

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«СМОЛЕНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

Факультет заочного обучения

Кафедра теории и методики спортивных игр

Заведующий кафедрой

\_\_\_\_\_ Родин А.В.

«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

ОПТИМИЗАЦИЯ ТЕХНИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ  
ВОЛЕБОЛИСТОВ НА ПРИМЕРЕ ОБУЧЕНИЯ ТЕХНИКЕ ВТОРОЙ  
ПЕРЕДАЧИ

Выпускная квалификационная работа  
по направлению 49.03.01 «Физическая культура»

Студент-исполнитель \_\_\_\_\_

Титов И.В.

Научный руководитель

к.п.н., доцент \_\_\_\_\_

Родин А.В.

Оценка за работу \_\_\_\_\_

(прописью)

Председатель ГЭК \_\_\_\_\_

Смоленск - 2017

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	3
Глава 1. СОСТОЯНИЕ ВОПРОСА .....	6
1.1 Основные понятия и положения теории поэтапного формирования действий.....	6
1.2 Анализ техники передачи мяча двумя руками сверху .....	12
1.3 Общая характеристика структуры процесса обучения двигательным действиям.....	15
Заключение .....	22
Глава 2. ЗАДАЧИ, МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ.....	23
2.1. Задачи исследования.....	23
2.2. Методы исследования.....	23
2.3. Организация исследования .....	28
Глава 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЯ .....	30
3.1. Особенности современной методики обучения передаче мяча двумя руками сверху.....	30
3.2. Характеристика экспериментальной методики технической подготовки юных волейболистов .....	31
3.3. Динамика физической и технической подготовленности волейболистов .....	34
Заключение .....	39
Выводы .....	40
Практические рекомендации .....	42
Литература .....	43
Приложения .....	48

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность исследования.** Для достижения победы команды на соревнованиях необходимо тактически грамотно построить игру. Большая роль в организации тактики игры в волейбольной команде принадлежит связующему игроку. Связующий игрок должен владеть быстрыми перемещениями, мгновенной и правильной оценкой игровой ситуации, быстротой ответных действий, умением контролировать сразу несколько объектов (полет мяча, перемещения партнеров и соперников по площадке и т.п.), молниеносно принимать решения, скрывать преднамеренность своих тактических действий, своевременно и точно передавать мяч и быстро переключаться от одних действий к другим (А.В. Беляев, М.В. Савин, 2009; А.Г. Фурманов, 2009).

Одним из основных технических приемов в волейболе является передача мяча двумя руками сверху. От успешного обучения этому техническому приему во многом зависит эффективность действий игрока во время волейбольной встречи. Изучение передачи мяча двумя руками сверху начинается с первых занятий, а совершенствование ее проводится постоянно, за исключением тех занятий, которые посвящены физической подготовке (П.В. Пустошило, 2012; В.В. Рыцарев, 2016).

По степени овладения данным техническим приемом судят о мастерстве волейболиста. От того, насколько умело овладеют игроки этим приемом, во многом зависит и успех команды, а также организация эффективных действий в нападении (Ю.Д. Железняк, В.А. Кунянский, 1998; М.В. Крапчина, А.М. Кулясов, 2004).

В настоящее время команды высокой квалификации испытывают большой дефицит в связующих игроках. Для того, чтобы подготовить высококвалифицированного связующего игрока, необходимо начинать обучение техническим и тактическим действиям с раннего возраста (А.В. Беляев, 1995; С.В. Легоньков, 2003).

На сегодняшний день существует ряд разнообразных методик обучения передаче мяча двумя руками сверху, но они не в полной мере отвечают требованиям подготовки связующих игроков на данном этапе развития современного волейбола (Ю.Н. Клещев, 2005; В.В. Першин, 2009).

В настоящей работе делается попытка подойти к решению данной проблемы путем разработки методики обучения технике передачи мяча двумя руками сверху на основе теории поэтапно формирования действий и выделения ориентировочной основы действия.

Актуальность нашего исследования видится в его направленности на недостаточно разработанные, но практически важные проблемы повышения эффективности обучения технике передачи мяча двумя руками сверху в волейболе.

**Объект исследования** – учебно-тренировочный процесс детей 10-12 лет, занимающихся в секции по волейболу общеобразовательной школы.

**Предмет исследования** – методика обучения технике второй передачи у детей 10-12 лет, занимающихся в секции по волейболу общеобразовательной школы.

**Цель исследования** – разработать и апробировать методику обучения технике второй передачи для детей 10-12 лет, занимающихся в секции по волейболу общеобразовательной школы.

**Гипотеза исследования** заключается в предположении, что внедрение в учебно-тренировочный процесс детей 10-12 лет, занимающихся в секции по волейболу общеобразовательной школы методики поэтапного формирования действий и выделения ориентировочной основы действия позволит существенно повысить качество выполнения в тренировочных и соревновательных условиях техники передачи мяча двумя руками сверху и тем самым обеспечит рост спортивного мастерства волейболистов.

**Практическая значимость** работы состоит в том, что разработанная методика поэтапного формирования действий и выделения ориентировочной основы действия, при обучении технике передачи мяча двумя руками сверху

у детей 10-12 лет, занимающихся в секции по волейболу общеобразовательной школы, является эффективным подходом в процессе технической подготовки спортсменов.

Разработанные методические рекомендации могут быть применены в занятиях по волейболу в общеобразовательных школах, а также тренерами, работающими со спортсменами групп начальной подготовки ДЮСШ по волейболу.