

УДК 796.015.12

СПОРТИВНО-ТРЕНИРОВОЧНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ЮНЫХ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ: ОПРЕДЕЛЕНИЯ, ХАРАКТЕРИСТИКА, ОСОБЕННОСТИ ОЦЕНИВАНИЯ

Суплотов Д.А.

*ФГБОУ ВО «Югорский государственный университет», Ханты-Мансийск,
e-mail: suplotov308@gmail.com*

Спортивно-тренировочная деятельность юных волейболистов является не только важнейшим условием, обеспечивающим готовность спортсменов выступать на соревнованиях и достигать результатов, но также фактором, обеспечивающим сохранение и улучшение здоровья юных спортсменов. Поэтому именно это направление вызывает интерес многих ученых и тренеров. Был проведен анализ научной литературы по проблеме спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов. Представлены различные определения, характеристики спортивно-тренировочной деятельности. Одни ученые рассматривают ее как педагогический процесс. Другие как подготовку к высоким спортивным результатам. Также был проведен анализ различных подходов ученых к оцениванию спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов. Были выделены четыре подхода: комплексный, системный, конструктивный, индивидуальный. Комплексный подход оценивает спортивную подготовку в условиях тренировочной и соревновательной деятельности. Системный подход основной акцент делает не на оценке физической подготовки, а на анализе факторов, обеспечивающих эффективность этой подготовки. Конструктивный подход оценивает организацию тренировочных циклов, оказывающих центральное влияние на готовность спортсмена к высокому результату. Индивидуальный подход оценивает каждого спортсмена отдельно на основе изучения его подготовленности. На основе представленных взглядов, определений, характеристик определено понятие «спортивно-тренировочная деятельность юных волейболистов».

Ключевые слова: волейбол, спортивно-тренировочная деятельность, педагогическое исследование, комплексный подход, спортивная тренировка

SPORTS AND TRAINING ACTIVITIES OF YOUNG VOLLEYBALLERS: DEFINITIONS, CHARACTERISTICS, FEATURES OF ASSESSMENT

Suplotov D.A.

Yugra State University, Khanty-Mansiysk, e-mail: suplotov308@gmail.com

Sports and training activities of young volleyball players is not only the most important condition for ensuring the willingness of athletes to compete and achieve results, but also a factor ensuring the preservation and improvement of the health of young athletes. Therefore, it is this area that causes the interest of many scientists and trainers. An analysis of the scientific literature on the problem of sports and training activities of young volleyball players was carried out. Various definitions, characteristics of sports training activities are presented. Some scientists consider it as a pedagogical process. Others like preparing for high athletic performance. An analysis was also made of the various approaches of scientists to assess the sports and training activities of young volleyball players. Four approaches were identified: integrated, systemic, constructive, individual. An integrated approach evaluates sports training in the conditions of training and competitive activity. The systematic approach does not focus on the assessment of physical fitness, but on the analysis of factors that ensure the effectiveness of this training. A constructive approach evaluates the organization of training cycles, which have a central influence on the athlete's readiness for high results. An individual approach evaluates each athlete separately based on the study of his preparedness. On the basis of the presented views, definitions, characteristics, the concept of «sports and training activities of young volleyball players» is defined.

Keywords: volleyball, sports and training activities, pedagogical research, a complex approach, sports training

Проблема спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов на сегодняшний день является особенно актуальной среди специалистов, которые занимаются вопросами спортивной подготовки волейболистов.

Анализ литературы свидетельствует о значительном количестве исследований современных российских и зарубежных ученых, посвященных проблеме спортивной тренировки юных волейболистов. Были исследованы работы специалистов (Э.Н. Вайнер, Е.Н. Гогун, О.В. Гончарова, С.В. Ерегина, В.П. Жердев, С.А. Ка-

стюнин, А.В. Котов, Н.Ю. Котова, В.С. Кузнецов, Л.П. Матвеев, Б.И. Мартынов, М.И. Романенко, Ю.В. Рыбалов, С.И. Рыбалова, М.В. Рудин, В.А. Сычугова, Д. Харре, Ж.К. Холодов, А.И. Чикуров, В.Б. Шестаков и др.), посвященные вопросам спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов. Также исследованы разные подходы к проблеме оценивания спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов.

Цель статьи: на основе анализа исследований спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов рассмотреть

сущность понятия «спортивно-тренировочная деятельность» и особенности оценивания спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов.

Методы исследования: теоретический анализ литературы, обобщение, систематизация данных, сравнение с целью выявления состояния обработки исследуемой проблемы.

Результаты исследования и их обсуждение

Рассматривая сущность и особенности спортивной тренировки, которая является основным контрольным индикатором эффективности спортивно-тренировочной деятельности, предоставляется возможность изучить ее основные черты, изложенные в исследованиях ученых, которые понятие «спортивно-тренировочная деятельность» в основном характеризуют в плоскости термина «спортивная тренировка», отождествляют с подготовительно-тренировочной

деятельностью, не определяя понятие изучаемого феномена (табл. 1).

Как видим, в пространстве научных достижений в сфере спортивно-тренировочной деятельности специалисты отмечают двоякий характер данного термина: с одной стороны, рассматривают понятие как педагогический специализированный процесс спортивного совершенствования, с другой – как подготовку спортсменов к достижению высоких спортивных результатов.

Учитывая вышеперечисленный анализ, важно также отметить, что для дальнейшего исследования эффективности и совершенствования спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов целесообразно рассмотреть проблему оценивания изучаемого феномена.

Поэтому на основе анализа разноплановой литературы мы представили основные подходы ученых к позиции оценивания спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов (табл. 2).

Таблица 1

Основные характеристики спортивно-тренировочной деятельности

Авторы	Определения, характеристики спортивно-тренировочной деятельности
Э.Н. Вайнер, С.А. Кастиунин [1]	СТД – процесс спортивного совершенствования, направленный на достижение высокого спортивного результата в избранном виде спорта
Е.Н. Гогун, Б.И. Мартынов [2]	СТД – процесс развития, совершенствования физических, психологических качеств, свойств личности
О.В. Гончарова [3]	СТД – педагогический специализированный процесс спортивного совершенствования, направленный на достижение высоких спортивных результатов в спорте
В.П. Жердев	СТД – процесс преобразования психофункционального и физического состояния спортсмена с исходного на новый качественный уровень, обеспечивающий достижение высоких результатов
А.В. Котов, Н.Ю. Котова [4]	СТД – совместная деятельность тренера и спортсменов по успешному достижению целей тренировки
Л.П. Матвеев	СТД – подготовка спортсменов к достижению высоких и наивысших (рекордных) спортивных результатов
М.И. Романенко	СТД – управляемый педагогический процесс овладения спортивным мастерством и его совершенствования
Ю.В. Рыбалов, С.И. Рыбалова, М.В. Рудин [5]	СТД – специализированный педагогический процесс, построенный на системе тренировок и направленный на управление совершенствованием спортсмена и готовность к высоким спортивным результатам
В.А. Сычугова, А.И. Чикуров	СТД – планируемый педагогический процесс, включающий обучение спортсмена спортивной технике и тактике и развитие его физических способностей
Д. Харре	СТД – планомерный процесс подготовки спортсменов к высоким и рекордным спортивным достижениям
Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов [6]	СТД – целесообразное использование всего спектра средств, методов и условий, позволяющее точно воздействовать на прогресс спортсмена и обеспечивать необходимую степень его готовности к спортивным достижениям
В.Б. Шестаков, С.В. Ерегина	СТД – подготовка к соревнованиям, направленная на достижение максимально возможного уровня подготовленности, соответствующая запланированному соревновательному результату

Таблица 2

Основные подходы к оцениванию спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов

Подходы	Компоненты оценки СТД юных волейболистов	Авторы подхода
Комплексный подход	Технический, тактический, физический, психологический	Э.Н. Вайнер, О.В. Гончарова, С.В. Ерегина, И.Ю. Жуковин, С.А. Кастюнин, Ю.Н. Клещев, Ю.Ф. Курамшин, О.В. Рогозина, Ю.В. Рыбалов, М.И. Романенко, Д. Харре, В.А. Сычугова, В.Б. Шестаков
Системный подход	Технический, интеллектуальный, физический, тактический, психологический компоненты. Кадровое, научно-методическое, материально-техническое, финансовое обеспечение	М.Я. Набатникова, В.Г. Тимофеев, И.А. Водяникова, Г.В. Савицкая [7], Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов
Конструктивный подход	Технический, интеллектуальный, физический, тактический, психологический, интегральный	Ю.В. Байковский, Е.Н. Гогун, К.К. Марков [8], А.А. Зайцев, Ю.Д. Железняк, П.К. Петров
Индивидуальный подход	Технический, интеллектуальный, физический, тактический, психологический компоненты. Функциональные возможности систем организма	В.С. Мунтян [9]

Проанализируем основные положения каждого подхода про особенности оценки спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов.

Комплексный подход утверждает, что при оценке спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов важно изучение компонентов спортивной подготовки как в тренировочной, так и в соревновательной деятельности. Это дает возможность рассмотреть подготовку спортсменов с различных точек зрения. Они выделяют такие компоненты и показатели в оценке тренировочной деятельности спортсменов: технико-тактический (арсенал техники и тактики, применяемость технико-тактического арсенала, эффективность игровых действий); специальный физический (взрывная сила, быстрота реакции, зрительная ориентировка, наблюдательность); психологический (морально-волевые качества).

Системный подход предполагает, что при оценке спортивно-тренировочной деятельности нужно сместить основной фокус с физической подготовки на факторы,

которые обеспечивают эффективность этой подготовки. Это тактическая подготовленность (объем тактических действий, качество их освоения, применяемость тактики в игре; результативность тактических действий); техническая подготовленность (объем технических приемов, качество освоения, применяемость приемов в игре, эффективность технических приемов); физическая подготовленность (уровень развития специальных физических качеств); волевая подготовленность (свойства личности, мотивация к занятиям, типологические особенности нервной системы, психомоторные качества); теоретическая подготовленность (уровень знаний в избранном виде спорта); интегральная подготовленность (объем и эффективность технико-тактических действий); морфологические признаки (антропометрические показатели); функциональные возможности (состояние различных систем организма, зрительного, двигательного анализаторов, нервно-мышечного аппарата); возрастная градация волейболистов (возраст высших достижений, возраст

на отдельных этапах системы многолетней подготовки, возраст определения игровой функции, возраст для начала специализированных занятий волейболом); стаж занятий волейболом (индивидуальный, командный).

Конструктивный подход говорит, что в оценивании спортивно-тренировочной деятельности главное – это организация циклов тренировок. Их анализ и оперативная корректировка позволяют результативно влиять на подготовленность юных спортсменов к высоким результатам. Они предлагают оценку следующих видов подготовок: техническая (количество и разнообразие освоенных технических приемов, эффективность применения техники), тактическая (знания, умения и навыки в тактике, прогнозирование тактики, оценка игровой ситуации, двигательное решение тактических задач, мысленное решение тактических задач), психологическая (оценка важнейших психологических качеств для игрового вида спорта), физическая (оценка всех основных физических качеств, работоспособность всех органов и систем, слаженность их функций), интегральная (индивидуальные, групповые, командные технико-тактические действия; способности к предельной мобилизации функциональных возможностей, способности к переключению максимальной двигательной активности на периоды относительного расслабления). Ученые также считают, что спортивно-тренировочный процесс необходимо правильно организовывать в рамках малых (микро-), средних (мезо-) и больших (макро-) циклов.

Индивидуальный подход в оценивании спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов указывает, что нужно рассматривать каждого спортсмена как отдельную единицу. В.С. Мунтян изучает составляющие различных сторон подготовленности: технической (объем и разносторонность техники, стабильность техники в соревновательной обстановке, устойчивость к внешним факторам); физической (скоростные, силовые, скоростно-силовые, координационные качества, гибкость, выносливость, «взрывная» сила); тактической (количественные, качественные составляющие тактического мастерства спортсменов, разносторонность, рациональность, эффективность тактических действий); психологической (личностные, морально-волевые качества, сосредоточенность внимания, способность управлять уровнем возбуждения, степень восприятия параметров движений, способность к психологической регуляции мышечной координации, восприятию и переработке информации,

анализаторская деятельность, сенсомоторные реакции, пространственно-временная антиципация); теоретической (специальные знания по избранному виду спорта, знания о психофизиологических реакциях организма спортсменов на нагрузки, знания о биомеханических характеристиках спортивных движений); функциональных возможностей систем организма. Автор считает, что оценка уровня подготовленности по результатам всех видов контроля (входного, оперативного, текущего, промежуточного, итогового) позволяет суммировать их результаты и составить для каждого спортсмена индивидуальный кумулятивный показатель, характеризующий уровень его подготовленности и результат тренировочной деятельности на данном этапе.

Как видим, в ракурсе представленных взглядов ученых теоретический анализ проблемы спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов показал, что исследователи рассматривают вышеупомянутое понятие с разных плоскостей: одни изучают данный термин с позиции спортивной тренировки, другие – в ракурсе подготовительно-тренировочной деятельности.

Заключение

Важно отметить, что несмотря на doskonaльные исследования ученых, которые в достаточной мере обсуждают проблему спортивно-тренировочной деятельности спортсменов, в том числе и спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов, общепринятого определения данного понятия в современной литературе нет. Поэтому на основе анализа основных научных достижений нам предоставляется возможность определить термин «спортивно-тренировочная деятельность юных волейболистов» и сделать несколько теоретических обобщений для осмысления исследуемой проблемы.

На наш взгляд, спортивно-тренировочная деятельность юных волейболистов – это процесс, который направлен на улучшение показателей всех специализированных качеств юных волейболистов, необходимых для достижения поставленных целей.

В рамках каждого из вышеперечисленных подходов по отношению к проблеме оценивания спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов ученые особое внимание уделяют факторам, от которых зависит результат тренировочной, а в дальнейшем и соревновательной деятельности.

Рассмотрев основные подходы к оцениванию спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов, мы считаем,

что изучение исследуемого понятия целесообразно выполнять в рамках системного и комплексного подходов, которые в совокупности концентрируют внимание на роли теоретических, технических, тактических, психологических, физических характеристиках юных волейболистов, являющиеся достаточно необходимыми в процессе тренировочной и соревновательной деятельности.

Таким образом, на основе теоретико-методологического анализа исследования проблемы спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов нами представлены взгляды специалистов на определение и особенности спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов, выделены основные научные подходы к характеристике оценки спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов, определено понятие «спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов».

Список литературы

1. Вайнер Э.Н., Кастионин С.А. Краткий энциклопедический словарь: Адаптивная физическая культура. М.: Флинта, 2012. 144 с.
2. Гогунев Е.Н., Марьянов Б.И. Психология физического воспитания и спорта: учеб. пособ. для студ. высш. пед. учеб. заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2000. 288 с.
3. Гончарова О.В. Развитие физических способностей у юных спортсменов: учеб. пособ. Ташкент, 2005. 174 с.
4. Котов А.В., Котова Н.Ю. Методики обучения техническим приемам в волейболе: метод. рек. УО «МГУ им. А.А. Кулешова», 2009. 60 с.
5. Рыбалов Ю.В., Рыбалова С.И., Рудин М.В. Основы спортивной тренировки: учеб.-метод. пособие. Сураж, 2013. 122 с.
6. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры и спорта: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2015. 480 с.
7. Савицкая Г.В. Общая и специальная физическая подготовка волейболистов в учебном и тренировочном процессе: метод. указания к практ. зан. для студентов 1–3 курсов специализации «Волейбол». Ульяновск: УлГТУ, 2009. 22 с.
8. Марков К.К., Николаева О.О. Совершенствование качеств внимания игроков в современном волейболе // Фундаментальные исследования. 2013. № 6–1. С. 164–168.
9. Мунтян В.С. Практические методы контроля и оценки уровня подготовленности спортсменов // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. 2009. № 3. С. 135–144.