

УДК 619:614.48

ВОЛЕВАЯ ПОДГОТОВКА СТУДЕНТОВ-ВОЛЕЙБОЛИСТОВ

Алексеев А.А.

УО «Витебский государственный университет имени П.М. Машерова»,
г. Витебск, Республика Беларусь

Волевые особенности деятельности волейболиста определяются правилами игры, характером игровых действий, объективными особенностями соревновательной борьбы [1]. Волейбол является одним из наиболее насыщенных эмоциональными переживаниями видов спорта [2]. Высокий темп игры, ее длительность, напряженность соревновательной борьбы, готовность к выполнению ответных действий в условиях дефицита времени, результативный характер каждого приема и большая ответственность каждого действия, а кроме того, присутствие большого количества бурно реагирующих зрителей определяют насыщенность ее сильными и разнообразными эмоциями, одни из которых оказывают положительное влияние, другие – отрицательное. Эмоциональное состояние волейболиста все время изменяется в зависимости от хода поединка и нередко доходит до стадии аффекта или полной апатии [3].

Цель исследования – выявление волевых особенностей студентов-волейболистов.

Материалы и методы: исследование проводилось со студентами факультетов ВГУ, занимающихся в спортивных секциях по волейболу. В исследованиях приняли участие 56 студентов-волейболистов 1-4 курсов.

Методы исследования: анализ научно-методической литературы, педагогические наблюдения, математическая обработка результатов исследования.

Результаты и их обсуждение. В результате проведенных исследований было определено, что волевая подготовка студентов-волейболистов определяется характером игровых действий и особенностями соревнований. Выполнение большинства приемов игры связано со стремительностью реакции, быстрым переключением с одних форм движений на другие, с правильным ориентированием на площадке. Сложность игровых действий заключается в том, что весь арсенал приемов приходится применять в различных сочетаниях и условиях, совершенно иных по скорости и характеру. Игра волейболиста связана с выполнением ответных действий в условиях острого дефицита времени, и поэтому от него требуется максимальная быстрота реагирования, точность и своевременность восприятий и ответных действий.

В то же время волейбол предъявляет большие требования к волевым качествам спортсменов. Самообладание и эмоциональная устойчивость помогает волейболисту сохранять точность движений, ясность тактической мысли. Высокий эмоциональный подъем и хорошая морально-волевая подготовка нередко приводят к победе над более сильными соперником. Волевые качества волейболистов проявляются в преодолении трудностей, обусловленных особенностями игры. При равном техническом мастерстве побеждает команда, игроки которой проявляют большую волю к победе. Задачи и действия каждого спортсмена диктуются функциями его в команде, но подчинены общими задачами коллектива. Такие понятия, как взаимосвязь, взаимозависимость, взаимо-

страховка, определяют не только степень сыгранности отдельных игроков, звеньев и всей команды в целом, но в известной степени характеризуют и моральные качества спортсменов – взаимопомощь, товарищескую поддержку, чувство коллективизма.

Современная подготовка волейбольных команд, особенно в вузах, сложный педагогический процесс, управление которым определяет тренер-преподаватель. Перспективный план подготовки включает четырехлетний цикл. На 4 курсе студенты-спортсмены, как правило, снижают интенсивность и объем тренировочной нагрузки. В четырехлетнем цикле ежегодно четко определены три периода: переходный, подготовительный, соревновательный. Педагогический контроль подготовки предполагает контроль модели и состава команды, процесса подготовки и ее выступление на соревнованиях.

Контроль подготовки осуществлялся ежегодно в два этапа. Первый - с 1 сентября по 31 декабря и основной - с 1 января по 31 мая. В это время проводился оперативный, поэтапный, годичный контроль.

Подготовительный период подготовки достаточно продолжительный (2-4 месяца); целенаправленный, спокойно, без нервных стрессов. Вот на это и следует нынешнему тренерскому составу обратить внимание. В настоящее время, действительно, основной период подготовки очень труден не только с точки зрения физической, но и психологической. Поэтому в подготовительном периоде игроки должны испытывать небольшую психологическую нагрузку, чтобы трудности долгих соревнований они могли преодолеть без срывов, отрицательно сказывающихся на результатах игр, особенно в их конце. В тренировочный процесс включена отработка многих новых, сложнейших игровых вариантов в соответствии с техническими требованиями, предъявляемыми команде высокого класса. Тренер производит выбор игровых вариантов для отработки, в соответствии с концепцией команды, технической зрелостью и физическими данными отдельных игроков. Игровые варианты в зависимости от их характера могут быть атакующие и оборонительные (защитные). При обработке варианта атаки для достижения желаемого результата должны отрабатываться и соответствующие варианты защиты.

Среди игровых вариантов атаки мы использовали следующие:

- Нападающий удар с низкой и короткой передачи и его модификация;
- Нападающий удар с низкой и длительной передачи с краев сетки и его модификация;
- Нападающий удар с высокой передачи с краев сетки. Сложные игровые варианты атаки;
- Нападающий удар с низкой скрытой короткой передачи с обоих краев сетки и его модификация;
- «крест» (низкая скрытая короткая передача);
- Нападающий удар из-за набегавшего игрока и его модификация;
- Нападающий удар игрока задней линии.

В тренировочном процессе мы рекомендуем систематически повторять все простые игровые варианты; так как совершенное владение ими создает предпосылки для успешного овладения сложными игровыми комбинациями, особенно при изменении состава игроков.

Нередко мы наблюдали, что команда во время тренировок владеет простым вариантом, но в важной встрече в критические моменты она способна его эффективно использовать. Это – своеобразный сигнал того, что тренер не применял правильный подход при его отработке. Необходимо в самом начале отрабатывать простой вариант без защиты и с точной первой передачи.

Заключение. В условиях подготовки, моделирующих соревновательную деятельность, следует совершенствовать игровые варианты, применяя целевую установку со стороны тренера. Интерес игроков растет, так как они вынуждены самостоятельно принимать решение, находя выход из сложившейся ситуации, применяя различные спосо-

бы для того, чтобы атакующий вариант был эффективным против появившейся защиты. Такая отработка требует долговременного и систематического повторения, чтобы игроки привыкли применять вариант во всех возможных ситуациях. Этим самым развивается тактическое мышление отдельных игроков. Отработка производится до тех пор, пока игроки не начнут реагировать на возникшую ситуацию правильным выбором паса, удара и т.п. таким образом, чтобы был гарантирован эффект варианта против сконцентрированной защиты. После такой отработки у игроков наблюдается определенная удовлетворенность. Они знают, что справятся с любой игровой ситуацией и что возможная неудача их не запутает – они и дальше с успехом будут применять отработанный атакующий вариант и в более сложной игре, доведя до совершенства взаимопонимание, будут точно знать, как товарищ по команде реагирует на определенную ситуацию, и в случае неправильной реализации хорошего замысла одними из игроков, допустившим ошибку, правильно реагируют и пытаются исправить ситуацию без негативных последствий для команды. Такая команда и будет психически уравновешенным коллективом, что дает возможность при встречах с большой нагрузкой на психику показать максимальный результат.

Литература. 1. Клещев, Ю. Н. Волейбол. Подготовка команды к соревнованиям / Ю. Н. Клещев. – М. : СпортАкадемПресс, 2002. – 189 с. 2. Фурманов, А. Г. Подготовка волейболистов / А. Г. Фурманов. – Минск. – 2007. – 329 с. 3. Беляев, А. В. Волейбол: теория и методика тренировки / А. В. Беляев, Л. В. Булыкина. – М. : ФиС. – 2007. – 180 с.

УДК 796-057.87:004.9

КОМПЬЮТЕРНАЯ ИНФОРМАЦИОННАЯ СИСТЕМА ПОКАЗАТЕЛЕЙ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ СТУДЕНТОВ

Борисевич М.Н., Сучков А.К.

УО «Витебская ордена «Знак Почета» государственная академия
ветеринарной медицины, г. Витебск, Республика Беларусь

Введение. В современном мире компьютерные информационные системы активно влияют на совершенствование не только методик преподавания, но и всего образовательного процесса. Компьютерные технологии, развивающиеся в рамках образовательного процесса, должны быть совместимыми с этим процессом. Информационные технологии востребованы в случаях, когда используемые средства и методы не эффективны при решении современных образовательных задач [1, 2].

Цель статьи – привлечь внимание преподавателей и специалистов физической культуры и спорта к проблеме создания современных компьютерных информационных систем, обеспечивающих эффективное решение педагогических задач.

Основная часть. Одним из значимых критериев успеваемости студентов по учебной дисциплине «Физическая культура» является динамика уровня их физического развития, характеризующаяся изменениями в трех группах показателей.

1. Показатели телосложения (длина тела, масса тела, осанка, объемы и формы отдельных частей тела, величина жировоголожения и др.), которые характеризуют прежде всего биологические формы, или морфологию человека.

2. Показатели (критерии) здоровья, отражающие морфологические и функциональные изменения физиологических систем организма человека. Решающее значение на здоровье человека оказывает функционирование сердечно-сосудистой, дыхатель-