

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВОЛЕЙБОЛИСТОК ПОСРЕДСТВОМ ИНСТРУМЕНТАЛЬНОГО ОБЩЕНИЯ

Амплеева В.В.¹, Воронкова Е.В.²

¹ ФГБОУ ВО «Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма», Казань, e-mail: ampleeva-v@mail.ru;

² ФГБОУ ВО «Тольяттинский государственный университет», Тольятти, e-mail: starschaja@mail.ru

Работа посвящена совершенствованию тактической подготовки волейболисток на основе функционально-ролевого взаимодействия, необходимого для реализации тактических действий. В процессе работы был проведен анализ результатов стенографирования соревновательной деятельности волейболисток, на основе профиля группового общения, профиля игрового взаимодействия и методики оценки технико-тактической подготовленности команд волейболисток. Результаты теоретического и экспериментального исследования послужили основанием для внедрения в практику учебно-тренировочного процесса волейболисток разработанного комплекса средств инструментального общения. Данный комплекс, состоящий из ориентирующего, стимулирующего, регулирующего и комбинационного блоков, включал в себя вербальные и невербальные средства общения. Данные, полученные нами в ходе проведенного педагогического эксперимента, позволили наглядно увидеть улучшение внутригруппового общения команды волейболисток экспериментальной группы, а также повышение эффективности тактических действий как по качественным, так и временным показателям. Эти данные подтверждаются достоверным приростом результатов по таким показателям, как эффективность действий на страховке на 7,6%, в доигровке на 5,1%, взаимодействие в нападении на 17,5%, в защите 13,8%, в то время как игровые спады уменьшились на 15%. Также произошёл прирост по времени решения простых и сложных тактических задач, что говорит об эффективности предложенного комплекса, на основе средств инструментального общения, для команд волейболисток.

Ключевые слова: тактическая подготовка, игровая деятельность, волейболистки, функционально-ролевое взаимодействие, инструментальное общение.

IMPROVEMENT OF VOLLEYBALL PLAYERS' TACTICAL TRAINING BY WOMAN OF INSTRUMENTAL COMMUNICATION

Ampleeva V.V.¹, Voronkova E.V.²

¹FGBOU VO «Volga Region State Academia of Physical Culture, Sport and Tourist», Kazan, e-mail: ampleeva-v@mail.ru;

²FGBOU VO «Togliatti state University», Togliatti, e-mail: starschaja@mail.ru

The work is devoted to improvement the tactical training of volleyball players based on the functional role of the interaction, which is necessary to implement the tactical actions. In the working process, an analysis of the results on short handing in volleyball competitions was made, based on the profile of group communication, the profile of game interaction and the methodology for assessing the technical and tactical readiness of volleyball teams. The results of theoretical and experimental research served as the basis for the introduction of volleyball players into the practice of the training process, the developed set for communication tools. This complex, consisting of orienting, stimulating, regulating and combinational blocks, included verbal and nonverbal means of communication. The data obtained by us in the course of the pedagogical experiment allowed us to clearly see the improvement of intra-group communication of the team of volleyball players of the experimental group, as well as the increase in the effectiveness of tactical actions, both in quality and time indicators. These data are confirmed by a reliable increase in the results for such indicators as: the effectiveness of actions on insurance by 7.6%, in the completion by 5.1%, interaction in the attack by 17.5%, in protection 13.8% while game drops decreased by 15%. There was also an increase in time to solve simple and complex tactical problems, which indicates the effectiveness of the proposed complex on the basis of means of instrumental communication for volleyball teams.

Keywords: tactical training, gaming activities, volleyball, functional-role interaction, instrumental communication.

Проведя анализ исследований, выполненных Н.В. Аврамовой (2013) [1], Г.Д. Бабушкиным (2006) [2], И.И. Смоляр и Е.А. Иващенко (2012) [3], Г.А. Хрустальевым и

С.Н. Андреевым [4], направленных на совершенствование тактической подготовки волейболистов и совместимости игроков в игровых видах спорта, нами было выявлено, что не все авторы в данных работах затрагивают вопросы влияния общения на функционально-ролевое взаимодействие, необходимое для реализации тактических действий, несмотря на то что общение является одним из важнейших средств взаимодействия. Кроме того, ни в одном из исследований не отражена классификация и описание средств общения, используемые для конкретного отражения механизма взаимодействия.

Однако изучение соревновательной деятельности волейболисток показывает, что большая часть ошибок, совершаемых в игре на основе взаимодействия и общения, порой достигает 70-80% от всех допускаемых ошибок. Проблема психологической готовности и подготовки в современных условиях соревновательной деятельности стоит очень остро, так как зачастую спортсмены, которые показывают на тренировках 100%-ный результат, в экстраординарных условиях не могут показать даже половины (50%) уровня своей подготовленности. Это, на наш взгляд, связано с влиянием на динамические преобразования психоэмоционального состояния спортсмена, что влияет также на выполнение технико-тактических действий, возникающих в большинстве случаев у волейболисток.

Исходя из выше изложенной проблемы, целью исследования являлось совершенствование тактической подготовки волейболисток на основе функционально-ролевого взаимодействия. Гипотеза исследования состояла в том, что применение разработанного нами комплекса средств общения, направленного на функционально-ролевое взаимодействие, окажет положительное влияние на эффективность тактических действий в соревновательной деятельности волейболисток.

Материал и методы исследования. Педагогический эксперимент проходил на базе ФГБОУ ВО «Тольяттинский государственный университет» (ТГУ). В эксперименте участвовали волейболистки факультета физической культуры и спорта - экспериментальная группа, контрольной группой являлась сборная команда волейболисток ТГУ, возраст исследуемых студенток был от 18 лет до 22 лет. Количество испытуемых составило 20 человек, по 10 человек в каждой группе. Эксперимент длился 2 года - с 2016 по 2018 год (2016/2017 и 2017/2018 учебные годы).

Опытно-экспериментальное исследование заключалось в том, что волейболистки экспериментальной группы проходили курс тактической подготовки с использованием в учебно-тренировочном процессе предложенных средств общения, с дальнейшим их применением в условиях соревнований.

Для достижения поставленной цели был проведен анализ стенографирования соревновательной деятельности волейболисток по следующим методикам: 1) профиль

группового общения (Ю.Л. Ханина), направленный на оценку категорий общения: ориентирующая, стимулирующая, оценочно-экспрессивная; 2) профиль игрового взаимодействия, регистрирующий показатели продуктивного общения, отсутствия общения и непродуктивного общения [5]; 3) методика оценки технико-тактической подготовленности команд волейболисток (М.Д. Ашибокова), где оценивалось 18 количественных и 14 качественных показателей [6].

Результаты исследования и их обсуждение. В ходе оценки игровой деятельности волейболисток нас, безусловно, интересовал показатель допущенных ошибок, представленный в таблице 1, так как именно данный показатель отражает состояние сыгранности, слаженности команды, где основным критерием является внутригрупповое взаимодействие и общение. И чем ниже эти показатели, тем выше процент допущенных ошибок и брака.

Таблица 1

Технико-тактическая подготовленность команд
(по схеме оценки М.Д. Ашибокова, в количественных показателях)

Технические действия	Подача	Прием подачи	Передача	Нападающий удар	Блокирование
	Количество допущенного брака при выполнении технических действий (количество брака при выполнении элементов в партии)				
КГ	3.1±0.9	3.2±1.8	4.4±1.2	6.0±2.2	10.2±3.2
ЭГ	3.0±0.7	3.4±2.2	4.4±1.6	5.9±2.6	10.4±2.8
Р	> 0,05	> 0,05	> 0,05	> 0,05	> 0,05
Количественная эффективность при выполнении технических действий (общее количество выполненных элементов в партии)					
КГ	12.7	10.6	19.5	10.5	3.9
ЭГ	12.4	10.2	19.3	10.2	3.6
Р	> 0,05	> 0,05	> 0,05	> 0,05	> 0,05

Следует также сказать, что оценка по количественному показателю эффективности технических действий позволила увидеть, что уровень ТТД у исследуемых студенток ниже среднего, что, в принципе, соответствует уровню их профессионального мастерства. Также следует отметить, что уровень ТТД в обеих группах не имел достоверных различий ($P > 0,05$), так как показатели были примерно одинаковые и, в сравнении с исследованиями и оценками М.Д. Ашибокова [6], соответствовали волейболисткам массовых разрядов.

Далее, рассматривая полученные показатели, следует отметить, что самый высокий процент приходится на долю такого профиля взаимодействия, как «Отсутствие общения», процентное соотношение которого составило 69,9% в КГ и 71,6 в ЭГ. Полученные данные подтверждают научные исследования В.В. Амплеевой и Н.О. Курниковой [7].

Наблюдая за развитием команд волейболисток, мы пришли к выводу, что, несмотря на постоянный рост спортивного мастерства всех видов подготовки (физической, технической, тактической), уровень общения в игре у данных команд может оставаться на прежнем уровне, что, несомненно, тормозит уровень развития взаимодействия в команде, так как общение является одним из важнейших средств взаимодействия.

Для решения выше обозначенной проблемы нами был разработан комплекс средств инструментального общения, который был разделен на 4 блока, где каждый блок включает в себя вербальные и невербальные средства общения:

1. *Ориентирующий* – обращения, связанные с согласованием и уточнением действий игроков (вербальные: «Я»; «Мой»; «Мне»; «Вторая»; «Метр»; «Обычный»; «Выше». Невербальные: указательный палец вверх; раскрытая ладонь смотрит вверх, движение руки вверх; указательный и средний пальцы вниз в виде перевернутого V; один указательный вниз; кулак; раскрытая ладонь).

2. *Стимулирующий* – обращения, предназначенные для подбадривания игроков с целью активизации положительного эмоционального настроения (вербальные: «Молодец», «Здорово», «Хорошо», «Все нормально». Невербальные: хлопок по плечу; хлопок по руке; большой палец вверх).

3. *Регулирующий* – обращения, в основном капитана или ведущего игрока, которые используются с целью контроля и регуляции действий игроков команды (вербальные: «Мяч выходит» - сообщает подающему о том, что его подача выходит за лицевую линию поля соперника; «Заступ» - просьба, предупреждение не заступать за линию; «Сетка» - просьба, предупреждение не касаться сетки; «Аут» - предупреждение игрока о том, что мяч летит в аут и его брать не нужно. Невербальные: руки согнуты в локтевом суставе, подняты вверх, ладони развернуты тыльной стороной - сообщает подающему о том, что его подача выходит за лицевую линию поля соперника; рука опущена вниз, чертит линию - просьба, предупреждение не заступать за линию).

4. *Комбинационный* – особая категория, связанная с реализацией тактической комбинации нападения за счет функционального взаимодействия игроков со связующим («Просто»; «Двушка»; «Метр сзади»; «Крест»; «Морита»).

Методика обучения состояла из трех этапов. На 1 этапе, в процессе теоретической подготовки, происходило изучение разработанных средств общения, а также происходил разбор и обсуждение вариантов их использования в определенной тактической комбинации или ситуации. На 2 этапе, в процессе учебно-тренировочной деятельности, средства общения воспроизводились в игровых условиях, и на практике выявлялась эффективность (или неэффективность) их применения. Стоит отметить, что в тренировочный процесс также была

введена методика – создание пауз в игре. На 3 этапе проходило использование изученных средств общения в соревновательной деятельности.

Использование вербальных или невербальных средства общения зависело от планируемой тактики в защите или нападении, а также от хода спортивной борьбы.

В результате проведения опытно-экспериментального исследования с внедрением комплекса разработанных средств инструментального общения нами были получены следующие данные.

Показатели игрового взаимодействия по профилю «Продуктивное общение» повысились в обеих группах волейболисток, однако прирост результатов был неравномерный. И если в КГ этот показатель увеличился на 4,2%, то в ЭГ этот показатель составил 19,8%, то есть процент прироста в ЭГ был выше показателей КГ в среднем на 15,6%. В то же время процент показателей такого профиля, как «Отсутствие общения», снизилось на 17,8% в ЭГ и на 3,9% в КГ, то есть разница показателей между группами составила 13,9%, что было статистически достоверно по показателю t-критерия Стьюдента ($P < 0,05$).

Показатели непродуктивного общения также имели тенденцию к снижению в обеих группах, что, безусловно, связано с ростом спортивного мастерства, однако прирост результатов в ЭГ был не достоверно выше (статистически достоверного изменения не выявлено) и составил 4,9%, в то время как в КГ улучшение результатов произошло на 1,8%, следовательно, улучшение результатов в ЭГ было выше на 3,1%. Низкий процент повышения показателей данного профиля внутригруппового общения, на наш взгляд, обусловлен уровнем мастерства, который в обеих командах соответствовал массовым разрядам (все разряды до 1 взрослого).

Стенографирование матчей по показателям ОТТД (оценки технико-тактической деятельности) показало прирост результатов в обеих группах, однако уровень ОТТД экспериментальной группы бы достоверно выше ($P < 0,05$). И если в КГ прирост составил в среднем 0,8 балла, то в ЭГ данный показатель улучшился на 2,3 балла (выявлены статистические изменения). Исходя из этого, можно сделать вывод о том, что разница показателей между группами составила в среднем 1,5 балла, что отражает другой уровень психолого-педагогического влияния используемых средств подготовки на показатели ОТТД.

Из таблицы 2 видно, что динамика брака, допущенного при выполнении технических действий, увеличивалась в соответствии с уровнем спортивного мастерства и повышением количества эффективности. Однако в КГ этот прирост был недостоверен, даже внутри самой группы, и лишь показатель «передача» улучшился в соответствии с динамикой профессионального мастерства, отраженной в сравнительной таблице М.Д. Ашибокова [6].

Динамика технико-тактической подготовленности команд
(по схеме оценки М.Д. Ашибокова, в количественных показателях)

Технические действия	Подача	Прием подачи	Передача	Нападающий удар	Блокирование
	Количество допущенного брака при выполнении технических действий (количество брака при выполнении элементов в партии)				
КГ (итоговые показатели)	3.1±0.8	3.2±1.8	4.1±1.1	5.9±2.0	10.3±3.2
ЭГ (итоговые показатели)	3.2±0.8	3.6±1.7	3.8±0.9	5.3±1.8	10.9±1.9
Прирост КГ	0	0	0.3	0.1	0.1
Прирост ЭГ	0.2	0.2	0.6	0.6	0.5
Разница показателей	0.2	0.2	0.3	0.5	0.4
P	> 0,05	> 0,05	> 0,05	< 0,05	< 0,05
	Количественная эффективность при выполнении технических действий (общее количество выполненных элементов в партии)				
КГ (итоговые показатели)	13.2	11.6	20.4	11.8	4.5
ЭГ (итоговые показатели)	14.4	12.9	22.6	13.2	5.0
Прирост КГ	0.5	1.0	0.9	1.3	0.6
Прирост ЭГ	2.0	2.7	2.3	3.0	1.4
Разница показателей	1.5	1.7	1.4	1.7	0.8
P	< 0,05	< 0,05	< 0,05	< 0,05	< 0,05

В то же время в ЭГ достоверный прирост произошел по таким показателям, как «передача», «нападающий удар», «блокирование». Следует также отметить, что увеличение допущенного брака в ЭГ напрямую связано с тем, что количественная эффективность увеличилась в среднем на 1-1,5 балла, в сравнении со средним показателем в 0,5 балла КГ.

В ходе проведенного эксперимента и стенографирования матчей было также определено время решения простых и сложных тактических задач. Из таблицы 3 видно, что на начало эксперимента показатели времени решения как простых, так и сложных задач находились примерно на одном уровне (статистически достоверного изменения не выявлено). Однако в ходе проведенного исследования показатели в ЭГ имели положительную динамику (статистически достоверные изменения).

Динамика времени решения тактических задач в ходе соревновательной деятельности

Группы	Исходные данные	Итоговые данные	Прирост	Разница показателей	P
Время решения простых задач (секунды)					
КГ	29,36±9,1	28,26±8,2	1,1	7,2	< 0,05
ЭГ	28,6±7,1	20,2±2,9	8,3		
Время решения сложных задач (секунды)					
КГ	38,7±10,3	35,4±8,1	3,3	11,3	< 0,05
ЭГ	40,1±11,2	25,5±2,9	14,6		

Динамика, представленная в таблице 3, наглядно отражает изменения результатов, характеризующих время, используемое на решение различных тактических задач, как простых, так и сложных. Прирост результатов в показателях решения простых задач в контрольной группе был статистически не достоверен и составил 1,1 секунды, в то время как прирост результатов по данным показателям у экспериментальной группы составил 8,3 секунды, что статистически достоверно было выше на 7,2 секунды ($P < 0,05$).

Прирост за время эксперимента произошел в обеих группах, однако если время решения сложных тактических задач в ЭГ статистически достоверно улучшилось с 40,1 секунды до 25,5 секунды, и улучшение результатов составило в среднем 14,6 секунды, то в КГ прирост был не столь очевидным. Время решения сложных задач с 38,7 секунды улучшилось до 35,4 секунды (статистически достоверного изменения не выявлено), в итоге прирост показателей составил 3,3 секунды в сравнении с 14,6 секунды ЭГ.

Следовательно, можно отметить, что положительная динамика результатов по времени решения различных тактических задач была в обеих группах. Однако как внутригрупповые, так и межгрупповые различия в показателях решения простых и сложных тактических задач были статистически достоверно выше у волейболисток экспериментальной группы.

Таким образом, полученные результаты исследования позволяют нам сделать вывод о том, что внедрение предложенного нами комплекса средств инструментального общения, где каждый блок включал в себя вербальные и невербальные средства общения, является эффективным, что подтверждает гипотезу данного исследования.

Заключение. Данные, полученные нами в ходе проведенного педагогического эксперимента, позволили наглядно увидеть улучшение внутригруппового общения команды волейболисток ЭГ, а также повышение эффективности тактических действий как по качественным, так и по временным показателям. Эти данные подтверждаются достоверным

($P < 0,05$) приростом результатов по таким показателям, как: 1) эффективность действий на страховке на 7,6%; 2) эффективность действий в доигровке на 5,1%; 3) эффективность действий при взаимодействии в нападении на 17,5%; 4) эффективность действий в защите 12,3%; 5) уменьшение игровых спадов на 15%. В то время как показатели в контрольной группе имели достоверно ($P < 0,05$) более низкие показатели прироста.

Следовательно, использование средств инструментального общения в учебно-тренировочном процессе является действенным средством тактической подготовки волейболистов, заключающимся в моделировании деятельности соревновательных условий.

Список литературы

1. Аврамова Н.В. Повышение спортивного мастерства квалифицированных волейболисток 15-17 лет на основе программирования и коррекции ведущих технических приемов: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Набережные Челны, 2013. 23 с.
2. Бабушкин Г.Д., Буфиус А.С. Психологическая совместимость и срабатываемость в групповой деятельности // Психопедагогика в правоохранительных органах. 2006. №2(26). С.40-42.
3. Смоляр И.И., Иващенко Е.А. Изучение личности лидера и стиля его взаимодействия в спортивной команде // Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. 2012. №11. С.94-97.
4. Хрусталев Г.А., Андреев С.Н. Формирование составов команд в игровых видах спорта на основе оценки психофизиологического состояния игроков // Вестник спортивной науки. 2012. №2 . С.23-24.
5. Амплеева В.В. Психология общения в спорте: учебно-методическое пособие. Тольятти: ПВГУС, 2012. 132 с.
6. Ашибокон М.Д. Критерии оценки технико-тактической подготовленности команд волейболисток // Вестник Адыгейского государственного университета. 2006. № 1. С.290-293.
7. Амплеева В.В., Курникова Н.О. Программа формирования спортивного коллектива в группе волейболистов начальной подготовки // Молодой ученый. 2013. №5. С.838–841.