф. дис ... канд. пед. Наук / В.Я. Бунин. – Л. 1981. – 20 с.
4. Волейбол: справочник / сост. А.С. Эдельман. – М.: ФиС, 1984. – 192 с.
5. Даймацу, Х. Следуйте за мной / Х. Даймацу. – М.: ФиС, 1972. – 88 с.
6. Железняк, Ю.Д. Тенденции развития классического волейбола на современном этапе / Ю.Д. Железняк, Г.Я. Шипулин, О.Э. Сердюков // Теория и практика физической культуры: тренер: журнал в журнале. 2004. – № 4. – С. 30–33.
7. Платонов, В.А. Уравнение с шестью известными / В.А. Платонов. – М.: Молодая гвардия, 1986. – 250 с.

## **МЕТОДИКА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ В СПОРТИВНОЙ БОРЬБЕ**

*Л.А. Либерман, доцент, В.Л. Третьяк,*

Белорусский государственный университет физической культуры,  
Республика Беларусь

В спортивной тренировке борцов значительное место занимает физическая подготовка. Она предусматривает развитие – и совершенствование двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости и координации), повышение функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем у борцов. Для целенаправленного управления учебно-тренировочным процессом и своевременного внесения в него соответствующих корректив тренерам по спортивной борьбе необходимо вести контроль за двигательной подготовленностью и физической работоспособностью занимающихся. Без изучения двигательной подготовленности и функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем невозможно правильно строить учебно-тренировочные занятия по борьбе, особенно с юношами. Наибольшая эффективность в развитии двигательных способностей борцов, как известно, достигается при учете двигательных качеств, физической работоспособности и функционального состояния различных систем организма. Знание уровня и особенностей развития двигательных качеств, физической работоспособности дает возможность тренерам целенаправленно воздействовать средствами физического воспитания на достижение оптимальных результатов в греко-римской, вольной борьбе, самбо и дзюдо. Изучение физической подготовленности и функциональных возможностей борцов позволит объективнее оценить результаты педагогических воздействий, правильно спланировать и проводить учебно-тренировочные занятия с учетом этих показателей и вносить соответствующие коррективы в процессе тренировок. Развитие и совершенствование двигательных качеств у борцов греко-римского стиля в процессе спортивной тренировки – одно из необходимых условий достижения высоких результатов. От уровня их развития в значительной степени зависит эффективность обучения борцов технико-тактическим действиям. С целью развития и совершенствования скоростных качеств (частоты, скорости и быстроты движений) у борцов в процессе спортивной тренировки использовались следующие упражнения: из разных исходных положений движения согнутыми и прямыми руками (одновременные и поочередные) в течение 15–20 с; бег с ускорением на расстояние от 30 до 60 м, бег на скорость с низкого старта на 30, 60, 100 м; прыжки через скакалку (в виде соревнования на количество прыжков за 10–12 с); из разных исходных положений (на полу, на ковре) по сигналу быстрое выполнение несложных движений (с упора присев пере-