

УПРАВЛЕНИЕ ПРОЦЕССОМ ОБУЧЕНИЯ ЭЛЕМЕНТАМ ТЕХНИКИ ИГРЫ ВОЛЕЙБОЛА МЕТОДОМ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ВОЗДЕЙСТВИЙ

Волейбол является наиболее доступным, следовательно, массовым средством физического развития и укрепления здоровья широких слоев населения. Эта игра пользуется популярностью у людей различного возраста, от детей до людей пожилого возраста.

Успех в игре может принести только оптимальное решение тактической задачи, с использованием технических приемов на высочайшем уровне их исполнительского мастерства. Каждый волейболист обязан эффективно действовать в нападении и защите, для чего необходимо совершенствовать умение тактически правильно и технически точно действовать в наиболее важной для исхода игровой ситуации.

Ключевые слова: волейбол, средства и методы технической подготовки, обучение,

Технические приемы волейбола относятся к сложнокоординационным движениям и поэтому требуют от педагога-тренера тщательной предварительной подготовки в обучении и становлении технического мастерства юных спортсменов. Большинство тренеров в практической работе с юными волейболистами опираются на собственный опыт, рекомендации ведущих педагогов и тренеров, анализ литературных источников, публикаций во всемирной сети Интернет и др. Перед тренером-педагогом возникает задача правильного выбора и принятия решения, которое бы способствовало росту спортивного мастерства его учеников.

Как отмечают авторы [1], сейчас уже нельзя искать общие стандарты техники, средства и методы технической подготовки в стремлении достичь высоких результатов. Поэтому необходима творческая работа тренера над индивидуальными особенностями игроков. При этом следует учитывать, что индивидуальные особенности развития каждого из обучаемых редко вполне соответствуют типовым характеристикам, о которых написано в руководствах. В связи с этим следует говорить о необходимости учитывать индивидуальные особенности развития и подготовленности обучаемых [2].

В литературе по волейболу рассматривается техника выполнения приемов и методика обучения им [3,4]. При этом выделяют следующие этапы: а) создание предпосылок для изучения, ознакомления с разучиваемым приемом, б) разучивание приема в упрощенных условиях, в) разучивание приема в усложненных условиях, г) закрепление приема в игре. Более подробную структуру становления навыков игры приводит Ю.Д. Железняк [1]: для первоначальной стабилизации навыков следует использовать метод стандартно-повторного упражнения, а для совершенствования действий вариативного типа - метод повторно-переменного упражнения.

Основные проблемы, связанные с обучением технике выполнения игровых элементов, в самом общем виде можно сформулировать следующим образом. Как научить игровому элементу: а) без ошибок, б) быстро. Основной причиной тормозящей эффективное и быстрое овладение техникой является излишне большое количество повторений в упражнениях. Основанием для этого утверждения служат законы психофизиологии, детерминирующие объем, устойчивость и интенсивность внимания обучающихся, а также особенности влияния последствий тормозных процессов на формирование двигательного навыка. Именно «лишние» десятки (а иногда и сотни) повторений на этапе обучения замедляют процесс дифференциации возбуждения в двигательных зонах коры головного мозга. Традиционная формула «количество

переходит в качество» не работает в данной ситуации, поскольку для обучения существенно количество «правильных» движений, а не общее количество повторений.

Процесс игры, без которого нельзя строить учебно-тренировочное занятие, предполагает необходимость наличия умений в технике простейшей подачи (нижней, боковой) и приема мяча (прием снизу двумя руками). Поэтому и начальное обучение связано с освоением этих двух способов техники. Несколько позднее начинают осваивать технику верхней передачи и нападающего удара. Одновременно с разучиванием нападающего удара (по принципу положительного переноса) осваивается верхняя прямая подача, в технике выполнения которой много общего с техникой ударного движения нападающего удара. Последней начинает осваиваться техника блокирования. Далее процесс обучения идет по пути разучивания различных способов выполнения каждого из приемов [5].

Анализ научно-методической литературы позволяет констатировать, что современный волейбол характеризуется увеличением атакующих и защитных действий, для организации которых необходима специализация технической и тактической подготовки игроков с учетом игровых функций. Проблема спортивной техники и методика обучения технике в волейболе остаются одними из актуальных в теоретическом и прикладном значении в современном волейболе.

Выводы. Обращение к специальной литературе показало, что вопросы методики обучения и совершенствования техническим приемам волейбола рассмотрены достаточно полно. Это в первую очередь исследования А.В. Беляева, Ю.Д. Железняк, Ю.Н. Клещева, А.В. Суханова, А.Г. Фурманова и других. Более детальный анализ этих работ показал, что предложенные авторами упражнения для совершенствования техники в волейболе во многом адресуются квалифицированным спортсменам, и эти упражнения не подходят юным волейболистам, не отвечают их техническим и физическим особенностям. Поэтому необходима творческая работа тренера над индивидуальными особенностями игроков. При этом следует учитывать, что индивидуальные особенности развития каждого из обучаемых редко вполне соответствуют типовым характеристикам, о которых написано в руководствах. В связи с этим следует говорить о необходимости учитывать индивидуальные особенности развития и подготовленности обучаемых.

Литература

1. Железняк Ю.Д. Кунянский В.А. Чачин А.В.; Волейбол. Методическое пособие по обучению игре.- М.: Терра - Спорт, Олимпия Пресс, 2005. – 146 с.
2. Волейбол: Учебник для высших учебных заведений физической культуры. Под редакцией Беляева А. В., Савина М.В., — М.: «Физкультура, образование, наука», 2000. — 368 с., ил.
3. Ивойлов А.В.; Волейбол для всех.- М.: Физкультура и спорт, 2005. – 115 с.
4. Макгаун К.; Наука обучения волейболу. «Чемпейн», Иллинойс: Хьюман Кайнетикс, 2006. – 286 с.
5. Осколкова В.А., Сунгуров М.С. Волейбол. Учебное пособие для начинающих. ФиС. 2005. – 146 с.