

ТЕХНІКО-ТАКТИЧНІ ДІЇ ТА ФУНКЦІОНАЛЬНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ РІЗНОГО ІГРОВОГО АМПЛУА

Муантадр Фадел Кадхам Хаммуді, Олена ЛИСЕНКО

*Національний університет фізичного виховання і спорту України,
м. Київ, Україна, e-mail: markizalus14@gmail.com*

Вступ. Одним із перспективних шляхів у вирішенні проблеми підвищення ефективності підготовки спортсменів у волейболі і подальшого зростання їх спортивних результатів є визначення особливостей функціональної підготовленості (ФП) гравців різного амплуа, а також її врахування при плануванні тренувального процесу.

Мета – визначити залежність ефективності техніко-тактичних дій (ТТД) волейболістів різного амплуа від особливостей їх ФП.

Методи: аналіз наукової та методичної літератури, аналіз протоколів змагань, оцінювання реакції кардіореспіраторної системи на тестові навантаження.

Результати та їх обговорення. Установлено, що спеціалізація у волейболі (розігруючи, нападники 1-го і 2-го темпу, «діагональний» нападник та «ліберо») впливає на працездатність, а також на максимальний рівень та кінетику реакцій кардіореспіраторної системи за умов навантажень різного характеру енергозабезпечення. Найбільший рівень ФП продемонстрували «діагональні» та нападники 2-го темпу, а найменший – у нападників 1-го темпу. Це пов'язано з відмінностями в структурі та змісті змагальній діяльності волейболістів різних амплуа, що ставить принципово різні вимоги до їх організму.

Загальна кількість ТТД за гру майже однакова у нападників 2-го темпу, «діагональних» та «розігруючих» гравців, але різне співвідношення ТТД середньої і високої їх інтенсивності. Так, у «діагональних» однакове співвідношення ТТД високої та середньої інтенсивності, але їх кількість значно більша, ніж у гравців інших амплуа. У нападників 2-го темпу простежено високу кількість ТТД при переважанні дій середньої інтенсивності. У нападників 1-го темпу виявлено переважання дій високої інтенсивності над середніми більш ніж в 1,5 рази.

Висновки. Врахування функціональної підготовленості волейболістів різного ігрового амплуа дає змогу визначити найбільш оптимальний для їх індивідуальності характер ігрових функцій, а також індивідуалізувати тренувальний процес на підставі врахування відмінностей частки факторів у структурі їх функціональної підготовленості.

Ключові слова: волейбол, техніко-тактичні дії, функціональна підготовленість.