

УДК

Терещук В. – ст. гр. .ХО-11

Тернопільський державний технічний університет імені Івана Пулюя.

ПОРІВНЯЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА СТРУКТУРИ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ РІЗНОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ.

Науковий керівник: Галіздра А. А.

Сучасний чоловічий волейбол вимагає розробки методик, які дозволяють оптимізувати навчально-тренувальний процес. Це являється досить складним завданням, оскільки обсяг і інтенсивність тренувальних навантажень неможуть підвищуватися необмежено. Ця проблема ускладнюється ще тим, що волейбол – це атлетична гра, яка вимагає розвитку всіх фізичних якостей, а також володіння широким арсеналом складної техніки , тактики . Крім того, проблема ускладнюється тим, що особливості підготовленості різні для спортсменів різної кваліфікації Але навчально-тренувальний процес будується однаково як для майстрів спорту, так і для спортсменів 1-2 розрядів, без обліку особливостей структури підготовленості цих груп спортсменів Тому для гармонічної побудови навчально-тренувального процесу волейболістів в першу чергу необхідне визначення структури підготовленості волейболістів різної кваліфікації

Як вважають провідні спеціалісти спортивних ігор , для гармонічної побудови навчально-тренувального процесу в волейболі, слід застосовувати широкий спектр показників підготовленості, сучасні методи аналізу отриманих даних. На основі синтезу широкого комплексу показників підготовленості свориних методик тренування, які найбільш відповідають вимогам навчально-тренувального процесу в конкретній проміжок часу, стає досить реальним. Із сучасних мате і. матичних засобів найбільш підходящим для цього є факторний аналіз. . Результати факторного аналізу показників підготовленості волейболістів другого розряду показоти, що кількість факторів, власне значення яких більше одиниці, дорівнює 7. До I фактору увійшли показники точності відтворення зусилля, максимальна динамометрія точність відтворення бс.Метання набивного м'яча з розбігу. Цей фактор був названий сила рук, відтворення зусилля і числового прміжку бс. До II фактору увійшли такі показники, як час після човникового бігу, помилка прискориного часу при відтворенні 24с, висота стрибку вверх ЧСС лежачі ЧСС відновлення цей фактор був названий “швидкісно-силові якості, прискорення спритності 24с”. До III фактору надійшли показники точності середніх та штовпних кидків, швидкість захисних пересувань, швидкісна техніка, тривалість циклу м/с, човниковий біг, стаж занять волейболом. Назва цього фактору “Технічна підготовленість, стаж”

Результати факторного аналізу структури підготовленості волейболістів вищих розрядів показань, що кількість факторів, власне значення, яких більше одиниці, дорівнює 10.

I фактор- названий “Антропометрія регуляція судинного тону, стомлюваність”. До II фактору увійшли такі показники, як швидкісна стрибучість, з позитивним кофіцієнтом кореляція, біг на 9м. Назва III фактору “Ігрова результативність”. Висновок. В структурі підготовленості волейболістів високого класу і волейолістів II розряду є схожі і різні риси. Так, в обог аналізованих групах високе значення має сприйняття часу. Але перші III фактора різняться у досліджених групах спортсменів і пов'язані із специфікою впливу професійних занять волейболом на добір гравців та структури їх підготовленості.