

*Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:*

<https://stuservis.ru/diplomnaya-rabota/76794>

**Тип работы:** Дипломная работа

**Предмет:** Физическая культура и спорт

Введение 3

Глава 1. Основы формирования тактических действий с передачей мяча двумя руками сверху в волейболе 5

1.1. Тактическая подготовка волейболистов 5

1.2. Характеристика тактических действий в волейболе 8

1.3. Средства и методы формирования тактических действий с передачей мяча двумя руками сверху 17

Выводы по Главе 1 25

Глава 2. Разработка методики формирования тактических действий с передачей мяча двумя руками сверху в волейболе 27

2.1. Задачи исследования 27

2.2. Методы исследования 27

2.3. Организация исследования 31

2.4. Содержание методики формирования тактических действий с передачей мяча двумя руками сверху в волейболе 33

2.5. Оценка эффективности и результативности методики 39

Выводы по Главе 2 42

Глава 3. Разработка программы подготовки для волейболисток 2-го года обучения с учётом результатов проведённого исследования 43

3.1. Содержание программы 43

3.2. Определение эффективности и результативности программы 51

Выводы 57

Практические рекомендации 60

Список используемых источников 62

Приложение 68

Введение

Актуальность темы. Владение различными тактическими действиями является важным критерием успешной подготовки волейболистов. При этом значение имеет не только техническая подготовка игроков, но и эффективная организация их взаимодействия. Техническая подготовка волейболистов относится к сложнокоординационным движениям, в связи с чем она требует масштабной предварительной подготовки. Однако во многих случаях спрогнозировать ход игры бывает сложно, поэтому команда должна освоить разнообразные групповые тактические приёмы и уметь применять их в игровой практике (Данилова, Г. Р., 2018; Николаева, И. В., 2019).

В различных игровых ситуациях необходимым является использование передачи мяча двумя руками сверху, поэтому освоение тактических действий, в основе которых лежит данный приём, является важной частью подготовки команды, поэтому тема данного исследования является актуальной (Родин, А. В., 2018).

Объект исследования: тактические действия в волейболе.

Предмет исследования: методика формирования тактических действий с передачей мяча двумя руками сверху в волейболе.

Цель исследования: анализ методики формирования тактических действий с передачей мяча двумя руками сверху в волейболе.

Исследование проводилось в 2018 – 2019 гг. В задачи исследования входило:

1. Охарактеризовать тактическую подготовку волейболистов.

2. Провести обзор тактических действий в волейболе.

3. Проанализировать средства и методы формирования тактических действий с передачей мяча двумя руками сверху.

4. Провести диагностику владения тактическими действиями с передачей мяча двумя руками сверху.

5. Разработать методику формирования тактических действий с передачей мяча двумя руками сверху в волейболе.

6. Оценить эффективность и результативность разработанной методики.

Гипотеза исследования: методика формирования тактических действий с передачей мяча двумя руками в волейболе станет эффективной, если использовать тяжёлые отягощения в тренировочном процессе. Методологическую базу исследования составили: системно-компонентный аспект системного подхода, отвечающий на вопрос, из каких компонентов состоит целое; системно-структурный аспект, показывающий внутреннюю форму системы, представляющий способ взаимосвязи, взаимодействия образующих компонентов; системно-функциональный аспект, показывающий, какие функции выполняют компоненты в системе (В.Г.Афанасьев).

Теоретическую базу исследования составили основные положения:

-теории физической культуры и спорта и системы подготовки спортсменов (Л. П. Матвеев, В. Н. Платонов, Ю. Ф. Курамшин);

- системы спортивной подготовки волейболистов (Ю. Д. Железняк)

- теории и методики волейбола (А. В. Беляев, М. Г. Амалин).

Для проверки исходной гипотезы и решения поставленных задач использовались различные методы.

Теоретические методы: теоретический и логический анализ проблемы и предмета исследования;

обобщение научных фактов, системный анализ педагогических явлений. Эмпирические методы: педагогический формирующий эксперимент; методы психолого-педагогических измерений (тестирование, изучение документации); изучение нормативной и учебно-методической документации.

Структура работы. Данная исследовательская работа содержит в себе введение, две главы основной части, заключение, список используемых источников

Глава 1. Основы формирования тактических действий с передачей мяча двумя руками сверху в волейболе

1.1. Тактическая подготовка волейболистов

Тактическая подготовка волейболистов – это педагогический процесс, направленный на достижение эффективного применения технических приёмов в сложной игровой обстановке с помощью тактических действий, которые представляют собой рациональную форму организации деятельности волейболистов в игре для достижения успеха. Для чёткой организации этого процесса необходимо знать основные понятия тактической подготовки[11].

Список используемых источников

1. Аврамова, Н. В. Повышение спортивного мастерства квалифицированных волейболисток 15 – 17 лет на основе программирования и коррекции ведущих технических приёмов. автореферат дис. ... кандидата педагогических наук / Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма. Набережные Челны, 2013
2. Белов, И. В. Техничко-тактическая подготовка волейболистов – нападающих второго темпа / И. В. Белов, Г. Р. Данилова // ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ, СПОРТИВНОЙ ТРЕНИРОВКИ И АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ. Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. ФГБОУ ВО «Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма». 2016. С. 142-145.
3. Белова, Н. Ю. Особенности воспитания прыгучести у юных волейболистов 13 – 14 лет в период летних подготовительных сборов /Н. Ю. Белова, В. М. Белов // СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ БАСКЕТБОЛА. Сборник научно-методических материалов Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Под ред. С.В. Чернова, Л.Б. Андрющенко, И.В. Лосевой. 2017. С. 36-42.
4. Бернштейн, Н. А. Физиология движений и активность/ под ред. О. Г. Газенко ; изд. подгот. И. М. Фейгенберг ; редкол. : А. А. Баев (пред.) и др.; АН СССР. — М. : Наука, 1990. — 494 с.
5. Булохов, А. М. Совершенствование индивидуальной тактической подготовки волейболистов с применением программно-технического комплекса // А. М. Булохов, А. В. Кузнецов, О. О. Басов // Инновационные технологии в образовательном процессе. Сборник научных статей 15-й Международной научно-методической конференции. Под редакцией Л.А. Дремовой. 2017. С. 33-36.
6. Грац, А. Д. Этап спортивной специализации в волейболе // Актуальные проблемы физического воспитания студентов. Материалы Международной научно-практической конференции. 2019. С. 376-378.
7. Данилова, Г. Р. Влияние методики психофизиологической комплексной подготовки на эффективность выполнения нападающих ударов квалифицированными волейболистами // Наука и спорт: современные тенденции. 2018. Т. 18. № 1 (18). С. 21-25.
8. Казарина, О. А. Основные понятия и терминология в волейболе // Актуальные научные исследования в

современном мире. 2018. № 11-5 (43). С. 76-79.

9. Камалиева, Г. А. Формирование психической готовности юных волейболистов к преодолению соревновательных препятствий и трудностей. Автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Поволжская государственная академия физической культуры, спорта и туризма. Набережные Челны, 2012
10. Каменцева, Н. А. Специфика соревновательной деятельности в командно-игровых видах спорта // XLVII Огарёвские чтения. МАТЕРИАЛЫ НАУЧНОЙ КОНФЕРЕНЦИИ: в 3 ч.. Саранск, 2019. С. 155-158.
11. Карева, Ю. Ю. Современные тенденции техники выполнения подач и приёма мяча в волейболе // Теория и практика физической культуры. 2019. № 3. С. 76-77.
12. Кирова, Е. В. Тренировка как компонент системы подготовки волейболистов // Проблемы и перспективы развития образования в России. 2014. № 31. С. 115-119.
13. Клевцов, В. А. Техничко-тактическая и психологическая подготовка волейболистов / В. А. Клевцов, Г. Я. Шипулин, Е. В. Воронин. – Белгород, 2014. – 288 с.
14. Кубанов, И. А. Некоторые аспекты спортивной подготовки разных игровых амплуа по результатам опроса специалистов // Проблемы современного педагогического образования. 2017. № 55-4. С. 258-269
15. Лозбина, А. В. Методические особенности подготовки спортсменок-волейболисток высокой квалификации // Вестник физической культуры и спорта. 2016. № 1 (13). С. 64-72.
16. Лукашов, П. А. Применение специализированных тренажёров физической и технико-тактической подготовки волейболистов // ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ И ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРОБЛЕМЫ В СИСТЕМЕ НЕПРЕРЫВНОГО ОБРАЗОВАНИЯ. Сборник статей Международной научно-практической конференции. 2018. С. 46-48.
17. Макаров, Ю. М. Генезис игровой спортивной деятельности. Монография / Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. Санкт-Петербург, 2016. Том Часть 1
18. Малова, А. Н. Техничко-тактическая подготовка квалифицированных волейболистов с учётом соревновательно-игровой деятельности // Поволжский педагогический поиск. 2017. № 3 (21). С. 125-132.
19. Мамонтова, Е. В. Особенности физической подготовки волейболистов // АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ТЕОРИИ И ПРАКТИКИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА. IV межвузовская научно-практическая конференция молодых ученых, аспирантов, магистрантов и студентов. 2016. С. 669-670.
20. Неповинных, Л. А. Совершенствование верхней передачи в волейболе // Современная педагогика: теория, методика, практика. сборник материалов X-ой международной очно-заочной научно-практической конференции. Москва, 2019. С. 112-116.
21. Николаева, И. В. Эффективность теоретической подготовки квалифицированных волейболистов при совершенствовании технико-тактических действий в защите / И. В. Николаева, Ю. В. Шиховцов, Ю. Ю. Карева // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2019. № 4. С. 80-85.
22. Официальный сайт женской волейбольной команды «Сахалин» [Электронный ресурс] - URL: <https://sakh-volley.shl.sportsng.ru/> (дата обращения: 20.09.2019)
23. Погорелый, М. В. Программа индивидуальной тактической подготовки волейболистов 16 – 18 лет с учётом развития их психофизиологических способностей. Автореферат дис. ... кандидата педагогических наук / Тул. гос. ун-т. Смоленск, 2015
24. Родин, А. В. Индивидуальная тактическая подготовка в спортивных играх // НАУЧНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ШКОЛЫ В СФЕРЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА. Материалы Международного научно-практического конгресса, посвященного 100-летию ГЦОЛИФК. 2018. С. 341-347.
25. Родин, А. В. Методические аспекты организации тактической подготовки волейболистов // Здоровье для всех. Материалы VI международной научно-практической конференции. УО “Полесский государственный университет”; Шебеко К.К. (гл. редактор). 2015. С. 313-317.
26. Родин, А. В. Технология тактической подготовки юных волейболистов на основе метода игровых задач // Физическая культура в школе. 2016. № 6. С. 18-22.
27. Родин, А. В. Эффективность методики индивидуальной тактической подготовки волейболистов на основе развития их психофизиологических способностей / А. В. Родин, М. В. Погорелый // Теория и практика физической культуры. 2013. № 5. С. 70.
28. Савин, М. В. Особенности технико-тактической подготовки волейболистов различной квалификации. Автореферат дис. ... кандидата педагогических наук / Рос. гос. акад. Физической культуры. Москва, 1996
29. Сакулин, В. В. Техничко-тактическая подготовленность юных спортсменов по волейболу / В. В. Сакулин,

- Н. А. Захарова // ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ, ЗДОРОВЬЕ И ОБРАЗОВАНИЕ. Сборник статей XII Всероссийской научно-практической конференции молодых ученых, аспирантов и студентов . 2019. С. 265-268.
30. Самойлин, О. В. Методика применения подвижных игр и эстафет в подготовке волейболистов. Совершенствование тактических действий // Современные аспекты физической и спортивной работы с учащейся молодежью. Материалы Международной научно-практической конференции, посвященной 60-летию образования Института физической культуры и спорта. 2016. С. 143-147.
31. Сидаш, А. Л. Применение инструментальных методов для контроля выполнения передачи мяча двумя руками сверху в волейболе // Биомеханика двигательных действий и биомеханический контроль в спорте. Материалы Всероссийской научно-практической конференции. Московская государственная академия физической культуры. 2013. С. 138-143.
32. Старостина, В. А. Организация и методика интегральной подготовки волейболистов разной квалификации // XLVII Огарёвские чтения. МАТЕРИАЛЫ НАУЧНОЙ КОНФЕРЕНЦИИ: в 3 ч.. Саранск, 2019. С. 159-162.
33. Тинюков, А. Б. Педагогические условия эффективности двигательных действий квалифицированных волейболистов // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2016. Т. 11. № 1. С. 87-93.
34. Хавруняк, И. В. Особенности учебно-тренировочного процесса подготовки волейболистов в высших учебных заведениях // Молодой ученый. 2015. № 2-6 (17). С. 515-518.
35. Хряпченков, П. В. Взаимосвязь развития физических способностей с техникой движений волейболистов // Научное знание современности. 2018. № 3 (15). С. 31-35.
36. Черникова, А. Д. Особенности современной методики обучения передаче мяча двумя руками сверху в волейболе // Спортивные игры в физическом воспитании, рекреации и спорте. Материалы XII Международной научно-практической конференции. Под общей редакцией А.В. Родина. 2018. С. 180-183.
37. Шиков, В. Е. Различные виды подготовки в игровой деятельности волейболистов // Вузовская наука – региону. Материалы XIV Всероссийской научной конференции. Министерство образования и науки Российской Федерации; Правительство Вологодской области; Вологодский государственный университет. 2016. С. 456-459.
38. Щелчкова, Н. Н. Методические аспекты технико-тактической подготовки юных волейболистов / Н. Н. Щелчкова, А. С. Колмагоров // ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ, ЗДОРОВЬЕ И ОБРАЗОВАНИЕ. Сборник статей XII Всероссийской научно-практической конференции молодых ученых, аспирантов и студентов . 2019. С. 347-351.

*Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:*

<https://stuservis.ru/diplomnaya-rabota/76794>