ИГРА СВЯЗУЮЩЕГО

Слупский Л. Н.

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие 3
Специализация функций в труде и спорте ..... ……. —
Немного истории ..... ……..…7
Каков он, диспетчер? ..... ……10
Подготовка связующего игрока ....……..….. 22
Пути повышения технико-тактического мастерства
связующего .....……..…..67
Педагогический контроль ..... ……..…71
Специальное оборудование и инвентарь ..……..…. 79
Диспетчер сегодня .....…….. 86

Рецензент доктор пед. наук, засл. тренер СССР Ю. Д. Железняк
Волейбол: игра связующего.—М.: Физкультура и спорт, 1984. — 96 с., ил.

Связующий игрок в волейболе—мозг и мотор команды. Сложность данной игровой роли предъявляет высокие требования к спортсмену и требует специальной целенаправленной подготовки. В книге мастера спорта доцента кафедры спортигр Львовского института физкультуры раскрываются средства и методы подготовки связующих игроков, говорится об особенностях этого игрового амплуа.
Книга адресована тренерам и спортсменам.

Издательство «Физкультура и спорт», 1984 г.

ПРЕДИСЛОВИЕ

Современный волейбол предъявляет высокие требования к организации тактических действий команды, объективно создающей предпосылки для успешного завершения атакующих действий. Специфика игры обусловливает преимущественное решение этой главной задачи связующими игроками, выполняющими роль диспетчеров игры.

Практика показывает, что подготовка связующего игрока, сочетающего целый комплекс качеств, столь необходимых ему для диспетчерской функции, — сложная проблема. Ее сложность обусловлена, как полагает автор, прежде всего трудностью реализации на практике основных теоретических положений.

В настоящей книге автор ставил своей задачей оказать посильную помощь в решении данной проблемы.

В основу книги положены результаты специального научного исследования. Здесь рассматриваются особенности игровой функции связующего, отбора и подготовки на различных этапах учебно-тренировочного процесса, даются рекомендации по контролю и оценке соревновательной деятельности. Автор, конечно, не претендует на законченность суждений по данным вопросам. Он видит свою цель прежде всего в обосновании методического подхода к подбору средств и методов подготовки связующего. Думается, что предлагаемый

материал явится подспорьем в творческой лаборатории тренера.

СПЕЦИАЛИЗАЦИЯ ФУНКЦИИ В ТРУДЕ И СПОРТЕ

Мы давно уже привыкли к терминам «вратарь», «защитник», «центровой», «разыгрывающий» и многим другим, прочно вошедшим в обиход спортивной практики, и не всегда задаемся вопросом о причинах, обусловивших разделение ролей в спортивной игровой деятельности. Обратимся к общественному производству. Именно здесь и довольно давно проявился этот феномен человеческой деятельности, с которым в наши дни прямо или косвенно связывают успехи современной цивилизации.

3

Так, еще в «Капитале» К. Маркс писал, что «различные операции, попеременно совершаемые производителем товара и сливающиеся в одно целое в процессе его труда, предъявляют к нему разные требования. В одном случае он должен развивать больше силы, в другом — больше ловкости, в третьем — больше внимательности и т. д., но один и тот же индивидуум не обладает всеми этими качествами в равной мере»*.

Далее, показывая соотношение способностей и разделение труда, К. Маркс пишет: «Если, таким образом, природные особенности рабочих образуют ту почву, на которой произрастает разделение труда, то, с другой стороны, мануфактура, коль скоро она введена, развивает рабочие силы, по самой природе своей пригодные лишь к односторонним специфическим функциям»**.

Отечественные ученые Б. М. Теплов, В. Д. Небылицын и Н. И. Мейзель в своих работах показали, что до тех пор, пока темп не играл значительной роли в производительности труда, подбор и расстановка людей на рабочих местах осуществлялись в процессе деятельности на основе опыта и квалификации работника. Было установлено, что люди с разными типами нервной системы могут работать одинаково успешно там, где преимущество в определенных свойствах нервной системы должно обеспечить большую производительность. Здесь имеет место своеобразная компенсация недостающих качеств, происходящая, как полагает Е. А. Климов***, за счет моментов, внешних по отношению к свойствам нервной системы. Однако при повышении экстремальности рабочих условий роль таких моментов снижается, а компенсация отсутствующих качеств все более затрудняется. Решающее место начинают занимать природные качества индивида, в том числе врожденные свойства его нервной системы. Отмечено, что индивидуальные особенности людей в этом отношении могут играть настолько существенную роль, что в некоторых видах деятельности, несмотря на достаточное здоровье и активное стремление овладеть данной деятельностью, человек не может достичь необходимого минимума профессионального мастерства.

* К. Маркс и Ф. Энгельс. Сочинения, т. 23, с. 361.
** Е. А. Климов. «Вопросы психологии», 1959, № 2.
*** Там же.

4

В науке о спорте данное положение также нашло свое развитие. А. Н, Крестовников отмечал, что при выработке двигательного стереотипа большое значение должны иметь типологические особенности лиц, занимающихся физическими упражнениями. В его работах с сотрудниками показано, что не только занятия тем или иным видом спорта влияют на деятельность анализаторов, играющих важнейшую роль в выработке и воспроизведении сложных двигательных навыков, но, в свою очередь, и состояние анализаторов может способствовать развитию спортивного мастерства.

Дальнейшее развитие это положение нашло в работах Е. П. Ильина с сотрудниками. В них было показано, что типологические особенности, обусловливая потребность в том или ином виде деятельности, определяют наряду с другими причинами выбор вида спортивной деятельности, в наибольшей степени соответствующего имеющимся у человека представлениям и потребностям.

Ряд исследований спортивной игровой деятельности как в естественных, так и в лабораторных условиях убедительно показали, что выполнение определенной игровой роли в команде существенно влияет на изменение тех или иных функций спортсменов. Так, В. В. Медведев, изучая психологические особенности состояния тренированности у волейболистов, установил, что уровень некоторых характерных для этой игры психофизиологических процессов и функций значительно выше у связующих игроков. В особенности это относится к зрительным и мышечно-суставным восприятиям. Аналогичные явления были отмечены А. Н. Перепеловым и А. В. Родионовым при изучении психомоторики у гандболистов.

Интересные данные на материале детского футбола получили И. П. Волков и В. М. Деревенский при изучении особенностей групповой динамики. В частности, они установили, что уже на первом этапе спортивного совершенствования наряду с физическим и умственным развитием детей, повышением их индивидуально-технического и тактического мастерства выявляется разностороннее тяготение ребят к

различным игровым ролям. Авторы расценивают это как своеобразную закономерность, требующую серьезного внимания тренеров, особенно на начальном этапе закрепления за игроками определенных игровых ролей. Отмечая серьезные отрицательные явления в тех случаях, когда игровая роль не соответствует индивидуально-типологическим особенностям

игрока (падение интереса к занятиям, неуверенность в своих силах, конфликтность и т. д.), ученые делают заключение:

«...тренер должен учитывать, что каждый игрок команды в своем развитии обладает определенными способностями, соответствующими требованиям той или иной игровой роли. Задача тренера — развить эти способности, подобрав игроков на игровые роли с учетом их индивидуальных возможностей и совместимости, создав из отдельных индивидуумов единый игровой ансамбль»*.

Как видим, неравномерность развития различных функций предполагает наличие способностей, которые представляют определенную совокупность психологических качеств, тесно связанных со специальными навыками, умениями и проявлением особого интереса к данному виду деятельности.

Значимость индивидуальных особенностей личности для успешного овладения специфическими умениями и навыками в спортивной игровой деятельности доказана многими исследователями (О. А. Черникова, 1959; Л. С. Нерсесян, 1964; М. А. Матова, 1967; Г. М. Гагаева, 1969; А. Ц. Пуни, 1969; П. А. Рудик, 1970, и др.). Это обусловило интерес ученых к изучению психофизиологических особенностей у спортсменов, выполняющих различные игровые роли, имеющие важное значение для коллективных действий команды (В. В. Медведев, А. А. Араратян, 1968; В. А. Запорожанов, 1970; А. В. Родионов и А. Н. Перепелов, 1971; Ю. Д. Железняк и Л. Н. Слупский, 1973, и др.).

Анализ исследований позволяет заключить, что овладение сложным многообразием игровых приемов и действий происходит у занимающихся не одинаково. Это явление, как и проявление личностных интересов занимающихся к различным игровым ролям, обусловлено главным образом их индивидуальными особенностями, а также различиями в способностях к функциональному совершенствованию тех органов и систем, которые оказывают существенное влияние на рост спортивных достижений. Это и есть главная (объективная) обусловленность процесса специализации в труде и спорте. Однако одного признания закономерностей существующего процесса

* И. В. Попов, В. М. Деревенский. «Теория и практика физической культуры», 1972, № 9.

недостаточно для повышения эффективности спортивной деятельности.

Задача состоит в том, чтобы изучить особенности проявления известной закономерности в каждом отдельном виде спортивной деятельности.

НЕМНОГО ИСТОРИИ

В практике волейбола в настоящее время прочно утвердился термин «связующий игрок». Действия этого игрока предопределены игровой функцией — поддерживать и осуществлять связь между обороной и атакой. Мы настолько привыкли к роли связующего, что и представить команду без него не можем. Даже далеко не классные команды играют как по нотам. Смотришь и удивляешься: все известно на много ходов вперед, все выверено до сантиметра.

Всегда ли так было? Вовсе нет! Как отмечает ветеран волейбола профессор Д. Федоров, все это рождалось в творческих муках. В двадцатые годы игра, по существу, сводилась к тому, чтобы хоть как-нибудь, чаще одним ударом, перебить мяч на другую сторону. Каждый стремился, что называется, проявить свою прыть. Однако так продолжалось недолго. Счастливый случай помог волейболу обрести четкость взаимодействий. Очевидец первых волейбольных баталий и первый председатель Всесоюзной секции волейбола А. Поташник вспоминал, что в двадцатые годы игроком и тренером сборной команды Москвы был гимнаст, волейболист и музыкант Михаил Кочержинский*. Как музыканту ему, видимо, было понятнее, что такое слаженный ансамбль. Кочержинский ввел на площадке четкую игровую дисциплину, разработал систему распасовок: игроки знали, кто принимает мяч, куда его направить и кто должен завершать взаимодействия. В ту пору это было подлинное новаторство. Конечно, с нынешней организацией игры эти изменения не сравнить, но лиха беда начало. Так счастливый случай ускорил закономерный процесс развития игры и положил начало появлению целой плеяды прославленных мастеров второй передачи.

В тридцатые годы на ролях пасовщиков, как их тогда называли, закреплялись игроки, виртуозно выполнявшие

* Большие именины. «Спортивные игры», 1973, № 7.

7

защитные действия. Это заслуженные мастера спорта А. Соколов, А. Якушев, А. Эйнгорн.

В сороковые годы на этих «должностях» больших успехов достигли В. Васильчиков, Н. Михеев, С. Нефедов, В. Саввин. С именами этих замечательных мастеров неразрывно связаны и первые выдающиеся победы советских волейболистов на крупнейших международных соревнованиях. Они и были первыми. У них учились сегодняшние мастера, признанные диспетчеры отечественного и мирового волейбола.

В пятидесятые годы ряды связующих пополнили В. Гайлит, Е. Кошелев, М. Крылов, Т. Смольянинов, С. Щербаков, Л. Стрельникова. Появляются мастера, в полной мере соответствующие роли диспетчера,— Г. Мондзолевский, Ю Поярков, А. Рыжова. Профессора паса, как тогда их называли, они вписали яркую страницу в историю этой игровой роли.

Шестидесятые годы характерны появлением плеяды замечательных мастеров второй передачи, отличавшихся ярким индивидуальным дарованием: Г. Гайковой, А. Цирков, П. Райг, Ю. Венгеровский, В. Калачихин, В. Михальчук, В. Мокрушев, Ж. Саурамбаев, Б. Терещук, Л. Булдакова, Л. Михайловская, В. Виноградова, Н. Абрамова, Т. Родионова.

В семидесятые годы эстафету связующей игры приняли Ю. Старунский, В. Домани, В. Зайцев, В. Кривов, Г. Леонтьева, Л. Берген, Т. Гонобоблева, Е. Назаренко, Н. Мурадян, Л. Логинова. Сегодня многие из них завершают свой спортивный путь. Однако своей виртуозной игрой ветераны не только по-прежнему радуют сердца своих поклонников, но и демонстрируют образец высокого спортивного мастерства, благодаря которому нашим волейболистам удалось покорить самые высокие вершины. По-прежнему в строю диспетчеры № 1 семидесятых В. Зайцев и Л. Логинова. Нашим молодым спортсменам есть у кого учиться и на кого равняться.

Развитие волейбола в шестидесятые годы характеризовалось значительным усилением атакующей мощи команд. Этому во многом способствовала атлетическая подготовка спортсменов. Извечный спор «брони» и «снаряда» явно склонился в пользу атаки, так как пассивному противодействию защиты (блок на своей стороне площадки) не под силу оказалось сдерживать возросший натиск нападения. Вполне естественно, что при построении игровых действий в таком случае отпадала необходимость

8

поисков сложных решений. Это в большинстве случаев приводило к упрощенной организации игровых действий в расчете на силу удара. Волейбол стал терять свою зрелищность. Исчезли привычные хитроумные замыслы игроков, так полюбившиеся миллионам поклонников волейбола во многих странах мира. «Рациональный волейбол»—часто можно было услышать или прочитать в то время, хотя заметим, что «рацио» значит «разум» и, таким образом, не вполне характеризовало реальное положение вещей.

В 1964 г. по предложению Федерации волейбола СССР были введены изменения в правила игры, разрешающие блокирующим переносить руки через сетку на сторону противника. С изменением правил (они вошли в действие в 1965 г.) действия нападающих игроков в значительной степени затруднились. Возникла необходимость в такой передаче для нападающего удара, которая позволяла бы завершить его без противодействия блокирующих игроков соперника или по крайней мере против одного блока.

Однако точная и своевременная передача с учетом быстро меняющихся игровых ситуаций и индивидуальных особенностей нападающих оказалась под силу не каждому передающему. Потребовались игроки нового плана—диспетчерского, а их отсутствие, особенно поначалу, породило настоящую проблему. Между тем атакующие действия стремительно развивались, но теперь уже как следствие борьбы с активной защитой.

По мнению специалистов, это повлекло за собой существенные изменения в содержании игры, в первую очередь значительно повысилась роль четкой организации тактических действий. Ища выход из создавшегося положения, тренеры начали привлекать опытных игроков, утративших со временем необходимые качества нападающих (быстроту, прыгучесть, выносливость). Однако, как свидетельствуют факты того времени, такой шаг не только не способствовал решению проблемы, а, наоборот, положил начало вредной практике переквалификации игроков, зачастую не отвечающих необходимым требованиям сложной игровой роли.

Уже первые серьезные испытания (чемпионат мира 1966 г.) показали, что удельный вес игровых действий связующих игроков значительно возрос, а роль их в организации тактических действий стала решающей.

В дальнейшем развитие волейбола в нашей стране

9

и за рубежом характеризовалось активным поиском наиболее оптимального использования возможностей связующих игроков. Тем тренерам, которые предпочитали сложное построение игровых действий при

доминирующей роли диспетчера, как правило, сопутствовал успех. Но главное в том, что выиграл сам волейбол. Игра стала еще более динамичной и привлекательной.

КАКОВ ОН, ДИСПЕТЧЕР?

Неудачи советских волейболистов в крупнейших международных соревнованиях семидесятых годов и медленный рост мастерства даже сильнейших в прошлом команд страны обусловили необходимость специального исследования проблемы связующего игрока. На первый взгляд кажется, что пути ее решения довольно определенны: необходимо энергичнее готовить игроков этого амплуа.

На самом же деле обстоятельства складывались значительно сложнее. И вот почему. Подготовка связующих предполагает специализацию волейболистов по игровым функциям. А это как раз и противоречило взглядам некоторых специалистов. Вспомните принцип:

«Шестеро—в нападении, шестеро—в защите».

Сегодня универсальность подготовки связующего не вызывает сомнений. Однако ее место и задачи в учебно-тренировочном процессе, с учетом специфики игры, требовали детального анализа. Но главным, что предстояло изучить, были содержание игровой функции диспетчера и его психофизиологические особенности. Другими словами, следовало выяснить, каким должен быть волейболист этого амплуа и где тот эталон, к которому должны стремиться тренеры и спортсмены в своей работе.

В процессе поиска ответов на эти и многие другие вопросы были определены три основных этапа. На первом изучался опыт работы специалистов, тренеров и спортсменов (по данным анкетного опроса и бесед), на втором анализировались особенности игровой деятельности связующего, на третьем оценивался уровень развития специальных физических качеств и психофизиологических функций диспетчера.

МНЕНИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ И СПОРТСМЕНОВ

Советских и зарубежных специалистов и тренеров, а также спортсменов интересовали три главных вопроса: какова роль связующего игрока в современном волейболе и сохранится ли эта игровая функция в будущем? какими качествами должен обладать спортсмен этой специализации? когда и как готовить волейбольного диспетчера?

В первом вопросе тренеры были единодушны: добиться высокой организации командных тактических действий без связующих игроков практически невозможно. Другое дело, как отмечали некоторые тренеры, по мере развития волейбола грань между различными амплуа в команде будет стираться. И все же без полноценных мастеров связующей игры волейбол потеряет зрелищность, игра превратится в самодеятельность без четкого стратегического плана. Ведь благодаря хитроумным, дальновидным задумкам, подчеркивал заслуженный тренер Болгарии М. Караиванов, волейбол приближается к оригинальному творчеству, к искусству.

Какими качествами должны отличаться связующие игроки? Точная и мягкая передача мяча, тонкое понимание игровой ситуации, сообразительность, быстрота реакции, самообладание, развитое периферическое зрение. Как видно из табл. 1, больших различий в оценке специалистов и спортсменов нет.

Обращает на себя внимание и роль общей физической подготовки. Если учесть, что многие команды комплектуются по принципу 5+1 (пять нападающих и один

Таблица 1

Качественные особенности связующих игроков (по данным экспертной оценки тренеров и спортсменов)

Качества	Тренеры, %	Спортсмены, %
Техника второй передачи	37,5	42,3
Тактическое мышление	42,5	38,4
Периферическое зрение	40,0	32,6
Волевые качества	28,8	13,8
Ориентировка	25,0	14,5
Быстрота реакции	21,2	15,8
Разносторонняя физическая подготовка	19,0	11,7
Лидерство	12,5	25,2
Коммуникабельность	11,7	9,5

связующий), то универсальная физическая подготовка для связующего—важная гарантия стабильной игры. Нетрудно прийти к заключению, что, обладая такими качествами, диспетчер будет хозяином в самой

трудной игровой ситуации, особенно в напряженные моменты игры, порой решающие исход состязания.

Возможен ли в принципе эталон связующего? Дело в том, что «идеал» диспетчера мы зачастую представляем не вообще, а с учетом конкретных условий: состава команды, тактического плана ведения игры и т. п., что вполне обоснованно и справедливо. И все же эталон, хоть и условный, должен быть. И под ним следует понимать не собирательный образ, а оптимальный вариант, соответствующий современным требованиям.

В большинстве случаев тренеры отдают предпочтение связующим высокого роста, владеющим нападающим ударом левой рукой с места и обладающим хорошими навыками блокирования. Некоторые же на первый план выдвигают тактическое мышление диспетчера, его реактивные качества. Как видим, полного единства взглядов у специалистов нет.

Заслуживает особого внимания мнение одного из лучших связующих отечественного волейбола Георгия Мондзолевского: «Связующий в моем представлении — это высокорослый, прыгучий, резкий, быстро передвигающийся по площадке спортсмен с отличной реакцией и идеальным чувством мяча, умеющий атаковать и блокировать. Но главное — в совершенстве владеющий искусством второй передачи мяча, умеющий видеть и понимать все тонкости игры, принявший умом и сердцем главную формулу нашей игры: все начинается с паса!»

Однако не слишком ли много мы требуем от диспетчера? Не будем спешить с выводами. Посмотрим, что скажет по этому поводу наука.

НАУКА ПОМОГАЕТ

Одно из основных положений советской психологии в вопросе о способностях гласит: специфические способности должны рассматриваться в зависимости от того, какие психические функции проявляются в наибольшей мере в данном конкретном виде деятельности (спорта). Это обусловливает необходимость всестороннего изучения особенностей игровой деятельности связующего игрока и особенно тех ее сторон, которые тесно связаны

с проблемой сложных скоростных условий труда. Как уже было показано, сложные условия деятельности предъявляют требования к индивидуальным особенностям человека. Значит, очевидна определенная связь некоторых сторон игровой функции связующего игрока с проблемой управления, широко известной в инженерной психологии. Рассмотрим особенности игровой деятельности диспетчера хотя бы кратко.

Игра в волейбол отличается от других командных видов спортивных игр прежде всего и главное тем, что здесь игрок при взаимодействии с партнерами не может удерживать мяч. Эта особенность ставит связующего при выполнении передачи в исключительные условия, абсолютно исключающие ошибку—задержку или бросок. Передача осуществляется кратковременным кинестетическим прикосновением к мячу (контактом). Продолжительность игры не регламентируется и может продолжаться до двух и более часов. За это время связующие выполняют большой объем работы, включающий прыжки на максимальную высоту (до 100 и более), ускорения (30—50), падения и перевороты (20— 30) и множество специальных приемов. Потеря веса при этом достигает 1,5—2 кг.

Увеличение темпа игры (игра тремя мячами), снижение потолка передач и другие факторы придают игре повышенную нервно-эмоциональную окраску. Небольшие размеры площадки, большая скорость полета мяча и быстрая смена сложных игровых ситуаций создают условия так называемого предвосхищения (антиципации), тесно связанного с напряженной умственной деятельностью.

Следует заметить, что в современном волейболе процессы предвосхищения—непременное условие эффективности технико-тактических действий. Здесь, как показано Е. Н. Сурковым (1982), данные процессы проявляются особенно ярко*.

Отмеченные общие особенности игры предъявляют исключительно высокие требования к универсальной подготовке игроков, высокому уровню физических, психических и интеллектуальных качеств.

Количество значимых психофизиологических качеств связующего значительно расширяется, если учитывать и его деятельность как регулятора взаимодействий

* Е. Н. Сурков. Антиципация в спорте. М., ФиС, 1982.

команды. Основной специфической особенностью этого амплуа является, как известно, преимущественное выполнение передач мяча для завершающего (атакующего) удара. Кажущаяся на первый взгляд легкость выполнения этого приема в игре не соответствует действительности. Дело в том, что передать мяч в наименее защищенный участок площадки (сетки), или, как принято говорить в практике, вывести своего

нападающего без блока (без противодействия защитника), или против одного блокирующего—исключительно сложная задача, предопределяющая зачастую успех игры команды в современном волейболе. Ее решение зависит от многих факторов, однако важнейшим является техника владения мячом. Анализ игровых действий показывает, что в арсенале связующего имеется целый комплекс передач, значительно отличающихся по своим пространственно-временным параметрам (табл. 2).

Если учесть, что выполнению передач, как правило, предшествуют быстрые перемещения из различных исходных положений, а также выполнение других приемов, требующих переключения внимания и мгновенной оценки игровой обстановки, то отмеченное приобретает еще большее значение. Общее же число передач мяча за игру достигает внушительной цифры—120—160, а

Таблица 2

Классификация передач мяча по пространственно-временным параметрам (по А. М. Овчареву, 1975)

Передачи	Время полета мяча, м/сек	Траектория полета мяча, м	Расстояние (длина) передач
Длинная:			
высокая	Более 140	Выше 5	Через зону
средняя	140—120	До 5	
низкая	Менее 120	До 5	
Короткая:			
высокая	Более 130	Выше 3	Из зоны в зону
средняя	130—100	До 3	
низкая	Менее 100	До 1,5	
Укороченная:			
высокая	Более 100	Выше 2	В пределах зоны
средняя	100—70	До 2	
низкая	Менее 70	До 1	

при игре с одним связующим почти удваивается. При этом около 30% из них выполняется без зрительного контроля (за голову).

Достаточно отметить, что умение своевременно и метко передать мяч на расстояние трех метров партнеру, находящемуся в безопорном положении (в прыжке), требует даже от мастеров упорных тренировок, да и не всегда удается, если учитывать сложный психологический характер спортивного поединка.

Специальная профессиограмма игровой деятельности связующего показывает, что основу его успешных действий составляют быстрые перемещения, мгновенная и правильная оценка игровой обстановки, быстрота ответных действий, умение контролировать несколько объектов (летящий мяч, перемещения партнеров и игроков соперника) и принимать решения, скрывать преднамеренность действий, своевременность, мягкость и меткость передач мяча, быстрое переключение от одних действий к другим, интенсивное и устойчивое внимание в течение длительного периода времени (до 2 и более часов), умение поддерживать положительное эмоциональное настроение партнеров по команде и постоянно личными действиями способствовать их организации для более успешного взаимодействия. Будучи на линии атаки связующий должен активно нападать и защищаться, обладать хорошим прыжком. В защите он, как правило, берет на себя инициативу по организации оборонительных рубежей команды. И здесь он несет большую ответственность.

Следует также учитывать, что деятельность связующего постоянно связана с анализом игровой ситуации и определением оптимального способа ее технико-тактической реализации. Отсюда повышенное требование к качеству решений диспетчера. Они должны быть адекватны и обоснованны, ибо исправить их невозможно вследствие быстротечности и необратимости соревновательных ситуаций. Этот процесс решения технико-тактических задач тесно связан с быстротой и интенсивностью мышления. Не обладая таким мышлением, как указывает К. А. Славская (1964), человек не может успешно управлять системой, не может создавать новой схемы действий применительно к условиям такой системы*.

• К. А. Славская. Детерминация процесса мышления. «Инженерная психология». М., Изд-во МГУ, 1964.

Таким образом, мы видим, что основным содержанием игровых действий связующего является комплекс качественных особенностей, включающий как специальные, так и психофизиологические компоненты. С психологической точки зрения отмеченные процессы представляют собой реализацию связующим игроком

определенных сенсорных, моторных и интеллектуальных функций. В этом смысле его деятельность следует рассматривать как диспетчерскую, включающую:

1) анализ и оценку обстановки;
2) распознавание игровых ситуаций;
3) разработку вариантов решений;
4) оптимизацию;
5) принятие решения;
6) контроль за выполнением действий партнерами и согласование решений, относящихся к различным аспектам игровой деятельности.

Уровень развития специальных физических качеств и навыков связующего

Важное значение физической и технической подготовки связующего обусловливает необходимость специального изучения данного вопроса. Каким уровнем развития специальных физических качеств и технических навыков должен обладать диспетчер? Их оценка возможна при сравнении результатов контрольных испытаний с аналогичными показателями волейболистов-нападающих. Для оценки быстроты передвижения применялся бег 92 м «елочкой», прыгучесть проверялась по методу В. М. Абалакова, динамическая сила рук—посредством передачи мяча на дальность. Навыки владения мячом оценивались по данным передач мяча на меткость в специальную мишень из различных исходных положений—лицом, после поворота на 180°, в сочетании с умением вести наблюдения. Важно было установить, какое влияние на отмеченные качества и навыки оказывает специфика игровой деятельности связующего.

Исследования показали, что разность показателей, характеризующих изучаемые параметры связующих и нападающих игроков, незначительна (табл. 3). Исключение составляет быстрота перемещения, где связующие достигли существенно лучших результатов.

Совершенно другая картина обнаруживается при сравнении показателей, характеризующих технику владения мячом. Здесь результаты связующих не только существенно выше, но и отличаются качественно, т. е. надежностью

16

Таблица 3

Показатели специальных физических качеств и навыков у волейболистов различных амплуа

Испытуемые	Игровая функция	Бег «елочкой» 92 м	Прыжок вверх с места, см	Передачи мяча			
				на дальность, м	на меткость, очки	на меткость после поворота на 180°, очки	с ведением наблюдения, очки
Мужчины	нападающие	23,95	74,2	13,4	25,6	58,9	33,7
	связующие	22,75	72,6	13,2	23,7	46,1	27,4
	разность	1,2	—1,6	—0,2	2,8	12,8	5,9
Женщины	нападающие	27,68	59,9	10,8	27,5	59,4	33,1
	связующие	26,29	57,4	11,1	23,4	45,6	27,6
	разность	0,96	—2,5	0,43	4,1	13,8	5,5

Примечание. Меткость передач оценивалась по наименьшей сумме очков.

навыка. Обращает на себя внимание и тот факт, что по мере усложнения условий выполнения упражнений результаты нападающих игроков значительно ухудшаются как у мужчин, так и у женщин.

На первый взгляд может показаться не совсем логичным сравнение результатов связующих и нападающих игроков в технике владения мячом при передаче. Во-первых, это продиктовано необходимостью научной достоверности суждений о специфике игровой функции, а во-вторых, позволяет убедиться в значимости отмеченных качеств и навыков для этой игровой роли.

17

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОФИЗИЧЕСКИХ ПРОЦЕССОВ И ФУНКЦИИ ДИСПЕТЧЕРА

Изучение особенностей психофизиологических процессов и функций осуществлялось в лабораторных условиях по девяти относительно самостоятельным методикам. Исследовались основные двигательные реакции (простая, сложная и реакция на движущийся объект— РДО), величина поля зрения, точность восприятия мышечно-суставных усилий рук, быстрота и точность зрительных восприятий, интенсивность и устойчивость внимания, особенности специфического (игрового) мышления.

Полученные результаты (табл. 4) свидетельствуют о том, что в процессе игровой деятельности некоторые психофизиологические функции претерпевают неодинаковые изменения у спортсменов, выполняющих различные игровые роли. Так, в ряде двигательных функций (дифференцировочная реакция и РДО, точность восприятия мышечно-суставных усилий рук) связующие явно выделяются среди нападающих.

Исследования зрительных восприятий показали, что функция связующего игрока предъявляет высокие требования к восприятию объектов в игровой обстановке, что, очевидно, обеспечивает возможность более успешно ориентироваться в сложных и быстро изменяющихся игровых ситуациях. В то же время адекватная фиксация нескольких движущихся объектов (летящий мяч, перемещения своих игроков, соперника) ведет к расширению границ поля зрения в верхних направлениях, что, в свою очередь, позволяет получать больше информации. Существенные различия интенсивности и устойчивости внимания имели место только в мужской и женской группах. Связующие-мужчины допускали здесь в среднем ошибок меньше (38,9%), чем нападающие-девушки (20,4%), члены сборной команды страны (51,2%).

Показатели, характеризующие точность работы, заметно отличались у связующих во всех группах. Очевидно, эти данные характеризуют качественную сторону работы связующих, логическая непротиворечивость которой подтверждается тем, что числовая оценка с помощью показателя качества (И. Л. Баскакова, 1968) получается тем выше, чем больше мера производительности и меньше мера допущенных ошибок.

Можно полагать, что деятельность связующего

предъявляет несколько более высокие требования к точности работы как одному из показателей высокой устойчивости внимания.

Анализ результатов, характеризующих переключение внимания, позволил установить, что в мужской группе оно выше, чем у нападающих на 8,95 с (19,6%), а у девушек и членов сборной команды СССР соответственно на 5,16 (12,1%) и 5,7 с (13,8%). Таким образом, можно говорить о том, что у связующих игроков эта функция развита лучше.

Как уже отмечалось, постоянное решение задач, возникающих в напряженных условиях спортивной борьбы, предполагает наличие специфического тактического мышления диспетчера. Будучи непосредственно связанным с восприятием игровых ситуаций, оно носит наглядно образный и ситуативный характер.

Полученные результаты, отражающие в известной мере особенности игрового мышления волейболистов, подтверждают предположение, сделанное на основе профессиограммы, о том, что способность к анализу и синтезу игровых ситуаций должна быть лучше развита у связующих игроков. У мужчин разница средних показателей составила 10,73 с (13,9%), в группе женщин— 28,4с (28,2%), членов сборной страны— 15,25с (21,4%).

Правильность решения задач, характеризующих точность мыслительных процессов, также заметно выше у волейболистов-связующих.

Таким образом, изучение особенностей, наиболее характерных для волейбола психофизиологических процессов и функций в условиях лабораторного эксперимента, показывает, что наряду с высоким уровнем развития специальных качеств и навыков связующий игрок должен обладать:

1) точностью и быстротой двигательных реакций;

2) тончайшим мышечным чувством, обеспечивающим точность и мягкость передач мяча;

3) быстротой и точностью зрительных восприятий в ответ на изменяющиеся условия игры;

4) хорошо развитым периферическим зрением, позволяющим вести наблюдения в процессе выполнения технических приемов и тактических действий;

5) высокой устойчивостью и переключением внимания;

6) быстротой (оперативностью) игрового мышления. Следует учитывать и такие особенности психологической

деятельности связующего игрока, как меткость действий при передачах мяча и ее стабильность в состоянии околопредельного утомления, а также после максимально быстрых передвижений в различных направлениях, высокий уровень мобилизационной готовности к действию, инициатива в организации игровых действий.

ЛИЦО ДИСПЕТЧЕРА

Изучение особенностей деятельности связующего игрока показывает, что эта игровая функция предъявляет высокие требования к целому ряду способностей. Условно они могут быть разделены на три группы (рис. 1):

1. Специальные физические качества, создающие благоприятные предпосылки для овладения рациональной техникой игровых приемов и действий, а именно:

быстрота перемещений и ответных действий, сила мышц, принимающих активное участие в выполнении верхней передачи мяча, прыгучесть.

2. Специальные технические навыки, выражающиеся в высокой степени надежности второй передачи, обусловливающие точность направления мяча и скорость, наилучшим образом отвечающие принятому решению.

3. Тактические качества, заключающиеся в глубоком понимании игры, особенностей построения игровых действий, обеспечивающие быструю и всестороннюю оценку

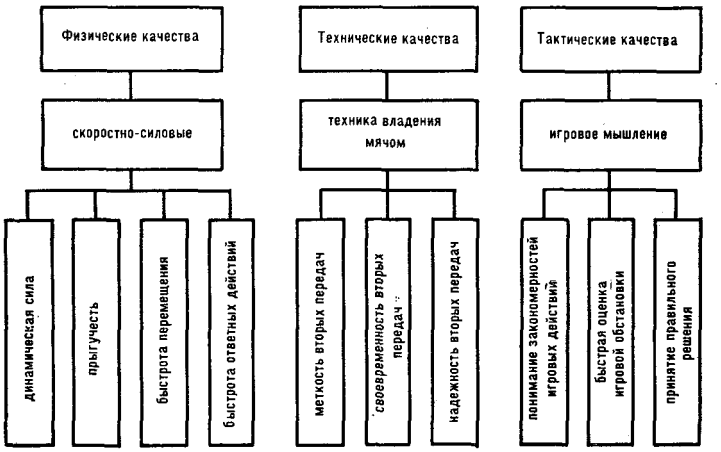


Рис. 1

Таблица 4

Различия показателей психофизиологических процессов и функций связующих и нападающих игроков (%)

Испытуемые	Изучаемые функции														
	Основные двигательные реакции				Мышечно-суставные восприятия		Величина поля зрения			Свойства внимания				Игровое мышление	
	Простая реакция	Сложная реакция		РДО	правая рука	левая рука	Правый глаз	Левый глаз	Восприятие объектов в пространстве	Устойчивость			переключение	Время	Количество ошибок
		время реакции	к-во ошибочных реакций							Q	m	S^2			
Мужчины	2,1	63,4	56,0	28,9	38,3	37,7	1,3	1,4	12,9	4,8	38,9	98,5	19,6	13,9	56,6
Женщины	2,6	7,7	65,0	16,4	34,4	38,1	1,4	1,8	19,1	11,2	20,4	76,7	12,1	28,2	52,9
Сборная молодежная СССР	1,9	9,2	72,6	31,4	39,4	35,3	—	—	15,8	1,5	51,2	23,2	13,8	21,4	68,7

Примечания. 1. Показатели нападающих игроков приняты за 0.
2. Показатели поля зрения характеризуют его изменения в целом. Более заметные сдвиги (до 10%) отмечаются в верхних направлениях.

игровой обстановки и принятие правильного решения, ведущего в конечном счете к высокой эффективности нападения.

Не вызывает сомнения, что важность развития указанных качественных особенностей для успешного выполнения игровой функции связующего игрока является одной из главных задач учебно-тренировочного процесса,

Учитывая то обстоятельство, что ответ на вопрос «Когда и как формировать волейбольного диспетчера?» тесно связан с проблемой подготовки связующего в целом, остановимся на нем в следующем разделе.

ПОДГОТОВКА СВЯЗУЮЩЕГО ИГРОКА

ОСОБЕННОСТИ СПЕЦИАЛИЗАЦИИ ИГРОВЫХ ФУНКЦИЙ В ВОЛЕЙБОЛЕ

Развитие волейбола предъявляет высокие требования к универсальной подготовке игроков как в физическом, так и в технико-тактическом плане. Значит ли это, что команда должна состоять из спортсменов, одинаково играющих в нападении и защите? Ведущие отечественные и зарубежные специалисты отвечают на данный вопрос однозначно—«нет». Требования к универсальной подготовке волейболистов обусловлены, с одной стороны, спецификой игры, ее правилами, предусматривающими необходимость перехода игроков по зонам площадки и действий на передней (зона атаки) и задней (зона защиты) линиях. С другой стороны, спе-

циализация необходима для более четкой организации коллективных действий.

Однако развитие игры на современном этапе характеризуется также значительным усилением специализации игровых действий. Можно смело утверждать, что условное деление игроков по функциям давно переросло в важнейшую закономерность игровой деятельности. Она обусловлена, как мы уже говорили, различиями в проявлении индивидуальных способностей игроков. Отсюда при оценке уровня мастерства спортсмена на передний план выступает его преимущественная способность, определяющая игровую функцию.

Возникает вопрос: нужна ли при этих обстоятельствах универсальная подготовка игрока? Да, крайне необходима. И вот почему. Во-первых, достижение высоких спортивных результатов в волейболе возможно

только на базе достаточной разносторонней подготовки. Во-вторых, в сложных и многообразных условиях игровой деятельности, какой является волейбол, максимально использовать возможности игрока узкой специализации весьма трудно, а четырех-пяти игроков практически невозможно. В-третьих, эффективность действий игрока определяется двумя важнейшими факторами: его техническим арсеналом и мастерством так называемого коронного действия. Отсюда и жизнеспособность игрового ансамбля.

Таким образом, при определении узкой специализации надо исходить не из ограниченности игровых возможностей игрока, а из необходимости целесообразного использования в интересах команды его преимущественных способностей. И чем шире игрок раскроет свои способности, тем в большей мере он будет соответствовать требованиям сегодняшнего волейбола. Как видим, роль универсальной подготовки связующего в настоящее время возрастает. Поэтому подготовка его должна осуществляться по двум, тесно взаимосвязанным направлениям:

совершенствование навыков универсальной игры, совершенствование в навыках игровой функции. Понятно, что в зависимости от периода и этапа учебно-тренировочного процесса соотношение средств универсальной и специализированной подготовки будет неодинаково.

В настоящее время в волейболе принято различать две основные функции игроков: нападающие и связующие. В свою очередь, нападающие игроки могут подразделяться на нападающих первого и второго темпа, а связующие—на основных и вспомогательных.

В возрастном аспекте специализация игровых функций в волейболе подчинена общетеоретическим принципам и закономерностям спортивной тренировки и отражена в программе*. С учетом специфики игры в 11— 12 лет занимающиеся должны периодически выполнять все игровые роли (принцип универсализации). В 13— 14 лет, в связи с необходимостью участия в соревнованиях, предусматривается определенное разделение игроков по функциям с учетом их индивидуальных особенностей. Это должно найти отражение в занятиях, но

* Ю. Д. Железняк. Программа для спортивных школ. М,, 1977.

только в период соревнований. Главным же и в этом возрасте остается принцип универсализации. В 15—16 лет игровые функции игроков совершенствуются в плане наиболее полного и эффективного использования индивидуальных особенностей игроков в коллективных действиях команды.

Правильный подход тренера к этому важному вопросу позволяет решить проблему целенаправленной подготовки связующих с юношеского возраста.

ФОРМИРОВАНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ЮНЫХ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ

Подготовка волейболистов-связующих—это сложный многолетний процесс. Поэтому успешное решение задач подготовки предполагает четкое планирование учебно-тренировочной работы. Оно позволяет определить содержание многолетнего процесса, выбрать направление деятельности, эффективные средства и методы.

Практика работы и научные исследования показывают, что период собственно подготовки связующего игрока составляет 5—7 лет (от этапа определения функции до этапа завершения развития мастерства). Процесс подготовки связующего в целом можно условно разделить на четыре этапа: начальной подготовки, отбора и специализации, развития и совершенствования мастерства, стабилизации мастерства (рис. 2). Для более эффективного воздействия средств на отдельные стороны подготовки целесообразно выделять подэтапы. В первом этапе—подэтап выявления качественных особенностей, в третьем—подэтап усиления процесса специализации, в четвертом—подэтап поиска и развития резервных возможностей связующего. Каждому этапу присущи определенные направления, задачи и средства.

Первый этап начальной спортивной подготовки основывается на главном принципе советской системы физического воспитания—всестороннем гармоническом развитии личности *. Как мы уже говорили, этот принцип выражает генеральную направленность всей системы коммунистического воспитания, необходимость целеустремленно сочетать различные стороны воспитания в

"Теория и методика физического воспитания. Под ред. Л. П. Матвеева и А. Д. Новикова, ч. 2. М., 1976, с. 54.

24

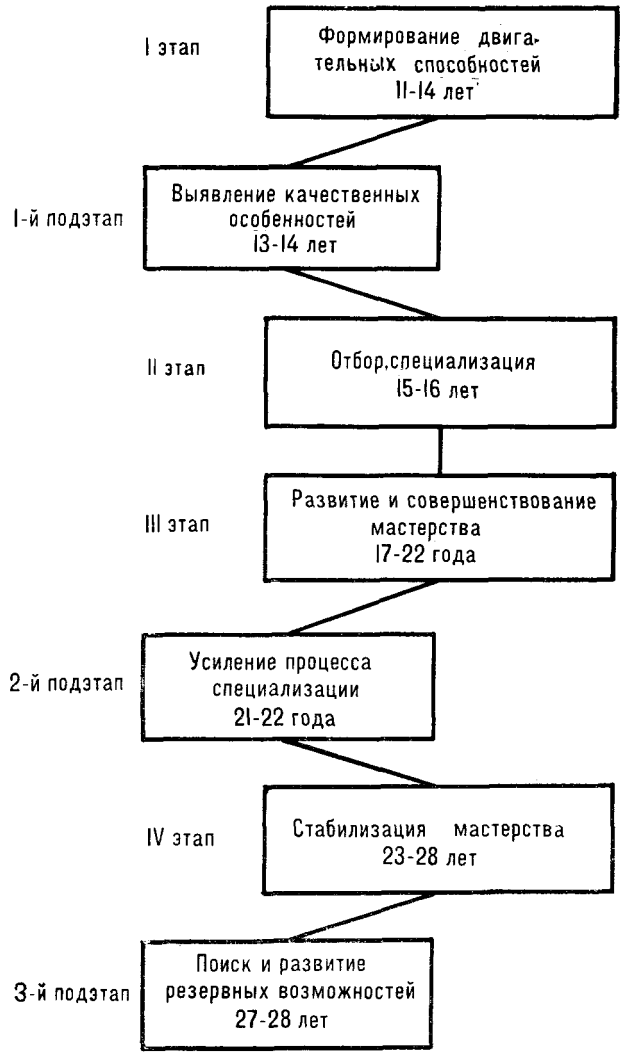


Рис. 2

любой педагогической деятельности. Диалектика взаимосвязи видов воспитания такова, что если игнорировать ее, обесценится общественно полезный эффект вида воспитания. Особо важно в этой взаимосвязи соединение обучения с нравственным воспитанием.

25

Одним из основных условий реализации принципа всестороннего развития является использование таких средств и методов, какие гарантировали бы направленность развития всех основных физических качеств человека, содействовали бы полному выявлению индивидуальных физических способностей и создавали бы достаточно богатый фонд жизненно важных двигательных умений и навыков.

Всестороннее физическое развитие, помимо всего прочего, целесообразно потому, что соответствует эволюционно сложившемуся биологическому статусу организма и расширяет возможности его адаптации к разнообразным, постоянно меняющимся требованиям внешней среды. П. Ф. Лесгафт отмечал, что только при гармоническом развитии всех органов организм человека в состоянии совершенствоваться и производить наибольшую работу при наименьшей трате материала и силы. Таким образом, принцип всестороннего развития в процессе первого этапа подготовки юных волейболистов учитывает вполне определенные закономерности как социального, так и естественного характера.

Конкретные задачи и содержание подготовки первого этапа с учетом специфики волейбола в равной мере применительны ко всем занимающимся 10—12 лет*. Универсальная постановка задач и выбор средств на данном этапе исключает какое-либо деление игроков по функциям.

ОПРЕДЕЛЕНИЕ ИГРОВОЙ ФУНКЦИИ СВЯЗУЮЩЕГО ИГРОКА

Вопросы, связанные с теорией и практикой отбора в спортивных играх, и в волейболе в частности, представляют собой самостоятельную проблему и достаточно широко рассматриваются в специальных пособиях**. В нашу задачу входит оказание помощи тренеру на первом этапе подготовки юных волейболистов в определении игровой функции, т. е. выявлении преимущественных способностей к игровому амплуа связующего. Учитывая, что данный вопрос сопряжен с проблемой отбора вообще, необходимо отметить некоторые методологические

* Ю. Д. Ж е л е з н я к. К мастерству в волейболе. М., ФиС, 1978, с. 37.
** Т а м же.

моменты, вытекающие из принципов марксистской диалектики и советской психологии *. Среди них важнейшее значение имеет понятие «способность». В основе развития способностей лежат как анатомо-физиологические особенности, т. е. задатки, так и психические свойства личности, обладая которыми человек может сравнительно легко добиться успеха в избранной деятельности. Способности существуют только в развитии и проявляются лишь в процессе конкретной деятельности. Состав каждой способности, делающей человека пригодным к выполнению определенной деятельности, всегда предполагает некоторые операции или способы действия. Однако судить о способностях по уровню усвоенной операции неправомерно. Основу способностей составляют те психические процессы, посредством которых эта операция регулируется, т. е. качество этих процессов **. Сочетание способностей для достижения успеха в конкретной деятельности называют одаренностью.

Исходя из этого, не трудно уяснить, что в течение первого этапа подготовки волейболистов на основе их одаренности и в соответствии с навыками и умениями проявляются способности к игровому амплуа связующего.

Какие же качественные особенности могут служить предметом психологической диагностики? О большинстве из них мы уже говорили. При специальном рассмотрении этого вопроса и тренеры, и спортсмены отдают предпочтение технике владения мячом, тактическому мышлению, периферическому зрению и разносторонней физической подготовке (табл. 5).

Кандидата в связующие следует рассматривать в единстве его специальных и психофизиологических характеристик на. основе принципа диагностики обучаемости. Он выражается в определении способностей к технической подготовке, индивидуальным тактическим действиям и взаимодействиям. В процессе начальной спортивной подготовки методы диагностики способностей и обучаемости составляют единый принцип отбора и воспитания спортсменов.

*С. Л. Рубинштейн. Проблема способностей и вопросы психологической теории. «Вопросы психологии», 1960, № 3.
** Н. И. Мейзель, В. Д. Н е б ы л и ц ы н, Б. М. Т е п л о в. Психологические вопросы отбора. Инженерная психология МГУ, 1964.

Таблица 5

Качественные особенности связующих игроков, лежащие в основе отбора (по данным экспертной оценки тренеров и спортсменов, °о)

Качественные особенности	Оценка	
	тренеров	спортсменов
Техника второй передачи мяча	53,8	60,0
Тактическое мышление	52,5	31,1
Периферическое зрение	16,0	15,6
Волевые качества	13,8	3,3
Ориентировка	13,8	3,3
Лидерство	3,0	10,0
Техника нападающего удара и блокирования	5,0	10,0
Разносторонняя физическая подготовка	17,5	12,2

Исследования показывают, что большинство связующих игроков, добившихся высоких спортивных результатов, начали играть в волейбол в среднем в 14 лет (в 12 лет—12,5%, в 13—13,6, в 14—21,2, в 15—20, в 16 лет— 16,2%). Прежде чем отдать предпочтение волейболу, многие из них занимались другими видами

спорта. Чаще всего у мальчиков это были футбол и баскетбол, у девочек—легкая атлетика и гимнастика. Интересно, что именно из таких волейболистов сформировались лучшие представители связующей игры.

Как видим, эти факты вполне согласуются с общетеоретической посылкой и убеждают, что широкое привлечение детей 10—12 лет к занятиям волейболом создает хорошие предпосылки для успешной подготовки связующего. Однако на первом плане—педагогический талант тренера. Умение привить детям любовь к занятиям волейболом, всесторонне развить их нравственно, физически и технически, проследить и выделить качественные особенности детей — вот ключ к успеху в тренерской работе.

Можно утверждать, ибо доказано специальными экспериментами (М. С. Бриль, 1980), что внимательному педагогу для успешной оценки преимущественных способностей ребенка вполне достаточно два-три года. Если же в этом возникает необходимость (выбор из некоторого числа, отбор в сборную команду и т. д.), рекомендуется использовать комплексный метод оценки по количественным показателям, характеризующим уровень развития (или динамику развития, в зависимости от

равенства условий) психических, физических, технико-тактических, морфологических и способностей к взаимодействию.

Среди психических способностей диагностике подлежат качественные особенности оперативного мышления, устойчивости и переключения внимания, силы нервной системы (по возбуждению).

Для оценки оперативности мышления применяют упрощенный вариант известной игры «15». Программируются два варианта задач из пяти фишек. Учитывается среднее время решения. Интенсивность и устойчивость внимания можно оценить посредством корректурного метода Бурдона—Анфимова. При обработке результатов исследования хорошо зарекомендовал себя метод И. Д. Баскаковой, предполагающий введение «показателя качества»:

$$Q = \frac{S^2}{m},$$

где Q — показатель качества работы;
S — число просмотренных строк;
m — число всех видов ошибок.

Способность к переключению внимания легко проверить, используя метод Шультце (отыскивание чисел от 1 до 25, расположенных беспорядочно). Применяются таблицы размером 30х30 см с сеткой цифр 6х6 см. Из двух попыток на разных таблицах учитывается лучший результат.

Качественные особенности силы нервной системы (по возбуждению) можно выявить посредством теппинг-теста (Е. Р. Ильин, 1976). На заранее заготовленных бланках чертят пять квадратов 5х5 см. По сигналу тренера «Марш» испытуемый в максимально быстром темпе наносит отметки карандашом, последовательно переходя в квадраты через каждые 10 с. Полученный результат выражают графически. Особенности силы нервной системы определяются характером кривой темпа: превышение исходных результатов к концу работы—сильная нервная система, поддержание темпа — средняя, падение—слабая нервная система.

Доказано (Б. А. Вяткин, 1978), что успех деятельности в условиях соревновательного стресса обусловлен прежде всего силой нервной системы.

Физические способности определяются по показателям быстроты перемещения, прыгучести и динамической

силы. Для оценки быстроты перемещения можно использовать бег с изменением направления на короткие отрезки (до 30 м): «челночный» бег, бег «елочкой» и т.д. Прыгучесть измеряется по разности доставания подвешенного предмета вытянутой рукой стоя на месте и в прыжке после разбега 1—2 м. Динамическая сила может быть измерена при броске набивного мяча весом 1 кг двумя руками из-за головы в прыжке с места (общая сила), толчке мяча вперед-вверх с места или передаче мяча сверху двумя руками на дальность (специальная сила).

Исходное положение — набивной мяч вверху над лицом. Передаче на дальность предшествует передача над собой на высоту до 1 м. Во всех случаях учитывается лучший результат из трех попыток.

Технические способности включают особенности техники владения мячом в наиболее существенных для игровой роли связующего приемах игры: при передачах, нападающих ударах, блокировании. Для оценки техники передач используют мишень на стене (см. стр. 81). Передачу выполняют последовательно в двух исходных положениях — лицом и спиной к стене: над собой (высота до 1 м)—в мишень—над собой—поворот на 180°—в мишень—поворот лицом—над собой и т. д. В оценку входит суммарный показатель двадцати пере-

дач. При нападающем ударе оценивается точность действий при оптимальной силе удара. Площадка делится на 9 квадратов (3Х3 м). Нападающий удар выполняется из зоны 3 со второй передачи тренера. Учитывается количество правильно выполненных ударов из девяти попыток. При необходимости сетка может быть снижена. Качественные особенности при блокировании объективно оценить весьма трудно. Можно лишь судить о предпосылках из развития па основе дальности переноса рук через сетку. Для этого следует использовать весьма простое приспособление (см. стр. 80). Величина переноса рук в сантиметрах в прыжке с места или после перемещения в один-два шага влево и вправо и будет служить критерием оценки. Учитывается лучший результат из трех попыток.

Тактические способности включают качественные особенности действий при второй передаче мяча в модельных (взаимодействие с нападающими) и соревновательных (эффективность) условиях. Модельные условия предполагают взаимодействие связующего с двумя-тремя

нападающими против одного-трех блокирующих. Связующий располагается у сетки. Первую передачу из зоны 6 выполняет тренер. В задачу связующего входит создать нападающим наиболее благоприятные условия для атаки. Непременным «условием» данного упражнения должны быть атакующие действия нападающего в зоне 3 с низкой передачи и параллельно оценка действий блокирующих. Учитывается количество эффективных передач (без блока и против одного блока) к общему их числу за вычетом явно некачественных и ошибочных. Оценка эффективности тактических действий предполагает соревновательные условия. Во внимание берутся передачи, выполняемые в площади атаки. Методика оценки эффективности та же.

Морфологические особенности включают длину тела связующего. Измерения производятся по высоте вытянутой руки.

Результаты тестирования ранжируются для каждого связующего. При необходимости можно использовать также результаты диагностики способностей к обучению. Общая (интегральная) оценка на данном этапе будет иметь сравнительный характер.

С учетом большого числа слагаемых метод получения интегрального ранга признается как достаточно корректный.

СПЕЦИАЛИЗАЦИЯ СВЯЗУЮЩЕГО

Итак, мы решили одну из важных задач в подготовке юного волейболиста—определили его игровую функцию. Значит ли это, что вся последующая работа должна сводиться к ее развитию и совершенствованию? Ни в коем случае. Ведущими задачами на данном этапе остаются:

1. Повышение уровня физической подготовленности.
2. Развитие специальных качеств и способностей, необходимых для совершенствования навыков игры.
3. Прочное овладение основами техники и тактики игры.
4. Создание предпосылок (базовой основы) для развития и совершенствования способностей связующего.

Эти задачи вытекают из общих закономерностей многолетней подготовки юных волейболистов*.

*Ю. Д. Железняк. К мастерству в волейболе. М.. ФиС, 1978, с. 37,

Вся особенность работы на данном этапе заключается в том, что решение четвертой задачи приобретает с этого момента целенаправленный характер.

Учитывая, что первые трудные задачи вытекают из общих принципов, остановимся на содержании и характеристике средств четвертой.

Приступая к разработке средств (упражнений) с целью их направленного влияния на развитие отмеченных качеств и способностей связующего, необходимо в основу их подбора и взаимосвязи взять системный принцип (см. рис. 2). Такой подход позволит учесть и увязать сложные и на первый взгляд разноплановые задачи:

принципы формирования двигательного навыка, специфику волейбола и логику поэтапной периодизации учебно-тренировочного процесса. С учетом этого вся работа будет строиться в такой последовательности:

1. Воспитание специальных качеств и способностей (средства СФП).
2. Овладение основой навыка второй передачи мяча.
3. Соединение качеств и способностей с основой навыка второй передачи (взаимосвязь качеств и навыка).
4. Воспитание тактических умений в процессе совершенствования навыка второй передачи мяча (взаимосвязь техники и тактики).
5. Доведение навыка второй передачи до совершенства.
6. Обучение тактическим действиям при второй передаче мяча в индивидуальных, групповых и командных тактических действиях в нападении.

Связующим звеном во всей работе является формирование общетеоретических и специальных знаний. Сюда относятся не только знания общих принципов построения взаимодействий, но и знания, обеспечивающие четкое представление действий в наиболее типичных ситуациях игры с учетом конкретных задач, особенностей партнеров по команде и противника.

Достижение единства всех сторон подготовки осуществляется в учебных, контрольных играх и соревнованиях.

Основным средством специальной физической подготовки являются, как известно, подготовительные упражнения, задача которых состоит в развитии физических способностей, специфических для игры в волейбол и игровой функции связующего. По способу выполнения они могут быть разделены на упражнения без предметов и

с предметами (мячи набивные, баскетбольные, футбольные, резиновые амортизаторы и т. п.). Важное значение имеют специально подобранные эстафеты, в которых вырабатываются навыки быстрого перемещения в сочетании с быстротой реакции, ориентировки и другими важными качествами, обеспечивающими своевременный выход связующего к месту действия и их последующий успех (правильность передач, их точность и своевременность).

Особое место в специальной физической подготовке связующих отводится воспитанию скоростно-силовых качеств — силы и быстроты.

Быстрота, как известно, качество комплексное. Его составляют быстрота реакции, быстрота однократного (отдельного) движения и частота движения (число движений в единицу времени). Это обстоятельство, а также специфика функции связующего обусловливает методические приемы и подбор средств для решения двух основных задач: воспитания быстроты двигательной реакции и способностей, определяющих скорость движений.

Для решения первой задачи рекомендуется использовать упражнения, требующие мгновенного реагирования на какой-либо заранее установленный сигнал или изменение условий, в которых происходит двигательная деятельность. Эффективны здесь средства, в которых предполагается выполнение различных заданий в ответ на зрительные (в меньшей мере слуховые) сигналы. Причем преимущественными ответными действиями на сигнал должны быть изменения направления действий. Это же относится и к выполнению имитационных движений и действий.

Для решения второй задачи подбирают упражнения, которые включали бы движения и действия, выполняемые с предельной и околопредельной (в зависимости от контингента занимающихся) скоростью. Решению этой задачи в наибольшей степени отвечают бег на скорость из различных исходных положений (до 10 м), с резким изменением направления, с одновременным выполнением игровых приемов.

В связи с тем, что в волейболе преимущественное значение имеет скорость сокращения мышц, от которой во многом зависит эффективность выполнения технических приемов (высота и внезапность прыжка, дальность и своевременность передач и т. д.), нужно применять широкий комплекс упражнений, направленных на развитие

силы мышц и скорости их сокращения. Сюда должны входить упражнения с отягощением (малым— для выполнения с максимальной скоростью и с относительно большим, главным образом общим), прыжковые упражнения (в том числе и с отягощением)—метод статико-динамического развития прыгучести, а также специальные упражнения, непосредственно связанные с основными техническими приемами игры. Поскольку быстрота—качество комплексного характера, здесь незаменимы специально подобранные эстафеты.

В целом все упражнения, направленные на развитие физических способностей связующего, можно выделить в следующие группы:

1. Для воспитания быстроты перемещения.
2. Для воспитания быстроты ответных действий.
3. Для воспитания силы мышц, участвующих в выполнении основного игрового приема — передачи мяча.
4. Для воспитания силы и быстроты сокращения мышц, участвующих в выполнении подач и нападающих ударов.
5. Для воспитания прыгучести.

Техническая подготовка связующего определяет успех применения сложных тактических действий в игре. Иными словами, чем выше индивидуальное техническое мастерство диспетчера, тем большими тактическими возможностями он располагает. Отсюда следует, что техническая и тактическая подготовка связующего находится в органическом единстве. Следовательно, это должно найти свое выражение в организации учебного процесса и особенно во время выполнения подготовительных и подводящих

упражнений (движения и действия в ответ на изменение условий).

При этом в основу технической подготовки связующего должны быть положены упражнения, способствующие воспитанию универсальных двигательных навыков, что позволяет эффективно и правильно выполнять технические приемы в игре.

Тактическая подготовка предполагает постепенное усложнение условий действий, начиная с индивидуальных упражнений в стандартных положениях и далее во взаимодействии с нападающими игроками—в звеньях (линиях) и в составе команды. Основное внимание здесь уделяют тому, чтобы формирование тактических умений осуществлялось в тесной взаимосвязи с совершенствованием техники владения мячом. Дальнейшее развитие

тактических умений проходит в процессе совершенствования тактических действий в индивидуальных, групповых и командных игровых упражнениях, а также в учебных, контрольных играх и соревнованиях.

Теоретическая подготовка на этом этапе включает ряд мероприятий, последовательное проведение которых способствует, во-первых, освоению и расширению общетеоретических и специальных знаний (закономерности построения игровых действий с учетом пространственно-временных параметров) и, во-вторых, выработке четких представлений о действиях с учетом конкретных (типичных) игровых условий, задач в игре, партнеров по команде и соперника.

Фундаментом теоретической подготовки должно служить знание наиболее общих положений игровой деятельности («законов»), вытекающих из особенностей игры и функции связующего игрока.

ПРИМЕРНЫЙ КОМПЛЕКС СРЕДСТВ И МЕТОДОВ ПОДГОТОВКИ СВЯЗУЮЩЕГО

Воспитание специальных физических качеств. Осуществляется оно в следующей методической последовательности:

1. Средства общего воздействия, отражающие специфику волейбола и функции связующего и создающие основу для успешного развития специальных физических качеств и способностей.

2. Средства избирательно-направленного воздействия,, способствующие развитию групп мышц, принимающих активное участие в выполнении технических приемов. Упражнения выполняют в стандартных условиях.

3. Те же средства, что и в п. 2, но в усложненных условиях, создающих предпосылки для развития тактических умений и навыков (наблюдательности, сообразительности, периферического зрения и т. д.).

4. Средства комплексного воздействия (различные сочетания средств избирательно-направленного воздействия).

5. Те же средства, но в жестких временных условиях (количество передач за определенное время, с определенной скоростью).

Данная последовательность не означает, что при переходе к следующим группам упражнений предыдущие больше не применяют. В определенной мере все их

включают в занятия, однако преимущественное внимание уделяется тем из них, которые в большей степени отвечают содержанию занятия.

Воспитание быстроты передвижения.

1. Бег на скорость с высокого и низкого старта на различные отрезки (10—20 м).

2. Бег на скорость различными способами с изменением направления (обегание мячей, матов, занимающихся в колонне и т. д.).

3. Бег «елочкой», «челночный» бег (отрезки 5— 10 м), то же, но с набивными мячами в руках.

4. Бег в шеренгах, дистанция между шеренгами 1— 2 м. По сигналу вторая шеренга догоняет первую.

5. Бег с остановками и ускорениями с места в пределах границ площадки: например, бег из-за лицевой линии к сетке, остановка, передвижение спиной вперед до линии нападения, остановка и бег вперед к сетке и т.д.

6. Передвижения на скорость в структуре «выходов» связующего: например, бег из зоны 1 к сетке, остановка, передвижение приставными шагами левым боком до зоны 6, остановка, бег к зоне 4, остановка, передвижение спиной в зону 1 и т. д.

7. Преодоление специальной полосы препятствий (передвижение различными способами, выполнение имитационных и акробатических упражнений, прыжков, падений и т. д.).

8. Эстафеты, включающие различные способы передвижений, изменение направления бега, остановки, толчки набивных мячей и т. д.

Как мы уже говорили, здесь не рассматриваются средства развития силы и быстроты сокращения мышц, участвующих в выполнении подач и нападающих ударов, а также прыгучести. Решение этих задач осущест-

вляется по общему плану подготовки волейболистов.

Воспитание быстроты двигательной реакции и быстроты ответных действий.

1. Ускорения по сигналу на короткие отрезки.

2. То же, но из различных исходных положений:

стойка волейболиста, сидя, лежа, сидя спиной к стартовой линии. В этом случае сигналом к движению служит мяч, брошенный из-за спины связующих.

Большой эффект оказывают упражнения с заданиями в ответ на зрительные и слуховые сигналы (введение

другого сигнала для внезапного изменения направления движения или действия). Например:

а) передвижение вдоль сетки с имитацией блокирования по сигналу;

б) то же в парах: блокирование выполняется в ответ на действие партнера. Упражнение усложняют введением ложных движений, отвлекающих перед началом прыжка.

Учитывая важность упражнений с заданиями в ответ на зрительные сигналы при выполнении различных передвижений связующего, их можно подразделить на три группы:

а) изменение способа передвижения или исходного положения в ответ на обусловленный сигнал, направление движения постоянное;

б) изменение скорости передвижения, способ и направление передвижения постоянные;

в) изменение направления передвижения, способ и скорость постоянные.

3. Имитационные и другие упражнения в ответ на изменение сигнала, способ передвижения и направление постоянные.

4. Различные сочетания предыдущих упражнений (по мере их усвоения); связующий находится в одной из тыловых зон (1, 6, 5), тренер у сетки с набивным мячом — тренер подбрасывает мяч над собой и отходит назад, связующий быстро передвигается к сетке, ловит мяч вверху над лицом и выполняет толчок в направлении, обусловленном сигналом тренера. Промежутки между сигналами постепенно сокращают.

5. То же, но толчок выполняют в направлении зоны, в которой блокирующий игрок не действует.

Особое внимание следует уделять специально подобранным подвижным играм, содействующим комплексному воздействию на воспитание физических качеств и способностей. Это такие игры, как «День и ночь», «Вызов», «Мяч через шеренгу» и другие.

Воспитание силы и скорости сокращения мышц, принимающих участие в выполнении передачи мяча

1. Сжимание кистевого эспандера (теннисного, резинового мяча).

2. Сгибание и выпрямление рук в упоре лежа. То же на пальцах.

3. Передвижения на руках: вправо, влево (ноги вместе); ноги удерживает партнер. То же на пальцах.

4. Передвижение влево (вправо) одновременным отталкиванием руками и ногами.

5. Толчки набивного мяча весом 1—2 кг вперед-вверх и за голову (исходное положение—мяч вверху над лицом).

6. То же из различных исходных положений: сидя, стоя на коленях, левым (правым) боком к направлению движения, акцентировать внимание на активной работе ног и заключительном движении кистей.

7. То же, но в безопорном положении (в прыжке).

8. Передача в стену футбольного (баскетбольного) мяча. Упражнение повторяют многократно. Расстояние до стены и скорость передач постепенно увеличивают. То же, но в безопорном положении.

9. Передачи на дальность волейбольного мяча после передач над собой или с передачи партнера. То же, но в безопорном положении.

10. Толчки нескольких набивных мячей, посылаемых двумя-тремя партнерами под разными углами.

11. Толчки набивного мяча партнеру, меняющему место расположения. Смена места осуществляется в момент, когда занимающийся с набивным мячом выполняет толчок над собой.

12. Толчки набивного мяча с изменением направления и траектории полета в ответ на обусловленные действия партнера: приседание—толчок над собой, подскок— толчок в прыжке, руки вверх—толчок по высокой траектории и т. д.

13. Толчки набивного мяча над собой, стоя правым боком к сетке, в чередовании с толчками вперед и назад за голову в ответ на действия блокирующих игроков:

прыжок блокирующего зоны 3—толчок вперед или за голову; прыжок блокирующих зон 4—3—толчок за

голову и т. д.

Упражнения 12 и 13 способствуют развитию быстроты ответных действий в сочетании с развитием силы.

14. Эстафета. Связующие располагаются в двух колоннах на расстоянии 12—15 м от стены. У направляющих набивные (баскетбольные) мячи. По сигналу направляющие передвигаются к стене по коридору шириной 1 м, передавая мяч над собой на высоту 30—50 см. У стены выполняют серию передач (до 5 передач над собой, лицом и спиной к направлению движения) и возвращаются

в свои колонны. Побеждает команда, раньше закончившая упражнение и меньше допустившая ошибок, (заступание за линию коридора, потери мяча, толчок не из исходного положения—мяч вверху над лицом).

По мере усвоения упражнений, выполняемых в стандартных положениях и с усложнением условий, подключают групповые упражнения, близкие по структуре взаимодействия игроков при первых и вторых передачах в нападении.

Освоение навыка второй передачи (техническая подготовка)

Прежде чем рекомендовать комплекс примерных упражнений, способствующих овладению навыком вторых передач, рассмотрим некоторые моменты техники передачи мяча двумя руками сверху. Подробно она описана во многих методических пособиях, так как является основным приемом игры. Мы же коснемся некоторых особенностей, имеющих важное значение на первом этапе обучения.

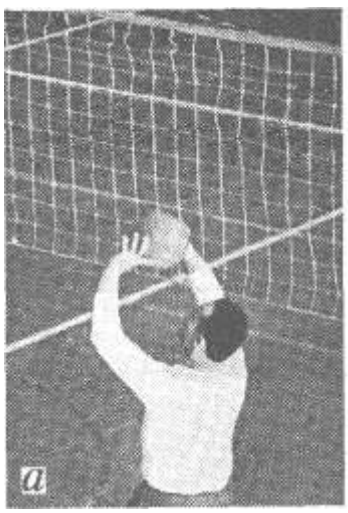
Положение кистей рук на мяче — залог успешного управления мячом, а следовательно, и действиями при передаче. Подтверждением сказанному может служить техника передачи заслуженного мастера спорта Г. Мондзолевского (фото 1). Обратите внимание на расположение кистей рук (кадр а). Здесь важно, чтобы основная нагрузка приходилась на первые две фаланги указательного, среднего и безымянного пальцев. Все пальцы расставлены оптимально широко, безымянный и мизинец поддерживают мяч сбоку. Кисти рук встречают мяч вверху над лицом, поэтому руки в локтях сгибают незначительно. Ноги в коленях также сгибаются незначительно, ступни—параллельно (кадр б)

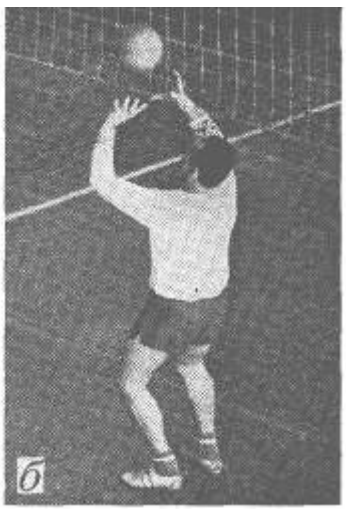
Передачу мяча осуществляют плавным выпрямлением ног, туловища и рук (кадр в).

Усилие ног при передачах обусловлено расстоянием, на которое выполняется передача.

При передачах в прыжке на среднее и большое (через зону) расстояние руки в локтях сгибают больше. Это объясняется тем, что необходимо компенсировать отсутствующее усилие ног. Тенденция при совершенствовании передач такова, что основные усилия для посыла мяча приходятся на кисти рук.

Меткость передач выше в статичном положении. Поэтому выход к летящему мячу необходимо завершать как можно раньше—это создаст условия не только для мет-





кой передачи, но и для лучшей ориентировки в складывающейся ситуации.

На последующих этапах совершенствования техники передач и особенно в сочетании с решением тактических задач важно овладеть умением передавать мяч, летящий по низкой траектории. Это продиктовано, с одной стороны, необходимостью компенсации погрешностей в приеме мяча (первая передача), а с другой— для решения сложных тактических задач. Обратите внимание на исходное положение одного из лучших диспетчеров мирового волейбола В. Зайцева (фото 2). На первый взгляд кажется,

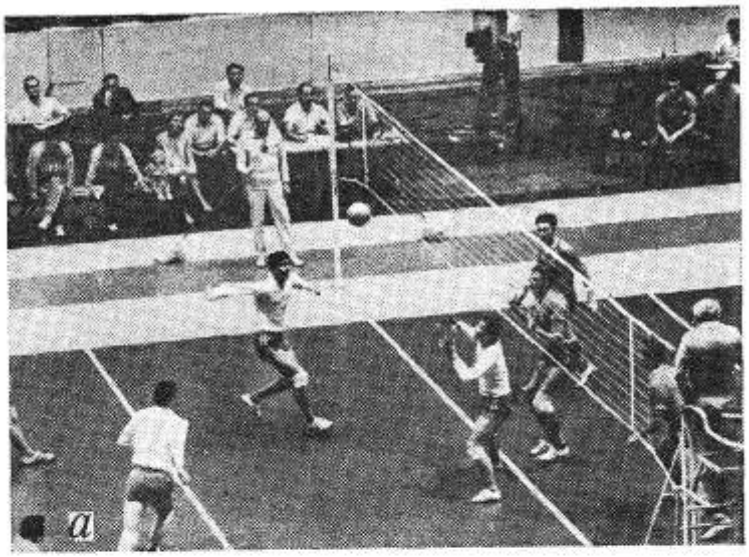
что низкая стойка в этом случае обусловлена траекторией полета мяча, на самом же деле—тактическими соображениями связующего. Вот как комментирует этот игровой эпизод сам В. Зайцев: «Я умышленно затягивал выполнение передачи (сгибанием ног) до появления А. Савина в воздухе,

с тем чтобы дать пас в наиболее подходящий момент. Такими моментами могут быть или запаздывания блоки-рующих игроков соперника, или их приземление (опускание) вызванное преждевременным прыжком. Конечно, такие задачи под силу мастерам высокого класса, однако в основе успешного их решения лежит техника владения мячом.

Большое значение имеет исходное положение тела связующе-го по отношению к сетке. На первом этапе. обучения необходи-мо стараться располагаться правым (реже левым) боком к сетке или лицом к игроку, завершающему атаку (при недоведенных мячах). Неопределенность исходного положения начинающих связующих часто ведет к погрешностям.

В последующем, с развитием ориентировки и хорошего чувства мяча, "исходное положение не будет отрицательно влиять на меткость передач. Напротив, в исполнении мастеров оно становится грозным тактическим оружием, позволяющим скрывать направление передач. Обратите внимание, как искусно владеет этим оружием знаменитый в прошлом диспетчер японского и мирового волейбола Нэкода (фото 3). На первом снимке (кадр *а)* мяч доводится до сетки безукоризненно, но Нэкода повернут лицом к площадке. Почему? Дело в том, что все японские нападающие в этом случае перемещаются для выполнения очередной комбинации «крест» впереди диспетчера. Значит, ее успех будет зависеть от точного их взаимодействия, пространственно-временную оценку которого должен сделать диспетчер.

Понятно, что это лучше осуществить, находясь к ним лицом. Точно же «угадать» момент передачи блокирующим



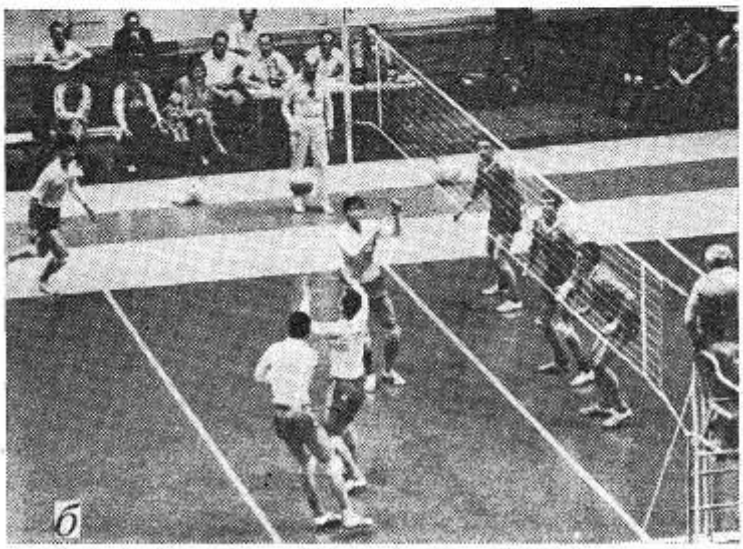


Фото 3

команды соперника будет значительно труднее. В другом эпизоде (кадр *6}* Нэкода вынужден отойти от сетки примерно на 2 м ввиду неточного приема мяча

партнером. Но и в случае его положение нестандартное: он не обращен лицом ни к одному из нападающих. Можно лишь предположить, что и в этом случае дис- петчером делается ставка на точность передачи соответст- венно скорости (темпу) развития комбинации. И если замысел будет ус- пешным, то в следующем похожем эпи- зоде можно смело адресовать мяч за голову, так как бло- кирующие игроки команды соперника наверняка побоят- ся в очередной раз не успеть — запоздать с прыжком.

То же можно сказать и о исходном ' положении В. Зайцева на фото 4. Даже будучи у сетки он не стремится к общепринятому (боком) положению. А ведь, казалось бы, выполнить передачу игроку, находящемуся на взлете, не так просто. Однако диспетчер в своей надежности технического исполнения не сомневается и весь поглощен решением тактической задачи. Не исключено, что она подобна той, о которой он поведал нам раньше.

Другой важный момент: где лучше занимать позицию для передачи? Конечно, она обусловливается тактикой игры команды, но в стандартных положениях это 1— 1,5 м от сетки, между зонами 2—3.

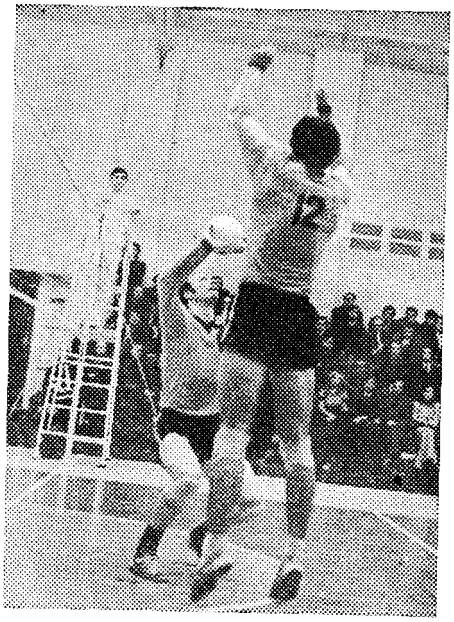


Фото 4

Кому из партнеров лучше передавать мяч для завершающего удара? В нормальных условиях протекания игры — всем игрокам равномерно, в сложных — согласно установке тренера или тому, кто лучше играет в данный момент. Это, конечно, формальный подход. Решающее же значение приобретает качество первой передачи, учет своих возможностей и индивидуальных особенностей

своих партнеров и игроков соперника. Сочетание этих факторов и есть одна из важнейших качественных особенностей диспетчера.

В стандартных и усложненных условиях. Основу технической подготовки связующего игрока составляют упражнения (передачи мяча), выполняемые у стены. Они не только способствуют овладению рациональной структурой движений, но и играют важную роль в соединении специальных физических качеств с основой навыка второй передачи мяча (взаимосвязь качеств и навыка связующего).

1. Передачи на различном расстоянии от стены, с различной скоростью, из различных исходных положений: лицом, боком, спиной к направлению передачи, сидя, в прыжке, переходя из одного исходного положения в другое.

2. То же, но на меткость. С этой целью необходимо использовать различные мишени, которые чертятся на стене на разной от пола высоте (см. стр. 81).

3. После отскока мяча от стены — передача над собой, поворот на 180°—передача за голову, поворот лицом, передача над собой и т. д.

4. В углу зала передача в лицевую стену, поворот направо (налево) — передача в боковую стену. То же, но в прыжке.

5. Передачи в стену после имитации нападающего удара.

6. Передачи в стену в чередовании с передачами на специальные приспособления, переносные и подвесные кольца, баскетбольные кольца и т. п. (стр. 81—82). Для поддержания непрерывности передач, например в баскетбольное кольцо, у места приземления мяча (под щитом) располагается партнер, который старается передачей сверху (в случае невозможности—снизу) направить мяч передающему.

При выполнении передач у стены (как и вообще всех передач) обязательно соблюдать три основных условия:

а) встречать мяч вверху над лицом;

б) передавать мяч плавным, поступательным движением вперед-вверх, обеспечивающим мягкий (плавный) полет;

в) перед выполнением передачи всегда стараться контролировать различные объекты (предметы), находящиеся слева или справа, причем не поворотом головы, а движением глаз.

7. Передача над собой в сочетании с передвижением по линиям площадки (другим ориентирам). Стараться контролировать не только направление движения, но и предметы, находящиеся слева и справа.

Чтобы проследить, насколько занимающийся умеет пользоваться периферическим зрением, можно использовать простую тренажерную установку (см. стр. 82—83).

Перед выполнением каждой передачи в мишень связующий контролирует показания табло (цифровой текст), расположенного слева (справа) под углом 80°.

Опыт показывает, что спустя несколько занятий судорожные движения при передачах сменяются плавными и четкими, вместо поворотов головой вырабатывается навык следить движением глаз. Занимающиеся чувствуют себя увереннее, о чем свидетельствует четкий ритм выполнения упражнения.

После освоения серии упражнений в стандартном положении или с незначительным его изменением следует приступать к решению одной из важных задач следующего этапа—доведению навыка второй передачи до совершенства. Здесь в основу берут взаимодействия связующего с партнерами в условиях, приближенных к игровым. Усложнение условий происходит постепенно.

При взаимодействии с партнерами. 1. В парах. Передачи мяча на различное расстояние, с различной скоростью и траекторией, из различных положений по отношению друг к другу.

2. Передачи в сочетании с быстрым передвижением. Игроки с мячами располагаются в зонах 4 и 2, связующий

Условные обозначения:

в зоне 3 (рис. 3, *а)*. Игроки поочередно передают мяч возле себя, а связующий быстро перемещается и выполняет высокую передачу (на удар).

3. То же, но после выполнения передачи связующий перемещается в зону 3 спиной вперед. Затем, повернувшись лицом к партнеру, выполняет передачу и возвращается в зону 3 спиной (рис. 3, *б)*.

4. Двумя мячами. Передачи мяча выполняют по разной траектории.

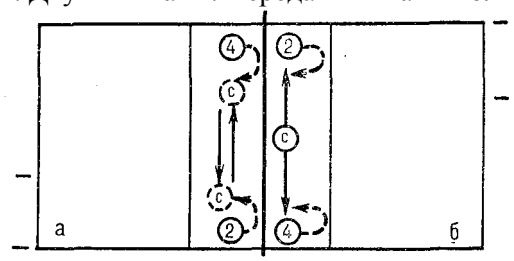


Рис. 3

5. Занимающийся с мячом располагается в 5—6 м от баскетбольного щита, партнер под щитом. Первый передачей посылает мяч в кольцо, другой старается передать мяч сверху (снизу) после отскока от кольца или щита.

После 4—5 передач партнеры меняются ролями.

6. Тренер (партнер) с мячом располагается в зоне 3, связующий—в одной из тыловых зон площадки на расстоянии 4—5 м от сетки. Тренер подбрасывает мяч над сеткой на высоту 3—5 м, связующий быстро передвигается к мячу и выполняет передачу в одну из зон нападения.

7. То же, но место тренер (партнер) у сетки меняет, а высоту подброса варьирует в зависимости от расстояния до связующего игрока.

8. Передачи мяча на точность в мишень (баскетбольное кольцо) с передач партнера после:

а) серии нападающих ударов сильнейшей рукой по мячу, закрепленному в амортизаторах, затем слабейшей;

б) серии блокирования;

в) серии приемов мяча в падении;

г) сочетания нападающих ударов, блокирования, падений;

д) интенсивных упражнений, выполняемых до утомления.

46

9. В парах. Стоя спиной друг к другу на расстоянии 3—4 м, передача за голову. Мяч должен опускаться несколько впереди партнера, который, сделав один-два шага вперед, повторяет такую же передачу не поворачиваясь.

10. Через сетку. Игру ведут на укороченной площадке, выполняя вторые передачи как в опорном положении, так и в прыжке.

11. Передачи одной рукой сверху. Кисти образуют «корзинку», расстояние между партнерами 2—3 м.

12. То же, но в параллельно сетке и через сетку.

13. Партнеры независимо от игровых функций располагаются с двух сторон сетки и попеременно выполняют передачу и нападающий удар, меняясь местами в зонах.

На первом этапе подготовки юных волейболистов это упражнение должно быть основным при обучении и совершенствовании техники нападающих ударов и блокирования.

14. В тройках. Передачи выполняют по кругу тремя мячами.

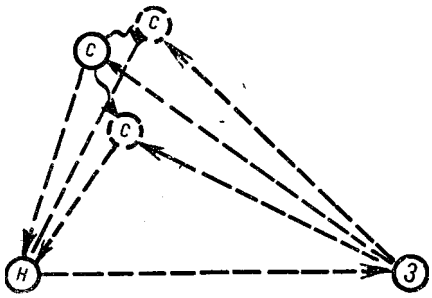


Рис. 4

15. Три волейболиста (независимо от игровых функций) располагаются треугольником на расстоянии 5—6м друг от друга (рис. 4). Один из них выполняет передачу партнеру для атакующего удара, тот нападающим ударом направляет его третьему. Третий принимает мяч и направляет его первому. После 3—4 мин работы волейболисты меняются местами. Сила удара постепенно возрастает, но позволяет поддерживать мяч в игре.

После всех упражнений, вызывающих заметное утомление, необходим отдых. Он может быть пассивным при сильном утомлении и активным — при незначительном. Лучший активный отдых—переключение игроков на выполнение другой работы: игра в баскетбол, прыжки с доставанием подвешенных предметов и т. п.

В структуре игровых взаимодействий. 1. Нападающие располагаются в зонах 3, 4, 6, связующий—между зонами 3—2 (рис. 5, а). Игрок зоны 6 первой передачей

47

направляет мяч в различные точки площади атаки (в основном в правую верхнюю часть), откуда связующий передает мяч для нападющего удара в зону 3 или 4. После каждой передачи он возвращается на исходное место (между зонами 3—2) в 1,5 м от сетки.

2. Нападающие располагаются в зонах 6, 2, связующий—в зоне 3 (рис. 5, б). Игрок зоны 6 первой передачей направляет мяч связующему, который передает егоза

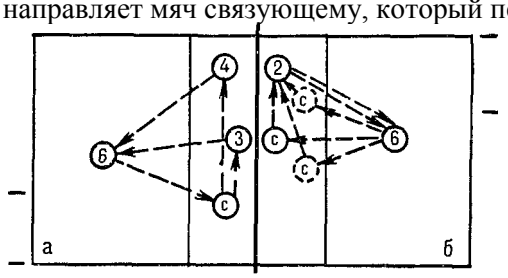


Рис. 5

голову в зону 2. Игрок зоны 2 длинной передачей возвращает мяч игроку зоны 6. Упражнение усложняется, если передачи связующему будут варьироваться по направлению и траектории. После 2—3 мин игроки меняются местами или в игру вступает другой связующий.

Упражнение направлено на совершенствование техники передач за голову.

3. Передачи для нападающих ударов из различных точек площадки: один связующий с мячом в зоне 4, другой (без мяча) в зоне 3. Первый из зоны 4 по высокой траектории передает мяч в зону 6, куда выходит второй и передачей на удар возвращает мяч в зону 4. Первый посылает мяч в зону 3, куда выходит второй и выполняет передачу на удар в зону 4 и т. д. После непрерывного выполнения упражнения в течение 2—3 мин игроки меняются ролями.

В качестве отдыха на первых порах перед передачей в зону 4 связующий может выполнить одну-две

передачи над собой.

То же, но игроки располагаются в зонах 3, 2.

3. Связующий—у сетки, между зонами 3—2, один партнер (с мячом) — в передней части площадки, другой — в зоне 4. Первый посылает мяч связующему, но с таким расчетом, чтобы он опускался над сеткой. Связующий в

прыжке направляет мяч в зону 4, откуда снова в среднюю часть площадки. Расположение партнеров постоянно меняется.

По мере овладения передачей в прыжке упражнение усложняют тем, что направление передачи меняют по заданию.

5. То же, но из средней части площадки мяч направляют в сетку. Задача связующего—овладеть второй передачей мяча, отскочившего от сетки. Передачу выполняют преимущественно способом «снизу».

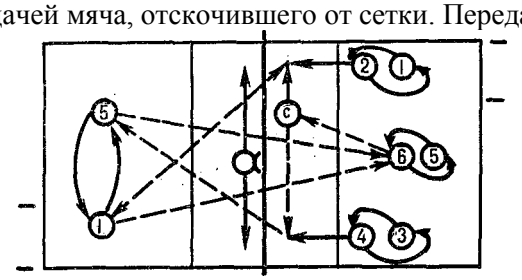


Рис. 6

6. Связующий в зоне 2, нападающие в зонах 3 и 4, защитник в зоне 6 (см. рис. 5, а). Один из нападающих выполняет удар на защитника в зону 6 с собственного набрасывания (в опорном положении или в прыжке), который старается принять мяч в зону связующего. Независимо от качества приема связующий должен выполнить передачу тому из нападающих, кто выполнял удар.

Вариант упражнения—расположение связующего в зоне 3.

7. Два игрока располагаются в зонах 1 и 5 (рис. 6), по два игрока в зонах 4, 6, 2 на противоположной стороне площадки. Связующий — между зонами 3—2. Первый игрок зоны 6 направляет мяч связующему, который чередует передачи в зоны 4 и 2. Игроки зон 4 и 2 двумя руками сверху направляют мяч через сетку в зоны 1 и 5. Игроки зон 5, 1 возвращают мяч через сетку в зону 6. Все игроки меняются местами.

8. Шесть игроков располагаются в зонах 4, 2, 6 (нападающие), три игрока в колонне по одному между зонами 2—1 (связующие, рис. 7). Игрок зоны 4 передает мяч в зону 6, тот адресует его к сетке связующему (между

зонами 3—2). Одновременно с передачей игрока зоны 6 связующий зоны 1 выбегает к сетке и выполняет передачу в зону 4 или 2, после чего переходит в зону 1 и становится в конец колонны связующих. Игроки зон 4, 2 опять направляют мяч в зону 6 и т. д.

Упражнение направлено на овладение и совершенствование выходов из тыловых зон.

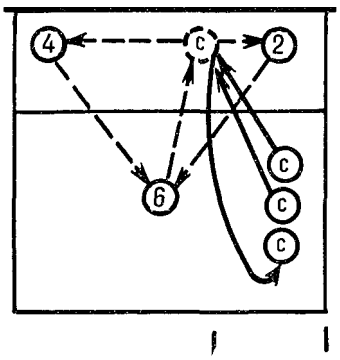


рис. 7

Данное упражнение можно значительно интенсифицировать, если одновременно с передачей игрока зоны 6 игрок зоны 2 направит ему второй мяч. В это время к сетке должен выбежать еще один связующий и выполнить передачу в зону 2.

9. Три игрока располагаются в зонах 4, 3, 2, один в зоне 1 (выходящий). Тренер с мячом на противоположной стороне площадки в зоне 6 (рис. 8). Тренер посылает мяч через сетку на игрока зоны 4, который, в свою очередь, передает мяч к сетке. Выходящий игрок выбегает к сетке и выполняет передачу на удар в зону 4. Игрок зоны 4 передачей в прыжке посылает мяч тренеру. Тренер снова посылает мяч через сетку на игрока зоны 2. Связующий, вернувшийся после передачи в зону 1, повторно выходит к сетке и передает мяч для завершающего удара в зону 2 и т. д.

На первом этапе овладения выходами из тыловых зон необходимо, чтобы первая передача направлялась

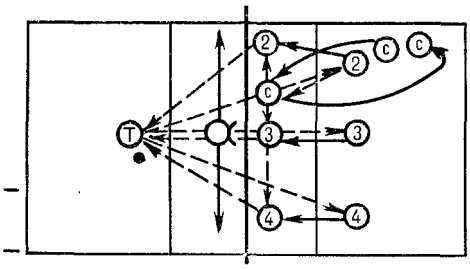


Рис8.

50

точно к сетке, между зонами 2—3. Передачи для удара связующий последовательно адресует каждому нападающему. Затем условия выходов и взаимодействий усложняют: направление первых передач варьируют, направление и траекторию вторых передач изменяют по заданию. Связующие последовательно овладевают навыками выходов из различных зон. Значительным усложнением данного упражнения является замена передач тренера подачами

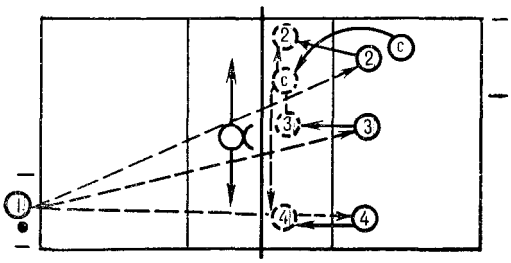


Рис. 9

сначала с середины площадки, а затем с места подачи (рис. 9).

Одним из важных условий прочного овладения второй передачей мяча является систематическое проведение соревнований по технике передач. Для этого можно использовать любое упражнение, позволяющее регистрировать меткость передач (в мишень) из различных исходных положений.

Овладение навыками эффективного применения второй передачи в игре (тактическая подготовка)

В основе тактической подготовки связующего игрока лежит формирование навыка дифференцированных действий (выбор действия, способа передачи и т. д.). Необходимые предпосылки для решения этой сложной задачи создаются уже при выполнении подготовительных и подводящих упражнений (развитие сообразительности, быстроты ответных действий). Усиление этого процесса достигается при овладении навыком второй передачи мяча:

умение вести наблюдение, выполнение передач по заданиям и т. д. Совершенствование тактических умений и навыков осуществляется в специально созданных условиях, повторяющих тактические действия связующих:

в группах (линиях, звеньях) и в составе команды.

51

С учетом всего этого следует использовать многие упражнения, применяемые в технической подготовке.

Индивидуальная подготовка. 1. Передачи мяча в цифровую мишень. Направление передач осуществляется в ответ на слуховые сигналы тренера (партнера).

2. То же, но после отскока мяча от стены (пола и стены), брошенного тренером (партнером).

3. Передачи в цифровую мишень в ответ на соответствующие цифровые показания электротренажера (табло). Это упражнение оказывает исключительный эффект на развитие соответствующих психофизиологических функций.

4. Тренер (партнер) располагается в зоне 3, связующий—в одной из тыловых зон. Тренер подбрасывает мяч на высоту 3—5 м. Связующий быстро перемещается к мячу и выполняет передачу по заданию тренера.

5. То же, но в ответ на действия блокирующих игроков. Мяч может быть подброшен в определенной точке или передан первой передачей.

6. Связующий располагается в 1,5 м от сетки между зонами 3—2. Задача связующего: после передачи над собой передать мяч с заданной траекторией в одну из зон, где не горит (или горит) лампочка. Упражнение поз-

воляет совершенствовать умение вести наблюдения с использованием электротренажера «блуждающий блок» (см. стр. 83).

7. Тренер задает связующему программу действий. В этом случае приходится контролировать три объекта (мишень, мяч, табло), что в значительной степени приближает условия тренировки к естественным в игровой деятельности. Упражнение позволяет совершенствовать умение вести наблюдения и ответные действия в ответ на показания электротренажера (программа—названия передач: высокая, средняя, низкая и т. д.).

Групповые взаимодействия. 1. В парах. После передачи мяча над собой на высоту 1 м—передача на партнера, постоянно меняющего место расположения на площадке.

2. То же, но изменение направления и траектории передач осуществляется в ответ на обусловленные сигналы (действия) партнера: правая рука вверх—высокая передача, присед—передача над собой и т. д.

3. То же, что упр. 6 из предыдущего раздела, но первую передачу выполняет помощник связующего, располагающийся слева от него.

4. То же, что упр. 7 из предыдущего раздела, но первую передачу выполняет помощник связующего, который располагается сбоку-слева от него.

5. При взаимодействии с нападающими связующий располагается у сетки и выполняет передачи для нападающего удара в зависимости от характера выхода (разбега) нападающего. Взаимодействие осуществляется без какой-либо договоренности. Задача связующего—определять темп и направление разбега и выполнять соответствующую передачу.

6. То же, но в прыжке после имитации нападающего удара.

7. Взаимодействие с двумя нападающими (4 и 2 зон) против одного блокирующего (см. рис. 6).

8. То же, но против двух блокирующих.

9. То же, но со окрестным передвижением нападающих и переключением блокирующих, один из которых низкорослый.

Указанные упражнения выполняют как в упрощенных, так и в усложненных условиях, где выбор действия вначале задается связующему, затем он действует по ситуации (положение партнеров, блокирующих игроков, свои возможности и т. д.)

Важное значение при совершенствовании взаимодействий связующего с нападающими приобретает умение первого корректировать действия вторых. Целенаправленное воспитание этой способности создает предпосылки для хорошего взаимопонимания игроков как следствия развития функции управления игровыми действиями.

10. Взаимодействия в линиях (звеньях).

11. То же, но с применением выходов из тыловых зон (в структуре тактической системы игры в нападении).

12. То же, но против одиночного и группового блока.

13. То же, но в усложненных условиях — с учетом характера первой передачи.

14. То же, но в учебной игре 3х3, 4х4 . Во всех без исключения упражнениях при взаимодействии с нападающими одним из важных условий успешного выполнения функции связующего является подстраховка игрока, завершающего атаку.

15. На одной стороне площадки в зонах 3 и 4 располагаются блокирующие игроки (при необходимости можно использовать подставки); на другой стороне, в зонах 3 и 2, — нападающие. Связующий сзади одного из нападающих. Нападающие поочередно выполняют удар в блок

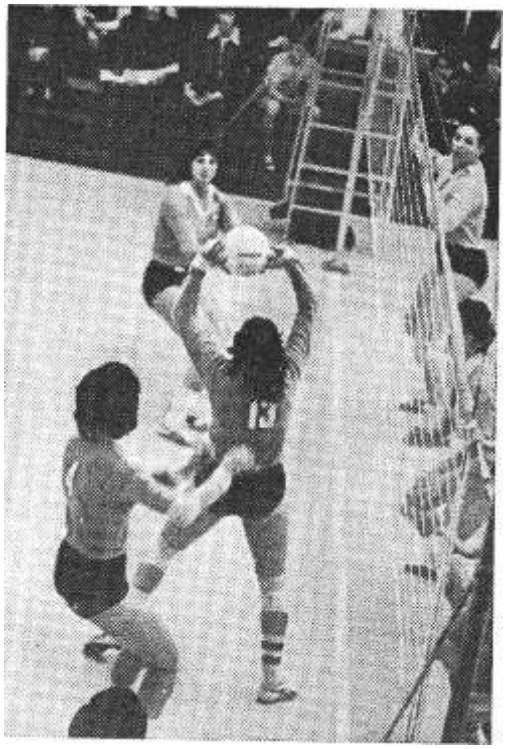


Фото 5

с собственного набрасывания. В задачу связующего входит перемещение и страховка нападающего, выполняющего удар.

Поскольку около трети всех передач выполняются связующим после незавершенных атакующих действий, в так называемых доигровках, важно такие условия создавать и на тренировках.

16. То же, что упр. 15, только сзади или сбоку связующего располагается защитник. При дальнем отскоке мяча от блока его принимает защитник и направляет в зону действия связующего, который адресует передачу одному из нападающих.

Командные взаимодействия. Принцип построения упражнений (действий) при взаимодействии связующего в составе команды тот же, что и при групповых взаимодействиях. В основу берутся действия, моделирующие

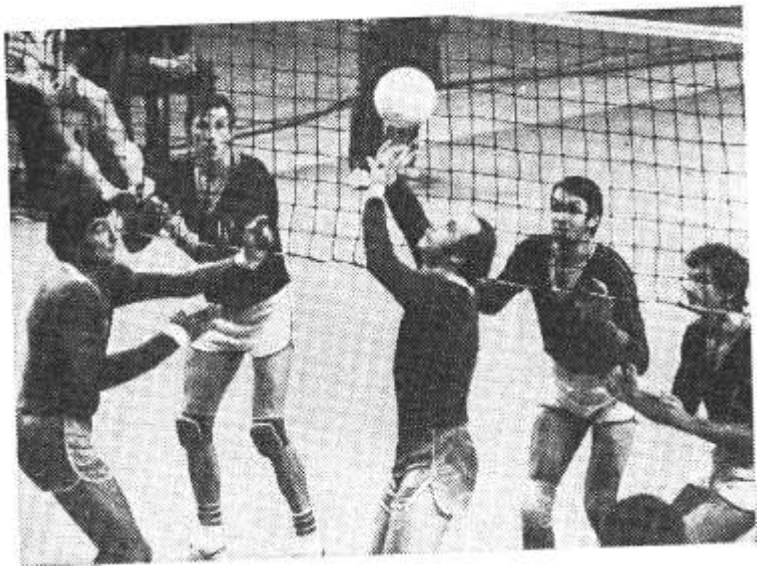


Фото 6

отдельные моменты игры, а взаимодействия строятся аналогично применяемой системе нападения.

Важной задачей в тактической подготовке связующего игрока является привитие навыка скрывать (маскировать) истинность своих действий (намерений). Встречающиеся в практике отвлекающие действия головой, туловищем, руками мало себя оправдывают. Суть отвлекающих действий связующего в способности убеждать противника в истинности своих намерений, которые на самом деле являются ложными. Достигаются они созданием реальной ситуации: исходным положением, сосредоточенностью внимания, словом и, наконец, действиями партнера, которые не должны вызывать сомнения. И только в последний момент происходит перестройка движений, связанных с изменением направления передачи мяча.

Анализируя эти действия ведущих советских и зарубежных связующих, можно выделить два главных пути, ведущих к успешному достижению цели. Первый основан на выходе связующего к мячу таким образом, чтобы он был почти над головой. В этом случае изменение направления передачи происходит мгновенно за счет незначительного движения кистей рук. Второй путь обусловлен индивидуальными особенностями связующего, в частности

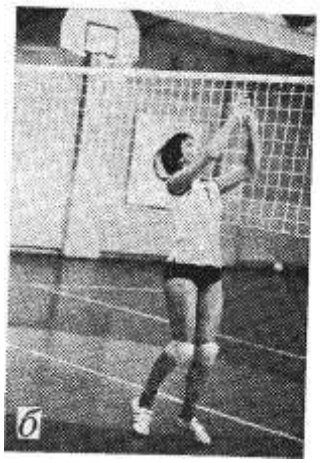


фото 7

подвижностью в лучезапястных суставах или в грудном и поясничном отделах позвоночника. Проиллюстрируем отмеченное конкретными примерами. На фото 5 передачу выполняет основная связующая сборной СССР Л. Логинова. Согласитесь, трудно разглядеть замысел спортсменки. До последнего момента направление передачи не знают не только игроки команды соперника, но и партнеры. Аналогичный момент запечатлен и на фото 6, где «маскирует» свои действия В. Зайцев. В обоих случаях связующие используют первый методический путь.

На фото 7 ту же тактическую задачу решает заслуженный мастер спорта Л. Булдакова, избрав для этого второй путь. В исходном положении перед передачей она несколько не доходит к мячу (кадры *а,* б). Создается впечатление, что передача может быть выполнена только вперед. Это подтверждает и кадр б. В то же время за счет мгновенного прогиба туловища назад (фото 8) связующая из такого же исходного положения легко меняет направление передачи.

Внимания заслуживают тактические действия известной японской связующей Кадзуко Огавы (фото 9). Она не обладает гибкостью Л. Булдаковой. Причем заметно проявляется и недостаточная гибкость кистей рук. Это легко определить по явным изменениям расположения пальцев при передаче над собой (кадр а) и за голову

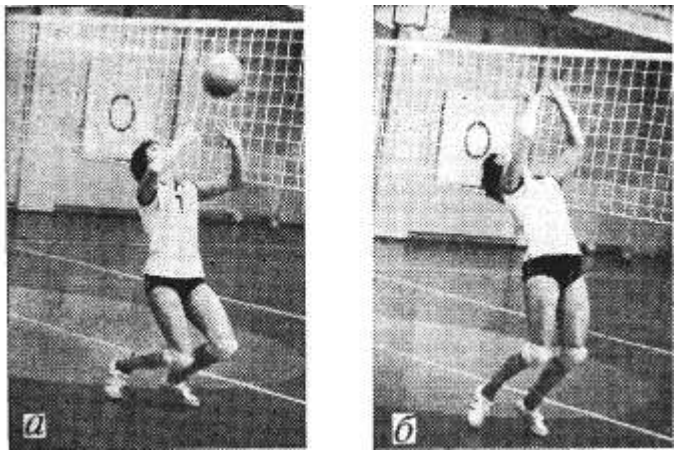
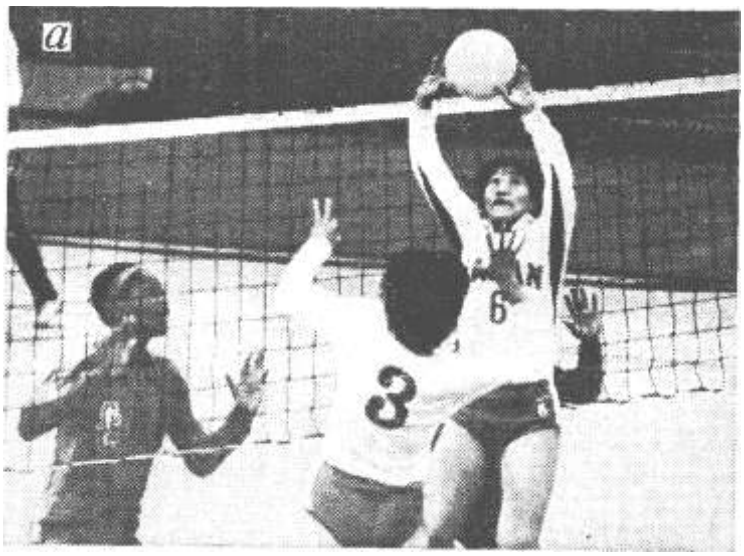


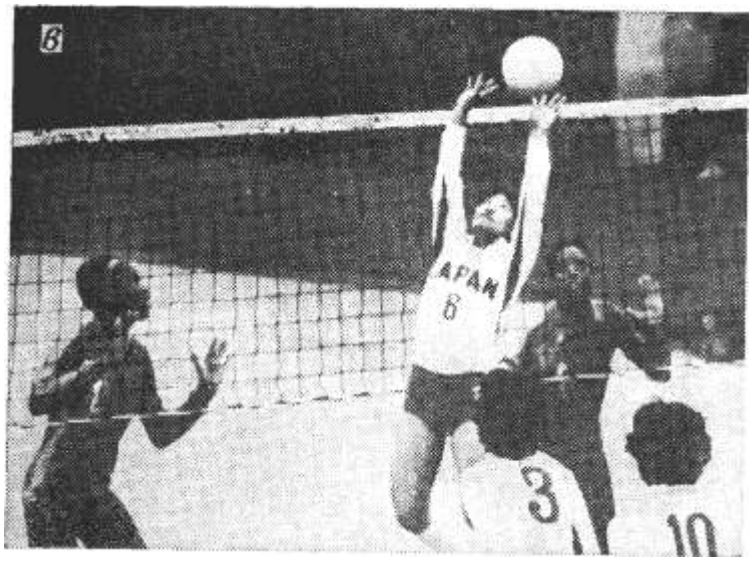
Фото 8

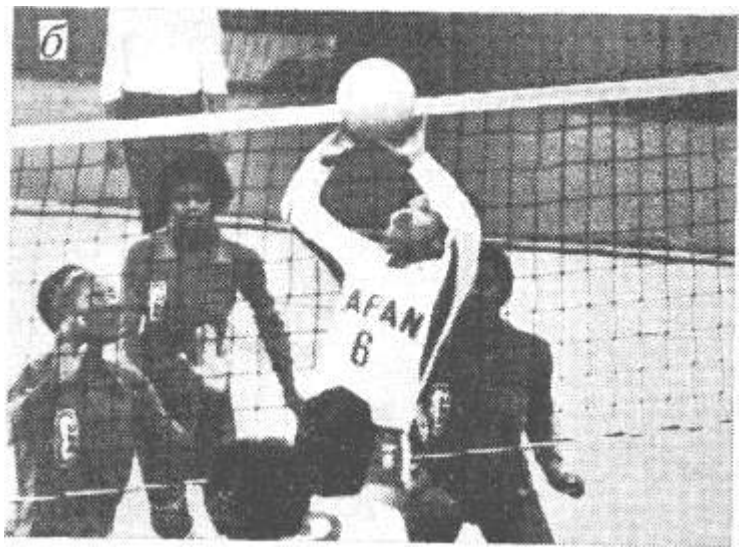
(кадры б, б). Что же тогда помогает ей добиваться высокой эффективности действий? Очевидно, почти вертикальное положение туловища (по отношению к мячу) и исключительная точность восприятия пространственно-временных отношений. Как видим, у каждого игрока есть много важных качеств, которые при соответствующей работе над собой могут компенсировать недостающие. Следует отметить, что все рассмотренные действия проходят в крайне сжатых пространственно-временных рамках, поэтому особенно важно прочно освоить навык владения мячом. Вот почему воспитание этого умения должно примерно совпадать по времени с тактической подготовкой связующего. Задача решается в процессе как индивидуальной работы, так и при взаимодействии с нападающими.

Теоретическая подготовка

Теоретическая подготовка связующего предполагает широкий объем мероприятий, выполнение которых требует систематичности, постепенности и целенаправленности усвоения. Наряду с овладением теоретическими знаниями, осуществляемым постепенно, связующий должен усвоить сразу некоторые «законы» своей игровой функции, которые лежат в основе его деятельности. Главные из них:







1. Из трудных положений передавать мяч наиболее простым способом и ближнему нападающему.
2. В напряженные моменты игры и в конце партии играть на лучшего нападающего.
3. После любой передачи помнить, что атака не завершена, и спешить подстраховать нападающего.
4. Постоянно изучать особенности игры партнеров.
5. Помнить, что роль связующего сложная, ответственная и многогранная. Поэтому готовить себя к игре необходимо заблаговременно, тщательно продумав тактический план и увязав его с задачами и установкой тренера.
6. От начала и до конца игры необходимо быть инициативным, смелым и решительным.
7. Не падать духом в самые тяжелые моменты игры.
8. Вселять уверенность в нападающего и верить ему—это способствует его успеху.
9. Стараться быть душой команды, не реагировать бурно на замечания партнеров.
10. Предела совершенствования у связующего нет, но ближе тот к нему, кто больше работает над собой.

Наиболее важно в теоретической подготовке:

1. Изучение специальной литературы по технике и тактике волейбола.

2. Систематическое изучение индивидуальных особенностей партнеров-нападающих.
3. Анализ кинограмм, кинокольцовок по технике второй передачи и игровым действиям связующего игрока.
4. Анализ видеозаписей своих игровых действий и лучших мастеров второй передачи.
5. Просмотр и анализ игровых действий своего дублера или товарища по команде.
6. Просмотр и обсуждение игр с участием лучших мастеров-связующих.

7. Изучение тактической системы игры команды.
8. Постоянное участие в разборе игр, разработка тактических планов предстоящих игр.
9. Умение моделировать наиболее важные моменты взаимодействия игроков в команде.
10. Изучение особенностей игры команд-соперников.

Интегральная подготовка*

Мы рассмотрели основные направления подготовки связующего игрока, вытекающие из специфики его деятельности, что, иначе говоря, можно назвать подготовкой в системе «связующий». Однако подготовка будет неполной, если упустить из виду овладение связующим другими технико-тактическими приемами и не добиться взаимосвязи всех сторон подготовки в единой системе «команда».

Основными средствами решения этой задачи являются учебные и контрольные игры, товарищеские (матчевые) встречи и календарные соревнования. Именно здесь происходит реализация всех сторон подготовки диспетчера в единстве с игровыми навыками. Эффективность этого процессе обеспечивается выполнением отдельных заданий в игре, решением основных командных задач, что способствует формированию умения находить оптимальные возможности для реализации поставленных задач. Задания в игре должны быть конкретными и соответствовать уровню подготовленности связующих игроков.

Подготовка в годичном цикле тренировки

Основу методики подготовки связующего составляет целенаправленная работа. Это обусловливает необходимость специализированной организации всего учебно- тренировочного

* Цитируется по Ю. Д. Железняку (1978).

процесса. Успешное решение данной задачи с учетом задач общекомандной подготовки возможно только при строгом планировании работы.

В волейболе, как и в спортивной практике в целом, принято деление учебно-тренировочного процесса на три периода: подготовительный, соревновательный и переходный, составляющие один большой цикл. В течение года могут иметь место один годичный и два полугодичных цикла, что зависит от ряда условий. Так, для учебных заведений принято планировать подготовку на один годовой цикл. Для коллективов физкультуры, работающих в течение года без перерывов, а также для команд высших разрядов тренировочный процесс планируется на два годовых цикла. Ориентировочно рекомендуются границы периодов таких циклов:

подготовительный период—от 3—4 (главным образом в полугодичных циклах) до 5—7 месяцев (в годичных циклах);

соревновательный период—от 1,5—2 до 4—5 месяцев;

переходный — от 3—4 до 6 недель *.

В этих границах могут быть выбраны рациональные сроки периодов при достаточно разнообразных условиях построения тренировки. Различия в сроках тем значительнее, чем больше разница в уровнях предварительной подготовленности спортсменов.

Разработка и распределение средств целенаправленной подготовки осуществляется в соответствии с принципами периодизации и закономерностями развития спортивной формы **.

Специальным исследованием установлено, что удельный вес специализированной работы связующего игрока составляет примерно 40% общего объема времени тренировочного процесса команды. При этом реализация средств подготовки осуществляется целенаправленно в соответствии с логикой поэтапного планирования, закономерностями формирования двигательного навыка и спецификой волейбола***.

* Л. П. Матвеев. Основы спортивной тренировки. М., ФиС,
1977, с. 243.

** Л. П. Матвеев. Проблемы периодизации спортивной тренировки. М., ФиС, 1965.

*** Л. Н. С *л у* п с к и и. Исследование специализации функций в специфических условиях игровой деятельности. Канд. дис., М.. 1973.

Таблица 6 Время, отводимое на специализированную подготовку связующих (%)

Виды подготовки	Осенне-зимний цикл					Переходный период
	Подготовительный период			Соревновательный период		
	1-й этап	2-й этап	3-й этап	1-й этап	2-й этап	
Общая и специальная физическая	45/20	30/15	20/10	20/10	20/10	
Техническая	35/20	40/20	35/15	35/10	35/10	
Тактическая и игровая	20/5	30/10	45/15	45/20	45/20	
Всего	45	45	40	40	40	

Примечание. Первой цифрой показано процентное соотношение времени, выделяемого на общекомандную подготовку, второй на специализированную подготовку связующего.

Рассмотрим удельный вес, задачи и средства специализированной подготовки связующего в осенне-зимнем цикле тренировки. За основу объема работы возьмем время и его соотношение по основным направлениям подготовки, предусмотренное для команд мастеров *.

На первом этапе подготовительного периода специализированная работа связующего составляет 20%. Здесь, как и для всей команды в целом, решается основная задача—создание предпосылок для приобретения спортивной формы. Специализированная работа осуществляется по всем разделам подготовки: физической, технической, теоретической, тактической, однако ее удельный вес по каждому из них не одинаков (табл. 6).

Физическая подготовка предполагает создание основы для последующего совершенствования умений и навыков специальными средствами. Ее главная задача— восстановление и воспитание основных физических качеств: быстроты, силы, ловкости, выносливости и т. п. Специализированная работа (воспитание скоростных качеств, развитие групп мышц, принимающих активное участие в выполнении передачи) осуществляется с учетом характера нервно-мышечных усилий и структур движений, харакгерных для волейбола и функции связующего

* Волейбол. Под ред. А. Г. Айриянца. М., ФиС, 1976.

игрока. На нее отводят до 20% времени. Используют средства легкой атлетики, гимнастики, других спортивных игр, плавания.

Технической подготовке на этом этапе уделяют также до 20% времени. Основная задача—реализация достигнутого уровня специальных физических качеств и способностей в технику второй передачи мяча. Условия выполнения упражнений преимущественно упрощенные, обеспечивающие овладение и совершенствование рациональной структуры движения (толчки и передачи набивных мячей весом 1—2 кг, баскетбольных, футбольных). Каждая серия упражнений должна заканчиваться выполнением большого числа передач (до 200) волейбольным мячом.

В тактической подготовке (5%) основное внимание уделяют как созданию предпосылок для воспитания тактических умений (воспитание быстроты сложных реакций, умения вести наблюдения и т. д.), так и их совершенствованию в рамках индивидуальных и групповых взаимодействий.

Теоретическая подготовка на этом этапе предполагает овладение общетеоретическими знаниями. Она включает изучение специальной литературы и наиболее общих закономерностей командной игры и функции связующего игрока. Проводятся просмотры видеозаписи игр с участием связующих высокой квалификации.

На втором этапе удельный вес специализированной работы составляет 45%. Главной задачей здесь является доведение специальных навыков до высокой степени совершенства.

Специальная физическая подготовка (15%) предусматривает специализированное воспитание скоростно-силовых качеств связующего в условиях, максимально приближенных к специфическим игровым (круговая тренировка, эстафеты, предполагающие специфику передвижения, выполнение упражнений в строгом временном режиме). Большое внимание уделяют совершенствованию сложной координации действий, моделирующих игровые взаимодействия (движения и действия в ответ на условные сигналы или действия партнеров).

На техническую подготовку отводится до 20% времени. Основное внимание здесь уделяют углубленному освоению техники владения мячом в условиях, близких к игровым (совершенствование в передачах после быстрых передвижений со всех зон площадки, взаимодействие

с нападающими в зонах атаки), индивидуальная работа с мячом в усложненных условиях (передачи в безопорном положении, в падении после выполнения серии других игровых приемов, после выполнения упражнений, вызывающих утомление).

В тактической подготовке специализированная работа составляет около 10%. Ее основной задачей является усиление процесса воспитания тактических умений и навыков при передачах мяча с помощью технических средств. Индивидуальная работа предполагает воспитание навыков слежения глазами и умения скрывать намерения (средства, цифровые мишени, электротренажеры, действия партнеров и т. п.). В условиях, приближенных к игровым, осваивают и совершенствуют умение распределять передачи в ответ на условные сигналы и на действия партнеров после быстрых передвижений и выходов из различных зон. Уделяется внимание также целенаправленному воспитанию умения вести наблюдения при взаимодействии с конкретным партнером или группой игроков (в линиях, звеньях).

Теоретическая подготовка предусматривает изучение видеозаписей игры лучших связующих игроков, анализ своих действий, а также изучение особенностей игры партнеров по команде. Необходимым условием этой работы является усвоение общего тактического плана игры команды, а также умение моделировать основные игровые моменты своих действий с помощью схем или макета.

На третьем этапе специализированная работа составляет 40% времени. Наряду с основной задачей этапа — приобретением спортивной формы и вхождением игроков в командную, предсоревновательную работу— решается задача оптимального овладения тактическими действиями в рамках требований команды.

Специальной физической подготовкой на этом этапе (10%) предусматривается повышение уровня специальной тренированности связующего. Она достигается совершенствованием навыков точных и быстрых действий после сравнительно длительного выполнения игровых приемов и действий, а также участия в играх.

В технической подготовке (15%) основной задачей специализированной работы является доведение навыка второй передачи мяча до высокого уровня совершенства. Критерием решения этой задачи служат результаты взаимодействия связующего в группах (звеньях, линиях) и

в команде, выражающиеся минимальными техническими потерями (ошибки, неточности передач и т. д.). Основное внимание здесь уделяется совершенствованию техники владения мячом при передачах в усложненных условиях: из трудных положений, под различными углами по отношению к сетке и т. д.

Специализированная тактическая подготовка составляет на данном этапе 15%. Основная задача здесь—оптимальное овладение тактическими действиями, удовлетворяющими требованию команды. Целенаправленная работа включает основные упражнения, моделирующие отдельные ситуации и фрагменты игры, применяемые командой системы тактических действий в нападении. Особое внимание уделяют совершенствованию групповых и командных взаимодействий при переходе от защиты к нападению, и наоборот (наиболее типичные варианты). При этом необходимо акцентировать внимание на формировании умения управлять игровыми действиями нападающих.

Теоретической подготовкой на этом этапе предусматривается овладение специфическими теоретическими знаниями. Основное внимание здесь уделяют анализу и разработке тактических вариантов взаимодействий в команде.

На данном этапе проводят контрольные испытания по всем направлениям подготовки. Для оценки теоретических знаний используют макеты и лентопротяжные устройства с сериями схематически изображенных вариантов тактических действий. Основу педагогической характеристики подготовленности связующего составляет оценка эффективности тактических действий в контрольных играх (см. стр. 75—78).

Соревновательный период—время участия команды в календарных соревнованиях. Удельный вес специализированной работы поддерживается здесь на уровне 40% в основном за счет тактической подготовки. В отличие от подготовительного периода соревновательный не имеет четкой структуры. Она зависит от числа соревнований и принципа их проведения.

Специальная физическая подготовка в этом периоде сохраняется на уровне нредсоревновательного этапа (10%) и направлена на поддержание специальной выносливости связующего. Основная направленность средств — способствовать подготовке связующего к предстоящим соревнованиям (имеются в виду средства, сис-

тематизированные с учетом индивидуальных особенностей).

Техническая подготовка (10%) призвана обеспечить высокую надежность взаимодействий связующего при передачах мяча. Она включает повторные выполнения передач в условиях, моделирующих соревновательные, а также совершенствование в технике владения мячом в положениях, которые по результатам участия в соревнованиях выявлены как слабые.

В тактической подготовке (20%) на передний план ставится задача успешной реализации основного тактического плана (установки) с учетом игры конкретной команды-соперника. Кроме того, обращают внимание на совершенствование взаимодействия связующего в определенных звеньях (линиях) команды с учетом игры конкретного противника, а также с учетом устранения недостатков, выявленных в ходе соревнований.

В теоретической подготовке главное внимание уделяется разбору проведенных игр, разработке тактических планов предстоящих встреч и анализу игр конкретных команд-соперников.

Переходным периодом заканчивается годовой или полугодовой цикл тренировки. Здесь противопоказаны однотипные, монотонные нагрузки. В первую очередь важно обеспечить активный отдых в широком смысле этого слова. Поэтому специально-подготовительные упражнения используют только для поддержания специальной тренированности. Связующему предоставляется широкая возможность выбора вида игровых действий, лишь бы они доставляли ему удовольствие и не превращались в принудительную нагрузку. Практика показывает, что связующие с большим желанием стремятся овладеть широким арсеналом атакующих действий. Это заслуживает всяческих похвал, так как переключение на выполнение атакующих действий позволяет не только активно отдохнуть, но и сохранить достигнутый уровень физической подготовленности.

Большое значение на данном этапе имеет глубокий анализ подготовленности диспетчера в целом. Он позволяет разработать пути и средства дальнейшего повышения спортивного мастерства. Предпосылки же для их реализации могут быть заложены уже в переходном периоде,

66

ПУТИ ПОВЫШЕНИЯ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОГО МАСТЕРСТВА СВЯЗУЮЩЕГО

Мастерство диспетчера определяется прежде всего высокой и стабильной эффективностью его действий в сложных условиях спортивного поединка. Однако как бы рационально ни строилась тренировка, рано или поздно начинается возрастная стабилизация, а затем и снижение функциональных и адаптационных возможностей организма. Этот рубеж весьма индивидуален и зависит от различных условий. Специалисты полагают, что спад спортивных результатов, часто наблюдаемый после 6—10 лет специализации, имеет переходящий характер. Поэтому дальнейшая рационализация тренировочного процесса и совершенствование всей организации спортивной деятельности, вне всякого сомнения, будут способствовать не только более длительному сохранению связующим достигнутых спортивных результатов, но и их росту. В решении этой задачи имеются два пути:

первый — совершенствование технико-тактических действий диспетчера (практически неисчерпаемый резерв), второй — целесообразное изменение структуры и содержания специализированной тренировки.

Анализ игр различного масштаба свидетельствует о том, что для современного волейбола характерно совершенствование технического мастерства связующего, что лежит в основе дальнейшего развития его тактических возможностей.

Связующие игроки ведущих отечественных и зарубежных команд отличаются прежде всего высоким мастерством владения мячом при вторых передачах. Многие из них весьма активны в атакующих действиях и блокировании.

В учебно-тренировочном процессе наших команд уделяется значительное внимание совершенствованию этих действий связующего. Вместе с тем специальное изучение данного вопроса показывает, что методика обучения и совершенствования в этом плане еще далека от оптимальных вариантов. Об этом свидетельствуют большие огрехи связующих даже команд высокой квалификации (большой процент передач низкого качества, недостаточно высокий удельный вес эффективных передач) и как следствие упрощенное построение взаимодействий, ведущее к низким результатам действий команды в целом.

67

Экспериментальные поиски путей повышения эффективности применяемых средств и методов совершенствования технико-тактического мастерства связующих позволяют заключить, что они кроются в значительной интенсификации процесса подготовки. При этом все средства учебно-тренировочного процесса должны быть подчинены **программно-целевому управлению.**

Особо следует выделить применение разнообразных тренажерных устройств. В повышении и особенно стабилизации игрового мастерства связующего основное внимание должно уделяться методам целевых и избирательных воздействий в соответствии с конкретной программой подготовки. В зависимости от целей того или иного этапа тренировочного процесса она должна включать: конкретные (основные и дополнительные) задачи по каждому направлению подготовки (основная и дополнительная программа);

содержание, количество и последовательность упражнений (алгоритм тренировочных средств). При этом требуют конкретизации такие факторы, как объем и интенсивность движений и действий в занятии; время совершенствования действий (начало, конец занятия); чередование передач с другими игровыми действиями и т. д.

В реализации программы основную роль приобретает метод моделирования. В общих чертах он предполагает целостное воспроизведение как соревновательных действий, так и режима соревнований, а также его внешних условий *. Моделирование соревновательных действий должно предполагать превышение достигнутого ранее результата. Имеется в виду количественное и качественное (эффективность) его выражение. Если этого нет, оно оказывает незначительный эффект и может привести к возникновению так называемого барьера дальнейшего роста мастерства связующего.

В осуществлении метода необходимо пользоваться правилом: «лучше меньше, да лучше». «Меньше»—в смысле сокращения объема выполнения действий, требующих большого нервно-мышечного напряжения, «лучше» — в смысле повышения их эффективности. Показательным здесь может служить пример совершенствования взаимодействий связующего с нападающими при некачественном приеме мяча (передача в прыжке игроку

* Л. П. Матвеев. Основы спортивной тренировки М ФиС 1977, с. 253—254.

зоны 3, находящемуся в безопорном положении — на взлете — с подключением игроков зон 4 и 3).

Моделирование соревновательных действий предполагает также учет их последовательности, динамики и особенностей протекания. Стандартов здесь быть не может. Ведь условия соревновательной борьбы обусловлены технико-тактическими особенностями подготовки и ведения игры конкретной команды.

Моделирование режима основных соревнований оказывает весьма положительное влияние на стабильность мастерства связующего. Оно обеспечивается путем воспроизведения его особенностей в структуре тренировочных микроциклов. Правда, не всегда представляется возможным полностью воссоздать режим тренировки по типу соревнований (имеются в виду распределения и чередования нагрузок и отдыха и особенно нервно-эмоционального направления). Степень подобия в принципе может быть тем больше, чем больше соревновательный режим соответствует полноценной подготовке.

Внешние условия соревнования моделируются таким образом: в контрольных или товарищеских (матчевых) играх воссоздаются особенности предстоящей обстановки основного турнира команд, кроме того, подготовка ведется в тех же самых условиях среды или по возможности подобных им. Это бывает достаточно сложно, когда условия соревнований резко отличаются от привычных. В решении этой задачи следует исходить из конкретного соотношения положительных и отрицательных факторов, возникающих в связи с переносом подготовки в необычные условия. Если преобладают факторы, наносящие ущерб подготовке, нет смысла прибегать к длительной адаптации.

Важнейшее значение в совершенствовании технико-тактического мастерства связующего имеет его творческий потенциал. Каким бы квалифицированным ни был тренер и как бы хорошо он ни знал связующего, его возможностей, игрок должен знать себя лучше. Это требует постоянного самоанализа и, конечно, поиска путей и средств развития своих возможностей.

В подтверждение сказанного приведем такой пример. Известно, что удаление связующего от сетки при некачественном приеме мяча на 2—3 м в какой-то степени предопределяет направление передач и служит предварительной информацией блокирующим игрокам соперника, позволяющей предвосхищать возможные действия

диспетчера. Как правило, в такой ситуации возникает сложная проблема—как скрыть истинность своих намерений, обеспечив в то же время высокую надежность передачи? Успешное ее решение безотносительно к характеру действий партнеров сопряжено по меньшей мере с двумя задачами: выбором направления передачи (зоны), которое тесно связано со способностью восприятия угловых отношений (по отношению к сетке), и умением скрывать истинность своих намерений.

О путях решения второй задачи мы уже говорили. Решение первой обусловлено индивидуальными возможностями связующего. Следовательно, можно говорить лишь о предпосылках для ее решения, которые заключены в исходном положении перед передачей. Они предпочтительнее, если связующий будет всегда занимать определенное исходное положение по отношению к одному из нападающих зоны 3, а в последний момент выполнять передачу игрокам зон 4 или 2. В этом случае углы направления передач будут изменяться незначительно, что, естественно, повышает их надежность.

Нельзя не учитывать и других индивидуальных особенностей связующего, которые могут вносить

существенные коррективы в решение данной задачи. Так, хорошая гибкость в лучезапястных суставах предопределяет более успешные действия при передачах за голову или в заднебоковых направлениях. Меткость передач позволяет понизить их траекторию и тем самым обострить развитие наступательных действий и т. д.

Большими возможностями располагает диспетчер, находясь на передней линии. Владение широким арсеналом атакующих действий способствует значительному обострению действий команды. Это одно из важнейших достоинств ведущих диспетчеров волейбола.

Таким образом, выбор действий всецело зависит от индивидуальных особенностей связующего и его творческой инициативы. Важно только, чтобы их технико-тактическое мастерство было доведено до высокого уровня. В противном случае личная инициатива связующего даст малоэффективные результаты, что особенно отрицательно сказывается в напряженные моменты игры.

Уровень технико-тактического мастерства связующего характеризуют количественные (объективные) показатели, получаемые в процессе визуальных наблюдений или видеозаписи во время соревнований (см. стр. 74).

Нужно заметить, что кроме количественных нужны и качественные характеристики, т. е. педагогические, значение которых нельзя умалить. В чем они заключаются? Проследите, например, внимательно за игровыми действиями заслуженного мастера спорта В. Зайцева. Его передачи прежде всего тактически целесообразны и в то же время оптимально остры. Именно оптимально, что не ставит в затруднение нападающих. А как превосходно чувствует диспетчер темп «выхода» партнера! Иногда создается впечатление, что атакующий игрок явно не успевает с прыжком. Но в последний момент, когда блокирующий игрок соперника уже среагировал, нападающий получает передачу, выверенную, что называется, до сантиметра. И тогда следует удар с опережением противодействия блокирующих. Следует отметить и технику передачи В. Зайцева. Она в высшей степени рациональна: высокое положение рук (вверху над лицом) и кистей на мяче, никакой суеты в действиях, мягкость передачи и отсутствие технических ошибок.

Это и есть высокий уровень мастерства диспетчера. Он достигается не только систематическим кропотливым трудом, но и прежде всего вдумчивым отношением к подготовке. Ведь диспетчер—это созидатель. И это не просто слова. Без постоянного творчества в тренировке невозможны успехи в игре.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОНТРОЛЬ

Под педагогическим контролем понимают определенную систему получения информации о состоянии спортсмена. Основным средством получения информации являются контроль и учет. Они охватывают все разделы подготовки связующего.

Основными методами получения информации о состоянии подготовленности связующего являются педагогическое наблюдение и метод объективной оценки. Первый используется тренером в процессе тренировочных занятий и соревнований и охватывает практически все стороны жизни и деятельности спортсмена. Второй используется для объективной оценки качественных сдвигов в подготовленности игрока. Он основан на применении различной регистрирующей аппаратуры, кино- и видеозаписи, системы контрольных испытаний по основным видам подготовки. Дополнительными источниками

информации служат данные врачебного контроля и самоконтроля игрока.

По отношению к связующим игрокам педагогический контроль приобретает особо важное значение. Ведь от его состояния зачастую зависит успех игры всей команды. Однако главная задача контроля заключается не столько в том, чтобы знать фактическое состояние игрока, сколько в необходимости научно обоснованного управления процессом его подготовки.

Педагогический контроль осуществляется в процессе тренировочных занятий и соревнований. Рассмотрим те его разделы, которые требуют учета специфических особенностей функции связующего*:

а) контроль за тренировочными нагрузками;

б) оценка эффективности применяемых средств.

Контроль за тренировочными нагрузками ведется по трем основным параметрам: объему, интенсивности и переносимости. Остановимся на первых двух.

Объем нагрузки включает продолжительность каждого занятия и время, выделяемое на выполнение отдельных упражнений по основным направлениям подготовки. Основанием для планирования нагрузки служит ее соревновательный объем. Выполняемая работа регистрируется тренером и сверяется (сравнивается) с соревновательной нагрузкой и плановым заданием.

Чтобы проверить интенсивность нагрузки, нужно знать интенсивность основных упражнений, а также план занятий в целом. Принято условное деление интенсивности на максимальную, большую, среднюю и

малую. Критерием оценки служит отношение упражнений определенной интенсивности к общему их числу и соответствие плановым нормам. Следует заметить, что игровая нагрузка связующего обусловлена в основном продолжительностью игры, квалификацией команды и принципом ее комплектования (табл.7). Так, если в команде два связующих (принцип 4+2), то нагрузка может распределяться равномерно (равнозначно). Если же один из связующих является основным, а другой вспомогательным, то доля первого составляет две трети нагрузки. При комплектовании команды по принципу 5+1 объем игровых действий (преимущественно передач мяча) приходится на одного связующего.

* О других разделах педагогического контроля см. в книге Волейбол. Под ред. А. Г. Айриянца. М., ФиС, 1976, с. 194.

Таблица 7 Объем игровой нагрузки связующего (средние данные за партию)

Принцип комплектования команды	Ранг соревнований	Квалификация	Продолжительность игры, мин	Количество основных игровых приемов							Всего приемов
				Передача мяча	атакующий удар	блокирование	подача	прием подачи	прием атакующего удара	падение	
5+1	Чемпионат СССР (высшая лига)	змс	130	83	7	26	13	—	7	8	144
4+2	Чемпионат СССР (высшая лига)	мс	105	34	12	20	9	8	12	10	105
5+1	Спартакиада вузов	Iр	95	64	4	16	7	—	5	4	100
4+2	Чемпионат города	IIр	85	27	8	13	6	6	8	6	74

В этой связи весьма важно, чтобы в тренировочном процессе нашли свое отражение не только объем выполняемой работы, но и соответствие его характеру соревнований. Это связано с необходимостью обеспечения высокой надежности действий в напряженные моменты игры, и особенно в конце партий. Поэтому и объем и интенсивность тренировочной нагрузки, моделирующей эти моменты игры, должны быть значительно больше соревновательных.

Контроль за эффективностью применяемых средств осуществляется по следующим направлениям подготовки: физической, технической, тактической, теоретической.

Физическая подготовленность контролируется с помощью контрольных упражнений или тестов и систематических визуальных наблюдений (качество движений). Критерием оценки служит соответствие достигнутых результатов запланированным.

Для получения необходимой информации о состоянии специальной физической подготовленности связующего применяют в основном те же средства, что и для оценки других игроков. Исключение составляет необходимость оценки прыгучести с одного шага-разбега (модельные условия) и динамической силы сгибателей верхних конечностей. Обращают внимание и на результаты

передвижения на короткие отрезки: «елочка»—первые три мяча или челночный бег—5х6 м. Здесь показатели у связующих должны быть выше, чем у нападающих игроков.

Прыгучесть с одного шага-разбега проверяют следующим образом. У связующего измеряют рост с поднятой вверх рукой. На баскетбольном щите снизу откладывают деления от «О» до 50 см через каждый сантиметр. Связующий располагается в 2 м от щита, правым боком к нему. По сигналу тренера он поворачивается лицом к щиту и выполняет прыжок с одного шага-разбега, стараясь достать максимально высокую отметку ведущей рукой. Зная расстояние до щита (его следует предварительно проверить) и высоту касания на щите, легко определить высоту прыжка. Она равна разности высоты доставания и роста с поднятой рукой.

Динамическую силу рук проверяют при выполнении толчка вперед-вверх набивного мяча весом 2 кг с места, исходное положение—набивной мяч вверху над лицом (как при передаче).

В технической подготовке оценивают технику владения мячом (по показателям меткости) при передачах сверху двумя руками в модельных условиях. Применяют три упражнения. В первом оценивается меткость передач стоя лицом и спиной к мишени (см. рис. 11, в) на стене. В исходном положении лицом к мишени (расстояние 2,5 м) связующий выполняет 20 передач в следующей последовательности: передача над собой

(высота 1 м) — передача в мишень—передача над собой—поворот на 180°—передача спиной вперед—поворот лицом—передача над собой и т. д. Учитывают суммарное количество очков после передач, выполненных в мишень лицом и спиной. При остановке из-за потери мяча упражнение продолжается, а количество остановок учитывается дополнительно.

Во втором упражнении связующий располагается на расстоянии 3 м от мишени в кругу диаметром 3 м. Слева от него, на расстоянии 4 м, располагается помощник (тренер) с мячом. Задача связующего—выполнить передачу точно в мишень в безопорном положении (в прыжке) после первой передачи партнера. Попытка не должна засчитываться в двух случаях:

1) если связующий вынужден выйти из круга из-за некачественной первой передачи;

2) если первая передача послана по низкой траектории,

из-за чего прыжок невозможен. Учитывается меткость 10 передач.

Третье упражнение предполагает оценку меткости при передаче в мишень в опорном положении на расстояние 6 м. Условия те же, что и во втором упражнении.

Во всех случаях результаты испытаний должны ранжироваться для каждого связующего. Общая оценка (сумма рангов) будет иметь сравнительный характер как по отношению друг к другу, так и к плановым заданиям тренера.

Представляет интерес оценка меткости передач под воздействием различных сбивающих факторов, и особенно утомления, предложенная А. В. Ивойловым (1981). Расчеты целевой точности в этом случае производят по формуле:

$$T = \frac{\Sigma P_n \cdot m}{n},$$

где T — целевая точность;
P_n — вероятность попадания в переднюю часть мишени в процентах;
m — количество попаданий в мишень.

Общее число передач должно быть не менее 30. Автор полагает, что кучность попаданий характеризует высокий уровень спортивного мастерства связующих, а устойчивость—надежность техники владения мячом*.

Педагогический контроль тактической подготовленности связующего имеет важнейшее значение. Однако его объективная оценка весьма сложна. Трудность ее объясняется тем, что действия диспетчера являются связующим звеном между действиями защиты (прием мяча) и атаки (завершение взаимодействий). Поэтому выделить из большого числа переменных один показатель, который бы надежно характеризовал тактическое мастерство диспетчера,—сложная задача.

В зависимости от принципа комплектования команды (5+1, 4+2) и задач тренера можно выделить два методических подхода к решению задачи. Первый предполагает главным образом оценку тактического мастерства при вторых передачах мяча, второй—комплексную оценку (интегральный показатель) всех игровых действий

* А. В. Ивойлов. Волейбол: очерки по биомеханике и методике тренировки. М., ФиС, 1981, с. 149.

связующего. В первом случае определяют три показателя (или один из них по усмотрению тренера), всесторонне характеризующие не только тактическое мастерство связующего, но и закономерности его проявления в плане развития атакующих действий:

1. Удельный вес эффективных передач. Это показатель отношения числа передач без блока и против одного блока к общему их числу в площади атаки. Долгое время он служил надежным критерием оценки тактического мастерства диспетчера при игре команды по принципу 5+1. Однако с активным развитием острокомбинационного построения атакующих действий выяснилось, что не всегда высокий удельный вес эффективных передач приводит к высокой их результативности. Дело в том, что они не всегда оказываются адекватными возможностям нападающих, к тому же зачастую грешат существенными качественными недостатками. Стало ясно, что нужен соответствующий оптимум тактики передач и, естественно, показатель, который бы его учитывал.

2. Эффективность передач мяча определяется по данным эффективности нападающих ударов (отношение выигрышных действий, за вычетом проигрышных, к общему их числу). На первый взгляд может показаться, что этот показатель может служить надежным критерием оценки тактических действий связующего. В самом деле, учитывая тесную взаимосвязь атакующего удара с передачей и зная его эффективность, можно уверенно судить об эффективности действий связующего.

Однако возникает вопрос: что и в какой степени обеспечивает в этом случае достижение результата—мастерство передач или мастерство действий нападающих игроков? Данная информация крайне необходима для эффективного управления тренировочным процессом. Следовательно, нужны дополнительные сведения, характеризующие, с одной стороны, эффективность атаки с эффективных передач связующего, а с другой — атаки с неэффективных передач (против группового блока). Очевидно, оценка разности (или отношения) этих показателей с позиций ее соответствия аналогичным показателям ведущих команд (или совокупным данным команд того же ранга) позволит более надежно сделать соответствующий вывод.

3. Ценностная стоимость передач. В практике волейбола весьма удобной является общепринятая балльная

оценка. Ее можно использовать и для оценки соревновательных действий связующего. Для этого необходимо выявить эффективность атакующих действий с различных передач (критерий оценки) и установить соответствующие коэффициенты. Так, по данным совокупной эффективности атакующих действий 30 игр чемпионата СССР были определены следующие коэффициенты эффективности (округленно):

атака без блока—1 балл (86%);

против одного блока—0,5 балла (46%);

против группового блока—0,2 балла (18%). Если принять за 0 явно некачественную передачу, а ошибочную за—1, то расчет показателя ценностной стоимости передач можно производить по следующей формуле:

$$Э_ц = \frac{N}{n_1 \cdot 1 + n_2 \cdot 0,5 + n_3 \cdot 0,2 + 0 + n_5(-1)},$$

где $Э_ц$ — ценностная эффективность;
N — общее число всех передач, выполненных в площади атаки;
n_1 — передачи без блока;
n_2 — передачи против одного блока;
n_3 — передачи против группового блока;
n_4 — явно некачественные передачи;
n_5 — передачи, выполненные с ошибкой.

Для преобразования полученного таким образом показателя в балльную оценку его необходимо умножить на 2 (1 балл = 0,2).

Для сравнения полученных результатов по отмеченным параметрам приводим таблицу оценки эффективности технико-тактического мастерства связующих (табл.8). Контрольные нормативы выведены по данным совокупной эффективности отмеченных выше соревнований применительно к основной атаке (после приема подачи). При сравнении показателей следует учитывать такой важный принцип: превышение эффективности атакующих действий с эффективных передач над эффективностью действий с неэффективных должно быть примерно в 2,5 раза (соотношение числа блоков в разных условиях атакующих действий). Большие колебания в стороны от этого показателя будут свидетельствовать о нарушении принципа равенства тактического мастерства связующих или нападающих игроков.

Отмеченное может проявиться особенно в первое время

Таблица 8

Контрольные нормативы оценки тактического мастерства связующего при передаче мяча

Показатели	Оценка			
	«5»	«4»	«3»	«2»
Удельный вес эффективных передач, %	70	65	60	55
Эффективность атакующих действий с эффективных передач, %	60	55	50	45
Эффективность атакующих действий с неэффективных передач, %	24	22	20	18
Ценностная стоимость передач, баллы . .	2,0	1,75	1,5	1,25

при наличии существенных различий в классе игры связующих и нападающих игроков или явного несоответствия избранной тактики передач техническим возможностям нападающих. В любом случае данный показатель указывает на важные методические направления в работе. Следует заметить, что он имеет еще одно ценное значение: его динамика помогает изучать основные тенденции данного аспекта игры.

Второй метод оценки применяют при игре команды с двумя связующими. Он представляет собой интегральный показатель, включающий разность эффективности действий с эффективных и неэффективных передач (вклад связующего) и среднее арифметическое эффективности других игровых действий. Для оценки достигнутого связующим результата необходимо его сравнение с аналогичными показателями ведущих игроков.

Любой из рассмотренных методов оценки или их вариантов может использоваться как в тренировочном процессе, так и в соревнованиях.

Теоретическая подготовленность имеет важное значение для совершенствования тактического мастерства. Являясь творческим проводником в жизнь основных концепций тренера и тактических планов команды, связующий обязан знать все тонкости построения и реализации игровых действий, мгновенно ориентироваться в сложных игровых ситуациях, знать стратегический и тактический план игры с конкретным противником.

Контроль за теоретической подготовленностью ведется в процессе бесед и зачетов по соответствующим разделам. Критерием оценки служит степень знаний связующего.

78

СПЕЦИАЛЬНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ И ИНВЕНТАРЬ

Важным условием повышения качества учебно-тренировочной работы по подготовке связующего игрока является применение специального оборудования. На начальном этапе обучения специальное оборудование и инвентарь применяют для воспитания специальных физических качеств и способностей, специфических для игровой функции связующего, а также для ускоренного освоения рациональной техники основного приема игры связующего—передачи мяча. На последующих этапах создаются условия, в которых достигается повышение технической подготовленности (техники владения мячом) в сочетании с формированием тактических умений и навыков. Главными здесь являются технические средства, усиливающие процесс воспитания как специальных качеств и способностей, так и психофизиологических процессов и функций, важных для связующего.

Для более целенаправленного использования специального оборудования его можно разделить на три группы: для развития физических качеств, обучения и совершенствования техники передач мяча и для тактической подготовки.

Для физической подготовки

Оптимальный уровень развития специальных физических качеств позволяет овладеть рациональной техникой передачи мяча как главного технического приема игры связующего. Конечно, определить оптимальность развития физических качеств (в частности, силы и быстроты) нелегко, тем более что они находятся в сложных сочетаниях. Однако о степени готовности двигательного аппарата верхних конечностей можно судить по показателям силы и быстроты сгибателей кистей рук. Если связующий игрок способен выполнить передачу мяча с места на расстояние 8—9 м в основном за счет разгибания рук в лучезапястных суставах, можно считать, что он обладает достаточным уровнем специальной физической подготовленности. Следует при этом учитывать индивидуальные психофизиологические особенности, обусловливающие так называемые «мягкую» или «жесткую» передачи. Установлено (А. М. Мехреньгин, 1974), что игроки, обладающие «мягкой» передачей, в большей степени обладают и способностью к дифференцированию и

79

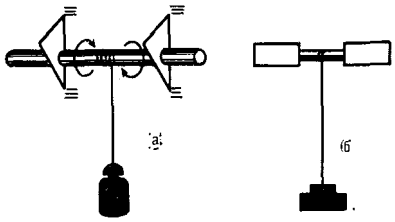
регулированию мышечных усилий и амплитуд движений.

Набивные мячи. Большую роль в развитии специальных физических качеств играет применение набивных мячей весом 1—2 кг. Толчки мяча из исходного положения вверху над лицом в разных направлениях составляют основу специальной физической подготовки связующего. Постепенное увеличение расстояния до стены (партнера) и овладение передачей набивного мяча вместо толчка должно постоянно сочетаться с передачами волейбольного мяча. Последующее усложнение условий (толчки в цифровую мишень, в ответ на действие партнера) создает предпосылки для развития тактических способностей.

Рис. 10

Футбольные, баскетбольные и облегченные

мячи. Чередование передач мячей различных по весу играет особую роль. Во-первых, это создает благоприятные предпосылки для формирования физических качеств—силы и быстроты, а во-вторых—способствует развитию специального мышечного чувства—чувства мяча, что имеет исключительное значение для связующего.



Кистевые тренажеры. С помощью кронштейна на стене горизонтально крепится деревянная рейка или металлическая труба диаметром 3—4 см, к которой подвешен трос с грузом на другом конце (рис. 10, а). Груз поднимают вверх, вращая рейку кистями, затем медленно опускают на пол или специальную мягкую подставку. Другой тренажер (рис. 10,6) удерживают в руках на весу. Вес груза меняется. Тренажеры предназначены для развития силы кистей рук.

Для обучения и совершенствования техники передач мяча

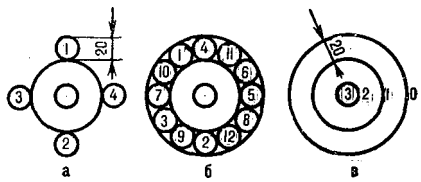
Подвесные мячи. Определение точки соприкосновения рук с мячом при передаче сверху является самым трудным и, пожалуй, главным при обучении начинающих. Поэтому не следует пренебрегать упражнениями с подвесными мячами.

К мячу крепят кожаную петлю, к петле шнур. С помощью блока или крюка мяч подвешивают на нужную высоту.

Мишени на стене. Используют несколько разновидностей мишеней: обычные, в виде концентрических окружностей (рис. 11,в) и цифровые (рис. 11, *а, б).* Расстояние между кругами 20 см (диаметр мяча), ширина линии—1 см. Цифры от 1 до 10 могут бьпь расположены хаотично или в определенном порядке. Для воспитания периферического зрения игрок может сам задавать

себе определенную программу действий при передачах или с помощью партнера.

Мишени можно располагать в углу зала. В этом случае передачи будут выполнять в мишень после поворота налево (направо) на 90°. Расстояние от центра мишеней до пола 3—5 м.



Переносные и подвесные кольца. Применяют две разновидности колец: переносные—для совершенствования меткости скоростных передач (рис. 12) и подвесные— для совершенствования меткости навесных передач

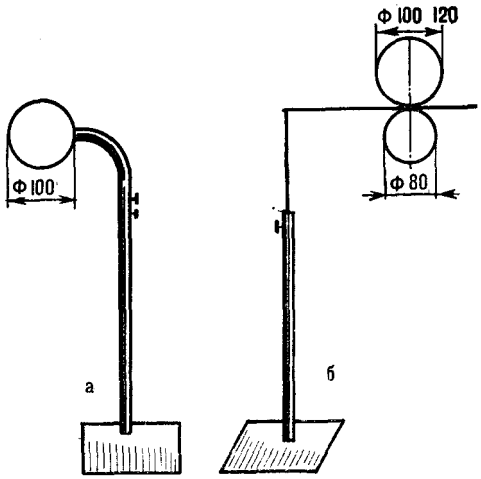


Рис. 12

(рис. 13). Переносные кольца (диаметр 80—100 см) располагают вертикально на расстоянии 2,5—3 м от пола. Подвесные кольца (диаметр 50—80 см) устанавливают горизонтально в непосредственной близости от сетки (в зонах 4, 2) или непосредственно на сетке (на тросе).

Конструкция колец весьма проста, что позволяет изготовить их в простейшей мастерской. Так, для переносных

Ф50-80

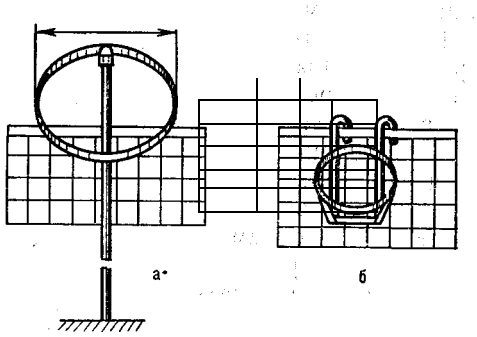


Рис. 13

колец используют станину от гимнастических брусьев. На станине вертикально крепят трубы. В трубу вставляют другую трубу меньшего диаметра, изогнутую сверху. Она будет подвижной, что позволяет закреплять ее на нужной высоте зажимом. На верхнем конце изогнутой трубы (или сверху и снизу) закрепляют металлическое кольцо (кольца). С помощью зажима кольцо может быть установлено в вертикальной плоскости.

Для тактической подготовки

Как мы уже говорили, при выполнении передачи связующему приходится контролировать несколько объектов, управляя при этом мячом, и принимать мгновенные решения. Для создания связующему модельных условий в тренировочном процессе применяют несложные электротренажерные устройства.

Одно из них (рис. 14) состоит из светового табло и пульта управления. Световое табло в виде коробки 200 на 400 мм состоит из 10 электроламп, расположенных в гнездах и защищенных органическим (матовым) стеклом (передняя панель табло). Под стекло помещается

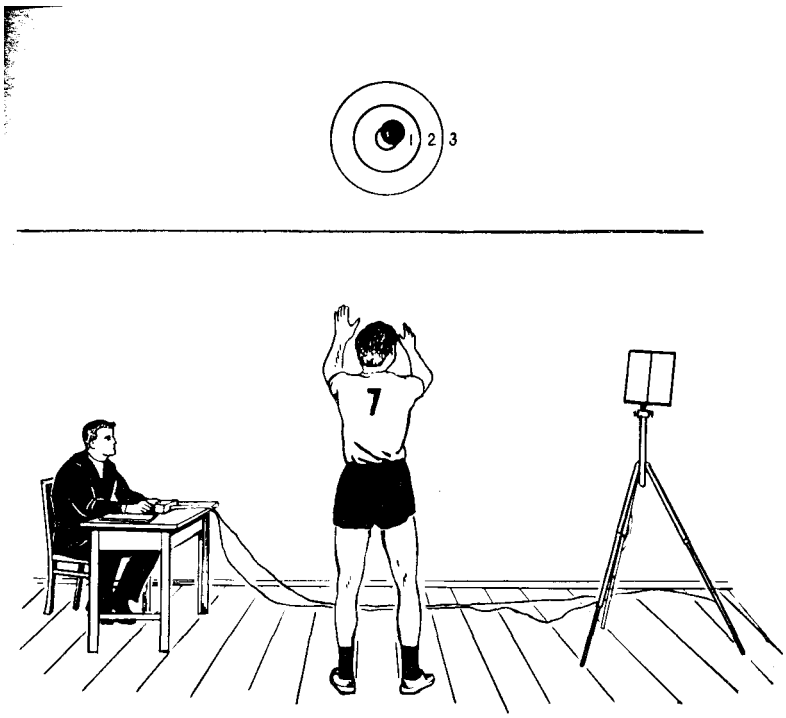


Рис. 14

лист бумаги с двумя рядами цифр от 1 до 10 или названия передач (низкая, средняя, высокая и т. д.).

Табло устанавливают на подставке от кинокамеры на высоте 170—190 см слева или справа от связующего, под углом 75—80°. Передачи выполняют в мишень. Параметры включения табло зависят от уровня техники владения мячом и тактической подготовленности связующего.

Весьма эффективную помощь оказывает применение электротренажера «Блуждающий блок». Он представляет собой электропровод (система проводов, собранных в жгут) с вмонтированными тремя электролампами и пультом управления. Электролампы расположены на расстоянии 3,5 м от средней.

Электропровод закреплен вдоль верхнего края сетки таким образом, чтобы электролампы находились в зонах 4, 3, 2. Связующий располагается между зонами 2—3, а его партнер—в зоне 6. После первой передачи партнера связующий выполняет вторые передачи в ответ на сигналы или их отсутствие. Наличие переносных или подвесных колец в зонах передач

в значительной мере усиливает эффект тренировки.

Подача сигналов на первом этапе тренировки осуществляется одновременно с первой передачей, в последующем—по мере овладения умением вести наблюдения. Расположение игроков в зонах 2, 3, 4 позоляет выполнять упражнение поточно.

Для развития оперативного тактического мышления используется ряд специальных тренажеров

Один из них состоит из тахистоскопа, программного хронорефлексометра и электросекундомера. В соответствии с программой связующему ставят различные игровые задачи (ситуации), требующие наиболее целесообразного решения. Связующий реагирует на поступающие сигналы с помощью кнопок микропереключателей. Правильное решение задач автоматически ведет к смене ситуаций и регистрации времени. Учитывается суммарное время, затраченное на выполнение всей программы. Число программ может быть различным.

Прототипом данного тренажера может служить простое лентопротяжное устройство. На ленте бумаги шириной до 10 см схематически изображаются различные варианты игровых ситуаций, типичных для действий связующего. Лента протягивается через вырез квадратного куска картона большего размера. Время экспозиции схем не ограничивается и зависит от оперативности их решения. Учитывается суммарное время выполнения задания.

Систематическая тренировка в быстроте решения тактических задач создает предпосылки для более успешной их реализации в практике, а также способствует развитию специфического оперативного тактического мышления связующего.

Рост спортивного мастерства волейболистов зависит от интенсификации тренировочного процесса. Это объясняется тем, что дальнейшее увеличение количества тренировочных занятий и их продолжительности в современных условиях уже теряет свое значение. В таких условиях особое значение приобретает применение тренажерных устройств, оборудованых срочной информацией (обратная связь). Они способствуют значительной интенсификации процесса формирования специальных навыков. В подготовке связующего игрока в соответствии

с решаемыми задачами должны найти применение, на наш взгляд, в основном три вида тренажерных устройств:

1) для совершенствования меткости передач в сочетании с умением вести наблюдения;

2) для совершенствования пространственно-временных отношений (чувство темпа действий своих партнеров и противника);

3) для совершенствования способности оперативного решения специфических тактических задач.

Рекомендуемые устройства, о которых мы говорили ранее, в определенной мере способствуют развитию и совершенствованию отмеченных качеств и способностей, однако на невысоком техническом уровне.

На наш взгляд, в числе тренажеров первого вида должна найти применение контактная мишень с вычислительным устройством. Здесь важна не только меткость передач мяча, но и скорость его полета. Срочная информация по данным параметрам будет иметь важное назначение.

Специалисты и тренеры давно задаются вопросом:

какие способности связующего лежат в основе «видения» слабо защищенных участков сетки? Решить эту сложную задачу помогают сами связующие. Они утверждают, что видение это достигается благодаря особому чувству темпа движений и действий своих игроков и игроков команды-соперника. Ясно, что этому предшествует мгновенный анализ сложившейся ситуации, важно и здесь знание общих закономерностей построения взаимодействий, и периферическое зрение. Однако создание установки, информирующей связующего о рассогласованиях в принятом решении по временному параметру, в значительной степени ускорило бы процесс формирования тактических способностей. Ведь в обычных условиях на восстановление этой способности уходит около 10 лет.

Оперативному мышлению диспетчера придается особое значение. Очевидно его роль возрастет и в будущем. Удовлетворять возросшим требованиям могут уже сегодняшние средства. Имеется в виду использование специальной игровой телевизионной приставки. Запись на видеопленку различных модельных ситуаций и их «проигрывание» с регистрацией времени и правильности решения—реальная возможность сегодняшнего дня.

Отмеченные и другие тренажерные устройства будущего

85

позволят объективно оценивать уровень технико-тактической подготовленности связующего. Значение этого фактора трудно переоценить.

ДИСПЕТЧЕР СЕГОДНЯ

Известно, что с момента решения определенной проблемы до реализации ее в практике иногда проходит немалый срок. Учитывая, что в основу данной книги взяты результаты специального научного исследования, она не стала в этом смысле исключением. Это не значит, конечно, что предлагаемые в ней рекомендации и, тем более сама проблема связующего, безнадежно устарели. Напротив, интерес к проблеме по-прежнему настолько живой, что приходится только удивляться. В то же время реализация некоторых разработок, давно освещенных в печати, остается весьма инертной, что отрицательно сказывается на практике и нередко порождает стереотипное эхо типа: «Алло, мы ищем диспетчера!»

В этой связи будет уместным хотя бы частично внести некоторую ясность по наиболее важным аспектам проблемы, и тем самым, способствовать более эффективному ее проведению в жизнь.

Как выглядит проблема связующего сегодня? Каковы видимые перспективы дальнейшей ее разработки? И, наконец, как практически ускорить подбор и подготовку диспетчера?

У каждой спортивной команды—свои проблемы. Они разные, что вполне естественно. Но есть проблемы, в равной степени волнующие тренеров. Такой является проблема диспетчера команды. И что интересно: не падает, например, внимание к вратарям (хоккей, футбол, гандбол), волнуют центровые, повеяло беспокойством о нехватке лидеров атаки... Как волны проблемы то набегают, то затихают в безмерном океане спортивных страстей. А проблема диспетчера всегда остра, актуальна.

Около двадцати лет не сходят со страниц периодической печати разговоры о дефиците связующих игроков. Развитие волейбола, как и любой другой спортивной игры, с каждым днем повышает требования к диспетчеру. Когда же здесь стареть проблеме? И все же, как она решается?

Наши волейболисты вернули себе титул олимпийских

86

чемпионов. Не будь у нас диспетчеров высокого класса, мы не могли бы добиться таких результатов. Обратимся к цифрам, которые конкретно характеризуют высокие качества игры связующих.

На турнире V Спартакиады народов СССР наши лучшие мастера второй передачи продемонстрировали тактические действия, эффективность которых в относительных величинах равняется в среднем 33% (удельный вес эффективных передач). В 1981 г. по итогам, например, четвертого тура чемпионата СССР данный показатель для 18 связующих равнялся 41%. Заметим, что цифра имеет отношение ко всем связующим команд высшей лиги. Если же учитывать только сильнейших игроков, т. е. вероятных кандидатов в сборные команды республик, то этот показатель повысится еще на 4—5%.

Средний же показатель трех лучших диспетчеров составляет 49% (в 1971 г.—44%). Увеличились и ростовые данные наших связующих. Сегодня средний рост диспетчера — 188 см (в 1971 г. — 184 см).

Как видим, по наиболее важным показателям диспетчер 1981 г. качественно отличается от диспетчеров 1971-го.

Правда, объективности ради следует отметить, что сегодня уровень технико-тактического мастерства ведущих связующих наших женских команд уступает некоторым зарубежным мастерам. Однако нет никаких объективных причин считать, что это не временное явление, типичное для нового поколения способной молодежи.

Значительно больший интерес представляет, на наш взгляд, другая сторона этого вопроса: при каких условиях действия связующего в наибольшей мере могут быть полезными для оптимизации возможностей команды? Дело в том, что для некоторых специалистов и тренеров связующий игрок — это основа всех достижений команды. Думается, что здесь допускается гиперболизация, не согласующаяся с требованиями научно-методической обоснованности. Однако время убеждает, что проблема связующего может быть плодотворно решена отнюдь не путем беспредельного повышения его роли, а лишь на основе четкого определения его специфической функции и соотношения с другими игровыми функциями команды в общей структуре ее деятельности. Другими словами, необходимо строго очертить рамки проблемы — определить соотношение вклада связующих и нападающих в успех завершающих действий команды

87

как обоснованно рационального построения игровых действий.

С этих позиций давайте посмотрим, насколько удается некоторым ведущим диспетчерам нашего волейбола оптимизировать свои тактические действия в сравнении, скажем, с диспетчером № 1 В. Зайцевым. Используем три основных показателя оценки: удельный вес эффективных передач, разность результативности атакующих действий с эффективных и неэффективных передач (против группового блока), среднеарифметическое эффективности всех других игровых действий связующего (отношение достигнутого результата к числу всех действий).

Таблица 9

Комплексная оценка эффективности соревновательных действий диспетчера (в процентах)

Связующий	Команда	Удельный вес эффективных передач	Разность эффективности атакующих действий	Эффективность других действий	Эффективность в целом
Зайцев В.	«Автомобилист» (Ленинград)	70,7	40,7	28	68,7
Кривов В.	«Звезда» (Ворошиловград)	66,2	25,2	22	47,2
Недобега К.	«	61,5	36,6	18	56,6
Павлюк О.	«Политехник» (Одесса)	52,4	4,4	19	23,4
Филиштинский И.	»	61,3	3,1	12	15,1
Гутор А.	«Локомотив» (Киев)	55,7	45,6	7	52,6
Иваненко Г.	«Локомотив» (Харьков)	56,3	10,3	23	33,3

Как видим, хороших результатов в целом достигли связующие К. Недобега, А. Гутор и В. Кривов. Особого внимания заслуживают показатели разности эффективности атакующих действий. Низкие результаты других связующих свидетельствуют прежде всего о том, что тактика передач здесь явно не соответствует техническим возможностям нападающих. Мы приводим данные 43-го чемпионата СССР (по двум играм разной напряженности).

В настоящее время указанные в примере связующие значительно повысили свое мастерство.

Однако напрашивается логичный вопрос: почему при наличии хороших связующих команды «Звезда» и «Локомотив» так слабо выступили в 43-м чемпионате СССР? Думается, что помимо других причин это убедительное подтверждение того, что связующий, играя решающую роль в организации атакующих действий, не играет таковой в их результативности. Мастерство атаки—вот главная движущая сила команды. Другими словами, хорошая передача — это только предпосылки для успешного завершения атаки. Об этом забывать нельзя. Не исключено при этом, что значение вклада нападающих окажется не менее важным в конечном исходе игры, чем роль узкоспециализированной функции (особенно при комплектовании команды по принципу 5+1).

Когда же речь заходит о путях оптимизации игровых действий команды, важно знать не только их видимые максимумы, надо — и это главное! — выявить результативность действий диспетчера в различных состояниях и моментах игры и ее структуре в целом, что будет показано ниже. При таком подходе знания о функции и роли связующего явятся строго определенным разделом (аспектом) общих знаний о игре команды. Не исключено в этой связи, что правомерность одностороннего преувеличения функции связующего, а точнее роли, будет исключена, как того требует системный принцип.

Странное дело, но до настоящего времени игрок, о котором идет речь, так и не имеет своего постоянного «имени». Разыгрывающий, пасующий, разводящий, передающий, связующий, диспетчер и т. д. В чем дело? Что это: синонимы одного и того же понятия или дань моде? А может, термины вызваны обоснованными убеждениями тренеров и специалистов?

Чтобы правильно определить сущность того или иного понятия, необходимо, как известно, характеризовать его прежде всего с общих позиций. В данном случае с позиций терминологии, принятой в командных видах спортивных игр и с учетом специфики конкретной игры. Следуя этому правилу легко понять, что это функция разыгрывающего игрока. Она имеет место во всех, без исключения, командных спортивных играх. Недостаток этого термина в том, что он некраткий.

Стремясь подчеркнуть важность сочетания в действиях

разыгрывающего определенных операторских качеств, связанных с анализом быстроменяющихся игровых ситуаций и принятием оптимальных решений, мы нередко прибегаем к понятию «диспетчер», что имеет место в инженерной психологии. Это — наиболее емкое понятие, но, к сожалению, односторонне характеризует роль. К тому же без связи с педагогической сутью деятельности повсеместно применяться не может.

Специфика игры в волейбол обусловливает необходимость обеспечения весьма четкой и стабильной связи между защитными и завершающими действиями. Отсюда — связующие игроки, выполняющие диспетчерские функции. Термин же «разводящий» привнесен в практику волейбола спортсменами послевоенного периода, считавших, что данная игровая функция моделирует роль разводящего в карауле. На самом же деле специфика игровой роли исключает это понятие. Необоснованная же терминология, как известно, отрицательно характеризует технический уровень достигнутого. Но дело здесь не только в формально-логических некорректностях. Мы не всегда отчетливо представляем себе функцию связующего и его роль в достижениях команды. Он, прежде всего, играет важнейшую роль в максимальном выявлении, проявлении и развитии возможностей других игроков и команды в целом. Именно поэтому неверно утверждать, что передающий игрок моделирует какую-либо деятельность. Рассматриваемая роль заключается вовсе не в том, чтобы моделировать (воспроизводить) какую-либо деятельность, а в том, чтобы на примере некоторых наиболее подходящих для этого видов деятельности (в нашем примере диспетчера) раскрывать, выявлять и развивать возможности других игроков команды в целом. Не трудно убедиться, что функции связующего игрока внутренне присущ творчески поисковый, эвристический характер. В этом смысле путь к формированию данных способностей связующего есть вечный поиск: те, кто претендует на них, должны находить все новые и новые методы и средства. Надо понимать, что в данном смысле и проблема связующего будет вечной.

Таким образом, как видно, термин «связующий» в наибольшей мере отвечает сущности игровой функции. В то же время найти термин, адекватно отражающий содержание сложной игровой деятельности этого волейболиста, пока не удалось. Очевидно, перспективы развития

игры и функции связующего подскажут нам более успешное решение и этой задачи.

Соревновательные действия волейболистов (как и любой другой команды) прошли долгий путь эволюции — от стихийно складывавшихся взаимодействий до рационально организованных и все более эффективных форм и методов их построения.

Достижения и опыт ведущих команд мира сегодня являются достоянием всех, что способствует быстрому росту спортивного мастерства в широком масштабе. Вместе с тем это обстоятельство, а также острая конкуренция ведущих команд предполагают чрезвычайно трудоемкий процесс подготовки команды.

Ход развития этого процесса давно уже выдвигает на повестку дня проблему его ускорения на основе применения современных научно-технических достижений. Речь идет о необходимости научного управления соревновательной деятельностью.

Поскольку игровые действия спортивной команды представляют собой не что иное, как целостный объект (или системный комплекс, что не изменяет их сути)*, изучение его может быть значительно продуктивнее, если вместо традиционного аналитического подхода использовать более прогрессивный системный метод. Он, как известно, предполагает рассмотрение изучаемого объекта как целостного образования, характеризующегося наличием определенной внутренней структуры его составляющих, находящихся во взаимосвязи и взаимообусловленности**.

Не вдаваясь детально в технологию применения системного метода, заметим, однако, что он предполагает изучение объекта на различных уровнях (с учетом его специфики и задач исследователя), выделяя при этом главные: компонентно-целевой, функциональный и динамический (поведенческий). Поскольку соревновательные действия — объект в достаточной мере нам известный (их взаимосвязь и взаимообусловленность), решающее значение приобретает его изучение на динамическом уровне.

Дело в том, что современный уровень технических достижений не позволяет применять средства объективной

* Ю. Д. Железняк. К мастерству в волейболе. М., ФиС, 1978. ** И. В. Блауберг, Э. Г. Юдин. Становление и сущность системного подхода. М., Мысль, 1983.

оценки эффективности соревновательных действий. Следовательно, изучить уровень организации игровых действий в динамике, т. е. условия их выполнения (а они, как известно, оказывают решающее влияние на результат),—значит, сделать серьезный шаг на пути объективизации оценки игровой деятельности и тем самым содействовать значительному прогрессу в совершенствовании системы управления подготовкой команды

и отдельных спортсменов.

Возникает вопрос: можно ли учесть все многообразие ситуаций, возникающих в соревновательной деятельности? Оказывается, можно. Дело в том, что игровые ситуации только на первый взгляд кажутся бесчисленными. На самом деле они поддаются учету и формализации по наиболее объективным признакам*.

Проиллюстрируем сказанное на примере игровых действий связующего при выполнении им передач для завершающих ударов. Его действия осуществляются в условиях, которые могут быть формализованы по трем основным признакам:

1. Передачи мяча при хорошем его приеме в площадь атаки (с учетом расположения связующего у сетки).

2. Передачи при легком затруднении действий из-за неточного приема мяча в площадь атаки (передвижение связующего в площади атаки более двух шагов).

3. Передачи при сильном затруднении действий (прием мяча в площадь защиты).

Случаи, когда мяч принимается на сторону соперника или прием исключает выполнение передач, не могут влиять на оценку действий связующего и поэтому не учитываются.

Специальные наблюдения соревновательных действий позволили выявить следующее. При основной атаке (после приема подачи) 1—53,6%, 2—37,5%, 3—6,2%; при доигровке (после приема нападающего удара) соответственно 21,2%; 37,8 %; 33,7 %.

Прежде чем дать оценку данным условиям, необходимо убедиться, что признаки, по которым они определяются, установлены не случайно, т. е. надежно. Это достигается статистическим анализом относительных величин, характеризующих эффективность атакующих действий из передач в данных условиях (табл. 10).

* Л. Н. Слупский. Пятерка за очко. «Спортивные игры», 1979,

№ 8. 92

Из таблицы видно, что определенные нами условия действий связующего действительно различны и существенно влияют на результат атаки. Ошибка показателя (3,65), характеризующего эффективность атакующих действий из передач с площади защиты не должна вызывать

Таблица 10 Надежность признаков, характеризующих качество приема мяча

Качество приема мяча (объективный признак)	Моменты игры	Показатели эффективности атакующих действий		
		n	p	T_p
Прием в площади атаки с учетом положения связующего	Основная атака	460	41,5	2,3
	Доигровка	85	34,1	5,2
Прием в площади атаки с легким затруднением действий связующему	Основная атака	322	29,2	2,5
	Доигровка	151	25,2	3,5
Прием в площади защиты	Основная атака	53	7,5	3,65
	Доигровка	135	11,9	2,8

сомнении из-за малого числа случаев, что подтверждает специальная проверка.

Дополнительный анализ разности относительных величин применительно к разным условиям игры также подтвердил, что они существенно не отличаются. Это позволяет для оценки условий действий связующего использовать одни и те же критерии после соответствующего статистического расчета их в целом (соответственно Р=40,7%, 27,9%, 10,6%).

Учитывая, что выявленные показатели могут изменяться в больших границах, в основу критериев оценки должны быть положены их отношения, остающиеся относительно постоянными.

Таким образом, выявленные условия могут быть классифицированы как оптимальные (40,7—1,0), средние (27,9—0,7) и сложные (10,6—0,3). Для расчета статистической

структуры условий организации игровых действий связующего можно воспользоваться формулой среднеарифметического:

$$УО = n_1 + n_2 \cdot 0{,}7 + n_3 \cdot 0{,}3,$$

где УО — уровень организации действий,
n_1, n_2, n_3 — действия в определенных условиях,
N — общее количество действий.

Аналогичным образом оценивается и эффективность действий диспетчера. Для этого необходимо характеризовать достигнутый результат по объективным признакам и оценить с учетом показателей относительных величин, характеризующих эффективность действий нападающих из этих передач.

В окончательном виде получим следующие значения:

1. Передача без противодействия блокирующих (без блока) —74,4 (1,0).
2. Передача против 1-го блока—45,7% (0,6).
3. Передача против 2-го блока—18,7% (0,3).
4. Передача против 3-го блока—11,2% (0,2).
5. Явно некачественная передача—6% (0,1).
6. Ошибка при передаче—0% (—0,1).

Зная уровень организации действий связующего и их эффективность, можно дать объективную оценку его игрового мастерства. Она будет выражаться отношением суммы произведений данных показателей к произведению среднеарифметического условия и максимально возможного результата, умноженного на общее число действий

$$\frac{\Sigma\ усл \cdot р - т}{\overline{X}_{усл.max \cdot р-т} \cdot N}.$$

Динамика достижений диспетчера в конкретном соревновании или в ряде соревнований с учетом их масштаба и напряженности будет служить надежным основанием для обоснованного управления процессом его подготовки.

Давайте подумаем

Известно, что основой подготовки резервов большого волейбола является ДЮСШ. Справедливости ради надо заметить, что работе со связующими-детьми тренеры уделяют недостаточно внимания. По нашему мнению,

основные причины здесь две. Первая кроется в том, что на легком пути отбора юных спортсменов по ростовым данным, который, как правило, берется за основу, будущий диспетчер остается незамеченным. Он ведь не отличается атлетическими качествами, как бы нам того ни хотелось. Другая заключается в том, что от действий связующего игрока в детской команде весьма мало зависит ее успех в соревнованиях (а успех команды, как известно,—главный критерий оценки работы тренера). Дело в том, что эффективность даже группового блока на этом уровне крайне низкая. Поэтому все решает умение атаковать. Отсюда и родился пресловутый девиз детского тренера: «Недорос—давай пас!».

Изменить практику подобного подхода можно только конкретными мерами. Нам кажется, что одной из наиболее действенных мер может стать допуск юных связующих к соревнованиям по результатам оценки уровня их физического развития и технической подготовленности. Ведь именно юные волейболисты, преуспевающие в передачах, зачастую являются в то же время и лучшими нападающими.

Могут принести практическую пользу и другие меры. Интересные суждения по этому поводу высказывает заслуженный тренер СССР Н. В. Карполь. Он полагает, что положением о соревнованиях детских команд необходимо предусмотреть условия выполнения передач для завершающих ударов всеми игроками.

Не вызывает сомнений, что именно в создании условий для проявления и развития диспетчерских способностей юных волейболистов — реальный путь более успешного решения проблемы.

К О Н Е Ц