

**УДК 796.325.015.1 (043.3)**

**Гераськин Анатолий Александрович**, кандидат педагогических наук, доцент кафедры физического воспитания, профессор Российской Академии Естествознания, Омский государственный технический университет, г. Омск, Россия. E-mail: anatoly\_geraskin@mail.ru

**Игнатович Константин Васильевич**, соискатель кафедры Теории и методики спортивных игр, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта, г. Омск, Россия. E-mail: anatoly\_geraskin@mail.ru

### **ФОРМИРОВАНИЕ ТАКТИКО-ТЕХНИЧЕСКИХ УМЕНИЙ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ ПРИ ИГРЕ В ЗАЩИТЕ НА ОСНОВЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТНОГО ПОДХОДА**

**Аннотация.** Рассматривается проблема формирования тактико-технических умений квалифицированных волейболистов при игре в защите с позиций теории деятельности. 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.

**Ключевые слова:** волейбол, игроки нападения, атакующие игроки, спортивная мотивация

Одной из *проблем* стоящих перед специалистами в спортивных играх является преодоление существенного преимущества действий нападающих над игроками защиты, в связи с чем возникает необходимость поиска новых подходов и средств для уменьшения такого преимущества [1, с. 63-66; 2, с. 22-23, 3, с. 128-129; 4, с. 16-17]. Такая картина связана с ростом технико-тактического мастерства, совершенствованием многих компонентов игры, ростом конкуренции студенческих и профессиональных команд. В полной мере эта проблема актуальна и для волейбола.

**Цель работы:** поиск путей совершенствования подготовленности квалифицированных волейболистов к выполнению действий в защите путём разработки и применения направленных тренировочных воздействий.

В работе применялись педагогические наблюдения, анализ видеозаписей матчей команд российского Чемпионата высшей лиги, международных матчей, использовался спортивный и педагогический опыт авторов. Изучалась содержание соревновательной и тренировочной деятельности игроков нападения и защиты путём составления спортограмм деятельности нападения и защиты [5, 6, 7]. Это

*Раздел. Вопросы спорта и спортивной подготовки*

позволило выдвинуть следующие объяснения преимущества нападения над защитой:

1) игроки нападения, как правило, имеют преимущество над спортсменами линии защиты по уровню антропометрических данных и атлетической подготовленности [8, с. 4-20]. Несмотря на то, что качество блокирования существенно выросло, преимущество в игре над сеткой остаётся за игроками нападения. Обладая высоким ростом и развитой прыгучестью нападающие игроки могут выполнять атаки на недостижимой для блокирующих высоте, максимально затрудняя действия игроков защиты. Это проявляется в процессе борьбы основных нападающих игроков с блокирующими, которые выполняют амплуа связующих. Как правило связующие существенно уступают нападающим в росте. Поэтому, в опытных командах завершающие атаки выполняются, как правило основными нападающими, которые стараются направлять мяч через связующих игроков, уступающих им в росте, и в прыжке. В результате усилия команды в течение партии или игры теряются ввиду слабого блока связующих игроков. Но имеются и положительные примеры успешной игры связующих против нападения – это игра Евгения Емельянова в Иркутском Динамо и Юрия Соколова в Ростовском СКА. Первый – разносторонний высокорослый игрок Он одновременно выступал как основной нападающий и связующий в своей линии, а второй, не обладая высоким ростом отличался развитой прыгучестью и искусством делать паузы перед выносом рук над сеткой, что позволяло обоим успешно играть в своих коллективах и в сборной команде России. К сожалению, в наших мужской и женской сборных командах блок связующих игроков не представляет существенных препятствий для нападающих, что является одной из причин наших неудачных матчей в финальной части последней Олимпиады;

2) нападающие выполняют игровые действия, в динамике игры, используя возможности для разбега перед выполнением атакующего действия. Это увеличивает возможности для выпрыгивания, облегчает им борьбу с блоком и затрудняет действия защитников в поле. Кроме того, взаимодействия блокирующих игроков и игроков защиты крайне сложны, по сравнению со взаимодействиями нападающих и требуют кропотливого труда для выигрыша в таких противоборствах, высокой сыгранности в отдельных звеньях и в команде.

3) по ходу развития атаки игроки нападения имеют возможность для наблюдения и коррекции совместных действий – осуществлять зрительный контроль цели своего действия, то есть, контролировать расположение защитников на площадке, обнаруживать наличие свободных или слабо защищённых зон. Они могут выбирать рациональные технико-тактические варианты решения игровых ситуаций, отказываться от ранее принятых решений, в связи с изменениями в ситуациях [9, с.

*Раздел. Вопросы спорта и спортивной подготовки*

28-36; 10, с. 134-142]. Безусловно, умение отказаться от принятого решения, изменить его в ходе исполнения игрового приёма доступно игрокам, имеющим достаточный опыт и квалификацию [11, с. 141-142]. Примером тому может быть расположение рук блокирующих игроков над сеткой, которое меняется по ходу постановки блока при выполнении блокирующими подготовительных и основных фаз блокирования. Нападающие могут воспользоваться множеством вариантов атакующих действий – от мощных до обманных ударов или игры от блока в аут. Защитники во многом не имеют такой возможности, так как их блокирующие не могут зрительно контролировать действия «полевых» игроков, которые находятся у них за спиной на площадке. Сами полевые игроки строят действия на основе выработанных «стандартов» расположения на площадке, выбора позиции для отражения конкретного нападающего удара или страховки блокирующих. Такая игра строится на основе игрового опыта, развитой интуиции и восприятия защитниками специфических сигналов о намерениях противника. Наши исследования свидетельствуют о том, что успешность защитных действий строится и на развитии ряда специальных физических и психических качеств игроков, в том числе на развитии быстроты специфического реагирования, «взрывной силы» для мгновенных перемещений, а также специализированных восприятий защитника – «чувства сетки», «чувства площадки», «чувства зоны защиты», «чувства партнёра», «чувства скорости полёта мяча». Опираясь на упомянутые специальные для деятельности качества игрок защиты точно выбирает место на площадке и выполняет необходимые для защиты действия, намеренно пропускает мячи посланные противником за пределы площадки и т.д. Сравнивая технологию действий нападающих и защитников в целом, мы убеждаемся в более сложном характере условий деятельности для игроков защиты, по сравнению с нападающими;

4) нападающие игроки находятся в преимущественном положении с позиций тактики игры. Они имеют возможность изменять направление разбега, ритм, темп двигательных действий. Нападающие стремятся применять неожиданные, нестандартные решения ситуаций. Применяют они также ложные тактические действия, используют помощь партнёров для отвлечения внимания блокирующих и защитников от истинных намерений в атаке. Таким приёмом может служить использование удара «Марита», к сожалению, редко применяемое в последнее время. Здесь нападающий делает ложный взмах руками и небольшое разгибание ног и туловища, якобы для последующего удара. Блокирующий выполняет постановку блока, ожидая удар с короткой передачи, а нападающий неожиданно отказывается от первого темпа движений, выполняет повторно взмах руками, сгибание и разгибание туловища и ног, и выпрыгивая, наносит удар по мячу, при опускающемся блоке соперников. Здесь важно взаимодействие нападающего со своим связующим

*Раздел. Вопросы спорта и спортивной подготовки*

игроком, который должен искусно сделать паузу перед передачей и выполнить передачу точно в темп действий нападающего. Действовать игрокам защиты в таких условиях крайне тяжело. Арсенал тактико-технических возможностей у игроков защиты в поле зависит от действий нападающих и блокирующих. Он требует правильного выбора места на площадке, своевременного и точного принятия стоек волейболиста, техники перемещений и принятия последующего исходного положения для начала действий с мячом. Важное значение имеет и быстрота реагирования на действия нападающих и перемещений к мячу, правильность техники таких перемещений и техники отражения мячей. Однако, даже в играх команд высокой квалификации встречается достаточное число потерь мяча, которые связаны со слабой технико-тактической подготовленностью в юном возрасте, с определённой небрежностью в отношении деталей техники в тренировочном процессе и формированием в связи с этим ложных умений и навыков, которые неожиданно проявляются у игроков в решающие моменты в соревновательной обстановке. Таким образом, налицо вырисовывается необходимость поиска новых путей подготовки к игре в защите.

Каковы пути повышения качества игры в защите? Нам удалось определить следующее:

1) формирование устойчивой мотивации к совершенствованию игры в защите [12, 13, 14, 15, 16]. Этому способствует изучение опыта игры и выдающихся спортсменов-защитников Сибирского региона. Это Сергей Андрущенко и Василий Попов (Новосибирск); Александр Теняков, Сергей Комраков, Владимир Субачев, Виктор Прасс, Михаил Лопатин (Омск). Примеры блестящей игры в защите найдутся и в коллективе мужского волейбольного клуба "Университет" И. Ф. Воронкова, в женских коллективах нашего региона. На этих примерах можно воспитывать молодое поколение. Важно при этом повышать интеллектуальный уровень подготовленности занимающихся. Изучение основ теории игр, теории построения процесса подготовки в спортивных играх, видов подготовки, основ формирования тактико-технических умений при игре в нападении и защите, использования теорий деятельности, надёжности в спортивных играх. Необходимо чтобы игроки не становились "заложниками" стандартных схем выполнения защитных действий, а действовали творчески, сознательно повышали индивидуальное и групповое мастерство действий в защите;

2) совершенствование акробатической подготовленности, техники стоек и перемещений, принятия мгновенных тактических решений в моделируемых экстремальных ситуациях. Полезны тренировочные игры в защите на фоне максимальной физической нагрузки, применение вариаций нагрузки, путём моделирования и превышения реальных условий состязаний (создание

*Раздел. Вопросы спорта и спортивной подготовки*

искусственных тайм-аутов и вновь продолжение действий в защите, использование теннисных и дополнительных волейбольных мячей, работы ассистентов тренера и т.д.);

3) целенаправленное применение традиционных средств тренировки, рационализация известных упражнений, с акцентами на повышение надёжности и точности игровых действий защитников. Создание специальных условий для выработки навыков борьбы за мячи улетающие далеко от игрового поля. Перемещения из сложных исходных положений, добиваясь не отражения мяча, а качественных передач для продолжения игры. Важна целесообразность построения индивидуальных и групповых уроков игры в защите, которые тренеры проводят с защитниками, проявление творчества со стороны педагогов. Такие уроки не должны преследовать исключительную цель «погонять» спортсменов, но каждый раз они должны нести что-то новое и важное для предстоящей соревновательной деятельности. Здесь развиваются волевые качества защитников, оттачиваются взаимодействия с партнёрами, раскрываются новые возможности игры в защите. Больше изобретательности, положительных эмоций в такой работе. В омской школе волейбола мастерами таких уроков являются наши видные тренеры – Мирон Лазаревич Гуревич, Виктор Иванович Смирнов, Игорь Александрович Рогов, Владимир Васильевич Шумаков. Работа с защитниками должна завершаться приёмом исключительно трудных мячей, выводящих игроков на «рекордный» режим деятельности. Это способствует развитию эмоциональной сферы, проявлению самоотверженности в условиях игры. Следующий этап подготовки – совершенствование взаимодействий блокирующих и игроков в поле, в парах, в тройках и наконец, в составе команды, при нападении противника из конкретных зон атаки, налаживание групповых действий игроков в поле при взаимодействии в соседних зонах защиты, развитие взаимовыручки в сложных ситуациях деятельности, и наконец, выработка навыков коллективного "управления" действиями нападающих противника. Этого можно добиваться путём тактических действий, ограничивающих направление атак противника в строго определённые зоны и точного занятия блокирующими и защитниками своих мест на площадке;

4) разработка и использование в тренировочном процессе специальных тренажёрных средств с обратной связью для совершенствования игры в защите, создаваемых на основе теории игровой деятельности. Для этого используются целевые мишени, оборудованные датчиками попаданий мяча, звуковыми и световыми блоками сигналов о точности попаданий, для направления в них мячей при отражении атак защитниками. Используются и устройства моделирующие игровые ситуации, с регистрацией показателей времени специфического реагирования и перемещений в защите и т. д.;

*Раздел. Вопросы спорта и спортивной подготовки*

5) индивидуализация подготовки игроков к действиям в защите. Важно развитие стремления волейболистов к росту качества игры в защите, акробатической и тактико-технической подготовленности у всех игроков команды. Касается это особенно высокорослых спортсменов, имеющих, как правило более слабую подготовленность в сравнении с другими игроками. Специализированная подготовка игроков либеро, развитие у них организаторских, лидерских способностей для игры в команде, взятие на себя в отдельных случаях диспетчерских функций при розыгрыше мяча принимаемых в линию защиты и невозможности разыгрывать их связующими. Учёт индивидуального подхода в тренировочном процессе, особенностей индивидуальных различий спортсменов. Комплектование игрового состава с учётом сыгранности и индивидуальных особенностей занимающихся;

6) поиск новых форм объективного контроля качества игровых действий в процессе соревновательной деятельности. К сожалению, статистические данные, получаемые даже с помощью современных средств сбора и обработки результатов в ходе состязаний имеют определённые недостатки, главным из которых является недоучёт особенностей характера противодействий, безусловно влияющих на качество игры. Выполняемые в этом направлении работы ещё не имеют достаточного распространения, а известные программы достаточно дороги для непрофессиональных команд;

7) использование в тренировочных играх стимулов для поощрения удачных действий в защите, награждая специальными баллами отражение особо трудных, «безнадёжных» мячей, которые «спасают» защитники. Тем самым выравнивается преимущество нападения над защитой. Положительно воздействует на игроков при игре в защите использование функциональной ритмичной музыки, звуковых стимулов для поощрения удачных действий отдельных игроков. Такое воздействие постепенно входит в привычку для сопровождения активных действий в защите. Полезно и тактико-техническое построение игры команды, с учётом концепции "обязательного сбережения" от потерь сложных мячей, поднятых игроками защиты, особой ответственности нападающих при завершении такого рода атак.

**Заключение.** В большинстве противоборств между игроками нападения и защиты нападающие имеют преимущество перед защитниками. Учитывая, что во многих матчах победного результата команды добиваются в решающих партиях, имея преимущество в два-три очка, любой мяч удачно принятый в защите имеет громадное психологическое и игровое значение для команды. В связи с этим, исследовательская работа, направленная на изучение структуры деятельности, поиск эффективных путей совершенствования индивидуальных, групповых и командных действий в защите имеет значение для развития современного волейбола, повышения его зрелищности и сравнительного равенства возможностей

волейболистов при игре в защите. В процессе формирования тактико-технических умений игроков полезно использовать направленное применение известной категории упражнений, упражнений подвергшихся рационализации, полезно создание и применение специальных технических средств, создаваемых с учётом теории спортивно игровой деятельности и теории тренажёров для спортивных игр.

### **Библиографический список**

1. Андрущишин, И. Ф. Совершенствование диагностики игрового взаимодействия в волейболе / И. Ф. Андрущишин, И. Н. Пресняков, Ю. П. Денисенко, А. А. Гераськин // Человек. Спорт. Медицина, 2016. – Т. 1. – № 1. - С. 63-67.
2. Гераськин А. А. Деятельностный подход в подготовке участников игровых видов спорта / А. А. Гераськин, И. Ф. Андрущишин, Ю. П. Денисенко // Организационно-метод. аспекты учебн. и учеб. тренировочного процессов в условиях вуза: Мат.-лы IV-й науч.-практ. конф. преподавателей и аспирантов. / Под общей ред. А. В. Литмановича. – Омск : Изд.-во СибГУФК, 2016. – С. 17-23.
3. Гераськин А. А. Совершенствование атакующих действий спортсменов игровиков / А. А. Гераськин, В. В. Козин, Л. М. Иванова // Олимпийский спорт и спорт для всех, ХУ111 Международный конгресс: материалы конгресса. – Алматы: КазАСТ, 2014. – Т. 2. – С. 128–130.
4. Железняк Ю. Д. Спортивные игры / Под ред. Ю. Д. Железняка, Ю. М. Портнова. – М.: изд. во «Академия», 2012. – С. 16-17.
5. Голомазов, С. В. Теоретические основы биомеханики и точностных движений в спортивных играх / С. В. Голомазов, А. В. Ивойлов. – М., 2003. – 23 с., с. 20-23.
6. Иванова Л. М. Спортограмма деятельности нападающих-волейболистов / Л. М. Иванова, А. А. Гераськин, В. В. Шумаков // Актуальные вопросы безопасности здоровья при занятиях физической культурой и спортом : мат.-лы 5-й межд. науч.-практ. кон. – Томск: ТГПУ, 2002. – С. 258-262., с. 258-260.
7. Козин В. В. Теория и практика применения деятельностного подхода к подготовке спортсменов в игровых видах / В. В. Козин, А. А. Гераськин, А. В. Родионов // Омский научный вестник. - 2014. № 1 (125). – С. 167-172, с. 170-172.
8. Клещев, Ю. Н. Управление тренировочным процессом в системе многолетней подготовки волейболистов / Ю. Н. Клещев // Волейбол : Сб. статей / Сост. Ю. Н. Клещев. – М. : Физкультура. и спорт, 1983. – С. 4-20.
9. Рыцарев, В. В. Волейбол: попытка причинного истолкования приемов игры и процесса подготовки волейболистов / В. В. Рыцарев. – М. : Кн. и бизнес, 2005. – 381 с.
10. Родионов, А. В. Практика психологии спорта / А. В. Родионов. – Ташкент : LiderPress, 2008. – 236 с.

*Раздел. Вопросы спорта и спортивной подготовки*

11. Эртман Ю. Н. Соревновательная надёжность как основа выделения нового амплуа в волейболе / Ю. Н. Эртман, А. А. Гераськин // Омский научный вестник. – 2014. – № 4 (131). – С. 141-144.
12. Бабушкин Г. Д. Формирование спортивной мотивации / Г. Д. Бабушкин, Е. Г. Бабушкин. – Омск: СибГАФК, 2000. – 179 с. - С. 156-157.
13. Кузьмин Е. Б., Азиулин Р. Р., Денисенко Ю. П., Ионов А. А., Гераськин А. А., Андрюшишин И. Ф. Спортивная мотивация как психическое состояние спортсмена / Е. Б. Кузьмин, Р. Р. Азиулин, Ю. П. Денисенко, А. А. Ионов, А. А. Гераськин, И. Ф. Андрюшишин / Научно-периодический журнал // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. – 2016. – № 1 (2). – С. 97-110. – С. 109-110. - [Электронный ресурс]. – URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh/issue/view/59/showToc> (дата обращения: 27.12.2016)
14. Лобыгина Н. М., Тиканов А. О., Крыловский А. Ю. Мотивация студентов к занятиям физической культурой в вузе / Н. М. Лобыгина, А. О. Тиканов, А. Ю. Крыловский / Научно-периодический журнал // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. – 2016. – № 1. – С. 65-71. - [Электронный ресурс]. – URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh/issue/view/59/showToc> (дата обращения: 27.11.2016)
15. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и её практические приложения / В. Н. Платонов. – М. : Советский спорт, 2005. – 820 с., с. 800-820.
16. Современная система спортивной тренировки / Под ред. Ф. П. Сулова, В. Л. Сыча, Б. Н. Шустина. – М. : изд-во СААН, 1995. – 448 с., с. 445-448.