

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования**

**«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.
ЧЕРНЫШЕВСКОГО»**

Кафедра теоретических основ
физического воспитания

**«СРЕДСТВА И МЕТОДЫ ОТБОРА В ВОЛЕЙБОЛЕ НА ЭТАПЕ
НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ»**

**АВТОРЕФЕРАТ
МАГИСТЕРСКОЙ РАБОТЫ**

студента 3 курса 331 группы

направление подготовки 44.04.01 «Педагогическое образование»
профиль «Физическая культура»

Института физической культуры и спорта

СЕЛИВАНОВА СЕРГЕЯ СЕРГЕЕВИЧА

Научный руководитель

Доцент, к.п.н.

подпись, дата

О.В. Ларина

Зав. кафедрой,

Доцент, к.м.н.

подпись, дата

Т.А. Беспалова

Саратов 2019

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность темы исследования диктуется первоначальным отбором и грамотным комплектованием групп детей для занятий волейболом в детско-юношеские спортивные школы и секции, которые являются одними из решающих условий, гарантирующих успешность подготовки юных волейболистов и пополнении резерва команд более высокого класса игры.

В связи с этим немаловажным для тренеров является изучение индивидуальных особенностей юных волейболистов и разработка целесообразной методики отбора детей в секции по волейболу. Сегодня, в связи с быстрым развитием и популяризацией волейбола в нашей стране, эта проблема особенно остра.

Проблема исследования. Спорт высоких достижений на сегодняшний день достиг такого развития, когда дальнейший рост результатов невозможен без поиска новых методов и средств совершенствования процесса подготовки. Анализ научно-методической и специализированной литературы показал, что в последние годы удаляется, как правило, основное внимание физической, технико-тактической, психологической, соревновательной подготовке волейболистов. Работ, касающихся отбора в секцию по волейболу крайне мало. Большинство из них потеряло свою актуальность и относятся к прошлым десятилетиям.

Таким образом, **цель исследования** заключалась в разработке и экспериментальном обосновании методики отбора в секцию по волейболу детей 10-11 лет.

Объектом исследования выступает процесс подготовки юных волейболисток 10-11 лет.

Предмет исследования – система отбора детей в секцию по волейболу на начальном этапе подготовки.

Актуальность проблемы и необходимость поиска путей ее решения обусловили выдвижение **рабочей гипотезы**, которая строилась на предположении что, разработанная методика отбора детей в секцию по

волейболу, основанная на системе контрольных испытаний, программы наблюдения и прогнозирования роста, будет являться предпосылкой успешной подготовки волейболисток высокого класса.

Задачи исследования:

1. Провести теоретический анализ научно-методической литературы по теме отбора детей в секцию по волейболу.
2. Проанализировать систему отбора детей в секцию по волейболу на начальном этапе подготовки.
3. Разработать и экспериментально проверить эффективность разработанной методики отбора в волейбол детей 10-11 лет.

Исходя из поставленных задач, в исследовании применялись следующие

методы исследования:

1. Анализ научно-методической литературы.
2. Педагогическое наблюдение.
3. Тестирование физических и технических показателей.
4. Опрос.
5. Педагогический эксперимент.
6. Статистическая обработка результатов.

Теоретическая значимость исследования. Полученные данные дополняют систему знаний об организации и содержании отбора в волейболе, что позволяет скорректировать ее систему и подобрать наиболее оптимальные критерии для комплектования групп.

Практическая значимость исследования заключается в возможности применения полученных критериев для отбора наиболее перспективных детей на начальном этапе, что в свою очередь является предпосылкой успешной подготовки волейболисток высокого класса.

Опытно-экспериментальная база исследования. Исследование проводилось на базе секции по волейболу МУ ДО Детско-юношеская спортивная школа р.п. Мокроус Федоровского района Саратовской области (ул. Пионерская, д. 17). В эксперименте приняли участие юные

волейболистки 10-12 лет в количестве 20 человек, занимающиеся на начальном этапе учебно-тренировочного процесса. Исследование проводилось в период с сентября 2017 года по ноябрь 2018 года.

Структура и объем работы. Магистерская работа состоит из введения, двух глав, заключения, приложения и списка литературы в количестве 62 источников. Работа иллюстрирована таблицами с результатами тестирования и диаграммами. В «Приложении» представлен текст опросника структуры темперамента (ОСТ) В.М. Русалова.

КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В главе 1 представлен теоретический анализ научно-методической литературы по теме отбора детей в секцию по волейболу. Были рассмотрены вопросы: отбора детей в секцию волейбола; физические качества необходимые для практических целей отбора в секции по волейболу; психологические особенности и врачебный контроль при отборе в волейболе; влияние психофизического развития на подготовку волейболистов, а также проблемы, которые возникают перед тренерами в процессе отбора в волейболе.

Правильное комплектование и первоначальный отбор детей для занятий волейболом в ДЮСШ является одним из решающих условий, гарантирующих успешность подготовки юных волейболистов и пополнение резерва команд мастеров. Первоначальный отбор зависит от многочисленных факторов, определяющих желание юного спортсмена заниматься определенным видом спорта. Чаще всего речь идет об одновременном и взаимном действии многих факторов, среди которых необходимо выделить:

- доступность спортивного объекта/ секции;
- легкость, к которой можно приступить для создания спортивной команды;
- определение потенциала юного волейболиста;
- склонность ребенка к виду спорта;

- несоответствие психофизических характеристик и склонности к избранному виду спорта;
- влияние окружения (родственников, ровесников, специалистов и учителей физкультуры), которые советуют занятия.

При первоначально появившемся желании заниматься определенным видом спорта, безусловно, решающими являются эмоциональные факторы, характеризующиеся спонтанностью и свободой выбора. Дальнейший ход занятий спортом, как мы знаем, в меньшей степени окрашен спонтанностью, свободой и удовлетворением исключительно эмоциональных потребностей. Все большее значение приобретают рационально определенные факторы, способствующие формированию привычек, потребностей и обязанностей заниматься непрерывно и систематически, учиться и совершенствоваться.

Факторы, определяющие спортивную ориентацию юной личности, сами собой указывают на то, что тренер в роли специалиста по отбору решает весьма сложные и тонкие задачи, имеющий свой спортивно-педагогический и свой психологически-социологический аспект. Профессионализм тренера препятствует промахам, к числу которых можно отнести, например, оценки, основанные только на физических качествах или на потенциальных возможностях новичка.

Для достижения высоких спортивных результатов в волейболе необходимо проявление у спортсмена с ранних этапов подготовки устойчивого интереса к тренировкам, развитие волевых качеств, трудолюбия, спортивного упорства и способностей к спортивной деятельности с учетом специфичности игры, уровня развития характерных для нее навыков, умений и знаний.

В главе 2 представлено экспериментальное обоснование методики отбора детей в секцию по волейболу на начальном этапе учебно-тренировочного процесса, приведены результаты исследования.

Исследование проводилось на базе секции по волейболу МУ ДО Детско-юношеская спортивная школа р.п. Мокроус Федоровского района Саратовской области (ул. Пионерская, д. 17) в период с сентября 2017 по ноябрь 2018 года.

Педагогическое исследование условно было разделено на 3 взаимосвязанных этапа.

На первом этапе (предварительном, поисковом) был осуществлен сбор предварительной информации относительно рассматриваемой проблемы. Была проанализирована научно-методическая и специальная литература. Были изучены существующие программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (этапы: спортивно-оздоровительный, начальной подготовки, учебно-тренировочный). На основе литературного обзора была разработана методика эксперимента, сформулированы цель, объект и предмет педагогического исследования, поставлены задачи и определены методы научного исследования.

На втором этапе (экспериментальном) была разработана методика отбора детей в секцию по волейболу на основе системы контрольных испытаний, программы наблюдения и прогнозирования роста. Помимо этого, было осуществлено педагогическое наблюдение за учебно-тренировочными занятиями, тренировочными и контрольными играми. Все это позволило оценить действия волейболисток в процессе игры, насколько умело они используют приобретенные на тренировочных занятиях умения и навыки. После этого были сформированы две группы испытуемых по 10 человек в каждой. Спортсменки в группах были равны по физическим, техническим, психологическим показателям.

На третьем этапе (завершающем) был проведен анализ полученных результатов тестирования и опроса (ОСТ), написаны выводы проведенного исследования. Была оформлена работа в соответствии с требованиями ГОСТа.

В эксперименте приняли участие 20 спортсменок в возрасте 10-11 лет, занимающиеся в секции по волейболу на этапе начальной подготовки. Все участники эксперимента были разделены на две равные по составу и другим показателям (физических, техническим, психологическим): контрольную и экспериментальную группы.

В начале нового тренировочного цикла (сентябрь 2017 года) в экспериментальной группе отбор осуществлялся на основе системы контрольных упражнений, программы наблюдения и физической подготовки волейболисток, а также прогнозирования роста. В контрольной группе отбор проводился по общепринятой системе детско-юношеских спортивных школ. Экспериментальную группу составили спортсменки, которые по результатам тестирования и опроса ОСТ показали наилучшие результаты.

При тестировании технических навыков (передач и подачи) учитывались такие факторы, как обучался ли ранее ребенок волейболу или нет.

Помимо тестирования физических качеств и технических навыков в исследовании проводилось прогнозирование роста спортсменок, которые имели выраженные отличия стремительного интенсивного роста, прогнозирование осуществлялось по специальной формуле. Тренер учитывал вес тела ребенка при рождении, длину конечностей, кистей рук и стоп.

Результаты тестирований заносились в специальный протокол и сравнивались между испытуемыми группами.

Для оценки эффективности предложенной методики отбора детей в секцию по волейболу в конце исследования было проведено повторное тестирование.

По результатам повторного тестирования видно, что в экспериментальной группе по сравнению с контрольной, показатели в

испытаниях по технической подготовке были гораздо ближе к правильному овладению техникой. У спортсменок экспериментальной группы наблюдаются более согласованные действия при выполнении технических приемов волейбола. Волейболистки экспериментальной группы изначально имели более высокие показатели в контрольных упражнениях, они быстрее овладевают специальными двигательными навыками и тактикой игры. У этих испытуемых были зафиксированы эффективная реализация действий в условиях сложной двигательной деятельности и в процессе игры.

Педагогическое наблюдение за деятельностью волейболисток в процессе тренировочных и контрольных игр позволило нам определить их действия в игровой обстановке. Так, спортсменки экспериментальной группы более целесообразно использовали ранее приобретенные умения и двигательные навыки. Именно их действия в процессе игры свидетельствуют о степени развития важных для волейбола качеств: быстроты реакции, ловкости, игрового мышления и т.д.

В исследовании, помимо спортивных тестов, мы использовали психологические тесты, которые ориентированы на определение способностей у каждого занимающегося и раскрытия у них личностной готовности к спорту. Мы воспользовались опросником структуры темперамента или ОСТ по В.М. Русалову. Он применяется для диагностирования свойств «предметно-деятельностного» и «коммуникативного» аспекта темперамента спортсмена.

В шкале «Предметная энергичность» у 50% респондентов был отмечен высокий уровень предметной энергичности. Эти спортсменки имеют высокую потребность в освоении предметного мира, у них высокая жажда деятельности, проявляющаяся в стремлении к умственному и физическому труду. По шкале «Социальная энергичность» 60%, опрошенных показали высокий результат. Эти дети обладали высокой коммуникативной энергичностью, потребностью в социальных контактах, они выделялись жаждой к познанию и освоению социальных форм деятельности. У 20% респондентов выявлен низкий уровень социальной энергичности. Эти дети

отличаются низкой потребностью в социальных контактах, они стараются отстраниться от социально-активных форм поведения. Это замкнутые и социально пассивные дети.

По шкале «Пластичность» у половины респондентов выявлен высокий уровень результата. Такие дети обладают способностью легко переключаться с одного вида деятельности на другой, им характерна быстрота перехода с одних форм мышления на другие в процессе взаимодействия с предметной средой. Волейболистки, у которых выявлен высокий уровень пластичности, способны разнообразить формы предметной деятельности. В свою очередь, низкий уровень пластичности характеризуется склонностью к монотонной работе, эти дети боятся и избегают различных форм поведения, им присущи консервативные формы деятельности. По результатам опроса низким уровнем пластичности обладают 20% волейболисток экспериментальной группы.

По шкале «Социальная пластичность» 40% опрошенных показали высокий результат. Такие дети обладают широким набором коммуникативных программ, они с легкостью, на автоматическом уровне способны включаться в социальные связи, социальные контакты. Также они легко переключаются в коммуникативном процессе. Их поведению присуща коммуникативная импульсивность. Те волейболистки, которые показали низкий уровень социальной пластичности, а их по результатам опроса 30%, имеют трудности в выборе средств социального взаимодействия, они обладают низкими показателями готовности к вступлению в социальные контакты, они в большей мере стремятся сохранить монотонные контакты.

Педагогическое исследование за учебно-тренировочной деятельностью в секции по волейболу показало, что юные волейболистки экспериментальной группы, которые на начало эксперимента обладали более высокими показателями в тестированиях по сравнению с представительницами контрольной группы, в конце работы сохранили это преимущество. Помимо этого, волейболистки экспериментальной группы обладали более устойчивым интересом к занятиям, они были гораздо трудолюбивее. В свою очередь,

спортсменки контрольной группы имели менее устойчивое желание заниматься волейболом, в основном это желание было стихийным.

Также в экспериментальной группе в процессе исследования было проведено прогнозирование роста волейболисток. У спортсменок этой группы наблюдались выраженные отличия стремительного, неравномерного роста, они обладают продольным диаметром, что делает их фигуру продолговатой «вытянутой» и «худой». Помимо этого, волейболистки экспериментальной группы отличались выражено длинными ногами и руками, они носили больший размер обуви в сравнении с представительницами контрольной группы (сверстницами).

Таким образом, считаем выдвинутую гипотезу, которая строилась на предположении, что методика отбора детей в секцию по волейболу, основанная на системе контрольных испытаний, программы наблюдения и прогнозирования роста, доказанной. Представленная методика, считаем, в дальнейшем будет являться предпосылкой успешной подготовки волейболисток высокого класса.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализ научно-методической и специальной литературы показал, что вопросу отбора в секции по волейболу уделяется мало внимания. Большинство научно-методических работ, посвященных этой теме, были опубликованы в прошлом веке и на сегодняшний день потеряли свою актуальность.

Анализ научно-методической литературы по вопросу отбора детей в секцию по волейболу выявил проблемы, с которыми сталкиваются тренеры. Главной из них является проблема правильного, качественного отбора детей в волейболе на начальном этапе спортивной специализации. Для решения данной задачи была разработана программа, состоящая из контрольных упражнений на оценку физической и технической подготовленности волейболисток, а также психологического теста (опросника по В.М. Русалову),

который ориентирован на определение способностей у каждого занимающегося и раскрытии у них личностной готовности к спорту.

Результаты педагогического эксперимента показали, что юные волейболистки экспериментальной группы, которые изначально имели более высокие результаты в тестировании, сохранили эти показатели в конце исследования. Выводы строились по результатам повторного тестирования.

Таким образом, по результатам проделанной работы в группе волейболисток экспериментальной группы можно сделать выводы, что:

- правильный отбор в секции по волейболу, а также учет возрастных особенностей детей являются залогом эффективной подготовки игроков;
- в процессе учебно-тренировочных занятий необходимо прибегать к проблемным методам обучения, поддерживать диалог с воспитанниками, проводить индивидуальное обучение;
- при организации эффективного восприятия в учебно-тренировочном процессе были использованы специальные упражнения, ориентированные на развитие у волейболисток внимания, наблюдательности, оптимизации учебной информации. Упражнения и специальные задания учитывали индивидуальные особенности восприятия у волейболисток;
- в учебно-тренировочном процессе необходимо учитывать возрастные особенности проявления памяти волейболисток в общей структуре обучения. Так, при демонстрации физических упражнений формировалась зрительная память; при объяснении, описании или рассказе – словесно-логическая и слуховая память; в процессе выполнения упражнений – двигательная, тактильная и вестибулярная память.

Таким образом, результаты педагогического исследования позволили оценить эффективность предложенной методики отбора детей в секцию по волейболу на начальном этапе учебно-тренировочного процесса.