

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Виноградов В., Лисенко О. Сучасна технологія оптимізації функціонального стану кваліфікованих спортсменів. *Інноваційні та інформаційні технології у фізичній культурі, спорті, фізичній терапії та ерготерапії: Матеріали II Всеукраїнської електронної науково-практичної конференції з міжнародною участю* (Київ, 18 квітня 2019 р.) / ред. О.А. Шинкарук. К.: НУФВСУ, 2019. 285 с. С. 218-219 с.
2. Гудим А.П., Цикоза Є.В., Швець С.В. Психолого-педагогічні засади формування професійної майстерності фахівців з фізичного виховання у закладах вищої освіти. *Здоров'я, фізичне виховання і спорт: перспективи та кращі практики: матеріали III Міжнародної науково-практичної онлайн-конференції*. 2021. С. 43-47. ISSN 10.28925/2664-2069.2021.1
3. Коробейніков Г. В., Данько Т. Г., Коханевич А. І. Функціональний стан кваліфікованих борців на етапі спеціалізованої базової підготовки. *Єдиноборства*. 2022. С. 17- 25.
4. Сергієнко Л.П. Комплексне тестування рухових здібностей людини: Навчальний посібник. Миколаїв: УДМТУ, 2001. 360 с.
5. Пітенко С.Л., Кожанова О.С. Особливості застосування функціональних петель для підвищення працездатності м'язів–стабілізаторів кору в оздоровчому фітнесі. «*Фізичне виховання, спорт та здоров'я людини: досвід, проблеми, перспективи*» (у циклі *Анохінських читань*): зб. тез доп. IX Всеукр. наук.-практ. онлайн-конф. Київ; 10 грудня 2021. С. 135 – 139.
6. Полянничко О, Совгіря Т. Збереження психічного здоров'я: психодинамічна парадигма. *Авіаційна та екстремальна психологія у контексті технологічних досягнень*. 2021 С. 105-110
7. Ткаченко А., Літвінова К. Характеристика рухової активності студентської молоді. «*Фізичне виховання, спорт та здоров'я людини: досвід, проблеми, перспективи*» (у циклі *Анохінських читань*): зб. тез доп. IX Всеукр. наук.-практ. онлайн-конф. Київ; 10 грудня 2021. С. 146-149
8. Храмцова В., Латишев М. Рухова активність студентів. *Фізична культура і спорт: досвід та перспективи: матер. 3-ої Міжнар. наук.-практ. конференції* (8-9 квітня 2021 р., м. Чернівці).2021. С. 135-136.
9. Яремко М.О. Кость М.М., Костовський М.Г Засоби та методи розвитку фізичних якостей студентів вищих навчальних закладів: Методичні рекомендації. Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2008. 20 с.

Пилипенко Вадим, Кулик Ніна

ЗМАГАЛЬНА ДІЯЛЬНІСТЬ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ

*Сумський державний педагогічний університет імені А.С. Макаренка
Навчально-науковий інститут фізичної культури*

Анотація. У статті проаналізовано змагальну діяльність у ігрових видах спорту. Проведене анкетування, засвідчило, що велика кількість тренерів, взагалі ніколи не коригують ігрові дії гравця чи команди залежно від їхнього психічного стану у процесі ігрової діяльності. Тренувальна і змагальна діяльність є основними елементами багаторічної підготовки спортсменів у волейболі.

Ключові слова: змагальна діяльність, волейбол, юнаки, тренувальний процес, підготовка.

Pylypenko Vadim, Kulyk Nina. *Competitive activities of volleyball players.*

Abstract. *The article analyzes competitive activity in game sports. The conducted survey proved that a large number of coaches never adjust the game actions of a player or team depending on their mental state during the game. Training and competitive activities are the main elements of long-term training of athletes in volleyball.*

Key words: *competitive activity, volleyball, young men, training process, preparation.*

Постановка статті. Сьогодення сучасний волейбол вимагає від спортсменів високої надійності та стабільності технічної майстерності, відповідно техніко-тактичних дій, високою інтенсивністю змагальної діяльності. Популярності та залучення молоді до систематичних занять фізичними вправами, волейбол займає одне з провідних місць, що багато в чому обумовлюється досить високими спортивними результатами спортсменів на змаганнях.

Система підготовки кваліфікованих волейболістів у теорії та методиці спортивних ігор має досить багате науково-методичне обґрунтування [1]. Зокрема, багатьма фахівцями (А.В. Івойлов, 2003; Ю.М. Клещов, 2009; В.В. Лицарев, 2016; А.В. Родін, 2019) повноцінно розкрито та теоретично доведено питання, присвячені організації фізичної, технічної та тактичної підготовки спортсменів у багаторічному тренувальному процесі.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Змагальна діяльність передбачає швидкість виконання рухових дій та оперативність прийняття рішення тренером запланованих тактичних комбінацій, враховуючи готовність команди. Змагальна діяльність – це керована свідомістю психологічна і фізична активність, яка направлена на досягнення перемоги над суперником в умовах специфічного протистояння і при дотриманні загальних правил змагань [2].

Мета дослідження: проаналізувати змагальну діяльність волейболістів.

Результати дослідження. В спортивних іграх змагальна діяльність характеризується постійною зміною ситуації у зв'язку з постійним бажанням отримувати перевагу один над одним. Гравець повинен враховувати розміщення всіх гравців на площадці і положення м'яча, передбачати дія суперника і розгадувати задум дії його, швидко реагувати на зміну у складеній обставині і приймати рішення найбільш рішучих дій своєчасно і швидко та ефективно виконувати. При швидкісній грі ступінь вирішення задач, яка залежить від швидкості дії гравців, значно збільшується [3].

Характерна особливість змагальної діяльності спортсмена в ігрових видах спорту є велика кількість використання змагальних вправ, техніко-тактичних дій для досягнення спортивного результату. У волейболі крім цього, велике значення мають тактичні дії, як форма реалізації техніко-тактичного потенціалу спортсмена у специфічних змагальних діях [4].

Аналіз змагальної діяльності кваліфікаційних спортсменів в ігрових видах спорту показав, що у більшості команд результативність техніко-тактичних дій у захисті значно гірше, ніж атакуючих. Дана тенденція почала з'являтися ще з 70-80 років. Атакуючий потенціал спортсменів високої кваліфікації у ігрових видах спорту виріс завдяки стилю гри.

Зміст загальної діяльності у спортивних іграх, більшості визначається змінами у офіційних правилах змагання, які направлені на активність дії команди у захисту.

Змагальний результат у ігрових видах спорту – це кількість перемог над суперниками і місце у турнірній таблиці, оцінюється за таблицею перемог та поразок. Як би гарно не грав той чи інший гравець, його дія оцінюється по загальнокомандному результаті. Основним критерієм оцінки рівня спортивної майстерності гравців і якістю роботи тренера є змагальний результат.

Структура змагальної діяльності спортсменів надана у схемі 1.

Доведено, що при такій специфіці змагальної діяльності у спортивних іграх від кожного гравця потрібна повна взаємодія команди в цілому. Велику значимість має гарний мікроклімат команди і благоприємні взаємовідносини, які дозволяють високою взаємодією керувати тренувальною і змагальною діяльністю спортсмена та командою в цілому [6].

Аналізуючи змагальну діяльність у спортивних іграх і тренувальні заняття проходять на високому емоційному рівні з досить великими витратами енергії. Тренеру потрібно враховувати недосконалість рухової координації, низький рівень концентрації уваги, емоційну нестриманість і інші фактори, які характерні для юних спортсменів. Слід відмітити, що такі недоліки можуть проявлятися і у підготовці кваліфікаційних спортсменів у спортивних іграх [5].

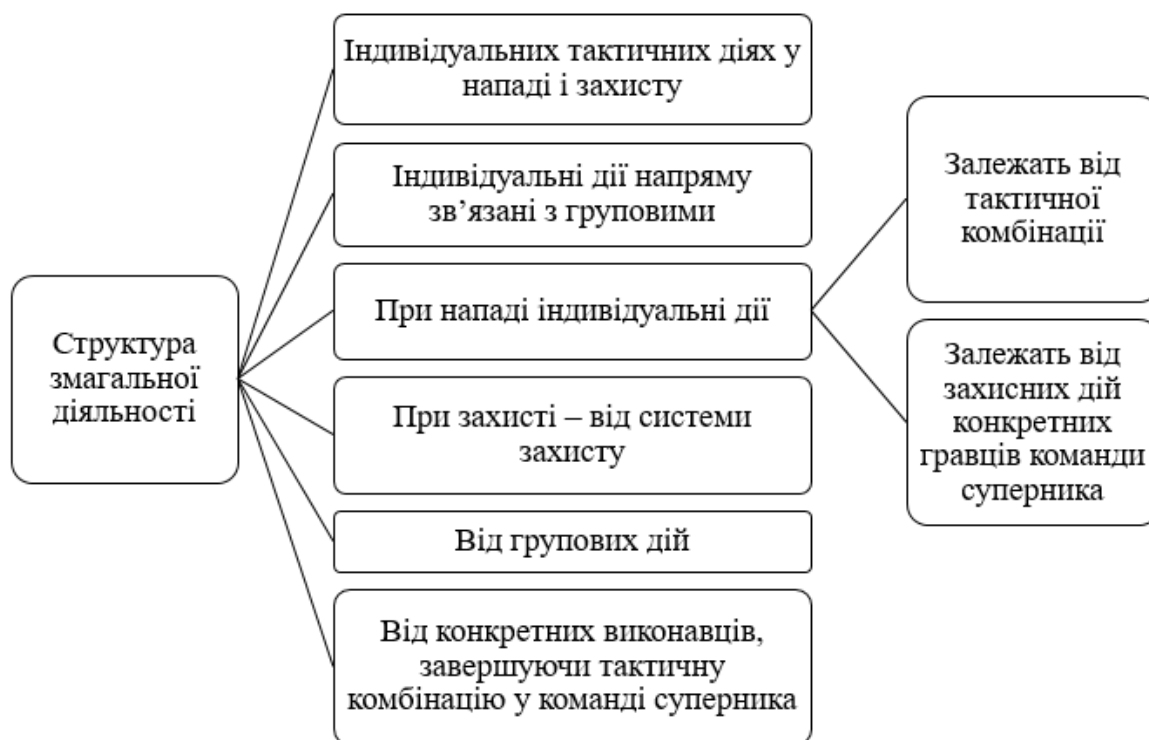
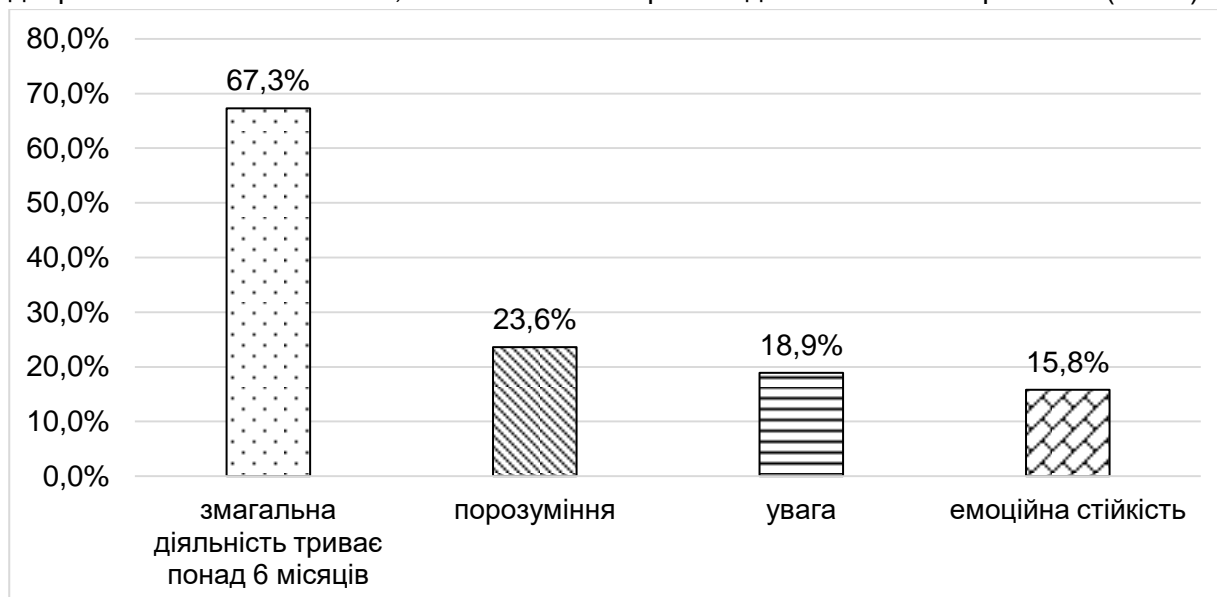


Схема 1. Змагальної діяльності ігрових видів спорту

Удосконалення існуючої системи підготовки спортсменів у ігрових видах спорту потребує творчого осмислення і використання досягнень у практику та теорії підготовки.

Нами було проведено анкетування тренерів до управління та контролю змагальної діяльності. Аналіз опитування «Управління ігровою діяльністю» показав, що для більшості фахівців – 67,3% змагальна діяльність триває понад 6 місяців, що висуває високі вимоги до фізичної техніко-тактичної, психологічної та ігрової підготовленості спортсменів (мал.1).



Малюнок 1. Управління ігровою діяльністю волейболістів

Аналіз думки фахівців дозволив встановити, що (за максимальною шкалою 5 балів) найбільш важливими психічними показниками для гравців та команди, які визначають досягнення високих спортивних результатів у процесі ігрової діяльності, є: порозуміння – 23,6%, увага – 18,9% та емоційна стійкість – 15,8% (мал.1).

Фахівці зазначають, що у процесі ігрової діяльності кваліфіковані волейболісти мають демонструвати високий рівень мислення, а також підтримувати конструктивне спілкування у команді.

Аналіз анкетування до управління ігровою діяльністю волейболістів показав, що сучасні тренери в більшості випадків – 26,9 % та 24,6% частіше «Так», ніж «Ні» та «Іноді», відповідно здійснюють аналіз виступу команди у змаганнях з метою оптимізації та вдосконалення процесу планування спортивної підготовки (таблиця 1).

Таблиця 1

Елементи управління змагальною діяльністю волейболістів

Питання	Відповіді				
	Завжди	Ніколи	Інколи	Частіше «Да», чим «Ні»	Частіше «Ні», чим «Да»
Аналіз виступу команди у змаганнях при плануванні процесу підготовки	19,7%	12,6%	24,6%	26,9%	16,2%
Контроль показників техніко-тактичної підготовки волейболістів у процесі змагальної діяльності	24,1%	10,3%	16,9%	34,5%	14,2%
Доцільне проведення під час гри тайм-аутів і замін	30,2%	1,8%	14,8%	43,9%	9,3%
Коригування ігрових дій окремих гравців у процесі тайм-аут або заміни з урахуванням ефективності і результативності техніко-тактичних дій	10,6%	16,5%	38,4%	6,4%	28,1%
Коригування ігрових дій гравця або команди в залежності від психологічного стану	7,0%	18,9%	27,3%	12,0%	34,8%

Аналіз опитування показав, що більшість тренерів – 30,2% констатують необхідність проведення під час гри тайм-аутів та замін, 43,9% вважають, що це краще робити, ніж не використовувати, а 14,8% тренерів вважають, що можна іноді вдаватися до тайм-аутів та замін під час гри (табл. 1).

Дослідження показали, що 38,4% сучасних тренерів іноді вдаються до коригування ігрових дій окремих гравців у процесі тайм-ауту або заміни з урахуванням ефективності та результативності техніко-тактичних дій. Дуже характерно, що досить високий відсоток фахівців – 16,5%, які вважають це не доцільно робити. Слід зазначити, більшість фахівців 34,8% і 27,3% здійснюють корекцію ігрових дій гравця чи команди залежно від своїх психічного стану, і навіть «Іноді» у роботі застосовують даний методичний прийом (табл.1).

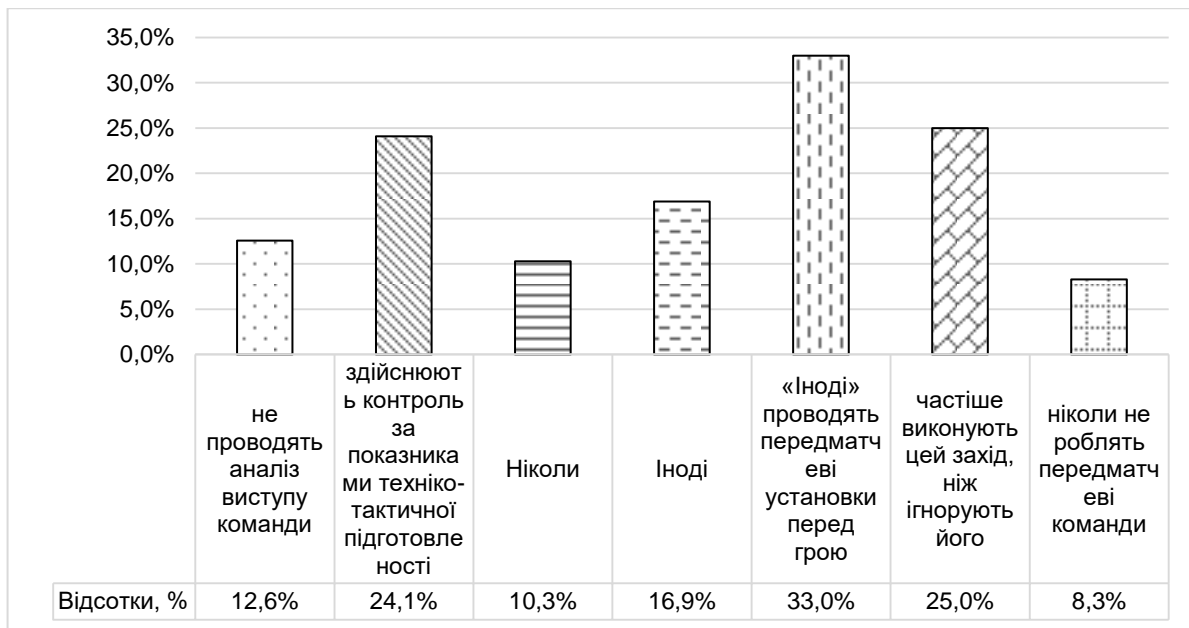
Так, 12,6% тренерів взагалі ніколи не проводять аналіз виступу команди у процесі ігрової діяльності офіційних змагань (мал.2).

Але деякі тренери - 24,1% здійснюють контроль за показниками техніко-тактичної підготовленості кваліфікованих волейболістів у процесі ігрової діяльності офіційних змагань (мал.2).

Слід відмітити, що досить високий відсоток фахівців – 10,3% та 16,9%, відповідно, які «Ніколи» чи «Іноді» виконують контроль показників техніко-тактичної підготовленості кваліфікованих волейболістів у процесі ігрової діяльності (мал.2).

Результати опитування показали, що фахівці - 33,0% «Іноді» проводять передматчеві установки перед грою, 25,0% частіше виконують цей захід, ніж ігнорують його, а 8,3% ніколи не роблять передматчеві команди (установки) перед грою (мал.2).

Вище зложеного впливає, що велика кількість тренерів, взагалі ніколи не коригують ігрові дії гравця чи команди залежно від їхнього психічного стану у процесі ігрової діяльності.



Малюнок 2. Здійснення контролю після змагання та використання передматчевих установок перед грою

Висновки. Тренувальна і змагальна діяльність є основними елементами багаторічної підготовки спортсменів у волейболі. Основним завданням тренувальної діяльності є вдосконалення спортивної майстерності, а діяльність змагання забезпечує її реалізацію в офіційних змаганнях (іграх). Для досягнення оптимальної спортивної форми в період змагань здійснюється за допомогою управління тренувальним процесом. У свою чергу, ефективне управління тренувальною діяльністю кваліфікованих волейболістів має забезпечувати успішний виступ команди за рахунок чіткого виконання плану підготовки з усіх розділів.

Таким чином, соціологічне опитування показало, що потрібно впроваджувати в тренувальний процес різноманітні інноваційні технології для покращення видів підготовки спортсменів і тренувального, змагального процесу.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Бондаренко В.В., Ціпов'яз А.Т. Методика навчання елементам техніки волейболу. Навчально-методичний посібник. Кременчук: Методичний кабінет, 2018. 120 с.
2. Рубцов Єгор, Кулик Ніна. Змагальна діяльність спортсменів легкоатлетів. Цифрові технології в процесі підготовки спортсменів в умовах формального і неформального навчання : матеріали I міжнародної науково-практичної конференції : / відповід. ред. Д.В. Бермудес. Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2021. С. 118–120.
3. Голуб В.П. Контроль і нормування тренувальних навантажень на предзмагальному етапі підготовки кваліфікованих волейболістів : автореф. дис. канд. пед. наук. К., 1993. 19 с.
4. Демінський О.Ц. Оптимізація навчально-тренувального процесу: навчально-методичний посібник. Херсон: Айлант, 2002. С.10–11.
5. Синіговець І.В., Дуденко С.В. Особливості змагальної діяльності висококваліфікованих волейболістів. <https://epub.chnpri.edu.ua/jspui/bitstream/>
6. Жула Л.В., Жула В.П., Ткаченко С.В. Оперативний контроль змагальної діяльності волейболісток високої кваліфікації. *Проблеми формування й удосконалення спортивно-технічної майстерності*. ВІСНИК № 10 (166). 2020 С. 274-277. DOI: 10.5281/zenodo.4513857