

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.7(167).28

Нестеренко Н.А.
кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,
кафедри теорія та методика спортивної підготовки
Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту
Раковська І.А.
старший викладач, кафедри спортивних ігор
Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту
Найко Дар'я
здобувачка СВО «Бакалавр» ФВ/014-21-16
Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

ОСОБЛИВОСТІ ВДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ «ЛІБЕРО» НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ

Високі спортивні результати у підготовці «ліберо» є одним з головних критеріїв успішності та правильності навчально-тренувального процесу. Реалізація технічних дій юних волейболістів під час змагальної діяльності вимагає високого рівня технічної підготовки гравців «ліберо». Незважаючи на наявність значної кількості досліджень, спрямованих на вдосконалення процесу технічної підготовки на різних етапах багаторічної підготовки, основною проблемою залишається пошук сучасного підходу до планування процесу технічної підготовки гравців «ліберо». Саме звідси, найбільш актуальною проблемою є розробка питань організації технічної підготовки «ліберо» та підбору найбільш ефективних засобів.

Експериментальна методика складалась з п'яти блоків спрямованих на оволодіння технікою рухів, а також комплексів вправ, які спрямовані на оволодіння діями гравця з м'ячем та без м'яча. У тренувальному занятті використовувались необхідні комбінації та розстановки щодо прийому подач, вправи в захисті, передачі м'яча зверху та знизу, вправи на розвиток швидкості.

Порівняльний аналіз юних волейболістів дає змогу стверджувати, що найкращі показники отримані в тестових завданнях, які характеризують рівень технічної підготовленості, повністю відображає спрямованість тренувань експериментальної методики. Впровадження розроблених експериментальних блоків вправ в навчально-тренувальний процес гравців «ліберо» підтвердило їх високу ефективність щодо підвищення рівня технічної підготовленості, про що свідчить суттєвий приріст результатів у спортсменів експериментальної групи.

Ключові слова: юні волейболісти, технічна підготовка, тести, методика.

Nesterenko N., Rakovska I., Naiko D. Peculiarities of improving the technical preparedness of «libero» at the stage of preliminary basic training.

High sports performance in the preparation of a «libero» is one of the main criteria for the success and correctness of the educational and training process. Implementation of technical actions of young volleyball players during competitive activities requires a high level of technical training of «libero» players. Despite the presence of a significant amount of research aimed at improving the process of technical training at various stages of multi-year training, the main problem remains the search for a modern approach to planning the process of technical training of «libero» players.

The experimental technique consisted of five blocks aimed at mastering the technique of movements, as well as sets of exercises aimed at mastering the player's actions with and without the ball. In the training session, the necessary combinations and placements were used for receiving passes, exercises in defense, passing the ball from above and below, exercises for developing speed.

The comparative analysis of young volleyball players makes it possible to state that the best indicators obtained in test tasks that characterize the level of technical preparation fully reflect the orientation of experimental method training. The implementation of the developed experimental blocks of exercises in the educational and training process of the «libero» players confirmed their high efficiency in increasing the level of technical preparation, as evidenced by a significant increase in the results of the athletes of the experimental group.

Keywords: young volleyball players, technical training, tests, methodology.

Постановка проблеми. Волейбол - найпопулярніший вид спорту, який завдячує своєму визнанню простоті, легкості, великому азарту та користі для здоров'я. Волейбол - це вид спорту, в якому переважають колективні дії. Сучасні змагання з волейболу - це складний вид спорту, що вимагає спортивної підготовки та досконалого володіння технічними і тактичними навичками. Він характеризується поєднанням швидких взаємодій та атак, що визначається розподілом ігрових функцій між учасниками (А. А. Ковальчук, 2017).

У 1998 році FIVB внесла нові зміни [17], ввівши гравця «ліберо» і визначивши коло завдань, які повинні вирішуватися під час змагань. Ігрові переходи на лінію нападу були заборонені, що одразу ж виключило такі технічні елементи, як нападаючі удари, блоки та подачі з зони нападу. Ще одне правило забороняє атакувати із зони захисту з м'ячем над верхнім краєм сітки. Роль пасуючого у відповідь на атакуючу дію партнера по команді також звужена. Він може лише передавати м'яч із зони захисту своїм партнерам по команді. Таким чином, ліберо - це гравець, який найбільш якісно приймає м'яч після подачі суперника,

виконує основні захисні дії щодо прийому нападаючих і обманних ударів, а також активно страхує атакуючі дії своєї команди від блоку суперника. [6].

На думку А.А. Кривошаїна, функція «ліберо» полягає в активному "диригуванні" та "скріпленні" гри при обслуговуванні захисту та команди в цілому [11]. Однак грати в захисті він може лише за умови чіткого розуміння характеру ігрових дій як гравця, що подає, так і нападника, блокуючого або пасуючого [11]. Тому "ліберо", ігрова функція якого обмежена, повинен пройти весь базовий процес підготовки волейболіста - нападника, блокуючого і пасуючого - і оволодіти всіма техніко-тактичними елементами сучасного волейболу. Тільки тоді «ліберо» зможе не тільки стежити за діями нападаючого суперника, а й передбачати плани суперника і грамотно обігравати його. Потім, на рівні розвитку майстерності, «ліберо» може сконцентруватися на відточуванні дій, притаманних тільки йому [7].

Сучасні дослідження [1, 2, 5, 8 12] не виділяють індивідуальну підготовку ліберо, тому дослідження цього питання є актуальним.

Мета дослідження – визначити особливості технічної підготовленості «ліберо» юних волейболістів.

Методи дослідження: Аналіз та узагальнення літератури; педагогічне тестування; педагогічний експеримент; методи математичної статистики.

Виклад основного матеріалу дослідження. Технічна підготовка «ліберо» пов'язана з виконанням обов'язків гравця в грі. Технічна підготовка «ліберо» повинна включати в себе стійку, пересування, способи прийому і передачі м'яча, виконання цих елементів при веденні м'яча в опорному і безопорному положеннях, а також способи падінь і кидків у поєднанні з виконанням технічних елементів утримання м'яча.

Навчання має відбуватися через сприйняття та обробку відповідної інформації. У якісних дослідженнях техніки необхідна чітка інформація для оцінки рівня володіння гравцями конкретними технічними елементами. Тому на початку експерименту рівень технічної підготовленості «ліберо» оцінювався за допомогою таких тестових завдань: «поточна передача м'яча двома руками зверху на відстані 3м від стіни», «передача м'яча двома руками знизу із зони 4 в зону 6», «передача м'яча двома руками знизу із зони 3 в зону 4», «верхня пряма подача в межі майданчика з прийомом», «верхня пряма подача в ліву і праву половини майданчика» (прийом з переміщенням), «прямий нападаючий удар із зони 4 в межі майданчика з прийомом», «блокування нападаючого удару із зони 4 в зону 5 зі страховкою».

Результати, отримані в ході проведення констатуючого експерименту наведені в таблиці 1. Середньостатистичні значення проведених тестів дозволили нам судити про рівень технічної підготовленості спортсменів контрольної та експериментальної груп.

Таблиця 1

Рівень технічної підготовленості гравців ліберо на етапі констатуючого експерименту

№	Тести	X ± δ		V, %		tp
		КГ	ЕГ	КГ	ЕГ	
1.	Поточна передача м'яча двома руками зверху на відстані 3м від стіни, бали	5,0±0,01	4,7±0,16	0,01	9,8	1,56
2.	Передача м'яча двома руками знизу із зони 4 в зону 6, бали	4,5±0,18	4,1±0,12	17,87	8,6	1,74
3.	Передача м'яча двома руками знизу із зони 3 в зону 4, бали	4,9±0,13	4,8±0,16	7,25	9,7	0,62
4.	Верхня пряма подача в межі майданчика з прийомом, бали	4,4±0,18	4,4±0,18	11,82	11,8	0,07
5.	Верхня пряма подача в ліву і праву половини майданчика. Прийом з переміщенням, бали	5,0±0,01	5,0±0,01	0,01	0,01	0,06
6.	Прямий нападаючий удар із зони 4 в межі майданчика з прийомом, бали	4,6±0,19	4,5±0,19	11,19	11,9	0,46
7.	Блокування нападаючого удару із зони 4 в зону 5. Страховка, бали	4,8±0,16	4,5±0,19	9,75	11,9	1,00

Примітка: КГ – контрольна група, ЕГ – експериментальна група

Найкращі показники констатували в тестах: «поточна передача м'яча двома руками зверху на відстані 3м від стіни», «передача м'яча двома руками знизу із зони 4 в зону 6», «блокування нападаючого удару із зони 4 в зону 5»(зі страховкою). Так, в тесті «поточна передача м'яча двома руками зверху на відстані 3м від стіни» середній результат гравців контрольної групи склав -5,0, в експериментальній групі – 4,7 відповідно. Слід зазначити низьку амплітуду індивідуальних показників, про що свідчить коефіцієнт варіації – V. В контрольній групі він складає – 0,01%, в експериментальній – 9,8%. Аналогічні показники встановлено в тесті «передача м'яча двома руками знизу із зони 4 в зону 6». Середній результат спортсменів контрольної групи склав – 4,5, в експериментальній – 4,1, а коефіцієнт варіації у контрольній групі становить 17,87%, коли в експериментальній- 8,6%. У тесті «блокування нападаючого удару із зони 4 в зону 5» (зі страховкою) середній результат гравців контрольної групи склав 4,8, а експериментальної 4,5. Коефіцієнт варіації у контрольній групі 9,75%, а у експериментальній 11,9%. Але слід зазначити вищу амплітуду індивідуальних показників, яка відповідно склала – в контрольній групі від 4 балів до 7 балів, в експериментальній – від 4 балів до 6 балів відповідно. Дещо вища амплітуду індивідуальних показників зумовлена складністю виконання тесту, а також різним рівнем володіння спортсменами даним технічним прийомом.

Інші тестові завдання спортсмени виконали на низькому рівні згідно нормативів програми ДЮСШ. Найгірші показники встановлено в тестах: «передача м'яча двома руками знизу із зони 3 в зону 4», «верхня пряма подача в межі майданчика з

прийомом», «верхня пряма подача в ліву і праву половини майданчика» (прийом з переміщенням), «прямий нападаючий удар із зони 4 в межі майданчика з прийомом». У тесті «верхня пряма подача в ліву і праву половини майданчика» (прийом з переміщенням) середнє значення ліберо контрольної та експериментальної груп дорівнює 5,0, а коефіцієнт варіації 0,01% у обох груп. А у тесті «прямий нападаючий удар із зони 4 в межі майданчика з прийомом» середнє значення спортсменів контрольної групи склав 4,6, а експериментальної – 4,5. Коефіцієнт варіації у спортсменів контрольної групи складає 11,19%, а у експериментальної – 11,9%. Таким чином, рівень розвитку силових здібностей безпосередньо міг вплинути на показники цих тестів.

Результати, отримані під час констатуючого експерименту було покладено в основу методики підвищення рівня технічної підготовленості гравців «ліберо».

Спеціальна підготовка «ліберо» у волейболі починається після 4 – 5 років базової підготовки, наступний за періодом прискореного розвитку фізичних якостей молодого спортсмена. В цей період фактично закінчується конституційне та фізичне формування юних волейболістів, що дає можливість точно моделювати і прогнозувати кінцевий спортивний результат в майбутньому. Спеціальні вправи для «ліберо» включають в себе декілька розділів: загальна і спеціальна фізична підготовка, технічна підготовка, тактична та інтегральна підготовка і, як вершина підготовки, участь у змаганнях [4].

Експериментальна методика складалась з п'яти блоків спрямованих на оволодіння технікою рухів, а також комплексів, які спрямовані на оволодіння діями гравця з м'ячем та без м'яча. У тренувальному занятті використовувались необхідні комбінації та розстановки щодо прийому подачі, вправи в захисті, передачі м'яча зверху та знизу, вправи на розвиток швидкості.

Впровадження методики здійснювалось в навчально-тренувальному процесі зі спортсменами експериментальної групи. Контрольна група займалась без змін за програмою ДЮСШ. Всі заняття експериментальної групи проводились разом та під контролем тренерів ДЮСШ.

З метою оцінки ефективності методики проводився порівняльний аналіз показників технічної підготовленості «ліберо».

Отримані дані дали змогу констатувати наступні висновки щодо впровадження експериментальної методики в навчально-тренувальному процесі гравців «ліберо». В таблиці 2 наведені дані щодо рівня технічного розвитку гравців «ліберо» до та після проведення дослідження.

Таблиця 2

Порівняльний аналіз рівня технічної підготовленості контрольної та експериментальної груп після експерименту

№ з/р	Назва тесту	Контрольна група		Експериментальна група		Приріст, %	
		X ± m		X ± m		КГ	ЕК
		До	Після	До	Після		
1.	Поточна передача м'яча двома руками зверху в стіну	4,75± 0,16	4,87± 0,12	5,0±0,01	5,0±0,01	2,6	5,0
2.	Передача м'яча двома руками знизу із зони 4 в зону 6	4,12± 0,12	4,37± 0,18	4,5±0,18	4,7± 0,16	7,9	8,3
3.	Передача м'яча двома руками знизу із зони 3 в зону 4	4,87± 0,12	5,0±0,01	4,7±0,16	4,8±0,12	2,5	2,6
4.	Верхня пряма подача в межі майданчика(прийом)	4,37± 0,18	4,75±0,16	4,3± 0,18	4,5±0,18	0	5,3
5.	Подача в ліву і праву половину майданчика. Прийом подачі з переміщенням.	5,0±0,01	5,0±0,01	5,0±0,01	5,0±0,01	0	0
6.	Прямий нападаючий удар із зони 4 в межі майданчика. Прийом удару.	4,5±0,19	4,87± 0,12	4,6±0,19	4,7±0,16	2,5	2,7
7.	Блокування нападаючого удару із зони 4 в зону 5. Страховка.	4,5± 0,19	4,75± 0,16	4,7±0,16	4,8±0,12	2,5	5,3

Порівняльний аналіз показників рівня технічної підготовленості «ліберо» юних волейболістів до і після дослідження виявив наступне, що приріст результатів в контрольних групах є, спостерігається він завдяки дії використаних засобів у навчально-тренувальному процесі.

У контрольній групі після дослідження спостерігається поліпшення результатів. Контрольна група мала приріст показників при виконанні наступних тестів: передача м'яча двома руками знизу із зони 6 в зону 4.

Однак у експериментальній групі виявилось, що показники контрольного тестування найбільш вищі при виконанні

таких тестів: «Поточна передача м'яча двома руками зверху у стіну», «передача м'яча двома руками знизу із зони 6 в зону 4», «верхня пряма подача в межі майданчика з прийомом», «блокування нападаючого удару із зони 4 зі страховкою в зоні 5».

За даними таблиці 2 приріст показників «поточної передачі м'яча двома руками зверху у стіну» в контрольній групі складає 2,6%, в експериментальній групі приріст є більшим і становить 5,0%. При «передачі м'яча двома руками знизу із зони 4 в зону 6» спортсмени контрольної групи мали приріст показника 7,9%, як спортсмени експериментальної групи 8,3%. За результатами тесту «передачі м'яча двома руками знизу із зони 3 в зону 4» приріст контрольної групи складав 2,5%, експериментальної 2,6%.

Приріст показників у тесті «верхньої прямої подачі в межі майданчика» (з прийомом) контрольної та експериментальної групи склали 0% та 5,3% відповідно. Приріст показників у тесті з «подач в ліву і праву половини майданчика» у контрольній і експериментальній групі склав 0%.

Приріст показників «прямого нападаючого удару із зони 4 в межі майданчика» з прийомом у контрольній групі склав 2,5%, а у експериментальній 2,7%.

Приріст показників тесту з «блокування нападаючого удару із зони 4 в зону 5» (зі страховкою) у контрольній групі становить 2,5%, у експериментальній 5,3%.

Висновки. Аналіз планування тренувального процесу у волейболі на етапі попередньої базової підготовки свідчить про те, що здебільшого тренувальний процес спортсменів спрямований на вдосконалення технічної підготовленості та підвищення рівня спеціальних фізичних якостей і функціональних можливостей спортсменів-волейболістів.

Оцінка рівня технічної підготовленості дозволила констатувати найнижчі показники в тестах «передача м'яча двома руками знизу із зони 3 в зону 4», «верхня пряма подача в межі майданчика з прийомом», «верхня пряма подача в ліву і праву половини майданчика (прийом з переміщенням)», «прямий нападаючий удар із зони 4 в межі майданчика з прийомом». Найкращі показники констатували в тестах: «поточна передача м'яча двома руками зверху на відстані 3м від стіни», «передача м'яча двома руками знизу із зони 6 в зону 4», «блокування нападаючого удару із зони 4 в зону 5(зі страховкою)». Показники спортсменів контрольної та експериментальної груп достовірних відмінностей не мають.

Доцільно в процес технічної підготовки гравців «ліберо» включати блоки вправ вибіркового характеру, спрямованих на вдосконалення прийомів подачі, з використанням захисних дій, для вдосконалення передач м'яча в рамках дій «ліберо», для вдосконалення індивідуальної та парної роботи «ліберо», а також окремий блок вправ, спрямований на відпрацювання домашнього завдання. Перші чотири блоки доцільно використовувати в основній частині тренувального заняття, п'ятий блок – у заключній частині тренування. Дозування та інтенсивність навантажень повинна відповідати рівню технічної підготовленості гравців, а також індивідуальним функціональним особливостям організму спортсменів.

Перспективи подальших досліджень. Однак розробка нових методик для визначення рівня фізичної підготовленості гравців «ліберо» залишається відкритим питанням, що підкреслює перспективи подальших досліджень.

Література

1. Артеменко Б.О. Значущість технічної підготовленості волейболістів рівного рівня майстерності у їх ігровій діяльності. Физическое воспитание студентов. Х.: ХГАДМ, 2013. С. 18–23.
2. Богуш В.Л., Гетманцев С.В., Сокол О.В. 4Совершенствование специальной подготовленности волейболистов. Слобожан. наук.-спорт. вісн. 2015. № 3 (47). С. 24–28.
3. Бондаренко В.В., Ціпов'яз А.Т. Методика навчання елементам техніки волейболу. Навчально-методичний посібник. Кременчук: Методичний кабінет, 2018. 120с.
4. Волейбол: Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності. – К.: РНМК, 2009. – 168 с
5. Гнатчук В. І. Взаємоз'язок показників спеціальної фізичної підготовки та змагальної діяльності кваліфікованих волейболістів. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2006. № 3. С. 3–6.
6. Горчанюк, Ю. А. (2015). Характеристика змагальної діяльності гравця «ліберо» у волейболі. Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор і єдиноборств в вищих учебных заведених. Сб. статей XI международной научной конференции 6 февраля 2015 год, ХДАФК, Т.2, 17-20.
7. Демчишин А.Д. Специальная физическая подготовка волейболистов / А.Д. Демчишин, Р.С. Мозола, Ю.М. Пантишко. – К.: „Сучасна школа”. 2016. – 184 с.
8. Дорошенко Е. Ю. Теоретико-методичні основи управління техніко-тактичною діяльністю в командних спортивних іграх: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту: спец. 24.00.01. «Олімпійський та професійний спорт». К., 2014. 44 с.
9. Железняк Ю.Д. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения: Учебн. для ВУЗов. Изд.5. М.: Академия, 2008. 520 с.
10. Ковальчук А. А. Формування елементів техніки гри у волейбол з використанням спеціальних тренажерних пристроїв у фізичному вихованні студенток: автореф. дис. канд. наук. з фіз. виховання та спорту. Дніпро: ДДІФКС, 2017. – 19 с.
11. Кривошеин А.А. Психологическая, физическая и техническая подготовка игрока «либеро». Ярославль. 2004. 362 с.
12. Мельник А. Ю. Аналіз ігрових дій «ліберо» у змагальній діяльності волейболісток. Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор і єдиноборств у вищих навчальних закладах. (2019). Збірник статей XV міжнародної наукової конференції 8–9 лютого 2019 р., Т 11, Харків. 37-40
13. Мельник, А. Ю., & Клименок, Ж. В. (2018). Ефективність ігрових дій «ліберо» у змагальній діяльності волейбольних команд. Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор і єдиноборств в вищих учебных заведених: збірник статей XIV международной научной конференции. Харків: ХГАФК, Т. 2, 38-41.
14. Піменов М.П. Волейбол. Спеціальні вправи. Івано-Франківськ: Лілея-НВ, 2001. 196 с
15. Пустовойт Н.Е. Волейбол. Техніка гри у нападі та захисті: методична розробка. Кропивницький, 2017. 25 с.
16. http://volleyball.sport-lives.com/rules/volleyball_libero.html

Reference

- 1.Artemenko B.O. Znachushchist' tekhnichnoyi pidhotovlenosti voleybolistiv rivnogo rivnya maysternosti u yikh ihroviy diyal'nosti. Fyzycheskoe vospytanye studentov. KH.: KHHADM, 2013. S. 18–23.
- 2.Bohush V.L., Hetmantsev S.V., Sokol O.V. 4Sovershenstvovanye spetsyal'noy podhotovlennosti voleybolystov. Slobozhan. nauk.-sport. visn. 2015. № 3 (47). S. 24–28.
- 3.Bondarenko V.V., Tsipov"yaz A.T. Metodyka navchannya elementam tekhniki voleybolu. Navchal'no-metodychnyy posibnyk. Kremenchuk: Metodychnyy kabinet, 2018. 120s.
- 4.Voleybol: Navchal'na prohrama dlya dytyacho-yunats'kykh sportyvnykh shkil, spetsializovanykh dytyacho-yunats'kykh shkil olimpiys'koho rezervu, shkil vyshchoyi sportyvnoyi maysternosti. – K.: RNMK, 2009. – 168 s.
- 5.Hnatchuk V. I. Vzayemoz"yazok pokaznykiv spetsial'noyi fizychnoyi pidhotovky ta zmahal'noyi diyal'nosti kvalifikovanykh voleybolistiv. Teoriya i metodyka fizychnoho vykhovannya i sportu. 2006. № 3. S. 3–6.
- 6.Horchanyuk, YU. A. (2015). Kharakterystyka zmahal'noyi diyal'nosti hravtsya «libero» u voleyboli. Problemy y perspektyvy razvytyya sportyvnykh yhr y edynoborstv v vysshkykh uchebnykh zavedenyyakh. Sb. statey XI mezhdunarodnoy nauchnoy konferentsyy 6 fevralya 2015 hod, KHDAFK, T.2, 17-20.
- 7.Demchyshyn A.D. Spetsyal'naya fizycheskaya podhotovka voleybolystov / A.D. Demchyshyn, R.S. Mozola, YU.M. Pantyshko. – K.: „Suchasna shkola”. 2016. – 184 s.
- 8.Doroshenko E. YU. Teoretyko-metodychni osnovy upravlinnya tekhniko-taktychnoy diyal'nisty v komandnykh sportyvnykh ihrakh: avtoref. dys. na zdobuttya nauk. stupenya kand. nauk z fiz. vykhovannya i sportu: spets. 24.00.01. «Olimpiys'kyy ta profesiynyy sport». K., 2014. 44 s.
9. Zheleznyak YU.D. Sportyvnye yhry: Tekhnika, taktyka, metodyka obuchenyya: Uchebn. dlya VUZov. Yzd.5. M.: Akademyya, 2008. 520 s.
10. Koval'chuk A. A. Formuvannya elementiv tekhniki hry u voleybol z vykorystanniam spetsial'nykh trenazherykh prystroyiv u fizychnomu vykhovanni studentok: avtoref. dys. kand. nauk. z fiz. vykhovannya ta sportu. Dnipro: DDIFKS, 2017. – 19 s.
11. Kryvosheyn A.A. Psykholohycheskaya, fizycheskaya y tekhnicheskaya podhotovka yhroka «lybero». Yaroslavl'. 2004. 362 s.
12. Mel'nyk A. YU. Analiz ihrovykh diy «libero» u zmahal'niy diyal'nosti voleybolistok. Problemy i perspektyvy rozvytku sportyvnykh ihor i odnoborstv u vyshchykh navchal'nykh zakladakh. (2019). Zbirnyk statey KHV mizhnarodnoyi naukovoï konferentsiyi 8–9 lyutoho 2019 r., T 11, Kharkiv. 37-40.
13. Mel'nyk, A. YU., & Klymenok, ZH. V. (2018). Efektyvnist' ihrovykh diy «libero» u zmahal'niy diyal'nosti voleybol'nykh komand. Problemy y perspektyvy razvytyya sportyvnykh yhr y edynoborstv v vysshkykh uchebnykh zavedenyyakh: zbirnyk statey XIV mezhdunarodnoy nauchnoy konferentsyy. Kharkiv: KHDAFK, T. 2, 38-41.
14. Pimenov M.P. Voleybol. Spetsial'ni vpravy. Ivano-Frankivs'k: Lileya-NV, 2001. 196 s.
15. Pustovoyt N.E. Voleybol. Tekhnika hry u napadi ta zakhysti: metodychna rozrobka. Kropyvnyts'kyy, 2017. 25 s.
16. http://volleyball.sport-lives.com/rules/volleyball_libero.html

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.7(167).29

Островський М.В.

аспірант

Львівський державний університет фізичної культури

імені Івана Боберського, м. Львів

Винорградський Б.А.

доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор

Львівський державний університет фізичної культури

імені Івана Боберського, м. Львів

ЗМАГАЛЬНА ДІЯЛЬНІСТЬ У ЯПОНСЬКІЙ ТРАДИЦІЙНІЙ СТРІЛЬБІ З ЛУКА КЮДО

Стаття розкриває особливості змагальної діяльності у кюдо. Актуальність дослідження полягає у систематизації знань про способи проведення, види та організації змагань з японської традиційної стрільби з лука – кюдо.

Мета роботи – визначити основні особливості змагальної діяльності у японській традиційній стрільбі з лука.

Запропоновано схему класифікації спортивних змагань у кюдо, яку побудовано на основі встановлених ознак: рівня майстерності кюдока, масштабу, статті, стрілецьких ритуалів, професійної орієнтації, форми заліку, вікової категорії учасників, завдань, характеру організації змагань.

Також виявлено три способи визначення переможців – текицусей (система влучності) і токутенсей (нарахування балів за влучання в певну ділянку мішені) та сайтенсей (підрахунок очок, де також оцінюється техніка пострілу).

Виявлено 2 види програм змагань у кюдо – кінтекі (змагання на короткій дистанції 28 м) та енттекі (змагання на довгій дистанції 60м.). На основі аналізу загальних правил змагань кюдо запропоновано порівняльну схему цих програм.