

УДК 796.325

Луценко С.Г.

старш. викл. НУ «Запорізька політехніка»

ОСОБЛИВОСТІ ВІДБОРУ СТУДЕНТІВ І КУРСУ ДО СПЕЦІАЛІЗАЦІЇ ВОЛЕЙБОЛ

В НУ «Запорізька політехніка», волейбол є частиною програми фізичного виховання студентів. На відміну від шкільної програми, в університеті студентам надається можливість вибрати вид спорту, в якому він буде вдосконалювати свої навички. Це допомагає підвищити зацікавленість і активність студентів.

Заняття волейболом в університеті проводяться за двома напрямками: в групах «Фізичне виховання» та «Інноваційні технології розвитку фізичних якостей та спортивне вдосконалення» (збірна команда університету).

У групи «Фізичне виховання. Волейбол» студенти потрапляють за результатами відбору, згідно їх підготовленості, та з урахуванням бажання займатися цим видом спорту.

На заняттях вони знайомляться з основами волейболу, підвищують загально фізичну, спеціальну, технічну та тактичну підготовки. Групи створюються зі студентів різних факультетів та різного рівня підготовки. Найбільш підготовлені студенти запрошуються в збірні команди факультетів, для подальшої участі в масових змаганнях (першість університету), та в збірну команду університету, яка тренується окремо. Від якісного відбору кандидатів в групи «Фізичне виховання. Волейбол», залежить рівень гравців які потрапляють до збірної команди університету.

Тому, завданням тренера-викладача є проведення відбору з урахуванням об'єктивних показників, завдяки яким студенти будуть мати змогу швидше опановувати технічними елементами та покращувати спортивні результати. Такими показниками є:

- спеціальні фізичні якості;
- морфологічні особливості, що відповідають специфіці волейболу.

Процес відбору можна розділити на чотири етапи.

На першому етапі ведеться роз'яснювальна робота, щоб викликати інтерес у студентів до занять волейболом. Вивчаються попередні дані: стан здоров'я, бажання займатися даним видом спорту, коло інтересів.

На другому етапі, за допомогою системи випробувань (тестів) і спеціальних спостережень, отримуються дані, за якими можна судити про задатки та здібності студентів для успішного оволодіння навичками і вмінням до гри у волейбол. А саме: координація рухів, стрибучість, швидкість прийняття рішень, рівень розвитку тактичного мислення, антропометричні дані (довжина тіла, маса тіла, довжина стопи, довжина кисті).

До тестування фізичної підготовленості входять: вертикальний стрибок поштовхом двох ніг – з місця; стрибок в довжину з місця; човниковий біг $4 \times 9\text{м}$; метання набивного м'яча 2 кг, через голову двома руками сидячи; комплексний тест (переміщення різними способами зі зміною напрямків, виконання дій з м'ячем).

При проведенні випробувань з техніки гри необхідно враховувати, чи займався студент раніше волейболом.

На третьому етапі, можна судити про здібності студентів до гри, навчаючи їх спеціальним навичкам і вмінням. Основним показником є те, наскільки швидко студенти опановують техніку гри, як ставляться до занять і т. д. На цьому етапі проводяться наступні тести: нападаючий удар з зони 4 в зони 1 і 5; передачі зверху і знизу над собою, на кількість разів, без падіння м'яча (стежити за технікою виконання); подача верхня пряма (враховуючи кількість правильно виконаних подач і техніку виконання); блокування-імітація без м'яча, з переміщенням в праву та ліву сторону, приставними кроками.

Велике значення мають спостереження за студентами в іграх, виявлення і оцінка бійцівських якостей. Це найтриваліший етап, він може тривати від одного місяця до року. За результатами цього етапу, найбільш перспективні гравці зараховуються у збірну команду університету.

На четвертому етапі, студентів що займаються у групах «Інноваційні технології розвитку фізичних якостей та спортивне вдосконалення» (збірна команда університету), диференціюють за їхніми здібностями. Якщо на першому етапі виявлялися здібності взагалі, то в подальшому, відбір здійснюється за ігровою функцією кожного гравця, для найбільш ефективного використання його індивідуальних особливостей в складі команди.

Надалі важливе місце займають такі показники: вміння застосовувати у грі технічні елементи, вміння застосовувати у грі тактичні знання, ефективність ігрових дій, психічні якості, моральні якості.