

Міністерство освіти і науки України
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
Факультет фізичної культури
Кафедра спорту і спортивних ігор

Дипломна робота
магістра

з теми: «МЕТОДИКА ТЕХНІКО-ТАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ
ВОЛЕЙБОЛІСТІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ»

Виконала: студентка 2 курсу,
групи FKSb1-M17
спеціальності 017 Фізична культура і
спорт
Колісецька Анастасія Олексіївна
Керівник: Козак Є. П., кандидат
педагогічних наук, доцент
Рецензент: Бабюк С. М., кандидат
педагогічних наук, доцент






Кам'янець-Подільський – 2018 рік

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1 ПРОБЛЕМА ТЕХНІКО-ТАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ ІЗ ВИКОРИСТАННЯМ ІГРОВИХ ВПРАВ.....	10
1.1 Характеристика змагальної діяльності в сучасному волейболі.....	10
1.2 Проблема управління навчально-тренувальним процесом кваліфікованих волейболістів.....	19
1.3 Методи оцінки змагальної діяльності в волейболі.....	27
РОЗДІЛ 2 МЕТА, ЗАВДАННЯ, МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	32
2.1 Мета, завдання досліджень.....	32
2.2 Методи дослідження.....	32
2.3 Організація дослідження.....	36
РОЗДІЛ 3 МЕТОДИКА ЗАСТОСУВАННЯ ІГРОВИХ ВПРАВ В ТЕХНІКО-ТАКТИЧНІЙ ПІДГОТОВЦІ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ....	38
РОЗДІЛ 4 РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕНЬ ТА ЇХ ОБГОВОРЕННЯ.....	63
ВИСНОВКИ.....	69
ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ.....	71
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	75

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ

На усіх рисунках прийняті наступні умовні позначення:

	переміщення гравців
	політ м'яча
	місце розташування гравця
	наступне розташування гравця
	гравці, які не переміщуються, пасуючий гравець

ВСТУП

Актуальність теми. Сучасний волейбол і специфіка змагальної діяльності пред'являє великі вимоги до дій спортсменів: боротьба яка ведеться при великій напрузі фізичних та психічних сил; гравець повинен чітко прогнозувати ігровий епізод, ігрову ситуацію і весь матч в цілому; по можливості володіти інформацією про якість ігрової підготовленості суперників та їх потенційні можливості; уміти управляти собою в складних ігрових ситуаціях команди (А. Ц. Пуни, В. С. Келлер, Ю. Д. Железняк, А. В. Беляев, Ю. Н. Клещев).

Тому одній з особливостей спортивної підготовленості кваліфікованих волейболістів на сучасному етапі на перший план висуваються завдання формування командних дій, вибір та вдосконалення найбільш раціональних тактичних схем в організації атакуючих та захисних дій команди (Ю. В. Шиховцев, М. В. Савин, А. В. Беляева, М. В. Савина, Ю. Н. Клещев, Ф. П. Сулова, В. Л. Сыга, Б. Н. Шустина), формування психічної готовності, ефективність дій в екстремальних умовах змагальної діяльності (В.П. Фомин, Н.А. Фомин, С. С. Єрмаков).

Тому сьогодні для підготовки кваліфікованих волейболістів ставиться не стільки кількісна так і якісна сторона тренувальних вправ, їх відповідність тим завданням, які вирішуються окремими волейболістами і командою під час поєдинку на спортивному майданчику (М.А. Годик, Ф.П. Сулов, Ж.К. Холодов, А.В. Беляев, Ю.Н. Клещев).

Одним з перспективних напрямів вирішення цієї проблеми є розробка і впровадження комплексу ігрових вправ з техніко-тактичної підготовленості кваліфікованих волейболістів, що моделюють зміст і умови змагальної діяльності.

Мета дослідження: удосконалення техніко-тактичної підготовленості кваліфікованих волейболістів за рахунок комплексу ігрових вправ.

Завдання дослідження:

1) Визначити показники групових техніко-тактичних дій кваліфікованих волейболістів під час змагальної діяльності;

2) Визначити чинники, що впливають на ефективність групових тактичних дій кваліфікованих волейболістів;

3) Розробити і експериментально обґрунтувати ефективність методики застосування комплексу ігрових вправ в техніко-тактичній підготовці кваліфікованих волейбольних чоловічих команд.

Об'єкт дослідження: система підготовки кваліфікованих волейболістів.

Предмет дослідження: техніко-тактична підготовленість кваліфікованих волейболістів.

Організація педагогічного експерименту. Експериментальне дослідження проводилось з 2017 по 2018 рр. з двома волейбольними командами, що беруть участь в офіційних змаганнях чемпіонаті України серед команд вищої ліги та вищої “Студентської ліги” України з волейболу серед чоловічих команд.

При цьому контрольну групу склали 15 волейболістів команд м. Кам’янець-Подільського, а експериментальну групу увійшли 15 волейболістів команди м.Хмельницький.

У волейболі для команд високої кваліфікації визначається два спортивні сезони – зимовий та літній, внаслідок чого передбачається два цикли підготовки та участі в змаганнях. Залежно від того, в якому з них плануються головні змагання для цієї команди, один цикл буде головним, інший - підлеглим, пов'язаним з підготовкою до менш значущим змаганням [38, 86]. При цьому побудова та зміст тренувального процесу визначаються календарем змагань. Підготовка гравців до змагання включає тренувальний процес в трьох періодах: підготовчому, змагальному та перехідному [102].

З урахуванням цього структура навчально-тренувального процесу команди м. Кам’янець-Подільського, волейболісти які входили до контрольної групи, та команди м. Хмельницький. волейболісти які входили до експериментальної групи, була визначена таким чином:

Підготовчий період включав три етапи:

- етап базової фізичної підготовки (з 24 липня по 19 серпня 2017 року):

- етап техніко-тактичної підготовки (з 20 серпня по 18 вересня 2017 року);
- етап підготовки (з 19 вересня по 12 жовтня 2017 року) передзмагальний. Період змагальний тривав з 13 жовтня 2017 року по 15 квітня 2017 року.

Показники об'єму та інтенсивності тренувальних навантажень обох команд у рамках структурних одиниць навчально-тренувального процесу (мікроциклів, етапів та періодів) істотно не розрізнялися.

У дослідженнях В. Ю. Зубкова [67] виявлено, що в тренуванні кваліфікованих волейболістів в змагальному періоді перевага повинна віддаватися аеробним та анаеробно-аеробним навантаженням. З урахуванням цього відносний об'єм вправ аеробного характеру в констатуючому та формувальному педагогічному експерименту становив 29-34 %, та 51-56 % -аеробно-анаеробного характеру.

Відповідно до рекомендацій фахівців [1, 17, 34, 109] у змагальному періоді в порівнянні з підготовчим періодом для досягнення високого рівня адаптації спортсменів до специфічних змагальних навантажень знижувався об'єм, та одночасно, збільшувалася інтенсивність тренувальних навантажень, як в контрольній групі, так і в експериментальній. Це здійснювалося переважно через використання вправ, які виконувалися в режимі максимальної інтенсивності, техніко-тактична структура яких відповідала окремим фрагментам ігрового процесу.

Істотні відмінності полягали в об'ємі тренувального навантаження, що виділяється на ігрову підготовку (таблиця 1). Навчально-тренувальний процес під час констатуючого педагогічного експерименту здійснювався із застосуванням традиційного кола тренувальних вправ з техніко-тактичною спрямованістю, які широко описані в спеціальній літературі [6, 38,71,108].

Таблиця 1 - Розподіл об'єму тренувального навантаження по видах підготовки в констатуючому та формуючому педагогічних експериментах, в %

Види підготовки	Групи	Підготовчий період			Змагальний період	
		Етап фізичної підготовки	Етап спеціалізованої підготовки	Перед змагальний етап	I тур	II тур
Фізична	К	42,5	25,6	20,4	15,8	12,5
	Е	42,0	26,7	20,1	16,4	12,0
Технічна	К	28,1	28,2	25,6	30,2	27,5
	Е	29,4	20,9	18,9	15,6	14,1
Тактична	К	14,6	26,1	27,5	26,2	26,6
	Е	10,2	25,4	15,5	23,4	20,1
Ігрова	К	14,8	20,1	26,5	27,8	33,4

Примітка: в чисельнику приведений розподіл навантаження в контрольній групі, в знаменнику - в експериментальній групі.

В процесі формуючого педагогічного експерименту у великому об'ємі застосовувалися розроблені нами ігрові вправи, що моделювали умови для практичної реалізації та вдосконалення атакуючих та захисних комбінацій сучасного волейболу.

При цьому на етапі базової фізичної підготовки в ході теоретичних занять заздалегідь вирішувалося завдання формування знань та уявлень при вивченні тактичних ігрових комбінацій нападаючого плану («хрест»; «зворотній хрест»; «зона»), блокуванні та захисних дій на задній лінії.

Велика увага також приділялася вдосконаленню індивідуальних техніко-тактичних дій, які становили зміст цих комбінацій, а також поглиблювалися знання та уявлення про роль та місце цих дій в структурі розіграваних тактичних комбінацій, формувалися уміння погоджувати свої індивідуальні техніко-тактичні дії з діями інших гравців, що беруть участь в здійсненні тієї або іншої тактичної комбінації.

Методика вирішення цих завдань техніко-тактичної підготовки представлена в 3 розділі при описі етапів: 1) формування орієнтовної основи; 2) вдосконалення базових елементів групових тактичних дій.

Техніко-тактична підготовка на початку наступного етапу підготовчого періоду (етап спеціалізованої підготовки) була зосереджена на формуванні умінь виконувати групові тактичні дії в типовій ігровій ситуації при пасивних діях з боку суперника за умови детального та свідомого контролю. У міру засвоєння цих умінь здійснювався послідовний перехід до навчання волейболістів вибору та практичної реалізації найбільш раціональних варіантів групових тактичних дій з урахуванням змісту ігрової ситуації при активних діях з боку суперника, але в обмежених зонах, потім - при обмежених діях, але по усьому майданчику та нарешті, при довільних діях.

Хід рішення цих завдань представлений в 3 розділі описі етапу формування умінь виконувати групові тактичні дії.

На передзмагальному етапі підготовки вирішувалося завдання підвищення надійності та поміхо стійких групових тактичних дій до збиваючих чинників через їх виконання в умовах, максимально наближених до змагань.

Методика рішення цієї задачі описана в 3 розділі (етап вдосконалення навичок групових тактичних дій).

У змагальному періоді широко застосовувалися усі розроблені нами ігрові вправи, при цьому велику частку (71,0 %) склали вправи, спрямовані на вдосконалення взаємодії волейболістів у рамках комбінацій атакуючого та захисного плану (таблиця 2).

Показники фізичної та техніко-тактичної підготовки волейболістів обох команд визначалися на початку підготовчого та змагального періодів, після закінчення першого і другого туру змагань.

Таблиця 2 - Розподіл об'ємів вправ техніко-тактичної спрямованості в структурі підготовчого та змагального періодів тренування у формульованому педагогічному експерименті, в %

Спрямованість вправи	Підготовчий період			Змагальний період	
	Етап фізичної підготовки	Етап спеціалізованої підготовки	Перед змагальний етап	I тур	II тур
Вправи для вдосконалення базових групових елементів техніко-тактичних дій	55,4	28,9	25,3	25,0	18,4
Вправи для навчання вміння виконувати групові техніко-тактичні дії	38,8	53,6	29,4	16,2	10,6
Вправи для вдосконалення групових навичок техніко-тактичних дій	4,8	17,5	45,3	58,8	71,0

Вимірювання та оцінка показників змагальної діяльності обох команд, що брали участь в наших дослідженнях, проводилися за результатами аналізу відеозаписів 4 зустрічей, зіграних між собою: двох календарних ігор в чемпіонаті України вищої ліги та вищої “Студентської ліги” України з волейболу серед чоловічих команд в сезоні 2017-2018 рр., двох контрольних ігор, проведених на перед змагальному етапі підготовки, та чотирьох календарних ігор (першого та другого кола) в сезоні 2017 -2018 рр.

Очікувані результати:

Створений комплекс нових ігрових вправ, що моделює умови взаємодій змагальної діяльності кваліфікованих волейболістів при реалізації їх групових тактичних комбінацій, як атакуючого так і захисного плану;

Розроблена методика застосування комплексу нових ігрових вправ в техніко-тактичній підготовці чоловічих волейбольних команд.

Покращена підготовленість кваліфікованих волейболістів команди м. Хмельницького та м. Кам'янця-Подільського.

Практична значущість. За результатами дослідження планується впровадження в навчально-тренувальний процес новий комплекс ігрових вправ з техніко-тактичної підготовленості команд вищої “Студентської ліги” України, що створює оптимальні педагогічні умови, а саме: вдосконалення індивідуальної технічної майстерності волейболістів, а також підсилення комбінаційного стилю через значний обсяг та ефективність застосування тактичних комбінацій, підвищення результативності змагальної діяльності.

Шляхи впровадження: основні положення дипломної роботи висвітлені на кафедральній та університетській студентській конференції.

ВИСНОВКИ

1. Однією з тенденцій розвитку теорії і методики спорту є реалізація установки на моделювання в тренуванні змісту і умов змагальної діяльності. Реалізація даної установки забезпечується через виконання вправ ігрового і змагального характеру.

2. В науково-методичній літературі з волейболу є частково розроблені спеціальні ігрові вправи з м'ячем, які не повною мірою відтворюють умови змагальної діяльності, що обмежують у вирішенні тактичних взаємодій волейболістів у рамках атакуючих і захисних тактичних комбінацій сучасного волейболу.

3. Застосування розроблених нами нових ігрових вправ здійснюється у рамках методики, яка є діючою системою і характеризується відносно цільовою спрямованістю, змісту структурних і функціональних компонентів, механізмів функціонування.

4. В якості засобу організації навчально-тренувального процесу використовується система теоретичних завдань і комплекс нових ігрових вправ. Виконання теоретичних завдань спрямоване на засвоєння знань і представлень:

- 1) істотних ознак, що характеризують окремі типові ігрові ситуації;
- 2) адекватних цим ситуаціям групових тактичних дій.

Виконання ігрових вправ націлено на практичне оволодіння цими діями.

Нові ігрові вправи підрозділяються на: а) групові вправи, що підводять;

- б) власне ігрові вправи;
- в) змагальні вправи.

5. У методиці застосування ігрових вправ виділяються етапи:

- формування орієнтовної основи групових тактичних дій;
- формування базових елементів групових тактичних дій;
- формування уміння виконувати групові тактичні дії;
- вдосконалення навиків групових тактичних дій.

Кожен з етапів системно організований і характеризується, як будь-яка педагогічна система, з боку мети, змісту, засобів, методів техніко-тактичної підготовки і видів занять.

6. Розроблена нами методика застосування комплексу нових ігрових вправ з техніко-тактичної підготовки кваліфікованих волейболістів:

1) робить приблизно такий же тренувальний ефект відносно швидкісний, швидкісно-силових якостей і спеціальної витривалості.

2) приводить: до істотного підвищення:

а) якості виконання волейболістами основних техніко-тактичних прийомів : "подачі" - від 3,14 до 3,57 бали, "нападаючого удару" - від 3,11 до 3,49 бали, "прийому м'яча в захисті" - від 3,17 до 3,52 бали, "блокування" - від 3,14 до 3,51 бали;

б) об'єму групових тактичних комбінацій, які використовує команда під час змагальної діяльності: "хрест" - від 4,07 до 9,50 рази; "зворотний хрест" - від 1,24 до 4,47рази; " зворотній хрест" - від 1,41 до 6,54 рази; "зона" - від 6,93 до 11,51 рази; від 9,34 до 16,13 рази; загального об'єму - від 22,98 до 49,15 рази;

в) ефективності застосування в грі групових тактичних комбінацій : "хрест" - від 54,7 до 79,5 %; "зворотній-хрест" - від 51,2 до 69,4 %; "зворотній хрест" - від 46,8 до 70,4 %; "зона" - від 54,6 до 77,5 %; "груповий блок" - від 63,5 до 88,3 %; середньої ефективності - від 54,2 до 77,1 %;

ПРАКТИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ

Для вирішення завдань, щодо вдосконалення групових тактичних дій команди повинні здійснюватися у рамках ширшої системи спортивного тренування в єдності з вирішенням завдань фізичної та технічної підготовки.

Зміст тренування та засвоєння групових тактичних дій, які забезпечують вирішення даного завдання, що визначається на основі змістовного аналізу змагальної діяльності в сучасному волейболі. Включаючи теоретичні знання, зорові представлення, рухові уміння та навички та практичної реалізації групових тактичних дій в умовах змагальної діяльності.

Необхідними компонентами, що обумовлюють готовність *волейболістів* до оволодіння груповими тактичними діями є:

- 1) спрямованість спортсмена на досягнення максимальних результатів в обраному виді спорту;
- 2) володіння індивідуальними техніко-тактичними діями на рівні навички;
- 3) високий рівень розвитку фізичних якостей, функціональних можливостей і психічних властивостей спортсменки, як передумова швидкого і ефективного оволодіння навичками та взаємодії при реалізації групових тактичних комбінацій в екстремальних умовах змагальної діяльності.

У вирішенні завдань для вдосконалення групових тактичних дій на основі застосування комплексу ігрових вправ виділяються чотири послідовні етапи. Кожен з етапів системно організований і характеризується, як будь-яка педагогічна система, з боку вирішуваних завдань, змісту, засобів і методів тренування, видів навчально-тренувальних занять.

Найбільш раціональною формою теоретичних занять є колективний перегляд фрагментів відеозаписів ігор найсильніших волейбольних команд, що наочно представляють типові ігрові ситуації і способи організації групових

тактичних дій, які використовуються цими командами в процесі змагальної діяльності.

В якості засобів вирішення першого завдання застосовуються традиційні техніко-тактичні вправи, що широко представлені в учбово-методичній літературі.

Особлива увага приділяється не лише точності, але і узгодженості переміщень гравців та виконання ними техніко-тактичних прийомів. Для цієї вправи виконується із розрахунку на умовний сигнал пасуючого гравця.

Вправи можуть виконуватися одночасно двома групами гравців, кожний на своїй стороні волейбольного майданчика. Можна ввести змагальний елемент між цими групами, наприклад, в утриманні м'яча в повітрі на якийсь час.

В ролі засобів вирішення цих завдань виступають ігрові вправи за участю двох команд, зі зміною пасуючих гравців, що виходять з глибини майданчика із зон 1,6,5. За своїм змістом вони представляють гру двох команд через сітку з виконанням групових тактичних дій, об'єднаних в комбінаціях нападаючого плану.

При перших спробах виконання ігрових вправ необхідно домагатися від гравців не виграшу очка при кожному розіграші, а усього лише правильних погоджених переміщень дій з м'ячем з установкою на тривале утримання м'яча в повітрі. У іншому усі дії гравців регламентуються правилами волейболу.

Потім освоєння навичок виконання ігрових вправ в полегшеному варіанті з відсутністю активного опору з боку суперника можна переходити до їх виконання в ігрових умовах, з націленістю на виграш очка при кожному розіграші м'яча і виграш партії в цілому (до 25 очок).

Зміна ролей між нападаючими і гравцями, що захищаються, проводиться тренером після закінчення встановленого часу або після виконання певного числа блокуючих дій. Можна також ввести змагальний елемент між командами, що грають в захисті, наприклад: хто більше прийме або закриє нападаючі удари блоком.

На завершальній стадії цього етапу, коли спортсмени починають виконувати розучувані групові тактичні дії вільно і без помилок, можна перейти до використання змагального методу.

Практичні заняття на цьому етапі зберігають тематичну техніко-тактичну спрямованість. Разом з цим при виконанні окремих ігрових вправ за умови підвищення їх інтенсивності можна вирішувати завдання функціональної і фізичної підготовки.

В якості основного *засобу* вдосконалення навичок ведення гри на основі комбінацій нападаючого характеру використовується ігрова вправа за участю двох команд.

Ускладнення умов виконання вправи здійснюється через проведення змагань в ефективності реалізації розучуваних комбінацій. Зокрема, можна провести змагання між парами гравців, як по кількості очок набраних в нападі, так і по кількості успішно виконаних парою гравців блокуючих захисних дій.

Для вдосконалення навичок ведення гри в захисті застосовуються *вправи з комбінуванням групового та індивідуального блокування*. Вони за своїм змістом і умовами виконання, якнайповніше наближені до гри - в них застосовуються усі технічні елементи волейболу: подача, прийом, передача, нападаючі удари, блокування, страховка - і створюються умови для вирішення усіх тактичних комбінацій, вдосконалення навичок захисних дій гравцем, що виконує роль ліберо.

Гравці при виконанні вправи розташовуються так само, як під час змагань. Зміна складу спортсменів робиться по команді тренера, після закінчення встановленого часу або після виконання певного числа блокуючих дій.

Можна провести змагання між командами в найменшій кількості помилкових дій (помилка в прийомі подачі, в нападаючому ударі і так далі), здійснених за певний час. Практичні заняття набувають одночасно інтегральну спрямованість: із вдосконаленням групових тактичних дій, які вирішують завдання з фізичної, функціональної та психологічної підготовки

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Айрапетянц Л. Р. Динамика тренировочных и соревновательных нагрузок высококвалифицированных волейболистов в годичном цикле подготовки: автореф. дис. канд. пед. наук. Москва: 1981. 23 с.
2. Айрапетянц Л. Р., Годик М. А. Спортивные игры. Ташкент: 1991. С. 114-121.
3. Аль-Баштави Сами. Физическая подготовка квалифицированных волейболистов в годичном цикле: автореф. дис... канд. пед. наук. Москва: 1997. 24 с.
4. Аль-Гази А. Деятельность волейболистов в игровом процессе и методика её совершенствования: автореф. дис... канд. пед. наук. Москва: 1995. 25 с.
5. Амалин М. Е., Шилов А. С. Методика оценки соревновательной деятельности в спортивных играх. Теория и практика физической культуры. 1980. Выпуск 9. С. 19-22.
6. Амалин М. Е. Исследование вопроса тактической подготовки волейболистов-мастеров: автореф. дис... канд. пед. наук. Тарту, 1973. 23 с.
7. Андрюшишин И. Ф. Межличностно-функционального воздействия : дис... канд. пед. наук. Москва: 1993. 166 с.
8. Афанасьев А. В. Волейбольная стенограмма. Спортивные игры. 1961. Выпуск 1. С. 9.
9. Ахметжанов Т. А. Факторы, определяющие эффективность деятельности волейболистов в игровом процессе: автореф. дис... канд. пед. наук. Москва, 1986. 23 с.
10. Ашмарин Б. А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании. Москва. Физкультура и спорт, 1973. 192 с.
11. Беляев А. В. Исследование соревновательных и тренировочных нагрузок в волейболе: автореф. дис... канд. пед. наук. Москва, 1974. 24 с.

12. Беляев А. В. Содержание подготовки высококвалифицированных волейболистов в подготовительном и соревновательном периодах: метод. реком. Москва: ГЦОЛИФК, 1992. С. 9-24.
13. Беляев А. В. Характеристика соревновательной деятельности высококвалифицированных волейболистов. Москва: ГЦОЛИФК, 1990. 18 с.
14. Беляев А. В. Волейбол: теория и методика тренировки. Москва: Физкультура и спорт, 2007 184 с.
15. Бриль М. С., Корягдыев К. С. Отбор специальных упражнений для повышения защитных действий волейболистов. Теория и практика физической культуры. 1981. Выпуск 2. С. 13-15.
16. Брушлинский А. В. Мышление и прогнозирование. Москва: Наука, 1979. 232 с.
17. Бунин В. Я. Теоретико-методические основы информативного обеспечения соревновательной деятельности в волейболе: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Ленинград. 1981. 24 с.
18. Верхошанский Ю. В. Основы специальной физической подготовки спортсмена. Москва. Физкультура и спорт. 1985. 186 с.
19. Верхошанский Ю. В. Программирование, организация и управление тренировочным процессом. Москва. Физкультура и спорт. 1988. 264 с.
20. Верхошанский Ю. В. Теоретико-методические подходы к реализации идеи управления тренировочным процессом. Теория и практика физической культуры. 1984. № 4. С. 8 – 11.
21. Волейбол: учеб. для вузов / под общ. ред А. В. Беляева, М. В. Савина. 4-е изд. Москва. Дивизион. 2009. 360 с.
22. Волейбол: сб. ст. под ред. Ю. Н. Клещева. Москва. Физкультура и Спорт. 1983. 93 с.
23. Волейбол: Учебник для институтов физической культуры. Под ред. Ю. Д. Железняка и А. В. Ивойлова. Москва. Физкультура и спорт, 1991. 239 с.

24. Гжиб А. Г. Групповые тактические действия волейболистов в защите и методика их совершенствования. автореф. дис. канд. пед. наук Москва. 1989. 24 с.

25. Гикашвили Г. Л. Методика определения напряженности соревновательной деятельности в волейболе. автореф. дис. канд. пед. наук. Москва. 1990. 20 с.

26. Годик М. А. Педагогические основы нормирования и контроля соревновательных и тренировочных нагрузок. дис. д-ра пед. наук. Москва, 1982. 373 с.

27. Годик М. А., Айрапетянц Л. Р. Содержание и организация комплексного контроля в волейболе. Москва. Физкультура и спорт, 1983. 133 с.

28. Голденко Г. А. Индивидуальные программы технико-тактической подготовки футболистов высокой квалификации с учетом особенностей соревновательной деятельности. автореф. дис. канд. пед. наук. Москва, 1984. 21с.

29. Грига Ю. М. Управление процессом технико-тактической подготовки волейболистов высокой квалификации: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Москва. 1993. 27 с.

30. Гынку Г. К. Совершенствование технической подготовленности волейболистов путем изменения нетрадиционных средств тренировки: автореф. Дис. канд. пед. наук. Киев. 1988. 24 с.

31. Друзь В. А. Моделирование процесса спортивной тренировки Киев. Здоровья. 1976. 96 с.

32. Ермаков С. С. Структура основных технических приемов игры в волейбол как система ударных движений. автореф. дис. канд. пед. наук. Москва. 1991. 24 с.

33. Железняк Ю. Д. К мастерству в волейболе. Москва. Физкультура и спорт. 1978. 224 с.

34. Железняк Ю. Д. Основы волейбола. Москва. Физкультура и спорт. 1978. 224 с.

35. Железняк Ю. Д. Совершенствование системы подготовки спортивных резервов в игровых видах спорта. Дис. д-ра пед. наук. Москва. 1981. 484 с.
36. Железняк Ю. Д. Тактическая подготовка волейболистов. Смоленск. 1975 66 с.
37. Железняк Ю. Д. Управление спортивной формой. Спорт за рубежом. 1978. №6. С. 8–11.
38. Железняк Ю. Д. Юный волейболист Учебное пособие для тренеров. Москва. Физкультура и спорт. 1988. 192 с.
39. Железняк Ю. Д. Структура соревновательной игровой деятельности как основа построения тренировочного процесса волейболистов. Теория и практика физической культуры. 1988. № 6. С. 32–35.
40. Зациорский В. М. Основы спортивной метрологии. Москва. Физкультура и спорт. 1979 150 с.
41. Зедгенидзе В. И. Рекомендации по оценке технико-тактической подготовленности квалифицированных связующих. Особенности комплексного педагогического контроля в спортивных играх. Сб. науч. тр. Москва. ГДОИФК. 1985. С. 55–58.
42. Зубков В. Ю. Динамика специальной работоспособности волейболистов высокой квалификации в соревновательном периоде и средства ее стабилизации. Дис. канд. пед. наук. Москва. 2000. 157 с.
43. Иванченко Т. Д. Комплексная оценка нападающих действий волейболистов. Методологические проблемы комплексной оценки в спорте: Тезисы докладов Всесоюзной научно-практ. конф. Москва. ВНИИФК. 1982. С. 121.
44. Ивойлов А. В. Соревнования и тренировка спортсмена. Минск. Высшая школа. 1982. 144 с.
45. Ивойлов А. В. Волейбол. Минск: Высшая школа. 1985. 281 с.
46. Ивойлов А. В. Помехоустойчивость движений спортсмена. Москва. Физкультура и спорт. 1986. 110 с.

47. Ивойлов А. В., Герман К. Б., Ахмеров Э. К. Волейбол (техника, тактика, тренировка). Минск. Высшая школа. 1972. 258 с.
48. Казьмин В. И. Исследование взаимосвязи психологических факторов сыгранности волейбольных команд. Научные труды молодых ученых ВНИИФК. Москва. 1978. С. 52–53.
49. Казьмин В. И. Методы повышения эффективности группового взаимодействия волейболистов: автореф. дис. канд. пед. наук. Москва. 1983. 24 с.
50. Катулин Н. А. Формирование игровых звеньев и совершенствование тактики взаимодействия с учетом индивидуальных особенностей баскетболистов: автореф. дис. канд. пед. наук Москва. 1981. 24 с.
51. Квечински С. Н. Командные тактические действия волейболистов в защите и методика их совершенствования: автореф. дис. канд. пед. наук. Мосева. 1993. 27 с.
52. Келлер В. С. Деятельность спортсменов в вариативных конфликтных ситуациях. Киев. Здоровья. 1977. 181 с.
53. Келлер В. С. Деятельность спортсменов в вариативных конфликтных ситуациях: автореф. дис. д-ра пед. наук. Москва. 1986. 40 с.
54. Ким М. Я. Индивидуализация игровой подготовки волейболисток с учетом решения оперативных задач: автореф. дис. канд. пед. наук. Москва. 1994. 22 с.
55. Клещев Ю. Н. Книга тренера. Ташкент. 1994. С.21–104.
56. Клещев Ю. Н. Тактические действия волейболистов в нападении и защите: Учебное пособие для студентов и слушателей ФПК. Москва: ГЦОЛИФК. 1989. 45 с.
57. Клещев Ю. Н. Управление тренировочным процессом в системе многолетней подготовки команд высших разрядов по волейболу. Учебное пособие. Москва. ГЦОЛИФК. 1983. 34 с.

58. Клещев Ю. Н., Годик М. А., Айрапетянц Л. Р. Содержание и организация комплексного контроля в подготовке волейболистов высших разрядов. Методические рекомендации. Москва. ГЦОЛИФК. 1981. 24 с.

59. Клещев Ю. Н., Иванченко Т. Д., Смирнов Ю.И. Педагогическая оценка игровой деятельности волейболистов. Учебное пособие для слушателей ФПК и ВШТ. Москва. ГЦОЛИФК. 1983. 34 с.

60. Клещев Ю. Н., Тюрин В. А., Фураев Ю. П. Тактическая подготовка волейболистов. Москва. Физкультура и спорт. 1988. 120 с.

61. Крапчина М. В. Активность как основа повышения надежности соревновательных действий квалифицированных волейболистов. Дис. канд. пед. наук. Москва. 1998. 155 с.

62. Кузьмин В. И. Разработка и применение упражнений для повышения эффективности группового взаимодействия. Теория и практика физической культуры. 1980. № 5. С. 4.

63. Кулясов А. М. Структура соревновательной деятельности как основа интегрального обучения технико-тактическим действиям юных волейболистов учебно-тренировочные группы: автореф.дис. .кан. пед. наук. Москва. 1990. 24 с.

64. Лисянский В. К., Пелипак В. П. Управление тренировочным и соревновательным процессом волейболистов высокой квалификации при помощи системы педагогических наблюдений. Харьков. ХИФК. 1985. 32 с.

65. Лобановский В. В. Бесконечный матч. Москва. Физкультура и спорт. 1989. 191 с.

66. Лунин Х. К. Об оценке соревновательной ситуации и ее последствия у волейболистов: автореф. Дис. канд. пед. наук. Тарту. 1983. 39 с.

67. Малиновский С. В. Моделирование тактического мышления спортсменов. Москва. Физкультура и спорт. 1981. 192 с.

68. Малхазов А. Р. Исследование и совершенствование средств и методов развития ориентировки волейболистов: автореф. дис. канд. пед. наук. Киев. 1979. 23 с.

69. Маслов В. В. Повышение эффективности индивидуальной тактической подготовки волейболистов в атакующих действиях: автореф. дис. канд. пед. наук. Москва. 1986. 23 с.
70. Матвеев Л. П. Основы спортивной тренировки Москва. Физкультура и спорт. 1977. 271 с.
71. Матижев П. В. Применение игровых упражнений в технико-тактической подготовке высококвалифицированных волейбольных команд: автореферат дис.канд. пед. наук. Чебоксары. 2004. 24 с.
72. Медведев В. В., Родионов А. В., Худадов Н. А. Психические состояния в спортивной деятельности. Психология и современный спорт. Москва. Физкультура и спорт. 1973. С. 217 – 242.
73. Нестеровский Д. И. Интегральная подготовка баскетболисток в учебно-тренировочных группах 1-2 года обучения: автореф. дис. канд. пед. наук. Москва. 1989. 24 с.
74. Нечко Н. А. Формирование навыков ударных движений у волейболистов различных возрастных групп: автореф. дис. канд. пед. наук – Киев. 1986. 22 с.
75. Овчарек А. М. Экспериментальное обоснование методики совершенствования групповых нападающих действий в волейболе: автореф. дис. канд. пед. наук. Москва. 1977. 24 с.
76. Перминов Г. Н. Единство тренировочной и соревновательной деятельности при подготовке волейболистов 4-5 годов обучения в учебно-тренировочных группах: дис.канд. пед. наук. Москва. 1993. 223 с.
77. Пименов М. П. Волейбол. Киев. Здоровье. 1975. 93 с.
78. Платонов В. А. Приоритет мысли. Спортивные игры. 1989. № 2. С. 12–20.
79. Платонов В. Н. Подготовка квалифицированных спортсменов. Москва. Физкультура и спорт. 1986. 286 с.
80. Платонов В. Н. Современная спортивная тренировка. Киев. Здоровье. 1980. 386 с.

81. Платонов В. Н. Теория и методика спортивной тренировки. Киев. Вища школа. 1984. 390 с.
82. Портнов Ю. М. Теоретические и научно-методические основы подготовки квалифицированных спортсменов в игровых видах спорта: дис. ... д-ра пед. наук Москва. 1989. 326 с.
83. Портных Ю. И. О проблеме комплексного контроля в спортивных играх. Особенности комплексного педагогического контроля в спортивных играх: сб. науч. трудов. Ленинград. ГДОИФК. 1985. С. 3–7.
84. Пуни А. Ц. О психологических особенностях соревновательной борьбы в спорте. Теория и практика физической культуры. 1975. № 6. С. 18–20.
85. Пуни А. Ц., Сурков Е. Н. Некоторые теоретические аспекты проблемы антиципации в психологии спорта. Теория и практика физической культуры. 1974. № 7. С. 11–12.
86. Родионов А. В. Влияние психологических факторов на спортивный результат. Москва. Физкультура и спорт. 1983. 112 с.
87. Родионов А. В. Психолого-педагогические методы повышения эффективности решения оперативных задач в спорте: дис. д-ра пед. наук. Москва. 1990. 337 с.
88. Савин М. В. Особенности технико-тактической подготовки волейболистов в зависимости от их квалификации: дис. канд. пед. наук. Москва. 1993. 189 с.
89. Сайфулин С. Г. Компьютерное моделирование тактических действий нападения квалифицированных команд по волейболу и методика их совершенствования: дис. канд. пед. наук Москва, 1999. 172 с.
90. Смирнов Ю. И. Комплексный контроль подготовленности спортсменов. Теория и практика физической культуры. 1983. № 9. С. 47–49.
91. Таер Храйс. Командные тактические действия волейболистов в нападении и методика их совершенствования: дис. ... канд. пед. наук. Москва. 1997. 194 с.

92. Топышев О. П. Педагогические аспекты совершенствования деятельности спортсменов в игровых видах спорта: автореф. дис.. д-ра пед. наук. Москва. 1989. 44 с.
93. Фомин В. С. Умение видеть поле. Спортивные игры. 1976. № 6. С. 23–24.
94. Фомин В. С. О методологии исследований спортивной деятельности. Теория и практика физической культуры. 1984. № 7. С. 47–51.
95. Фомин Е. В. Специальная физическая подготовка юных волейболистов. Методические разработки для студентов ГЦОЛИФКа. Москва. Изд-во ГЦОЛИФК. 1986. 40 с.
96. Хапко В. Е., Маслов В. Н. Совершенствование мастерства волейболистов. Киев: Здоровье, 1990. 221 с.
97. Хемефи Монжи. Структура и содержание годичного цикла подготовки квалифицированных команд по волейболу: автореф. дис. канд. пед. наук. Москва, 1998. 23 с.
98. Хоменков Л. С. Актуальные проблемы в современном спорте высших достижений. Теория и практика физической культуры. 1993. № 8. С. 20–24.
99. Чернов Ю. И. Взаимодействие игроков при организации групповых тактических действий в волейболе: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Москва, 1983. 24 с.
100. Черный З. Е. З.Е. Черный З. Е., Платонов В. А. та ін. Количественная оценка эффективности действий в волейболе методами математической статистики. СтерлинХ.Х. Теория и практика физической культуры. 1978. № 6. С. 17–21.
101. Чуркин А. А. Оптимизация методики обучения тактическим действиям волейболистов в нападении: автореф. дис. ... канд. пед. наук. JL. 1986. 22 с.

102. Чуркин А. А. Оптимизация методики обучения тактическим действиям волейболистов в нападении: автореф. дис. ... канд. пед. наук. JL. 1986. – 22 с.

103. Чуркин А. А. Оптимизация методики обучения тактическим действиям волейболистов в нападении: автореф. дис. ... канд. пед. наук. JL. 1986. 22 с.

104. Шилов О. С., Мармаз С. В. Оценка соревновательной деятельности в спортивных играх (выбор функций общих и полезных действий). Теория и практика физической культуры. 1983. № 4. С. 13–16.

105. Шиховцев Ю. В. Оптимизация тактических действий волейболисток в защите на основе математического моделирования: автореф. дис. ... канд. пед. наук. СПб., 1995. 24 с.

106. Шулятьев В. М. Теоретико-методические и организационные основы подготовки резервов квалифицированных волейболистов: дис. ... д-ра пед. наук. Омск. 1997. 323 с.

107. Эйнгор А. Е Так побеждать. СПб. 1994. 207 с.

108. Яружный В. В. Тактика обыгрывания блока при завершении атаки в волейболе: автореф. дис. канд. пед. наук. Москва. 1983. 23 с.

109. Bole S. Den mikrozyklus als Beispiel des sportspieles volleyball. Leistungssport. 1982. №1 S. 48–52.

110. Emery G.K. Modern volleyball. New York. 1976. P. 130–150.

111. Fiedler M. Volleyball. Berlin: Sportverlag. 1978. P. 128.