

РЕФЕРАТ

ВОЛЕЙБОЛ. ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ТАКТИЧЕСКИЕ ДЕЙСТВИЯ В НАПАДЕНИИ

ЧЕБОТАРЕВ ПАВЕЛ СЕРГЕЕВИЧ

Учитель физической культуры МОУ «Запрудненская
гимназия»

ВВЕДЕНИЕ

Для решения тактических задач в волейболе применяют индивидуальные, групповые и командные тактические действия.

Под **индивидуальной тактикой** понимаются действия игроков, при помощи которых они, используя свой технический арсенал, с наибольшей эффективностью добиваются успеха при решении отдельных тактических задач в условиях игровой деятельности.

Эффективность **индивидуальных тактических действий в нападении** всегда связана с проявлением игровой активности, инициативы, с умением видеть площадку, правильно оценивать игровую ситуацию и мгновенно принимать нужное решение.

Индивидуальные тактические действия, которые составляют основу тактического мастерства волейболиста, предполагают действия игрока без мяча (перемещения по площадке, выбор места для вторых передач, нападающих ударов, при выполнении подач, предугадывание действий соперника, двигательная активность) и с мячом (выполнение подач, вторых передач и нападающих ударов).

Цель данной работы — охарактеризовать индивидуальные тактические действия в нападении.

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

1. Индивидуальные действия в нападении Действия без мяча.

К индивидуальным тактическим действиям в нападении без мяча относится выбор места для приема подач (первая передача, подготовка атаки), вторых передач (развитие атаки) и нападающего удара или других способов (завершение атаки). Эти действия носят постоянный характер в течение всей игры.

1.1. Выбор места для вторых передач осуществляется следующим образом.

- Перемещение связующего игрока передней линии в зоне нападения для выбора лучшей позиции.
- Нацеленный выход связующего игрока задней линии из-за игрока передней линии. Его используют только при приеме подач.
- Выход игрока задней линии из зоны, его используют как при приеме подач, так и в ходе игры – в доигровках.
- Выход – перехват. К этому дублирующему виду выхода прибегают в момент, когда мяч при неточном приеме направлен в противоположную сторону от предполагаемого места второй передачи конкретного связующего игрока.

1.2. При выборе позиции для вторых передач игрок должен знать следующее.

- Место игрока должно быть в зоне 2, в 1,5–2 м от боковой линии, в зоне 3 – около 1 м от сетки.
- Выходящий игрок задней линии не должен мешать на приеме рядом стоящим партнерам. Для второй передачи не следует выбегать навстречу мячу при подаче или нападающем ударе противника (под траекторией полета мяча).
- Игрок, выполняющий вторую передачу на удар, не должен делать резких перемещений, пока не определит траекторию и направление полета мяча после приема подач или нападающих ударов.

1.3. Действия игрока без мяча при выборе места для нападающего удара определяются такими моментами: начальное положение, занятие исходной позиции, предварительное смещение или перемещение и выход на удар.

- При выборе начальной позиции каждый игрок занимает наиболее удобное для себя место, например, в зоне 4 – за трехметровой линией или перед ней у боковой линии, в зависимости от задуманной тактической комбинации. Для того чтобы в дальнейшем удобнее было действовать, игрок обычно предварительно перемещается несколько назад и влево.

- Выход на удар идет в трех направлениях: прямо к середине сетки в зону 3, между зонами 3 и 4 или на край сетки.

Не исключено перемещение для удара в зону 2.

В зоне 2 игрок может занимать положение несколько дальше от боковой линии и смещается немного назад. Направление выхода на удар также в зону 3, между зонами 3 и 2 и на край сетки. Возможно перемещение для удара и в зону 4.

В зоне 3 нападающий игрок может быть:

- у трехметровой линии нападения на одинаковом расстоянии от боковых линий;
- у трехметровой линии несколько правее середины;
- у трехметровой линии несколько левее середины;
- в районе зоны 3 в 1–2 м от сетки.

Встречаются и такие положения, когда игрок зоны 3 заведомо должен выходить на удар в зону 4 или зону 2. Тогда он располагается у трехметровой линии далеко влево от середины площадки или соответственно вправо.

При нападении в зоне 3 игроки выходят на удар под незначительным углом к сетке. Если же игрок будет выполнять удар сзади передающего с выходом в зону 2 или 4, то предварительное перемещение для более удобного выхода на удар он осуществит по «петле»: назад – в сторону – вперед – вправо или влево.

Если игрок занял исходную позицию в «полуоттяжке», в 1–2 м от сетки, то в момент подачи он предварительно перемещается немного назад.

- При выходе на удар игроки должны соблюдать ряд положений:

- создавать реальную угрозу нападения;
- отвлекать блокирующих игроков соперника перемещениями в другие зоны;
- быть готовым в любой момент нанести удар;
- не нарушать взаимодействий с другими игроками, подчиняясь определенному темпу и ритму разыгрываемой тактической комбинации

2. Индивидуальные действия в нападении Действия с мячом.

К этим действиям относятся выбор способа подач, вторых передач и нападающих ударов.

2.1. Выполнение подач требует наивысшей концентрации внимания. Игрок должен спокойно направиться к месту подачи и за время, пока перемещается, принять решение, как и куда послать мяч. На месте подачи еще раз окидывает взглядом противоположную половину игровой площадки, ориентируется в расстановке игроков противника и фиксирует свою цель. После этого полностью концентрируется на процессе выполнения движения. Соревнования – не эксперимент. Допустимы лишь те виды подач, которыми владеет игрок. Известные преимущества дает владение двумя видами подач. Смена подачи может повысить эффективность. Надежность подач следует обеспечить в начале партии, после перерывов, после замены, после предшествующих ошибок своей команды. неудачных подач, при высоком психическом возбуждении подающего. Подачи с повышенным риском оправданны при безнадежном отставании подающей команды, при примерном равновесии в счете незадолго до окончания партии или игры, при психической усталости противника.

Игрок может угрожать противнику и оказывать на него психологическое воздействие сменой способа подачи, нарушать систему защиты разнообразными ударами на точность, сильными, тихими, обманными и т.п., а также вводить его в заблуждение сменой скорости и направления передач на удар.

Тактическое выполнение подач может затруднять сопернику их прием, нарушить организацию его нападающих действий. Иногда подача сразу приносит команде очко. Это достигается точностью, силой и разнообразием таких подач, как верхняя прямая и верхняя боковая на силу, верхняя прямая на точность или нацеленная, планирующая подача.

Таким образом, тактика подач строится с учетом особенностей игры команды противника. Разберем несколько конкретных примеров.

- Допустим, в команде противника игрок задней линии выходит к сетке для второй передачи. Целесообразно направлять подачу в зону выходящего игрока или в зону игрока передней линии, из-за которого выбегает выходящий игрок.
- При приеме сильных боковых или прямых подач игроки располагаются несколько дальше, чем при обычной расстановке. В этих случаях разумно чередовать сильные боковые или прямые подачи на заднюю линию с точными прямыми в зону нападения.
- Возможно, противник играет в нападении с первых передач и откидок. Необходимо затруднить ему выполнение первой передачи – подавать сильные или точные подачи к лицевой линии.
- В команде противника есть игрок, хуже других владеющий приемом подачи. Надо постоянно направлять подачи в его зону.
- Если команда пользуется в основном приемом подач снизу, то чаще надо применять нацеленную передачу с отлогой траекторией полета мяча, на уровне груди игроков задней линии противника; если же принимает сверху, то целесообразнее планирующая подача или подача на силу.

При различных вариантах расстановки противника на приеме подачи, особенно когда игроки смещаются или перемещаются в другие зоны, выгодно применять подачи на точность, главным образом на нападающих или в район игрока, выполняющего вторую передачу.

2.2. Вторая передача для нападающего удара. В тактическую подготовку связующего игрока входят тактические действия, связанные с передачей мяча для нападающего удара после приема подачи и при доигровке; первая передача после касания мяча блокирующими или вторая передача в прыжке после имитации нападающего удара. Связующий должен хорошо знать манеру игры нападающих игроков с различных передач, их физические кондиции и психическое состояние, должен хорошо ориентироваться в любых игровых ситуациях, должен уметь анализировать возникающие во время игры ситуации, знать все нюансы тактики игры. Необходимо научить связующего игрока до последнего момента скрывать возможное направление и характер передачи мяча, научить отвлекающим действиям.

Для принятия правильного тактического решения *при передаче на удар* игрок должен учитывать ряд факторов.

- Умение владеть всеми разновидностями передач с учетом высоты траектории полета мяча (высокие, средние, низкие), скорости (полупрострельные, прострельные), расстояния (длинное – через зону, короткое – из зоны в зону или укороченное – в одной зоне), характера нападающего удара (обычный, с низкой передачи, на взлете или вдогонку), а также передачами с отвлекающими действиями.
- Результативность нападающих игроков в данной игре.
- Расположение блокирующих игроков противника и, в частности, слабейших.
- Кто из нападающих находится в наиболее удобной для удара позиции, и какая передача для него самая удобная.
- Расстояние между передающим игроком и нападающим.
- Как выполняется передача (вдоль сетки или из глубины площадки) и под каким углом.
- Не забывать закон: в трудных и невыгодных условиях передающий игрок должен отдавать мяч ближайшему нападающему, которому более удобно выполнить удар. При передачах из глубины площадки (3 м и более) не стремиться максимально точно дать мяч на удар, а просто адресовать в зону.
- Не играть на одного нападающего.

- Не усложнять свои действия, передавая мяч, например, в прыжке, когда того не требует обстановка.

Возможно, это важно и при выполнении первой передачи сразу на удар или откидки. Обычно передачу сразу на удар используют в контратаках (при доигрывании), гораздо реже – при приеме подач, если подачи несложные.

Откидка - это передача в прыжке, но она не отделима от нападающего удара с первой передачи. Цель откидки – выведение нападающих на удар без блока, против одного блока или неорганизованного блока, а также создание условий для внезапного нападения. Откидкой достигают результата в том случае, если имитация удара выполнена убедительно и передача сделана только в последний момент.

Индивидуальными тактическими действиями являются передачи мяча с отвлекающими движениями или скрытые передачи. Всеми предварительными действиями игрок должен показать, что передача будет направлена в определенную зону, а в последний момент посылать мяч в противоположную сторону, или дать противнику понять, что передача будет направлена ближайшему партнеру, а самому внезапно выполнить передачу на край сетки и т. п.

2.3. Тактика нападающих ударов. Под нападающим ударом понимается перебивание мяча одной рукой выше верхнего края сетки. Затруднение его приема создается скоростью и направлением полета.

В арсенале нападающего должны входить следующие удары:

1. Прямой нападающий удар, являющийся сейчас основным способом нападения.
2. “Кистевой” удар.
3. Нападающий удар с задней линии.
4. Боковой верхний удар.
5. Нападающий удар правой и левой руками.

Успешная реализация нападающих ударов зависит не столько от силы, сколько от неожиданности (места или времени) нанесения удара. Элемент неожиданности при выполнении нападающего удара получается как за счет индивидуального тактического мастерства волейболиста, так и в результате согласованных действий с партнерами. Помимо применения тактических комбинаций игроки используют различные тактические приемы (удары):

- с края сетки по рукам блокирующих с целью отскока мяча в аут;
- между руками блокирующих;
- поверх рук блокирующих;
- против слабейшего блокирующего.

При выполнении нападающих ударов индивидуальная тактика важна в те моменты, когда игроку приходится выбирать способы для завершения действий. Только нападающий, владеющий многими техническими приемами, способен выиграть единоборство с блоком противника.

Главным в выборе решения и его выполнении являются техническое мастерство игрока, его умение мгновенно оценивать все действия игроков команды соперника, периферическое зрение. Важно также умение игрока обходить блок противника. В таких случаях обычно пользуются различными ударами с переводом, обманными ударами.

Для того чтобы дезорганизовать защиту противника первой линии (блокирование), второй (страховка) и третьей (защита на задней линии), нападающие используют сочетание сильных ударов с тихими и обманными, удары с близких и дальних от сетки передач с ударами на точность.

Необходимо уметь пользоваться ударами по блоку так, чтобы мяч резко отлетал за пределы площадки, применять удары выше рук блокирующих игроков, внезапно изменять направление удара в связи с действиями одного из защитников при выборе места,

проводить удары с замахом двумя руками и последующим ударом правой или левой рукой.

Каждый нападающий должен стремиться применять удары с различных передач – высоких, средних, низких, вертикальных, полупрострельных, прострельных и прочих.

Очень важно принимать правильное решение при встречном ударе, когда мяч случайно переходит со стороны противника. Если соперник не успел организовать блок, надо быстро осуществить удар, так как игроки не будут готовы к защите. Если же блок успели поставить, то выгоднее откинуть мяч одному из партнеров.

При всех перечисленных индивидуальных действиях при выполнении нападающего удара необходимо помнить тактическое правило разумного риска в самых решающих моментах игры, во многом могущих повлиять на исход партии или даже всей встречи.

2.4. Упражнения для совершенствования тактики нападающих ударов:

- Нападающий удар из зоны и после высокой передачи мяча игроком зоны 3.
- То же, что и в упр. 1, но нападает игрок зоны 2.
- Нападающий удар из зоны 4 после прострельной передачи мяча игроком зоны 3.
- Нападающий удар игроком зоны 4 в зоне 3 после короткой передачи игроком зоны 3.
- Нападающий удар игроком зоны 2 в зоне 3 после короткой передачи игроком зоны 3.
- Игрок зоны 4 имитирует атаку в своей зоне, а передача мяча игроком зоны 2 адресуется партнеру зоны 3.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Подводя итоги, можно сделать следующие **выводы:**

1. Под индивидуальными тактическими действиями в нападении понимают действия, направленные на организацию атаки при подаче, передаче, отвлекающих движениях и нападающих ударах. К основным действиям относят: чередование подач верхней и нижней; выбор способа отбивания мяча через сетку – передачей кулаком в прыжке; направление мяча через сетку в “уязвимые места”: к сетке, к лицевой линии в зону 6, на место игрока, не успевшего возвратиться на свое место; подача на “слабого” игрока, в игре направление мяча через сетку передачей в прыжке в уязвимые места; имитация передачи вперед и передача назад за голову; через сетку; нижняя или верхняя подача между игроками (в разрез); имитация нападающего удара в разбеге и передаче через сетку; подача на слабого игрока; имитация нападающего удара и обманная передача одной рукой через сетку (скидка); имитация передачи назад и передача вперед; чередование в игре различных способов нападающего удара; нападающий удар через “слабого” (низкорослого) блокирующего – равномерная “загрузка” трех нападающих вторыми передачами выходящим (связующим) игроком с задней линии; чередование силовых (в прыжке) и нацеленных подач; подача на выходящего игрока; проверка умения связующего игрока вторую передачу выполнить в зону, где нападающий может произвести удар без блока или против одного блока; выбрать способ нападающего удара в зависимости от передачи (прямой “по ходу” с переводом вправо и влево, обманный); нападающие удары против группового блокирования: “в разрыв”, через слабого блокирующего.
2. При выборе места игрок занимает такую позицию, с которой ему хорошо видны партнеры и игроки команды соперника, площадка, сетка и направление полета мяча. Выбирая место, игрок перемещается и быстро предпринимает ответные действия.
3. Перед подачей волейболист должен решить, каким способом и в каком направлении подавать мяч, адресовать ли его игроку, принимающему подачи

слабее других, или послать в незащищенную зону площадки. Для этого подающий должен учесть расположение игроков соперника, систему его игры и свои возможности. Поддачи эффективны, когда их выполняют различными способами. Поэтому каждый игрок должен овладеть одной-двумя разновидностями подач и научиться выполнять их на различное расстояние, в разных направлениях, с разной траекторией и силой.

4. В любой тактической комбинации важна первая передача: она дает возможность команде перейти от обороны к нападению. Если игрок, принимающий мяч, не может с первой передачи начать нападающую комбинацию, он должен поднять мяч выше и направить в зону нападения. Если же условия игры позволяют послать принятый мяч для атакующих действий, то первую передачу, равно как и вторую, необходимо выполнять значительно выше обычных. Направлять их следует по диагонали на 60—100 см от сетки. Скорость и траектория полета мяча варьируются в зависимости от особенностей атакующего игрока. Важно направить передачу так, чтобы нападающий смог оценить обстановку и принять решение. Это возможно в том случае, если мяч передается из устойчивого положения лицом к партнеру.
5. Особенность вторых передач заключается в том, что их выполняют в более легких условиях, чаще всего параллельно сетке. Для ведения комбинационной игры траекторию, расстояние и высоту передач следует варьировать. Вот почему вторые передачи в большинстве случаев выполняют скрытно, прибегая к отвлекающим действиям. Главная задача игроков, выполняющих передачу на удар, сводится к тому, чтобы создать лучшие условия для завершающего удара и затруднить сопернику блокирование.
6. Поскольку правила разрешают блокирующим переносить руки за сетку, преодолеть плотный заслон над сеткой очень сложно. Нападающие игроки должны отлично владеть нападающими ударами и переигрывать блок соперника не силовыми ударами, а искусными и разнообразными нападающими действиями. Наиболее эффективна комбинационная игра у сетки, завершаемая ударами, различными по силе и направлению. Нападение более действенно, если игрок с хороших передач выполняет обманные удары, а с более трудных — силовые. Часто игроки направляют удары специально в блок или по блоку, рассчитывая на неблагоприятный для соперника отскок мяча. Это хороший тактический маневр. Если же игроку представляется возможность ударить с хорошей передачи без блока, уместно использовать свои силовые качества. После двух-трех нападающих ударов, понятых соперником, целесообразно использовать обман (финт).

Таким образом, специфические требования к индивидуальным тактическим действиям, обуславливаются тем, что игрок, прежде всего, тренирует внимание и быстроту, непрерывно следя глазами за мячом. Он должен быть сосредоточен и подготовлен для того, чтобы реагировать на такие ситуации, которые не предполагались и заранее не предугадывались. Игрок должен знать, как себя держать при любой ситуации и какое принимать решение.

ЛИТЕРАТУРА И ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ

1. Волейбол: Учебник для высших учебных заведений физической культуры. Под редакцией Беляева А. В., Савина М.В., М.: «Физкультура, образование, наука», 2000. 368 с., ил.
2. Железняк Ю.Д. 120 уроков по волейболу// <http://volley4all.net/literature.html>
3. Ю.Н.Клещев. Волейбол//<http://volley4all.net/literature.html>
4. <http://volley4all.net/>

