

МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ИВОЛГИНСКИЙ ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ»

ПРИНЯТО на заседании
Методического совета
От «16» 21 2021 года
Протокол № 3



УТВЕРЖДЕНО
Директор МУ ДО «ИРЦДО»
С.В. Астраханцев/
«16» 21 2021 г.

«МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ НАВЫКАМ ИГРЫ В ВОЛЕЙБОЛ.
СПЕЦИФИКА ВОЛЕЙБОЛА И ТРЕБОВАНИЯ
К МЕТОДИКЕ ОБУЧЕНИЯ
ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА»

Выполнил: Аюшинов Данил Агванович
Педагог дополнительного образования
по волейболу

Иволгинск, 2021

МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ НАВЫКАМ ИГРЫ В ВОЛЕЙБОЛ СПЕЦИФИКА ВОЛЕЙБОЛА И ТРЕБОВАНИЯ К МЕТОДИКЕ ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Основополагающую роль в построении процесса обучения навыкам игры в волейбол играют структура соревновательной деятельности и факторы, определяющие ее эффективность в волейболе. Следует выделить такие основные положения.

Основу волейбола составляет игровая деятельность, которая носит характер соревновательного противоборства, регламентируемого специальным кодексом правил. Речь идет о соревновательной игровой деятельности волейболистов.

Для игровой деятельности характерны постоянно изменяющиеся условия борьбы на площадке в связи с тем, что действия игроков и команды находятся под непрерывным контролем соперника, старающегося разрушить защиту, атаку и т. п., навязать свой план игры и этим нанести поражение. Этим объясняется характерная для волейбола черта — сложность и быстрота решения двигательных задач в непрерывно изменяющихся условиях. Волейболист должен учитывать расположение игроков на площадке (своих и команды противника) и положение мяча, предугадывать действия партнеров и разгадывать замысел противника, быстро реагировать на изменения в сложившейся обстановке и принимать решение о наиболее целесообразном действии, своевременно (как правило, очень быстро) и эффективно его выполнять. При скоростной игре степень и срочность решения задач, которая зависит от быстроты действия игроков, значительно повышается.

Коллективный характер действий игроков команд определяет требования к их игровой организации. Владение техникой, индивидуальной тактикой и наличие достаточной физической подготовленности являются условиями, лишь необходимыми для успешной игры команды, но далеко не достаточными. Помимо этого, необходимы отлаженные взаимодействия и отношения между отдельными игроками внутри звеньев, между звеньями и в команде в целом.

Особенность структуры соревновательной игровой деятельности состоит в большом количестве (арсенале) соревновательных действий — технических приемов и тактических действий, а также в необходимости выполнять их многократно в процессе соревнования (в одной встрече, в серии встреч) для достижения спортивного результата (выигрыша встречи, соревнования). В видах спорта с единичными соревновательными упражнениями (например, прыжки, метания) оптимальное сочетание двух факторов — двигательного потенциала и рациональной структуры движения в принципе даже при однократной попытке приводит к фиксации спортивного результата (высота прыжка, дальность метания). В волейболе, кроме этого важнейшее значение имеют тактические действия как форма реализации технико-физического потенциала спортсменов в специфической — игровой — соревновательной

деятельности. К этому надо добавить, что соревнование, как правило, состоит из нескольких игр и длится несколько дней.

Специфика волейбола отчасти заключена в самом названии игры: «волей» в переводе с английского означает «на лету», «бол» — «мяч». Суть в том, что все технические приемы выполняются в условиях кратковременного прикосновения руками к мячу. Этим обусловлено наличие в движениях волейболистов ударных действий.

С учетом структуры соревновательной игровой деятельности можно определить круг факторов, влияющих на эффективность соревновательной игровой деятельности. Наиболее существенными факторами являются: оснащенность спортсменов техническими приемами и тактическими действиями (арсенал техники и тактики);

«применяемость» технико-тактического арсенала (умение применять в игре и соревнованиях изученные технические приемы и тактические действия); эффективность (выигрыш, ошибки) игровых действий; мастерство выполнения игровой функции;

активность («агрессивность», творчество) в игре — с учетом избранного тактического плана и соблюдения игровой дисциплины; уровень развития специальных качеств и способностей; морфологические признаки (в первую очередь длина тела); морально-волевые качества.

Таким образом, специфика игры обуславливает следующие основные направления методики обучения волейболу:

1. Развитие у учащихся способности согласовывать свои действия с учетом направления и скорости полета мяча (дифференцировка пространственно- временных отношений).

2. Развитие специальных физических качеств, главным образом силы и быстроты сокращения мышц, от которых зависит овладение умением точно определять момент собственно воздействия руками на мяч.

3. Развитие быстроты сложных реакций, зрительной ориентировки, наблюдательности и других качеств, которые лежат в основе тактических способностей.

4. Овладение широким арсеналом (набором) технико-тактических действий, необходимых для успешного ведения игры.

Таким образом, как видим, отмеченные особенности игры предъявляют исключительно высокие требования к разносторонней подготовке занимающихся: уровню их физических и интеллектуальных качеств, навыков игры. Понятно поэтому, что высокая степень мастерства в волейболе может быть достигнута только при длительном планомерном и квалифицированном обучении начиная с детского возраста.

Начинать заниматься волейболом предпочтительно с 10—12 лет. В этом возрасте уровень развития высшей нервной деятельности позволяет успешно формировать у детей «волейбольные» двигательные навыки и обучение их спортивной технике проходит успешнее, чем новичков более старшего возраста и взрослых. Объясняется это большей пластичностью нервной системы детей. Развитие интеллекта, волевых качеств, способностей к более

устойчивому вниманию также дает возможность проводить занятия достаточно эффективно. Уровень физического развития и двигательных качеств позволяет (при соблюдении определенных методических правил) успешно овладеть рациональной техникой волейбола. У детей 10—12 лет имеются благоприятные физиологические условия для деятельности организма благодаря гармоничности и пропорциональности в развитии внутренних органов по сравнению с последующим периодом — периодом полового созревания.

Следует добавить, что вообще игры у детей составляют одну из основных форм проявления их жизненной активности. Благоприятен для детского возраста и сам характер двигательной деятельности в спортивных играх, в первую очередь наличие частых остановок, пауз.

Говоря о спортивной подготовке волейболистов в условиях школы, необходимо отметить, что это многолетний процесс. Он строится с учетом возрастных особенностей детей школьного возраста и их возможностей на каждом возрастном этапе. Продолжительность многолетней подготовки резервов находится в пределах границ: верхняя — период включения в составы команд высших разрядов и нижняя — предельный возраст, позволяющий успешно решать задачи специализированной спортивной подготовки (правильное овладение спортивной техникой прежде всего).

При определении оптимальной нижней возрастной границы для начала занятий волейболом важно учитывать два важнейших фактора: занятия не должны наносить ущерб здоровью занимающихся и должны быть ощутимо эффективными с точки зрения решения специальных задач спортивной подготовки.

СРЕДСТВА И МЕТОДЫ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ И ТРЕНИРОВКИ ПО ВОЛЕЙБОЛУ

Средства обучения и тренировки

Основным средством в обучении волейболу являются физические упражнения. Их большое многообразие. Поэтому для того, чтобы выбрать те упражнения, которые в большей степени содействуют решению задач на определенном этапе обучения волейболу, их группируют на основе классификации средств (рис. 30). Отправным принципом классификации служит соревновательная деятельность волейболистов. В связи с этим все упражнения делятся на две большие группы: основные или соревновательные и вспомогательные или тренировочные.

Соревновательные упражнения представляют собой собственно волейбол, т. е. то специфическое, что отличает его как вид спорта. Здесь технические приемы и тактические действия выполняют так, как это имеет место в игровой обстановке на соревнованиях (но вне игровых условий).

Тренировочные упражнения призваны облегчить и ускорить овладение основными навыками и содействовать повышению их эффективности и надежности. Они складываются из специальных и общеразвивающих.

Специальные делят на подготовительные, главная задача которых заключается в развитии специальных физических качеств, необходимых в волейболе, и подводящие, направленные непосредственно на овладение структурой конкретных технических приемов. К подводящим также относят и имитационные упражнения, выполняемые без мяча.

Общеразвивающие упражнения используют для развития основных физических качеств и совершенствования жизненно важных двигательных умений и навыков.

Все упражнения соответственно своей направленности объединяют в составные части тренировки (виды подготовки): общая физическая, специальная физическая, техническая, тактическая, интегральная (целостно-игровая). В каждом виде подготовки имеются свои ведущие средства, с помощью которых решают соответствующие задачи. В то же время упражнения одного вида подготовки тесно связаны с упражнениями других видов. Например, учащийся не может хорошо выполнить упражнение по технике атакующего удара при недостаточном уровне развития скоростно-силовых качеств. В этом случае окажутся более полезными специальные (подготовительные) упражнения, нежели увеличение количества повторений нападающего удара.

Эффективность средств в обучении волейболу во многом зависит от методов их применения. Выбор методов осуществляется с учетом задач, уровня подготовленности учащихся и конкретных условий работы. В зависимости от поставленной задачи одни и те же средства можно использовать по-разному, применив различные методы. Кроме этого, следует учитывать то, что последовательность задач в каждом виде подготовки и последовательность самих видов имеют определенную логическую связь: характер задач в одном виде подготовки качественно меняется, создавая основу для другого вида подготовки. Так, подготовительные упражнения заканчивают упражнениями, отражающими в общих чертах структуру изучаемого технического приема. Подводящие упражнения служат своеобразным мостиком для перехода от специальной физической подготовки к технической. Упражнения по технике, построенные в определенном порядке усложнения, способствуют формированию тактических умений. На этой основе в дальнейшем изучают индивидуальные тактические действия и т. д. В конечном счете одна составная часть подготовки, качественно преобразуясь, как бы переходит в другую, следующую в методическом ряду.

МЕТОДЫ ОБУЧЕНИЯ И ТРЕНИРОВКИ

Методы, применяемые в процессе обучения игре, удобнее рассматривать применительно к каждому этапу обучения.

Первый этап — ознакомление с разучиваемым приемом. Здесь используют рассказ, показ и объяснение. Личный показ учитель дополняет демонстрацией наглядных пособий: кинограмм, кинокольцовок, видеозаписей, схем, макетов площадки и т. д. Показ необходимо чередовать с объяснениями. Пробные попытки учащихся формируют первые двигательные ощущения.

Второй этап — изучение приема в упрощенных условиях. Успех обучения на данном этапе во многом зависит от правильного подбора подводящих упражнений: по своей структуре они должны быть близки к техническому приему или тактическому действию и посильны для учащихся.

При разучивании простых приемов и действий их выполняют в целом'. При разучивании сложных по структуре приемов и действий (атакующий удар) их разделяют на составные части, выделяя основное звено. По возможности, надо быстрее подвести учащихся к выполнению приема в целом.

На этой стадии обучения используются методы управления (команды, распоряжение, зрительные и слуховые сигналы, зрительные ориентиры, технические средства и т.д.), двигательной наглядности (непосредственная помощь учителя, применение вспомогательного оборудования), информации (сила удара по мячу, точность попадания, световая или звуковая индикация). *Третий этап* — изучение приема или действия в усложненных условиях. Здесь применяются: повторный метод, метод усложнений условий выполняемого приема (действия).

Повторный метод на этом этапе является основным. Только многократное повторение обеспечивает становление и закрепление умений и навыков. С целью формирования гибкого навыка повторность предполагает изменение условий (постепенное усложнение) выполнения приема (действия), включая выполнение его на фоне утомления. Сопряженный и игровой методы позволяют одновременно решать задачи по совершенствованию техники и развитию специальных физических качеств, а также технико-тактической подготовки и комплексной, игровой.

Четвертый этап предполагает закрепление приема (действия) в игре. Здесь используется метод анализа выполнения движений (графические, условно-кодированные, магнитофонные, видео), специальные задания в игре по технико-тактической подготовке, игровой и соревновательный методы. Изучение каждого приема предполагает обязательное закрепление его в условиях подготовительных и учебных игр. Высшим уровнем закрепления навыка является соревнование. От простых заданий по технике и тактике отдельным игрокам до сложных установок в плане взаимодействия в группах и в составе команды — таков путь в формировании технико-тактического мастерства волейболистов.

Большие возможности заложены в применении активных методов обучения. Среди них — элементы проблемного обучения (постановка проблемных вопросов) и метод самооценки успеваемости. Постановка проблемных вопросов ведет к созданию ситуации поискового решения, а самооценка — к активизации двигательной деятельности, что в целом содействует значительному повышению интереса и творческой активности

учащихся. Применительно к волейболу сказанное играет особую роль. Учитывая, что процесс освоения игры небыстротечный, существенное значение в формировании интереса учащихся приобретают временные сроки достижения конечной цели. Реально видеть их, осознать и чувствовать приближение к ним по объективным признакам — главная суть метода самооценки. Его основу составляют количественные и качественные критерии, вполне доступные учащимся VII—XI классов для понимания и самоконтроля.

Как же практически реализуются активные методы? После краткого сообщения о сущности и значении определенного приема игры, скажем передачи сверху двумя руками, демонстрируется техника ее выполнения и представляется возможность учащимся выполнить пробные попытки. Затем ставят проблемный вопрос: «Где происходит встреча рук (кистей) с мячом?» Из многочисленных попыток ответа вряд ли мы услышим: вверху над лицом. Еще раз демонстрируется передача, где специально акцентируется внимание на точке соприкосновения рук с мячом. Далее следуют новые вопросы:

«Почему руки при передаче должны быть согнуты в локтях незначительно?»

«Что обуславливает величину угла их сгибания?»

В ходе активного поиска ответа направляем творческие усилия учащихся по пути познания биомеханических закономерностей, согласно которым ответом на первую часть вопроса будет выбор кратчайшего расстояния к цели (пространственный аспект), а второй — уровень скоростно-силовых возможностей передающего мяч. Еще раз предлагаем выполнить передачи с учетом требований. Пусть нас не пугает потеря времени, ибо она с лихвой окупится в дальнейшем.

Учащиеся прилагают большие усилия, чтобы доказать обратное — возможность выполнять прием без необходимого уровня физической подготовки. Однако это приводит к увеличению сгибания рук и, следовательно, к ошибкам. Демонстрируем передачу, акцентируя внимание учащихся на активной работе кистей, убеждаем их в необходимости развития силы рук и предлагаем специальные упражнения с набивными мячами. Но чтобы усилить стремление учащихся к достижению нужного уровня физической подготовки, можно выделить три момента.

Первый — освоение умений вытолкнуть и поймать набивной мяч в исходном положении рук вверху над лицом. Для этого добиваемся правильного выполнения упражнений: малейшее опускание рук с мячом (например, до уровня лица) — ошибка!

Второй — передачи набивного мяча (именно передачи!) на расстояние 20—30 см (можно над собой или в стену). Акцентируем внимание на необходимости отрывистых касаний (базисная динамическая структура).

Третий, самый длительный — полет мяча при передаче без вращения. Все показанные критерии легко поддаются контролю учащихся. Отводим на каждом занятии по 3—5 мин для повторения серии подготовительных или подводящих упражнений.

Для усиления процесса усвоения материала можно учитывать текущую успеваемость, темпы освоения. Далее вступает в силу следующий принцип: по мере развития специальных физических качеств увеличивается время работы с мячом. Лучше, когда этот процесс дифференцируется индивидуально.

Аналогично строится обучение по другим приемам игры. Главные усилия учителя сводятся к консультативной деятельности, помощи в решении текущих образовательных и воспитательных задач (разъяснение отдельных положений, поощрение успеваемости и т. д.). Ниже приводятся проблемные вопросы, качественные и количественные критерии самооценки по основным приемам и разделам обучения.

Стойка волейболиста. Проблемные вопросы: 1. Почему в волейболе стойка игрока имеет особо важное значение? (Она обуславливает необходимость высокой степени готовности для передвижения к мячу.) 2. Что обуславливает величину сгибания ног в коленях? (Траектория полета мяча, характер последующих действий игрока, принимающего мяч.) 3. Почему руки в исходном положении стойки должны быть согнуты на уровне пояса? (Учитывается траектория полета мяча, естественность передвижения, содействующая повышению скорости.)

Критерий самооценки: принятие исходного положения в ответ на зрительные сигналы и сравнение его с эталонным учителя-тренера или кинограммы.

Передвижения. Проблемные вопросы: 1. Чем обуславливается способ передвижения? (Характером полета мяча: его направлением, скоростью, траекторией.) 2. Какие факторы обеспечивают своевременное передвижение к мячу? (Наблюдательность, готовность, быстрота.)

Критерий самооценки: ловля мяча сверху над лицом или внизу прямыми руками, брошенного партнером (учителем-тренером) после передвижения разными способами в ответ на обусловленные сигналы.

Передача мяча сверху двумя руками. Проблемные вопросы:

1. Где происходит встреча кистей рук с мячом? (Сверху над лицом.)
2. Чем обусловлен угол сгибания рук в локтях при передаче? (Степенью развития скоростно-силовых качеств рук.) 3. От чего зависит полет мяча без вращения при передаче? (От участия в передаче всех пальцев рук и прямолинейности приложения усилий по отношению к направлению полета мяча.)

Критерии самооценки: 1. Толчки набивного мяча весом 1—2 кг вперед-вверх из исходного положения стоя на месте и после передвижения в разных направлениях. 2. Передачи набивного мяча (серия передач) над собой или в стену на расстояние 20—30 см. 3. Передачи мяча в мишень на стене (серия из десяти передач) на точность. Мишень представляет собой концентрические окружности радиусом 10, 30, 50 и т.д. см (соответственно диаметру мяча). Центр мишени располагается в 4 м от пола. Расстояние до стены 2,5 м. Показатель 40 очков. (Попадание в центр мишени — 5 очков, второй круг—4 и т.д.) 4. Полет мяча без вращения.

Прием мяча снизу двумя руками. Проблемные вопросы: 1. Какое положение сомкнутых кистей и предплечий рук? (Кисти сомкнуты под углом и опущены вниз, руки прямые и развернутые.) 2. Под каким углом должен приниматься (отбиваться) мяч по отношению к предплечьям рук? (Под углом 90°.) Критерии самооценки: 1. Броски набивного мяча прямыми руками снизу вперед-вверх на расстояние 6—8 м, не поднимая рук выше уровня плеч. 2. Принятие правильного исходного положения (включая кисти и предплечья рук) в ответ на зрительные и слуховые сигналы стоя на месте и после

передвижения в разных направлениях. 3. Прием мяча в мишень на стене (десять приемов) на точность — 30 очков. Расстояние до стены 3 м. 3. Прием мяча от подачи в площадь атаки (между зон 3—2) —выполнить три-четыре приема из пяти.

Подача мяча. Проблемные вопросы: 1. От чего зависит скорость полета мяча при подаче? (От степени развития динамической силы рук.) 2. Какие факторы обуславливают точность нижней подачи? (Направление замаха руки при ударе по мячу—строго назад, высота подброса мяча 20—30 см, точка удара по мячу по отношению к полу — ниже уровня пояса.) 3. За счет чего достигается полет мяча без вращения и резкие изменения траектории и направления полета мяча? (За счет уменьшения высоты подброса мяча и амплитуды замаха, что требует более высокой степени развития физических качеств, за счет удара в центр мяча при некотором его сопровождении рукой.)

Критерии самооценки: 1. Броски набивного мяча прямой рукой снизу (сверху) вперед-вверх на расстояние 6—8 м, не поднимая руку выше (и не опуская ниже при бросках сверху) уровня плеч. 2. Точность подач по зонам площадки: четыре попадания из шести попыток. 3. Полет мяча без вращения (при верхней прямой подаче).

Атакующий удар. Проблемные вопросы: 1. Какую роль играют активные движения рук при отталкивании? (Усиливается давление на опору.) 2. Почему рука при ударе по мячу должна быть прямой? (Увеличивает силу и повышает высоту удара над сеткой.) 3. Чем достигается активное движение кисти при ударе по мячу? (Степенью развития скоростно-силовых качеств запястья руки.) 4. Чем отличается рациональная техника атакующего удара? (Высотой прыжка, силой и точностью удара кистью прямой руки.)

Критерии самооценки: 1. Разность высоты выпрыгивания вверх с места толчком двумя ногами без помощи и с помощью рук. 2. Броски утяжеленного теннисного (литого резинового) мяча через сетку одной рукой в прыжке с разбега, не опуская руку ниже уровня плеча.

3. Атакующие удары через сетку в прыжке после разбега в один шаг с собственного набрасывания мяча.

Блокирование. Проблемные вопросы: 1. Что определяет активность (пассивность) блокирования? (Величина переноса рук через сетку на сторону соперника.) 2. Как определить момент прыжка для блокирования атакующего

удара? (По траектории передачи: высокая—после прыжка атакующего игрока, средняя—одновременно с атакующим, низкая—раньше атакующего.)

3. Какие факторы обуславливают эффективность блокирования? (Комплекс качеств: прыгучесть, своевременность прыжка, определение направления удара и величина переноса рук через сетку на сторону соперника.)

Критерии самооценки: 1. Расстояние переноса рук через сетку в прыжке с места и после передвижения 20 см и более. 2. Результативность блокирования атакующих ударов с собственного набрасывания мяча 70—80%.

ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ ИЗУЧЕНИЯ ПРИЕМОВ ИГРЫ И ТАКТИЧЕСКИХ ДЕЙСТВИЙ

Последовательность изучения программного материала имеет важное значение для правильного построения учебного процесса. Ее следует рассматривать в трех аспектах: локальном — применительно к способам

отдельного приема или действия, региональном — применительно ко всем способам и видам отдельно в технической и тактической подготовке и общем — для всей технико-тактической подготовки в динамике учебно-тренировочного процесса.

В данном пособии приводится сокращенный перечень приемов и действий применительно к программному материалу школы.

Техническая подготовка

1. Передвижения: шагом; бегом; приставными шагами; двойным шагом; скачком; прыжками; падениями; сочетание способов передвижений с выполнением приемов нападения и защиты.

2. Передачи: двумя сверху в опоре; двумя сверху после передвижения; двумя сверху назад (за голову) в опоре; двумя сверху в прыжке; двумя сверху назад (за голову) в прыжке; одной сверху над собой в прыжке; чередование способов передач.

3. Прием: двумя снизу стоя на месте; двумя снизу с выпадом; двумя снизу после передвижения; двумя снизу назад стоя на месте; двумя снизу назад после передвижения; одной снизу в падении назад с перекатом на спину; одной снизу в падении в сторону на бедро и бок; одной снизу в падении вперед на руки с последующим скольжением на груди-животе; чередование способов приема в зависимости от направления и скорости полета мяча.

4. Прием-передачи: мячей, летящих с медленной скоростью (двумя сверху вперед стоя на месте; двумя сверху вперед после передвижения); мячей ускоренных и скоростных (двумя снизу вперед стоя на месте, двумя снизу вперед после передвижения).

5. Подачи: нижняя прямая; верхняя прямая без вращения; верхняя боковая с вращением; верхняя боковая без вращения; чередование способов подач.

6. Отбивания, нападающие и атакующие удары: отбивания (двумя сверху в опоре, двумя сверху в прыжке, двумя снизу стоя на месте, двумя снизу после передвижения); нападающие удары (одной сверху в опоре кулаком, одной сверху в опоре); атакующие удары (по ходу разбега ускоренный и скоростной, по ходу разбега медленный, с переводом, с поворотом туловища, боковой, по блоку за боковую линию, с задней линии, после имитации передачи, чередование способов атакующих ударов); блокирование (одиночное зонное с места, одиночное зонное после передвижения приставными шагами, одиночное ловящее с места, одиночное ловящее после передвижения приставными шагами, двойное зонное, двойное ловящее).

Тактическая подготовка

Индивидуальные тактические действия: выбор места для выполнения передач, подач, приема, отбивания, нападающих и атакующих ударов, приема атакующих ударов, блокирования, страховки в зависимости от ситуации; выбор способов отбивания мяча через сетку, передач, подач, приема подач, атакующих ударов, приема атакующих ударов, блокирования в зависимости от ситуации; выбор направления передач, подач, атакующих ударов, приема мяча, приема-передач в зависимости от ситуации; чередование способов и направления действий в зависимости от ситуации и плана ведения игры; изменение способов и направления действий в зависимости от ситуации и плана ведения игры.

Групповые тактические действия: взаимодействия игроков задней линии (нападающие) с игроками передней линии (связующие) при приеме подач (атакующих ударов); взаимодействия игроков передней линии (связующие) с игроками передней линии (нападающие) при передачах; взаимодействия игроков передней линии при одиночном блокировании; взаимодействия игроков задней линии при одиночном блокировании; взаимодействия игроков между линиями при одиночном блокировании; взаимодействия игроков задней линии (нападающие) с игроками задней линии, выходящими к сетке (связующие) при приеме подач (атакующих ударов); взаимодействия игроков передней линии (нападающие) с игроками, выходящими с задней линии (связующие) при передачах; взаимодействия игроков передней линии при групповом блокировании; взаимодействия игроков задней линии при групповом блокировании; взаимодействие игроков между линиями при групповом блокировании; взаимодействие игроков передней линии (связующие) с игроками задней линии (нападающие) при передачах; взаимодействия игроков задней линии (нападающие) с игроками задней линии (связующие), выходящими к сетке при передачах; взаимодействия игроков задней линии (нападающие) с игроками передней линии (нападающие) при приеме-передачах; взаимодействия игроков передней линии (нападающие) друг с другом при передачах в прыжке (откидках).

Командные тактические действия: расположение команды для приема подач при системе игры в нападении со вторых передач игрока передней линии (зоны 3, 2, 4); взаимодействия команды в нападении со вторых передач игрока передней линии; взаимодействия команды в защите по системе «в линию» (при одиночном блокировании); взаимодействия команды в нападении при контратаке (переключение от защиты к нападению); взаимодействия команды в нападении при повторных атаках (в доигровках); расположение команды для приема подач при системе игры в нападении со вторых передач игрока, выходящего с задней линии (зоны 1, 6, 5); взаимодействия команды в нападении со вторых передач игрока, выходящего с задней линии (зоны 1, 6, 5); взаимодействия команды в защите по системе уступом вперед (при групповом блокировании); взаимодействия команды в защите по системе уступом назад (при групповом блокировании); взаимодействия команды в нападении при контратаках со вторых передач игрока, выходящего с задней линии; взаимодействия команды в нападении при контратаках с приема-передач или откидок; чередование взаимодействий в нападении с передач игрока передней линии и выходящего с задней линии в зависимости от ситуации, то же, но при контратаках и доигровках; чередование систем игры в защите в зависимости от ситуации и особенностей атакующих действий команды соперника.

Список используемой литературы

1. Беляев А.В. Волейбол на уроке физической культуры. – М.: Физкультура и спорт, 2005 г.
2. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол. Колодницкий Г.А., Кузнецов В.С., Маслов М.В. Пособие для учителей и методистов – М., «Просвещение», 2011 г.
3. Волейбол. Под ред. А.В. Беляева, М.В. Савина – М., 2009 г.
4. Железняк Ю.Д. Слупский Л.Н. Волейбол в школе: пособие для учителя. – М.: Просвещение, 1989 г.
5. Железняк Ю.Д. Юный волейболист. – М., 2010 г.
6. Железняк Ю.Д., Кунянский В.А. У истоков мастерства. – М., 2009 г.
7. Клещев Ю.Н. Юный волейболист. М.: Ф и С, 2008 г.
8. Марков К.К. Тренер – педагог – психолог. – Иркутск, 2011 г.