

ФОРМИРОВАНИЕ КОМАНДНЫХ ВЗАИМОДЕЙСТВИЙ В ИГРОВЫХ ВИДАХ СПОРТА (НА ПРИМЕРЕ ВОЛЕЙБОЛА)

Ключевые слова:

командные взаимодействия, тренер, этап подготовки, волейболист, команда, игрок, тренерская работа, модель игры.

Аннотация. В данной работе раскрывается сущность подготовки студентов занимающихся волейболом, поэтапно раскрывается последовательность подготовки и команды к соревнованиям, раскрываются методические особенности подготовки волейболистов на разных этапах подготовки.

Эффективность деятельности специалиста по волейболу определяется слаженностью командных действий именно в соревновательной обстановке. Поэтому тренер-преподаватель должен обладать высоким профессионализмом, в котором в системном единстве выступают высший уровень знаний и умений, и психология специалиста.

Деятельность тренера по волейболу предъявляет ряд профессиональных требований, степень соответствия которым предопределяет уровень профессионализма, то есть обладать всем комплексом знаний и умений (теоретической, технической, тактической, физической и психологической подготовкой). [4]

Тренерская работа в условиях высших учебных заведений начинается с первых дней сентября и условно разделяется на несколько этапов: информационный, просмотрный, подготовительный, основной тренировочный, подготовительно-соревновательный, соревновательный, заключительный (рис.).

На первом этапе тренеру необходимо собрать информацию по всем поступившим и проявившим заинтересованность в занятиях в группе спортивного совершенствования по волейболу, провести беседы на факультетах, индивидуальные беседы со студентами первого курса. Составить списки потенциальных новичков команды, указать студентам время первых занятий. На данном этапе главная задача тренера-преподавателя выявить студентов с заинтересованностью и хорошей технической подготовкой.

На просмотрном этапе тренер должен учитывать состояние волейболиста в техническом и тактическом плане, необходимом для сборной команды и развитие его в будущем. То есть, тренер проектирует игроков на командную схему на будущее.

Среди студентов-первокурсников тренеру команды нужно выявить не только хорошо оснащенных игроков, но и волейболистов, которых можно лучшим образом использовать индивидуальные качества необходимые для командных построений.



Рис. Этапы подготовки команды

В современном волейболе основополагающим является не только техническая оснащенность, тактическое видение игры, но и психологическая устойчивость, совместимость по индивидуальным качествам с другими членами команды, единство позиций в схемах построения игры с тренером. [2]

Поэтому тренеру необходимо, чтобы новые игроки выполняли ряд требований:

- Первокурсник и все члены команды дополняли друг друга.
- Концентрация внимания игрока должна сохраняться на протяжении всей тренировки, соревнований.
- Все действия должны быть осмысленными и идти в такт с командными.
- Умственные (психологические) возможности игрока становятся одним из критериев отбора его в команду.

Несмотря на универсализм, требуемый от волейболистов, тренер должен уже на просмотрном этапе определить игроку его амплуа, в котором он сможет принести больше всего пользы команде. Это связано с тем, что тренеру на подготовку к соревнованиям даются сжатые сроки от 2 до 3 месяцев максимум. Тренер с первых занятий должен определиться, на какой позиции должен быть у него подопечный. При выполнении технико-тактических действий, в настоящее время выделяют несколько специфических функций, в которых специализируются игроки, это:

- связующий;
- нападающий первого темпа (центральный блокирующий);

- нападающий второго темпа (доигровщик);
- диагональный (в расстановке по диагоналям к связующему игроку);
- либеро.

На основном тренировочном этапе подготовки тренер-преподаватель должен создавать общее представление всех игроков о своей модели игры, формировать представление каждого игрока о своей позиции в команде, учитывать индивидуальные качества игроков, формируется фазовая структура выполнения тех или иных действий в игре каждого волейболиста, предупреждать и исправляются грубые ошибки.

Методическая задача тренера — чтобы все члены команды овладели основами структуры командной игры, владели всеми качествами необходимыми для ведения игры, были психологически и эмоционально готовы к изменяющейся обстановке на площадке. Достигается это применением различных методов, при использовании которых формируются установки и основные пути освоения командной игрой. Информация, получаемая волейболистом на этом этапе, должна быть представлена в наиболее общем виде и четко характеризовать главный механизм командных взаимодействий. Внимание игрока концентрируется на основных принципах построения игры, различных приемах и способов их выполнения. Детали командной игры, особенности ее становления в зависимости от индивидуальных и других способностей на этом этапе не рассматриваются, так как они могут затруднить решение поставленных задач. [3]

Особое внимание необходимо уделять устранению побочных и лишних действий игроков, приводящих к разладу в командных действиях и межличностных отношениях.

В идеале чтобы к концу данного этапа у тренера сформировался состав из 12 человек по два игрока на каждую позицию.

На подготовительно-соревновательном этапе достигается высокая стабильность и рациональная вариативность командных действий. Навык стабилизируется, совершенствуется целесообразная вариативность выполнения технических приемов применительно к индивидуальным особенностям игрока в соответствии с выполняемой функцией в команде и различным внешним условиям. [1]

Таким образом, высокий уровень подготовленности волейболиста характеризуется следующими критериями: надежностью — стабильное выполнение технических приемов, несмотря на сбывающие факторы игровой обстановки;

- разносторонностью — владение всеми приемами и умения выполнять их в совершенстве;
- приспособляемостью — умение использовать арсенал всех своих действий и различных игровых ситуациях при активном противодействии соперника;
- специализацией — владеть в совершенстве комплексом действий при выполнении определенных функций в команде.

В соревновательный период задача тренера подвести команду к состязаниям в оптимальной готовности не только по физической и технико-тактической подготовке, но и что немаловажно в современном волейболе по психологической, эмоциональной подготовке.

Процесс совершенствования всех приемов игры волейболистов сугубо индивидуален, поэтому задача тренера подвести индивидуально каждого спортсмена в готовность, так чтобы посредством различных тренерских методических приемов выработать у игроков надежность, разносторонность и помехоустойчивость всех абсолютно действий в процессе соревнований.

На всех этапах подготовки игровых действий необходимо исправлять ошибки сразу же после их возникновения. Чем раньше приступают к исправлению ошибок в командных действиях, тем больше вероятность успеха в различных соревнованиях. [5]

На заключительном этапе задача тренера сводится к анализу командных действий и действий каждого игрока в отдельности в той или иной игровой ситуации. Также тренеру необходимо разгрузить команду эмоционально и психологически, сформировать мотивацию к занятиям на следующий семестр.

В заключении можно сказать, что тренерская работа в условиях вуза требует практически молниеносной работы, что связано с малым количеством времени и занятостью студентов в учебном процессе. На каждом этапе подготовки необходимо учитывать все нюансы и методические особенности, что в итоге сказывается на результате, максимально использовать средства и методы достижения поставленных целей.

ЛИТЕРАТУРА

1. *Беляев А. В., Булыкина Л. В.* Теория и методика тренировки. — М.: Ф и С 2007.
2. *Беляев А. В., Савин М. В.* Волейбол: Учебник для институтов и академий физической культуры. — М.: СпортАкадем-Прессе, 2006.
3. *Виера, Барбара Л.* Шаги к успеху — М.: АСТ 2006.
4. Волейбол: Учебник для высших учебных заведений физической культуры. Под редакцией *Беляева А. В., Савина М. В.*, — М.: «Физкультура, образование, наука», 2000.
5. *Марков К. К.* Руководство тренера по волейболу. — Иркутск, 2000.