

Министерство образования и науки Российской Федерации
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра физической культуры и спорта

**ОБУЧЕНИЕ КОМАНДНОМУ ВЗАИМОДЕЙСТВИЮ В
ВОЛЕЙБОЛЕ**

АВТОРЕФЕРАТ БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

Студента 5 курса 52 группы
направления подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование»,
профиля «Физическая культура»,
факультета физической культуры и безопасности жизнедеятельности
Логинова Вячеслава Викторовича

Научный руководитель
доцент кафедры физической культуры и спорта,
кандидат педагогических наук, _____ А.В. Попов
(подпись, дата)

Зав. кафедрой физической культуры и спорта
кандидат педагогических наук,
доцент _____ А.В. Викулов
(подпись, дата)

Балашов 2018

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Командные виды спорта приобрели заслуженную популярность во всем мире и в нашей стране, в частности. Они содержат огромный потенциал к физическому развитию детей и молодежи, обладают прекрасными возможностями воспитания важных качеств личности.

В общеобразовательной школе чаще всего на уроках физической культуры и во внеурочной деятельности применяются такие игровые командные виды спорта, как футбол, баскетбол, волейбол.

Волейбол – это командная игра, в которой конечным результатом является получение очков от попадания мяча на половину площадки соперника или от ошибки соперника. Чтобы достичь этого результата, необходимы несколько слагаемых: антропометрические данные, физические качества, тактические и технические действия командного характера.

В командных видах спорта большое значение имеет организация и успешная реализация взаимодействия игроков. Командное взаимодействие игроков в волейболе имеет ряд ярких специфических особенностей, которые необходимо знать, как учителю (тренеру), так и понимать самим игрокам.

Вся сложная система командного взаимодействия требует изучения и сознательного применения на практике. Возможности урока физкультуры в этом отношении могут быть расширены за счет внеурочной деятельности, занятий в спортивной секции по волейболу.

Таким образом, актуальность темы исследования определяется необходимостью изучения особенностей командного взаимодействия в волейболе.

Объект исследования – обучение командному взаимодействию в волейболе.

Предмет исследования – обучение командному взаимодействию в волейболе в условиях внеурочной деятельности.

Цель исследования – разработка программы внеурочной деятельности «Волейбол» для обучающихся 10 класса, нацеленной на выработку навыков командного взаимодействия.

Задачи исследования:

1. Показать особенности волейбола как командного игрового вида спорта.
2. Проанализировать командные тактические действия в волейболе.
3. Разработать программу внеурочной деятельности по обучению командному взаимодействию в волейболе и проверить ее эффективность.

Методы исследования – анализ литературы по теме исследования, изучение практики командного взаимодействия в волейболе, анализ методов и приемов командного взаимодействия игроков в волейбол, выявление наиболее эффективных из них, моделирование и проектирование программы внеурочной деятельности, наблюдения, беседа, социометрия, апробация программы внеурочной деятельности.

Структура работы – данная бакалаврская работа состоит из введения, двух глав, списка использованных источников и приложений. В тексте имеются таблицы и рисунки.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В первой главе «ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ИЗУЧЕНИЕ КОМАНДНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ИГРОКОВ В ВОЛЕЙБОЛЕ» раскрывается суть волейбола как игрового командного вида спорта, а также показываются командные взаимодействия в волейболе.

Волейбол — это игровой командный вид спорта, суть соревновательной деятельности в котором заключается в том, что две команды играют на специальной площадке размером 9х9 м., разделённой сеткой, пытаясь переправить мяч на сторону соперника так, чтобы он приземлился на площадке противника, либо чтобы игрок защищающейся команды совершил ошибку. При

этом для организации атаки игрокам команды разрешается не более трёх касаний мяча подряд, не считая касания на блоке.

Волейбол — комбинационный, неконтактный вид спорта, где каждый игрок имеет свою специализацию на площадке (нападающий, связующий, либеро). Наиболее значимыми качествами для волейболистов являются прыгучесть для возможности высоко подняться над сеткой для нападающего удара, быстрота реакции, координационные способности, а также физическая сила для эффективного выполнения нападающих ударов.

Существенной характеристикой волейбола, привлекающей к нему внимание многих людей, является насыщенный характер коллективного взаимодействия в процессе соревновательной деятельности игроков. Это находит свое выражение в большом разнообразии соревновательных технико-тактических действий, различных их сочетаний и разнообразных проявлений в ходе соревновательной деятельности соперничающих команд, а также отдельных игроков, что и представляет из себя захватывающее зрелище, а кроме этого делает волейбол средством популярным и эффективным средством физического воспитания людей практически любого возраста.

Отличительные особенности волейбола обусловлены спецификой характерных для него игровых и соревновательных действий. Соревновательное соперничество волейболистов протекает в пределах четко регламентированных правил, то есть выполнения присущих только волейболу соревновательных действий – приемов игры (техники). Обязательным также является наличие команды соперника. В волейболе конечная цель отдельного игрового фрагмента заключается в том, чтобы доставить мяч в конкретное место площадки соперника, а также воспрепятствовать этому в отношении своей команды.

Командное взаимодействие в волейболе – ключевой момент в соревновательной стратегии и тактике игры. Эффективное командное взаимодействие основывается на групповой сплоченности, которая

определяется осознанием спортсменами себя части единой команды. с точки зрения психологии спорта, эффективное командное взаимодействие является результатом групповой сплоченности спортсменов в волейбольной команде. Командное взаимодействие определяется его тактикой. Тактика нападающего удара разнообразна и связана непосредственно от комбинаций, проводимых на площадке.

Во второй главе «ОБУЧЕНИЕ ТЕХНИКЕ КОМАНДНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ В ВОЛЕЙБОЛЕ» описываются различные тактические схем нападения в волейболе, а также раскрываются методические особенности безопасного взаимодействия игроков на площадке.

Анализ теории и практики командных действий в волейболе убедительно доказывает, что командные тактические действия при нападении (впрочем, как и во всей игре в целом) – это совокупность индивидуальных действий, но их эффективность определяется не только индивидуальным мастерством спортсменов, но и уровнем командного взаимодействия, сыгранности команды. Среди командных тактических действий выделяют следующие тактические схемы в нападении: «Волна», «Крест», «Обратный крест», «Эшелон» и др.

Организация волейбольных тренировок требует большого внимания как со стороны преподавателя, так и со стороны игроков. При несоблюдении определенных правил и мер безопасности игрок может получить травму, которая выведет его из игры.

В третьей главе «ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОБУЧЕНИЯ КОМАНДНОМУ ВЗАИМОДЕЙСТВИЮ В ВОЛЕЙБОЛЕ» приводятся результаты авторского экспериментального исследования по обучению командному взаимодействию волейболистов

Экспериментальное исследование проводилось нами на базе МБОУ–СОШ № 2 г.Аркадака Саратовской области, с обучающимися 10 класса в количестве 9 человек. На первом этапе мы проверили физическую и

техническую готовность испытуемых к командному взаимодействию. Результаты представлены в таблицах 1 и 2.

Таблица 1 – Показатели физической готовности (начало эксперимента)

Спортсмен	Челночный бег (секунды)	Бег на 30 метров (секунды)	Поднятие туловища из положения лёжа (количество раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа (количество раз)	Подтягивание (количество раз)	Прыжки в длину с места (сантиметры)
1	9,3	4,7	54	23	14	220
2	9,5	5,2	48	26	14	210
3	9,5	5,4	45	22	6	193
4	9,9	5,3	41	28	10	195
5	10,1	6,1	43	25	11	200
6	10,1	5,7	43	26	8	194
7	10,0	6,0	47	30	11	185
8	9,9	5,7	53	30	15	183
9	10,0	5,9	49	29	10	198

Таблица 2 – Показатели технической готовности (начало эксперимента)

Спортсмен	Верхняя передача мяча двумя руками над собой за 1 минуту	Верхняя передача мяча двумя руками над собой до первой потери	Нижняя передача мяча двумя руками над собой за 30 секунд	Нижняя передача мяча двумя руками над собой до первой потери	Подача 10 раз
1	19	5	18	6	5
2	17	5	13	3	4
3	12	4	9	3	3
4	22	11	14	6	7
5	18	7	12	4	6
6	9	3	7	2	3
7	18	6	14	3	6
8	12	4	8	3	4
9	26	10	17	6	8

Затем мы разработали программу внеурочной деятельности «Волейбол» для обучающихся 10 класса и провели ее апробацию. Данная программа рассчитана на 68 часов и внедрялась на школьных секционных занятиях по волейболу в течение 2017-2018 учебного года.

После реализации разработанной нами программы мы провели повторную диагностику испытуемых. Результаты представлены в таблицах 3 и 4, а также в рисунках 1 и 2.

Таблица 3 – Показатели физической готовности (окончание эксперимента)

Спортсмен	Челночный бег (секунды)	Бег на 30 метров (секунды)	Поднятие туловища из положения лёжа (количество раз)	Сгибание и разгибание рук в упор лёжа (количество раз)	Подтягивание (количество раз)	Прыжки в длину с места (сантиметры)
1	9,1	4,5	57	33	14	224
2	9,3	4,7	53	32	13	223
3	9,6	5,2	47	27	10	213
4	9,0	4,5	54	33	15	220
5	9,1	4,6	52	38	12	222
6	9,6	5,1	48	28	11	215
7	9,5	5,0	48	29	10	210
8	9,3	4,7	55	33	13	221
9	9,5	5,0	47	27	11	213

Таблица 4 – Показатели тактической подготовки (окончание эксперимента)

Спортсмен	Верхняя передача мяча двумя руками над собой за 1 минуту	Верхняя передача мяча двумя руками над собой до первой потери	Нижняя передача мяча двумя руками над собой за 30 секунд	Нижняя передача мяча двумя руками над собой до первой потери	Подача 10 раз
1	20	6	19	7	6
2	18	6	14	5	5
3	13	5	10	4	6
4	23	12	15	7	8
5	19	8	13	6	7
6	10	7	8	4	5
7	19	8	15	4	7
8	13	10	9	5	5
9	27	12	18	7	8

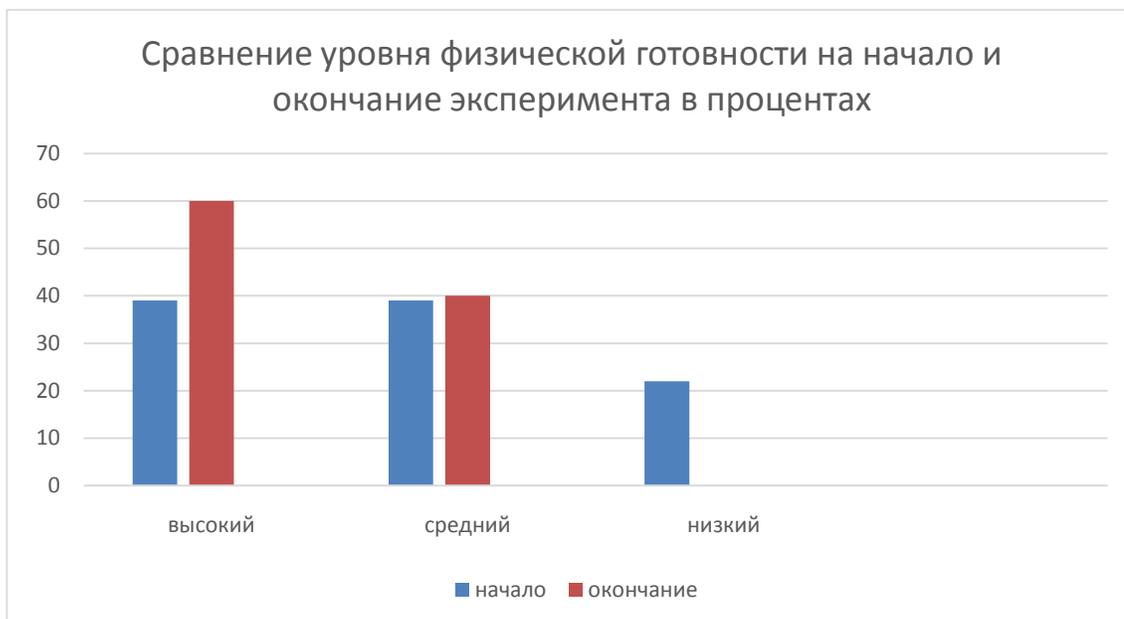


Рисунок 3 – Сравнение уровня физической готовности на начало и окончание эксперимента в процентах

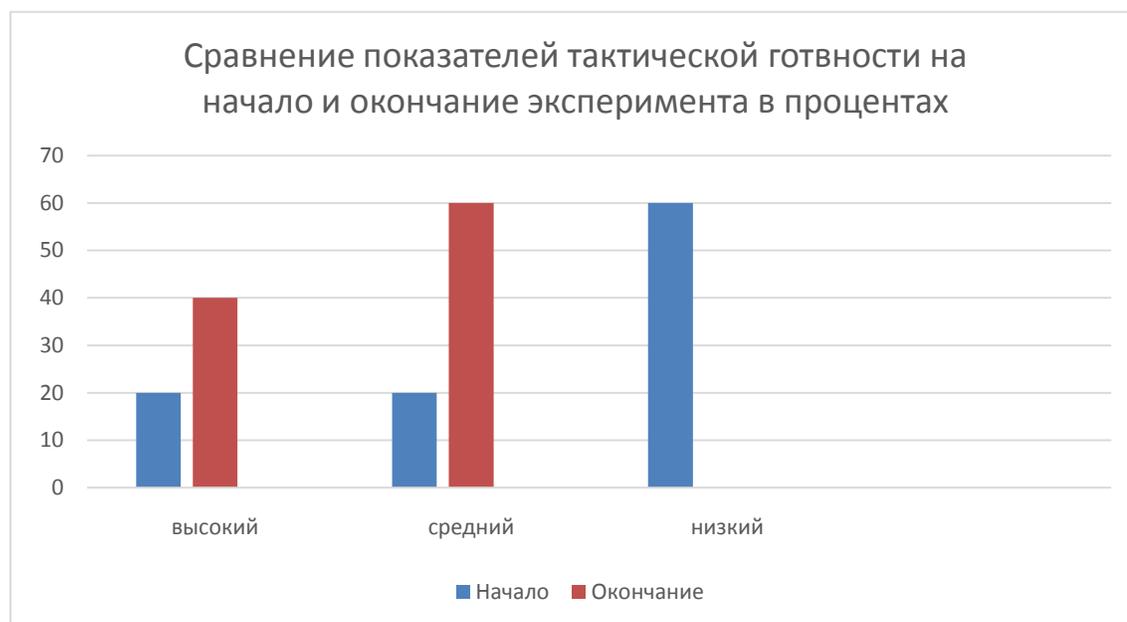


Рисунок 4 – Сравнение уровня тактической готовности на начало и окончание эксперимента в процентах

Таким образом, в итоге проведенной нами работы по обучению командному взаимодействию в волейболе обучающихся 10 класса было

доказано, что уровень физической и тактической подготовки повысились, улучшилось качество командного взаимодействия. Это означает, что разработанная нами программа внеурочной деятельности по обучению командному взаимодействию эффективна, а цель исследования достигнута.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

1. Особенности волейбола как командного игрового вида спорта заключаются в том, что в процессе игры две команды соревнуются на специальной площадке, разделённой сеткой, стремясь направить мяч на сторону соперника таким образом, чтобы он приземлился на площадке противника, либо чтобы игрок команды соперника допустил ошибку. При этом для проведения атаки игрокам одной команды разрешается не более трёх касаний мяча подряд, кроме касания на блоке.

Волейбол в отличие, например, от футбола или баскетбола, является комбинационным неконтактным видом спорта, что обуславливает его меньшую травматичность, а также меньший арсенал технических приемов игры. Также к особенностям волейбола можно отнести строгую специализацию на площадке игроков на площадке.

2. Командные тактические действия в волейболе состоят из непосредственно как физического, так и психологического взаимодействия, коллективной обособленности и сплоченности членов команды. Взаимодействие между членами команды как раз и определяют волейбольную команду как спортивный коллектив.

Эффективное командное взаимодействие основывается на групповой сплоченности, которая определяется осознанием спортсменами себя части единой команды с точки зрения психологии спорта, эффективное командное взаимодействие является результатом групповой сплоченности спортсменов в волейбольной команде. Командное взаимодействие определяется его тактикой.

Тактика нападающего удара разнообразна и связана непосредственно от комбинаций, проводимых на площадке.

3. В ходе нашего исследования по обучению командному взаимодействию в волейболе были получены следующие результаты: все испытуемые улучшили свои показатели физической и тактической готовности к осуществлению командного взаимодействия. В итоге проведенной нами работы по обучению командному взаимодействию в волейболе обучающихся 10 класса было доказано, что уровень физической и тактической подготовки повысился, улучшилось качество командного взаимодействия, отраженное в исследованиях эффективности командной деятельности. Показательно, что наибольший прогресс показали те игроки, которые в начале эксперимента находились на низком уровне физической и тактической готовности.