

Д. А. Суплотов

## **ОСНОВНЫЕ АСПЕКТЫ ОЦЕНКИ СПОРТИВНО-ТРЕНИРОВОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЮНЫХ ВОЛЕЙБОЛИСТОВ**

*В статье изложена общая стратегия исследования уровня эффективности спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов. Представлены критерии, уровни, диагностический инструментарий указанного феномена. Проанализирован уровень эффективности спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов.*

*Ключевые слова: спортивно-тренировочная деятельность, оценка, управление, уровень, психосоциальный, физический, физиологический, технико-тактический, познавательный компоненты.*

## **MAIN ASPECTS OF EVALUATION OF SPORTS AND TRAINING ACTIVITIES FOR YOUNG VOLLEYBALL PLAYERS**

*The article describes the overall strategy studies of the level of efficiency of sports and training activities for young volleyball players. It presents the criteria levels, the diagnostic tool for this phenomenon. It analyzes the level of efficiency of sports and training activities for young volleyball players.*

*Key words: sports training, assessment, management level, psychosocial, physical, physiological, technical and tactical, educational components.*

---

В последнее время особое внимание специалистов привлекает проблема совершенствования спортивной-тренировочной деятельности юных волейболистов как фактора обеспечения высокого уровня готовности к состязаниям, соревнованиям, как необходимого условия сохранения здоровья подрастающего поколения.

Спортивно-тренировочная деятельность юных волейболистов – это подготовительный процесс, направленный на совершенствование совокупности качеств юных волейболистов, необходимых для достижения высоких результатов на соревнованиях.

Существует несколько подходов к вопросу оценки спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов. Представители комплексного подхода основной акцент делают на изучении составляющих компонентов спортивной подготовки в условиях как игровой, так и соревновательной деятельности, что дает возможность определить комплексное состояние спортсменов к спортивной деятельности [1].

В рамках системного подхода ученые в оценивании спортивно-тренировочной деятельности основное внимание уделили не только оценке подготовленности спортсменов, но и анализу факторов, которые обеспечивают эффективность этой подготовленности [5].

Представители конструктивного подхода основное внимание в оценивании спортивно-тренировочной деятельности уделили анализу организации циклов тренировок, которые позволяют эффективно влиять на компоненты оптимальной готовности спортсмена к результативным достижениям.

В рамках индивидуального подхода в оценивании спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов специалисты указывают на исследование кумулятивного показателя индивидуально каждого спортсмена на основе изучения разных сторон его подготовленности [4].

На основе изученных подходов разработана структура оценки спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов, которая состоит из взаимозависимых компонентов, функционирующих одновременно: а) психосоциальный (развитие мотивации, развитие волевых качеств, эмоциональная устойчивость, развитие мышления, особенности концентрации внимания); б) физический (развитие силовых качеств, развитие гибкости, уровень выносливости, развитие ловкости, развитие прыгучести, развитие быстроты); в) физиологиче-

ский (уровень артериального давления, степень тренированности сердечно-сосудистой системы, уровень весо-ростового индекса, жизненная емкость легких, уровень силового индекса, уровень гемоглобина в крови); г) технико-тактический (объем технических действий, качество освоения технических действий, эффективность технических действий, объем тактических действий, умение взаимодействовать в группе, команде, выбор эффективной тактики); д) познавательный (знания об особенностях игры в волейбол, знания о технике в волейболе, знания о тактике в волейболе, знания о физических качествах волейболистов, знания об особенностях тренировки в волейболе, знания об оборудовании в волейболе).

В исследовании приняли участие 76 юных волейболистов 13–14 лет трех спортивных учреждений, функционирующих на территории Ханты-Мансийского автономного округа – Югры.

Для определения уровня эффективности спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов применены валидные и надежные диагностические методики, результаты которых позволили собрать качественные и количественные материалы.

Для изучения уровня эффективности спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов были использованы следующие методики исследования: психосоциальный компонент (методика «Мотивация азарта» М. Л. Кубышкиной, методика исследования волевой организации личности [2], «Экспресс-диагностика изучения эмоциональной сферы подростков на основе теста Люшера», методика исследования быстроты мышления); физический компонент (тест «Силовые качества волейболистов», тест «Гибкость», тест «Выносливость», тест «Ловкость», тест «Прыгучесть», тест «Быстрота») [6]; физиологический компонент (методика «Артериальное давление», функциональная проба «ЧСС и 20 приседаний», методика «Весо-ростовой индекс», тест «ЖЕЛ», методика «Динамометрия кисти», тест «Уровень гемоглобина») [3]; технико-тактический компонент (объем, эффективность, качество освоения технических действий, выбор эффективной тактики на основе протокола наблюдения); познавательный компонент (анкета определения теоретической подготовленности юных спортсменов).

Результаты тестовых методик подвергались статистическому анализу с доступной качественной интерпретацией и содержательным обобщением с помощью методов математико-статистической обработки данных с использованием компьютерного пакета статистических программ SPSS (версия 13.0). Для выявления статистически значимых различий и связи между различными группами испытуемых использовались корреляционный и дисперсионный анализы.

По итогам диагностики и анализа результаты исследования отмечены следующим образом: высокий, средний, низкий.

**Высокий уровень:** спортивно-тренировочная деятельность, в результате которой юные волейболисты: свободно владеют комплексом знаний про особенности спортивной деятельности волейболистов; имеют развитый комплекс физических качеств и свойств, показатели которого соответствуют высокому уровню согласно нормативам данной возрастной категории; обладают в совершенстве совокупностью технико-тактических действий; имеют в состоянии нормы физиологические особенности организма, патологий и хронических заболеваний не выявлено; обладают высоким уровнем эмоциональной устойчивости.

**Средний уровень:** спортивно-тренировочная деятельность, в результате которой юные волейболисты: частично владеют комплексом знаний про особенности спортивной деятельности волейболистов; имеют развитый комплекс физических качеств и свойств, показатели которого соответствуют среднему уровню согласно нормативам данной возрастной категории; частично имеют в состоянии нормы физиологические особенности организма, патологий и хронических заболеваний не выявлено; частично владеют развитыми психическими процессами, средним уровнем эмоциональной устойчивости.

**Низкий уровень:** спортивно-тренировочная деятельность, в результате которой юные волейболисты: не владеют комплексом знаний про особенности спортивной деятельности волейболистов, не ориентируются в особенностях спортивной тренировки, плохо разбираются в вопросах техники и тактики в волейболе; плохо обладают совокупностью технико-тактических

действий, характеристики которых соответствуют низкому уровню согласно нормативам; имеют в негативном состоянии некоторые физиологические особенности организма.

По результатам исследования большинство юных волейболистов имеет средний уровень эффективности компонентов спортивно-тренировочной деятельности, а именно: психосоциальный (89,5 %), физический (56,6 %), физиологический (86,8 %), технико-тактический (55,3 %), познавательный (100 %) (таблица 1). При этом, сравнивая уровни результативности компонентов спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов, можно констатировать, что у спортсменов более развит физический компонент спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов (высокий уровень эффективности этой составляющей имеют 14,5 % респондентов). Остальные компоненты: психосоциальный (2,6 %), физиологический (0 %), технико-тактический (7,9 %), познавательный (0 %), – развиты слабо.

Таблица 1

Уровень эффективности компонентов спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов

Компоненты спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов	Уровень эффективности компонентов (количество испытуемых, в %)		
	Низкий	Средний	Высокий
Психосоциальный	7,9	89,5	2,6
Физический	28,9	56,6	14,5
Физиологический	13,2	86,8	0
Технико-тактический	36,8	55,3	7,9
Познавательный	0	100	0

В целом, исследование показало недостаточный уровень эффективности компонентов спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов.

Опираясь на полученные данные, исследуемые волейболисты распределены на три группы в соответствии с уровнем эффективности спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов (таблица 2).

Подавляющее большинство исследуемых имеет средний (71,1 % от общего количества респондентов) и низкий (28,9 % испытуемых) уровень эффективности спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов. И ни одного исследуемого спортсмена не отнесено к группе с высоким уровнем эффективности спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов.

Таблица 2

Уровень эффективности спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов

Уровни эффективности	Количество испытуемых (в %)
Низкий уровень	28,9
Средний уровень	71,1
Высокий уровень	0

### Выводы

На основе изучения разноплановой литературы на этапе эмпирического исследования для определения уровня эффективности спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов был разработан комплекс диагностических методик для измерения уровня развития каждого показателя структуры оценки спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов.

В результате проведенного исследования выявлено, что уровень спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов и ее отдельных компонентов недостаточно эффективен. Это означает, что спортивно-тренировочную деятельность юных волейболистов необходимо совершенствовать, акцентируя внимание на повышении качества неэффективных составляющих элементов того или иного компонента спортивно-тренировочной деятельности юных волейболистов.

### **Литература**

1. Байковский, Ю. В. Основы спортивной тренировки в горных видах спорта [Текст] / Ю. В. Байковский. – Москва, 1996. – 79 с.
2. Коваленко, Т. Г. Основы спортивной тренировки [Текст] : учебно-методическое пособие / Т. Г. Коваленко, О. А. Моисеева, М. Г. Рыжкина. – Волгоград : Издательство Волгоградского государственного университета, 2001. – 88 с.
3. Физическая культура [Текст] : учебник для вузов / А. Б. Муллер, Н. С. Дядичкина, Ю. А. Богащенко [и др.]. – Москва : Изд-во Юрайт, 2013. – 424 с.
4. Мунтян, В. С. Практические методы контроля и оценки уровня подготовленности спортсменов [Текст] / В. С. Мунтян // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. – 2009. – № 3. – С. 135–144.
5. Набатникова, М. Я. Некоторые перспективы совершенствования системы тренировочных нагрузок юных спортсменов [Текст] / М. Я. Набатникова // Структура тренировочных нагрузок в подготовке юных спортсменов циклических видов спорта : сб. научн. тр. – Москва, 1984. – С. 4–9.
6. Новикова, О. А. Образовательная программа по волейболу [Текст] / О. А. Новикова, Н. А. Шелухина, В. М. Борисов. – Тугаев, 2006. – 81 с.