

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

Дипломна робота (проект)
магістра

з теми: **«ФОРМУВАННЯ У ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ФАКУЛЬТЕТУ
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЗНАНЬ, УМІНЬ ТА НАВИЧОК ІЗ КОРЕКЦІЇ
ТЕХНІКИ ГРИ У ВОЛЕЙБОЛ»**

Виконала: студентка 2 курсу, групи FKS1-M22
спеціальності 017 Фізична культура і спорт

Пилипенко Владимира Олегівна

Керівник: **Прозар М. В.,**

кандидат наук з фізичного виховання та спорту,
доцент

Рецензент: **Козак Є. П.,**

кандидат педагогічних наук доцент, доцент

Кам'янець-Подільський – 2023 рік

ЗМІСТ

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ.....	3
ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1. ОСНОВНІ АСПЕКТИ НАВЧАННЯ РУХОВИХ ВМІНЬ ТА НАВИЧОК У ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ	7
1.1. Особливості формування спеціалізованих вмінь та навичок у сфері фізичної культури і спорту	7
1.2. Основні вимоги до рухових дій волейболістів	15
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	24
2.1. Методи дослідження	24
2.2. Організація дослідження.....	28
РОЗДІЛ 3. ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ У ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ОСНОВ КОРЕКЦІЇ ТЕХНІКИ ГРИ У ВОЛЕЙБОЛ	29
3.1. Стан технічної готовності майбутніх фахівців з волейболу до професійної діяльності.....	29
3.2. Значущість формування вмінь із корекції техніки гри у волейбол.....	41
3.3. Методичні особливості формування вмінь з корекції техніки гри у волейбол.....	52
ВИСНОВКИ	55
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	57

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ

- ЗВО – заклад вищої освіти;
- ЗФП – загальна фізична підготовка;
- СФП – Спеціальна фізична підготовка.

ВСТУП

Актуальність теми. Реформа вищої професійної освіти, радикальні зміни у соціальному, економічному та політичному житті країни наполегливо вимагають перегляду низки ключових позицій вищої освіти в цілому та фізкультурної освіти зокрема. Виходячи з цього, перед вітчизняною системою освіти ставляться нові завдання з підготовки висококваліфікованих фахівців, здатних освоїти новітні технології, що володіють високою мобільністю та адаптацією до мінливих виробничих та соціальних вимог. Крім цього, в умовах оновлення всіх сфер життя сучасному фахівцеві необхідні не тільки глибокі і міцні знання та розвинене мислення, а й уміння застосовувати їх у зміненій або нестандартній ситуації, здатність творчо підійти до вирішення проблем, що виникають.

Сучасний рівень розвитку фізичної культури та спорту пред'являє високі вимоги до професійної підготовки майбутніх фахівців у цій галузі. Однією з найважливіших проблем сучасного фізкультурного руху є проблема підготовки висококваліфікованих тренерських кадрів. У зв'язку з цим у процесі підготовки студентів ЗВО фізичної культури особливу увагу необхідно приділяти формуванню професійних умінь та навичок.

Рівень професійної підготовки фахівців з фізичної культури та спорту багато в чому залежить від наявності наукових та методичних розробок у цій галузі пізнання. У спеціальній навчальній та науково-методичній літературі (Є. О. Павлюк, 2013; М. М. Василенко, 2018; С. М. Ящук, С. О. Власенко, 2023) представлені лише питання підготовки тренера у тих найбільш загальних вимогах до його професійної діяльності.

Проте проблемі професійної підготовки тренера з волейболу нині приділяється недостатньо уваги. Вдосконалення спортивної підготовки у волейболі, що протікає в екстремальних умовах, ґрунтується, перш за все, на виявленні та оцінці спеціальних здібностей до вирішення оперативних завдань, необхідних дій та операцій, на створенні оптимальних умов для розвитку та

реалізації даних здібностей. У цьому аспекті результативність діяльності змагання багато в чому визначається технічною підготовленістю гравців. Останнє пред'являє високі вимоги до тренерів, які керують цим процесом.

Сучасний волейбол вимагає від спортсменів якісного, ефективного та раціонального виконання технічних прийомів, у зв'язку з цим, велике значення має рівень сформованості у тренерів з волейболу професійних знань та вмінь щодо вирішення завдань технічної підготовки спортсменів. У цьому аспекті, одними з провідних є вміння, спрямовані на вирішення завдань з виявлення та виправлення помилок у техніці. У зв'язку з цим, особливої актуальності набуває вивчення проблеми формування у здобувачів вищої освіти факультетів фізичної культури умінь з корекції техніки виконання рухових дій у волейболі.

Об'єкт дослідження – навчально-тренувальний процес здобувачів вищої освіти, які спеціалізуються у волейболі.

Предмет дослідження – педагогічні умови формування знань, умінь та навичок із корекції техніки гри у волейбол у майбутніх тренерів з видів спорту

Мета дослідження – полягає у розробці, апробації та впровадженні в освітній процес закладу вищої освіти методики формування професійних умінь щодо корекції техніки гри у волейбол.

Завдання дослідження:

1. Вивчити теоретико-методичні аспекти формування професійних умінь у здобувачів вищої освіти факультетів фізичної культури.

2. Виявити склад і визначити значущість помилок у виконанні техніки рухових дій гри у волейбол.

3. Визначити комплекс основних професійних умінь з корекції техніки волейболу, розробити способи кількісної оцінки та визначити рівні значущості та складності формування даних умінь.

Методи дослідження: у процесі дослідження використали наступні методи дослідження: аналіз літературних джерел; вивчення документальних матеріалів; педагогічні методи дослідження; соціологічні методи дослідження, методи математичної статистики.

Практичне значення одержаних результатів. Полягає у визначенні комплексу значущих і складно сформованих професійних умінь з корекції техніки волейболу, а саме: візуальне розпізнавання помилки; вибір місця для спостереження за виконанням техніки; визначення значущості помилок; визначення послідовності виправлення помилок; зіставлення правильного та помилкового виконання прийому; застосування допомоги тренера для виправлення помилок; вибір спеціальних вправ для попередження та виправлення помилок; застосування методичних прийомів слухової та зорової інформації; застосування додаткових орієнтирів та сигналів; використання наочно-демонстраційних засобів і методів. Розроблення та експериментальне апробування методики поетапного формування професійних умінь з корекції техніки виконання рухових дій здобувачів вищої освіти, які спеціалізуються у волейболі.

Апробація результатів дослідження. Основні результати дипломної роботи магістра обговорювались на звітній науковій конференції студентів, магістрантів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (м. Кам'янець-Подільський 04-05 квітня 2023 року).

Публікації. Результати дослідження за темою кваліфікаційної (дипломної) роботи магістра висвітлені в одній науковій статті.

Структура та обсяг дипломної роботи магістра. Роботу викладено на 63 сторінках, з яких 56 основного тексту, вона містить 5 таблиць. Дипломна робота складається з переліку умовних позначень, вступу, трьох розділів, висновків, та списку 54 використаних літературних джерел.

РОЗДІЛ 1

ОСНОВНІ АСПЕКТИ НАВЧАННЯ РУХОВИХ ВМІНЬ ТА НАВИЧОК У ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

1.1 Особливості формування спеціалізованих вмінь та навичок у сфері фізичної культури і спорту

Педагогічні вміння є найважливішим компонентом кваліфікаційної характеристики педагога, а їх формування – складовою системи професійно-педагогічної підготовки у закладах вищої освіти.

У дослідженнях О. В. Єрмоленко, зазначено, що формування умінь відбувається винятково у процесі діяльності, тому дана діяльність має бути спеціально організована і носити цілеспрямований характер у період навчання [11].

Такі автори, як О. В. Горбенко, Л. П. Сущенко, вказують, що за недостатньої підготовленості фахівців, які навчаються, можливі негативні впливи на характер їх майбутньої діяльності, які найчастіше виявляться в обмеженості (не системності) розуміння вирішуваних проблем, а звідси й слабкому баченні місця та об'єктивного значення конкретних дій [7; 46].

Як свідчать дослідження ряду авторів, багато хто з випускників ЗВО факультетів фізичної культури мають недостатній рівень сформованості професійних умінь, що призводить до ускладнення здійснення ними своєї майбутньої професійної діяльності [13].

У період професійної підготовки студенти проходять поглиблену спеціалізацію з обраної спеціальності під час вивчення обов'язкового освітнього компонента «Підвищення спортивної майстерності». Під спеціалізацією розуміється формування у студента спеціальних знань, умінь і навичок у рамках своєї спортивної спеціалізації, що враховує специфіку майбутньої професійної діяльності фахівця даної кваліфікації.

М. В. Єрмоленко у своїй роботі зазначає, що на матеріалі багатьох конкретних предметів студенти повинні відпрацьовувати всі види навчальних дій до високого рівня оволодіння ними. Для того щоб це могло здійснитися, викладання всіх конкретних дисциплін має бути орієнтоване на це завдання [10].

Справжнім критерієм якості знань, отриманих у ЗВО, на думку С. Лазоренко, є їх успішність застосування при вирішенні практичних завдань; процес навчання має бути спрямований на формування дій щодо застосування отриманих знань [21].

Велике значення у період професійної підготовки фахівця має оволодіння ним відповідними практичними вміннями та навичками належного рівня.

Останнім часом дослідження з проблем формування професійних умінь активізувалися і ведуться в різних напрямках. Зокрема, ведеться розробка професіограм, у яких фіксується зміст і структура теоретичних знань та умінь. У багатьох роботах вивчалися питання змісту, форм, засобів і методів формування педагогічних умінь, визначалися різні функції тренера.

Нині немає єдиної класифікації навчальних умінь за характером діяльності. У складі навчальних умінь А. О. Жиденко та В. В. Паперник виділяють такі види:

1. Пізнавальні вміння – вміння самостійно набувати знання. Вони особливо важливі для підготовки студентів до поповнення та збагачення знань після закінчення навчального закладу. Від того, наскільки успішно буде сформовано вміння навчальної праці, залежить оволодіння новими знаннями та вміннями, їх оперативність та дієвість.

2. Практичні вміння – вміння застосовувати на практиці знання зі своєї спеціалізації.

3. Організаційні вміння - вміння планувати свою роботу.

4. Вміння самоконтролю – вміння стежити за виконанням дій.

5. Оціночні вміння - вміння здійснювати оцінку достовірності результатів роботи [12].

Група авторів наводить класифікацію педагогічних умінь відповідно до конструктивних, організаторських, комунікативних компетенцій професійно-педагогічної діяльності. Конструктивний компонент включає в себе:

- відбір та композицію змісту інформації, яка має стати надбанням;
- проектування діяльності учня, де інформація може бути засвоєна;
- своєї майбутньої діяльності поведінки.

Організаційний компонент включає вміння організовувати:

- інформацію в процесі її повідомлення слухачам;
- різні види діяльності учнів таким чином, щоб результати відповідали цілям системи;
- власну діяльність та поведінку.

Комунікативний компонент включає:

- встановлення правильних взаємини із тими кого виховують;
- встановлення правильних взаємин із керівником;
- утворення своєї діяльності із завданням [9].

У діяльності тренера К. Царенко відзначено ще два компоненти:

- творчо-дослідницький компонент передбачає роботу з науковою літературою, пошук нових засобів і методів тренування та застосування їх у підготовці спортсмена;
- руховий компонент - специфічний вид діяльності тренера, включає навчання спортивним діям: надання допомоги, страхування, вміння знайти правильно своє місцезнаходження при навчанні спортивним діям [50].

Кожному з цих компонентів відповідають певні навички.

О. М. Шамич та Г. В. Іваннікова відзначають, що визначення операцій, що складають дію, є необхідною умовою вибору раціональної методики формування вміння. На основі знання складу операцій з яких складається дія педагог визначає найбільш раціональну послідовність вироблення вміння виконувати кожен з цих операцій, алгоритм, а потім вже формує вміння виконувати дію в цілому. В діяльності-розрізняють орієнтовну та виконавчу частини. Орієнтовна частина і є власне знання, які у формі розумової дії. Виконавча частина – вміння, що

виявляються в мовленнєвій та матеріалізованій формі. Знання та вміння – це та сама діяльність, але існуюча у різних формах [52].

Колективом авторів були виділені такі компоненти у структурі цілеспрямованої дії:

- мотиваційна основа дії, зовні яка завжди помітна, але завжди винятково важлива успішності і загального характеру вчення;

- орієнтовна основа;

- виконавська основа;

- контрольна основа [31, с. 123].

Ю, М. Твердохлебова виділяє когнітивний, мотиваційний та операційний компоненти діяльності. Когнітивний компонент – це система засвоєних особистістю на рівні переконань «соціальних знань», понять, правил, оцінок, норм, цінностей. Мотиваційний компонент – це мотивація, особистісний зміст, який надається використанню способу орієнтування. Операційний компонент – сукупність узагальнених раціональних прийомів пізнавальної діяльності, а саме: прийоми оціненого аналізу ситуацій і явищ, соціального цілепокладання, тобто процесу вибору та постановки особистих цілей втручання у соціальні ситуації з метою перетворення її на бажану, цільову програму [47, с. 12].

Т. П. Ляхова звертає свою увагу на те, що діяльність тренера з волейболу пред'являє до людини низку професійних вимог, відповідність яким програмує результативність зусиль. Високий професіоналізм характеризується володінням спеціальними знаннями, вміннями та властивостями особистості та характеру, що дозволяють успішно здійснювати процес діяльності на всіх його етапах. Ефективність діяльності тренера, показником якої є успішне досягнення мети при раціональному використанні засобів та сил, залежить від багатьох факторів: економічного, соціального, наукового, організаційного [23].

Різноманітність діяльності тренера з волейболу пояснює широке коло соціальних вимог до неї, які виражені у «моделі фахівця». У моделі фахівця Т. В. Йопа виділяє три складові видів діяльності, обумовлені особливостями:

- сучасного суспільства;

- суспільно-політичного устрою;
- професійні інтереси [14].

Модель пов'язана з кваліфікаційною характеристикою спеціаліста, яка встановлює професійне призначення тренерів-викладачів з виду спорту, що випускаються факультетами фізичної культури, а також з кваліфікаційними вимогами до них.

Сфера застосування праці спеціаліста з вищою фізкультурною освітою – тренера з волейболу, має досить широкий діапазон: дитячо-юнацькі спортивні школи загального спрямування та олімпійського резерву, спортивні клуби ЗВО, добровільних спортивних товариств, команди вищих розрядів.

Спортивною, на думку Т. В. Вознюк є діяльність, спрямована на максимальне задоволення інтересу до певного виду спорту, потреба ним займатися, досягнення високих спортивних результатів, підвищення престижу.

Спортивна діяльність тренера носить багатогранний характер з великою кількістю різноманітних функцій, поділ яких у значною мірою умовний, оскільки на практиці всі вони утворюють нероздільний комплекс і реалізуються в єдиному тренувально-змагальному процесі. Дослідники виділяють такі складові структурні функції: виховна, навчально-тренувальна, відбору та селекції, планувальна, контролю, обліку та корекції, організаторська, секундантська, матеріально-технічного забезпечення, самовдосконалення, науково-дослідна, представницька, суддівська, правова [6, с. 109].

Г. Проценко відзначено, що діяльність тренера має багатофакторний педагогічний характер і здійснюється в рамках певної педагогічної системи, що є сукупністю структурних та функціональних компонентів, підпорядкованих педагогічним цілям. Структурні компоненти діяльності тренера знаходять своє відображення у структурі його знань, а функціональні – у структурі його умінь. Порушення у будь-якому з виділених компонентів спричиняє порушення у діяльності педагогічної-системи [38].

До структурних компонентів, що дозволяють аналізувати педагогічну систему у статистиці, на думку З. В. Сироватко, відносяться цілі педагогічної

системи, зміст навчальної інформації, засоби педагогічної комунікації, діяльність спортсменів та тренера [41].

Ефективність діяльності обумовлюється ступенем розвитку функціональних компонентів, що зумовлюють становлення, розвиток та вдосконалення тренерської майстерності. До функціональних компонентів, що обумовлюють становлення, розвиток, удосконалення педагогічної системи, відносяться гностичний; проєктувальний, конструктивний організаційний та комунікативний компоненти.

Проєктувальний компонент включає вміння тренера з побудови багаторічної підготовки волейболістів на рівні команд вищих розрядів, спортивних резервів; структури тренування в річному циклі, середніх циклів, мікроциклів та тренувальних занять, тренувальних та змагальних навантажень; планування роботи у сфері масового волейболу. Підготовка спортсменів до самостійного планування ранкової гімнастики та занять із розвитку фізичних якостей [49, с. 12].

Фахівці у галузі волейболу В. М. Ляшенко, Є. М. Корж зазначають, що конструктивний компонент включає вміння тренера озброїти тих, хто займається знаннями у сфері волейболу, у більш широкому «фізкультурно-спортивному» плані; вміннями підбирати вправи щодо їх складності та впливу на організм; вміннями будувати режим праці, навчання, харчування, сну, відпочинку і т. д. Підготовка спортсменів до самостійного прийняття рішень у процесі тренувальних занять та у грі, визначення змісту самостійних занять [24].

Ряд авторів у своїх роботах дають визначення: «Організаторський компонент – це здатність тренера організувати діяльність спортивного колективу, спортивну роботу з урахуванням включення до неї кожного спортсмена; розвивати та створювати традиції спортивного колективу; формування організаційних умінь у спортсменів, навчання їх способів дій, прийоми спонукання до дій, використання обліку, контролю та системи-заохочень» [28, с. 45].

Організаційний компонент, на думку С. Б. Мальони включає вміння тренера організувати успішну реалізацію діяльності на виконання запрограмованих заходів з усіх основних позицій (тренувальна діяльність та участь у змаганнях,

забезпечення сповнення освітніх, виховних та оздоровчих завдань тощо). Підготовка спортсменів до самостійної реалізації запрограмованих заходів [25].

«Комунікативний компонент – це здатність тренера встановлювати педагогічно доцільні відносини зі спортсменами, їхніми батьками, школою та спонсорами. Комунікативний компонент передбачає наявність у тренера вмінь встановлювати відносини зі спортсменами, працівниками різних категорій, батьками спортсменів, громадськими організаціями – щодо успішного вирішення професійно значущих питань», зазначає Т. Б. Тищенко [48].

Гностичний компонент – це здатність до вивчення та оцінки досвіду керівництва спортивним колективом, застосування його в практиці своєї роботи; аналіз власного досвіду, досвід колег, самоосвіта. Крім того, даний компонент передбачає вивчення та аналіз:

- об'єкта діяльності, його стану та змін, що відбуваються з ним;
- умов, засобів, форм та методів для здійснення діяльності, всіх факторів спортивної та виховної роботи;
- переваг та недоліків особистості самого тренера, виконання його обов'язків, педагогічних функцій з метою самовдосконалення [45].

Гностичний компонент передбачає глибокі знання тренера у сфері волейболу, теорії та методиці побудови тренування волейболістів різного рівня майстерності та різного віку; вміння використовувати у своїй роботі дані літератури та наукових досліджень, передового досвіду, вивчати та аналізувати власний досвід роботи. Підготовка спортсменів до самостійного аналізу діяльності волейболіста [45].

М. Данилко виділяв як окрему групу умінь специфічні рухові вміння тренера, що складаються з умінь технічно показати вправу, надати допомогу і здійснювати страхування [8].

Дія реалізації своїх функціональних обов'язків тренер повинен володіти певними педагогічними здібностями, які визначаються його особистісними якостями, сукупністю знань, умінь і навичок, необхідних для успішної педагогічної діяльності. На думку О. Сопотницької, педагогічні здібності тренера

– це комплекс, синтез багатьох здібностей, які є передумовою швидкого та успішного досягнення спортивних результатів його учнів [44].

У педагогіці та психології спорту педагогічні здібності тренера поділять на дидактичні, академічні, комунікативні, гностичні, психомоторні, здатність завойовувати авторитет, здатність передбачення та прогнозування, перцептивні здібності, експресивні, сугестивні, стресостійкість та організаторські здібності [45].

Ж. В. Бережна підкреслює, що успіх психолого-педагогічної діяльності тренера залежить від ставлення до роботи, від любові до справи, від прагнення постійно вдосконалювати свою педагогічну майстерність [1].

Поняття педагогічної майстерності тренера багатогранне. Як свідчать І. Квасниця та В. Хіміч, воно має виявлятися в управлінні діяльністю спортивного колективу, в організації виховного та навчально-тренувального процесів та в індивідуалізації виховних впливів на особистість спортсмена [16].

На думку І. Квасниці педагогічна майстерність тренера – це комплекс умінь, необхідних для продуктивного вирішення педагогічних завдань, способ дії, що спирається на сукупність знань, навичок, задатків та здібностей, і свідомо реалізується тренером у педагогічній ситуації, вони є критеріями розвитку педагогічних здібностей. Майстерність тренера має складний, багатогранний характер, зумовлений необхідністю вирішення незліченного ряду логічно взаємопов'язаних педагогічних завдань. Педагогічне завдання передбачає усвідомлення тренером кінцевої мети своєї діяльності та способів вирішення в процесі навчальної та позанавчальної діяльності співвіднесених між собою стратегічних, тактичних та оперативних завдань. У способі розв'язання задачі мають відбиватися всі компоненти діяльності тренера [17].

Однією з умов підвищення педагогічної майстерності є органічна єдність теоретичної, методичної та практичної діяльності тренера, що забезпечує дієвість системи його знань та умінь. Майстерність виховання та навчання спортсменів передбачає також високий рівень розвитку педагогічних знань, умінь і навичок. Якщо будь-який компонент у структурі педагогічної діяльності тренера

розвинений недостатньо, педагогічні впливи виявляються мало ефективними [19, с. 45].

1.2 Основні вимоги до рухових дій волейболістів

Високий рівень сучасних спортивних результатів вимагає від спортсмена, з високим рівнем фізичної підготовленості, досконалого володіння раціональною технікою рухових дій. Поруч із цим постає питання детального вивчення структури рухових процесів і на цій основі – оптимізації методики навчання та вдосконалення техніки рухів спортсменів.

Як свідчить В. М. Костюкевич, серед факторів, що забезпечують зростання спортивних результатів, нарівні з рівнем фізичної та психологічної підготовленості необхідно мати високий рівень технічної майстерності. Все це вимагає поглибленого вивчення раціональної техніки рухів спортсменів та пошуку інноваційних засобів, та методів навчання, вдосконалення їх спортивно-технічної майстерності.[19, с. 25].

В. М. Платонов вважає, що оволодіння волейболістами технікою гри досконало, має вирішальне значення у досягненні високої спортивної майстерності та результатів у відповідальних змаганнях. Це одне з центральних завдань у системі багаторічної підготовки у волейболі. Процес цей складний, він вимагає тривалої та кропіткої роботи ще у дитячому віці, тому технічна підготовка в структурі тренування займає провідне місце [34, с. 171].

В процесі вдосконалення техніки гравці домагаються досконалого оволодіння прийомами гри. При цьому дуже важливо забезпечити надійність навичок виконання технічних прийомів як у звичайних, так і в складних умовах гри та змагань.

Ряд авторів у своєму дослідженні зазначають: «Технічна підготовка спортсмена – це засвоєння спортсменом системи рухів (техніки виду спорту), що відповідає особливостям даної спортивної дисципліни, спрямованої на досягнення високих спортивних результатів» [5].

Технічна підготовка у волейболі, на думку В. С. Савченко є головною методичною проблемою, правильне вирішення якої при підготовці спортсмена до змагань значною мірою визначає як рівень спортивної майстерності, так і його зростання [40].

Фахівець у галузі волейболу Н. Ю. Щепотіна вважає, що виконання необхідних прийомів гри можливе лише за умови досконалого володіння їх технікою. Специфічною особливістю волейболу є те, що жоден прийом не можна виконувати ізольовано, оскільки він пов'язані з іншими прийомами, які здійснюються партнерами по команді, чи суперником [53].

Технічна підготовленість характеризується ступенем засвоєння спортсменом системи рухів, що відповідає особливостям цього виду спорту та забезпечує досягнення високих результатів. Технічну підготовленість не можна розглядати ізольовано. Її слід представляти як складову єдиного цілого, в якому технічні рішення тісно взаємопов'язані з фізичними, психічними, тактичними та іншими можливостями спортсмена, а також із конкретними умовами зовнішнього середовища, в якому виконується спортивна дія [32].

«Під технікою розуміється спосіб виконання рухової дії, за допомогою якого поставлене завдання вирішується доцільно і ефективно», пише В. М. Костюкевич [19, с. 77]. Техніка постійно розвивається, у кожен період існує сучасна, тобто найбільш передова, найбільш ефективна з існуючих.

О. Лежньова та інші зазначають, що нині техніка гри волейболістів – найбільш консервативна складова частина волейболу, але в сучасній діяльності змагань технічна озброєність гравців помітно змінилася. Численні дослідження засвідчують, що сучасний волейбол характеризується значним збільшенням інтенсивності гри з допомогою підвищення швидкості виконання технічних прийомів. Друга тенденція розвитку техніки волейболу – раціональність [22].

Р. Бойчук вказує на те, що розвиток тактики спорту, зміна правил змагань, спортивного інвентарю помітно впливають на зміст технічної підготовленості спортсменів. У структурі технічної підготовленості спортсмена дуже важливо виділяти базові та додаткові рухи. До базових відносяться рухи та дії, що

становлять основу технічної оснащеності ігрових видів спорту, без яких неможливе ефективне ведення змагальної боротьби з дотриманням існуючих правил. Додаткові рухи та дії – це другорядні рухи та дії, які характерні для окремих спортсменів та пов'язані з їх індивідуальними особливостями. Додаткові рухи та дії багато в чому визначають індивідуальну технічну манеру, стиль спортсмена [2]. Проте слід зазначити, що засвоєння базових рухів є обов'язковим для спортсмена, особливо у ранніх етапах формування техніки. Якщо спортсмен не володіє базовою технікою виконання рухових дій, то на подальших етапах закріплення та вдосконалення техніки може виникнути ряд проблем. По-перше, під час виконання технічних прийомів спостерігається велика кількість помилок. По-друге, недостатнє оволодіння раціональною базовою технікою призводить до появи в техніці спортсменів зайвих рухів, які, у свою чергу, призводять до зниження ефективності та раціональності техніки [27].

У зв'язку з цим тренеру з волейболу необхідно мати чітке уявлення про сучасну, раціональну техніку виконання рухових дій, вивчати фактори, що забезпечують раціональне та ефективне виконання рухових дій спортсменом.

У спортивній техніці, як системі рухів, розрізняють елементи, що виділяються або за просторовими, або за тимчасовими ознаками. У зв'язку з чим можливий поділ однорідних прийомів і способів на підкласи на основі подібних ознак. Стосовно спортивних ігор, на думку М. Пітина, за цільовою ознакою організації дії, техніку гри прийнято ділити на техніку нападу та техніку захисту [33].

Як свідчить В. М. Платонов, з усього різноманіття технічних прийомів спортсмени всіх розрядів більш-менш систематично у змаганнях використовують лише кілька найбільш засвоєних прийомів, у складі можна назвати основну групу прийомів, основі яких будуються інші [34, с. 70].

Кожен технічний прийом являє собою систему рухів, тобто щось ціле, що складається з пов'язаних частин, певним чином взаємодіють один з одним (структура системи) [34, с. 78]. ,

Такий підхід О. В. Сокола до вивчення техніки передбачає аналіз її складу та структури: кінематичної (взаємодія характеристик руху у просторі та часі), динамічної (прояв дії активних реактивних сил, їх взаємодії тощо), фазової (взаємодії окремих частин руху та їх послідовність) і т.д. При цьому під терміном «фаза» розуміється, окремий елемент (частина) системи руху в часі, що має певні межі та особисте завдання [43, с. 81].

У кожному технічному прийомі волейболу О. Сокол виділяє три характерні фази: підготовчу, основну (власне ударний рух) та заключну [43, с. 30].

В. Костюкевич виділяє у складі прийомів чотири фази – підготовчу; робочу, фазу наслідку та заключну [19, с. 18].

У свою чергу, кожна фаза може включати більш дрібні частини – підфази. Як показав біокінематичний аналіз структури механізмів виконання технічних прийомів волейболу як системи, ударних рухів, найважливішою є підготовча основної фази [19, с. 20].

На думку В. М. Платонова, у підготовчій фазі, дія спрямовано створення найкращих умов реалізації смислового завдання даного технічного прийому. В основній (робочій) фазі дія спрямована на реалізацію смислового завдання технічного прийому взаємодії гравця з м'ячем зустрічним, ударним рухом. У заключній фазі виконанням технічного прийому завершується і гравець переходить до нових дій [34, с. 101].

Сучасний волейбол містить велику кількість технічних прийомів і способів їх виконання, які можна певним чином класифікувати за рядом ознак.

З позиції техніки володіння м'ячем та техніки протидії виділяється п'ять груп: подача, передача, нападаючий удар, прийом м'яча та блок, кожен з яких має по кілька різновидів:

а) виходячи з умов взаємодії з м'ячем, виділяється чотири групи: передача, нападаючий удар, блокування, в яких є кілька різновидів [32];

б) з тактичних міркувань виділяється вісім, груп: подача, прийом м'яча з подачі, передача для нападаючого удару, нападаючий удар, страхування

нападників, блокування, страхування блокуючих, прийом м'яча від нападників [32];

в) з оцінки узагальненої ігрової діяльності, І. А. Недбайлом визначено шість груп: подачі, передачі, нападаючі удари (у тому числі й обмані), прийом подачі, прийом нападаючих ударів та страхування [26, с. 15];

г) виходячи зі змісту ігрового процесу, виділяють два розділи, що включають по 2-3 групи: техніка нападу – подача, передача, нападаючий удар; техніка захисту – блок, прийом м'яча [26, с. 18].

Таким чином, технічний прийом є системою рухів; що складаються з фаз (підготовчої, основної та заключної), об'єднаних в єдине ціле.

Найбільш, перспективним методом для досліджень у волейболі є системно-структурний аналіз, даний метод широко використовувався представлений у роботах присвячених дослідженню техніко-тактичної-підготовки, у роботах з управління тренувальним процесом [19, с. 12].

В. О. Пустовалов техніку гри у волейбол поділяє на дві частини: техніка гри в нападі та техніка гри в захисті. До техніки нападу відносяться: подача, передача, нападаючий удар. До техніки захисту – прийом м'яча та блокування [39, с. 15].

Пересування у волейболі, як і нападі і у захисті, ідентичні, але з деякою специфікою, що у нижчому чи високому положень стійки гравця. Пересування: виконуються як ходьби, бігу, стрибків, випадів. Але перш ніж виконати той чи інший прийом гри, волейболіст повинен прийняти певну стійку чи становище, що забезпечує можливість своєчасного виконання необхідного руху [39, с. 16].

За ступенем згинання ніг у колінних та тазостегнових суглобах розрізняють три види стійок: високу, середню та низьку. Залежно від положення загального центру тяжкості виділяють: основну, стійку та нестійку стійки, які мають деякі особливості. Наприклад, стійка гравця, що готується до виконання подачі, відрізняється від стійки гравця, що готується до блокування [39, с. 17].

При описі техніки пересування М. П. Федека відзначає, що ходьба виконується звичайним, подвійним, пружним і приставним кроком: Для бігу характерні стартові прискорення і різкі зміни напряму з наступними зупинками.

Останній – крок при цьому виконується рухом, що стопорить. При прийомі м'яча, що летить дещо осторонь, волейболіст може зробити випад. Найшвидшим способом пересування на невелику відстань є стрибок, який застосовується переважно при захисних діях [51, с. 24].

Прийом та передача м'яча є основними засобами ведення гри. З їх допомогою здійснюється підготовка та проведення оборонних та атакуючих дій. Техніка виконання різних прийомів та передач має значні відмінності, які обумовлені їх тактичним призначенням у грі, а також швидкістю та напрямком траєкторії польоту м'яча. Практика здійснюється як передача м'яча для нападаючого удару. Передумовою для успішної передачі є вибір вихідного положення щодо одного з нападників [51, с. 27].

Для виконання ефективної передачі визначено такі рекомендації:

а) кисті рук доцільно розташування у формі «ковша», кисті виносяться високо так, щоб великі пальці розташовувалися на рівні чола;

б) руки в ліктях зігнуті, високе розташування рук і кистей дозволяє варіювати напрямок передачі [2].

Гравець з наближенням м'яча з вихідного положення починає зустрічний ударний рух випрямленням ніг, тулуба і рук, то кут у ліктьовому суглобі при зіткненні з м'ячем буде менше 120 градусів. Крім того, оскільки напрямок вильоту м'яча перпендикулярно долоням, то положення рук у момент зіткнення відрізнятиметься для різних гравців залежно від кута розгинання кистей. Звідси впливає, що становище ланок рук має зіткнення кистей з м'ячем, і визначатиметься індивідуальними особливостями волейболіста», пише ряд авторів [35, с. 123].

Однією з тенденцій сучасного волейболу, на думку колективу авторів є ускладнення подачі, яка з технічного елемента, що забезпечує введення м'яча в гру, перетворилася на ефективний атакуючий засіб. Сучасний волейбол характеризується значним підсиленням подачі. Використання силової подачі у стрибку ускладнює прийом м'яча гравцями команди-суперниці та ускладнює

організацію ними атакуючих дій. Силова подача в стрибку в даний час найбільш поширена з усіх різновидів цього прийому гри [36, с. 32].

Техніка подачі складається з вихідного положення та трьох послідовних фаз руху. У вихідному положенні волейболіст приймає позу, зручну для подальших дій. Перша фаза починається з моменту підкидання м'яча і закінчується оптимальним відведенням руки на замах. Друга робоча фаза – удар по м'ячу. Третя, заключна фаза, будучи післядією, полягає у перенесенні ваги тіла на ногу, що стоїть попереду і супроводжує рух руки за м'ячем.

При виконанні подачі особливого значення набуває якість цільової точності, яка залежить від відстані до м'яча. Звідси, одним із завдань є надання м'ячу під час удару такої поступальної швидкості (за величиною та напрямом), щоб був забезпечений його вільний політ із потраплянням у задане місце [33].

Щодо виконання підкидання м'яча та власне удару по м'ячу є кілька точок зору.

Деякі автори вважають, що ударяти по м'ячу слід виконувати у найвищій точці майже прямою рукою дещо попереду голови [37].

Є. В. Іванова дає такі рекомендації: підкидати м'яч над собою на 0,6-0,8 м вище за голову і виконувати удар; підкидання та напрямок прицілювання знаходиться на одній лінії [15].

З вищевикладеного слід зробити висновки, що дослідники у сфері волейболу мають різні думки, й у техніці виконання ударного руху під час подачі м'яча є значні розбіжності. Ми погоджуємося з В. М. Костюкевичем, і вважаємо, що найбільш доцільним буде ударяти по м'ячу у найвищій точці майже прямою рукою дещо попереду голови.

Прийом м'яча – це технічний прийом, чітке та якісне виконання якого дозволяє залишити м'яч у грі та перейти до атакуючих дій. Зазвичай виконується способом знизу двома руками. Загальним тактичним завданням є: залишити м'яч у грі після атакуючих дій суперника і спрямувати його, по можливості, партнеру для розвитку власної атаки; після подачі суперника прийняти м'яч та спрямувати його на передню лінію, тобто виконати спрямовану передачу [19, с. 232].

При прийомі м'яча знизу двома руками прийнято приймати м'яч на дистальну частину передпліччя; передпліччя повинні бути супіновані, руки випрямлені, тулуб дещо нахилений уперед [21].

При застосуванні плануючої подачі передпліччя розташовуються під кутом 45 градусів до майданчика, зміщення рук уперед-вгору при ударі відбувається, головним чином, за рахунок випрямлення тулуба. Ряд авторів вказують, що збільшення супінації передпліччя забезпечує точність прийому [27].

На думку ряду авторів, найскладнішим у виконанні технічним прийомом, що дозволяє ефективно здійснювати атакуючі дії є нападаючий удар. Дії гравця без м'яча при виборі місця для нападаючого удару визначаються: початковим положенням, переміщенням і виходом на удар, тобто гравець, визначивши напрямок та траєкторію польоту м'яча, переміщається до місця відштовхування для стрибка на оптимальній відстані 0,6 м від сітки та 0,8 м від бічної лінії при висоті стрибка 70-80 см, ударний рух здійснюється в сагітальній площині. Удар по м'ячу виконується випрямленою рукою у вищій точці попереду гравця. Найбільш переважний кут нахилу витягнутої руки 70-60 градусів [42].

Я. В. Панасенко та інші зазначають: «у техніці різних видів нападаючих ударів значних змін немає. У сучасному волейболі, як і раніше, найбільш поширеними є нападаючі удари по ходу, удари з переводом та обманні удари, причому їх співвідношення суттєво не змінилося» [29].

Основним засобом захисту команди від сильних нападаючих ударів є блокування. Після того, як визначився напрямок і висота для нападаючого удару суперника, гравець переміщається в зону атаки, розташовується на уявному продовженні лінії розбігу атакуючого гравця і приймає вихідне положення для стрибка на відстані від сітки, що дорівнює сумарній довжині передпліччя і кисті, тобто 45-54 см для гравців високої кваліфікації [29].

При реалізації блокування повинні дотримуватися наступні умови:

- кут між плечем та тулубом становить приблизно 30 градусів;
- при виносі рук відстань між долонями дорівнює діаметру м'яча;

- відстань між основою долонь та верхнім краєм сітки в межах 0,15-0,20 м [29].

Підсумовуючи, слід зазначити, що спортивна техніка не відокремлена від дій спортсмена, що виникають у змагальному процесі. Авторами зазначено, що техніка є необхідним атрибутом дій для змагань. Аналіз науково-методичної літератури з волейболу показав; що в даний час увага авторів спрямована на вивчення та аналіз характерних ознак та особливостей техніки, а також на дослідження факторів, що забезпечують раціональне та ефективне виконання рухових дій спортсменом. Однак, як і в будь-якому виді спорту, провідна роль у підготовці та управлінні процесом технічної майстерності спортсменів належить тренеру. Особливості його професійної діяльності зумовлюються особливостями та специфікою цього виду спорту.

РОЗДІЛ 2

МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1 Методи дослідження

У ході дослідження використали такі методи:

- аналіз літературних джерел;
- вивчення документальних матеріалів;
- педагогічні методи дослідження;
- соціологічні методи дослідження;
- методи математичної статистики.

Вивчення літературних джерел активно здійснювалося впродовж всього дослідження (вибір напрямів і тем дослідження; розробка, підготовка та реалізація програми дослідження; аналіз, узагальнення та інтерпретація отриманих результатів та впровадження їх у практику). При теоретичному аналізі літературних джерел найбільш важливим була постановка та розкриття проблеми формування професійних умінь у процесі підготовки фахівців з фізичної культури та спорту. У цьому було розглянуто поняття «вміння», склад вмінь, необхідні майбутньому фахівцеві, особливості професійної діяльності: та склад умінь тренера з волейболу.

Детально розглядалися: сучасні вимоги до техніки волейболу з погляду вітчизняних та зарубіжних фахівців. Вивчалися сучасні педагогічні технології навчання, що набули широкого поширення у професійній підготовці фахівців з фізичної, культури та спорту. Вирішення цих питань здійснювалося на основі вивчення літературних джерел з теорії та методики спортивного тренування, суміжних дисциплін: педагогіки та психології спорту, педагогічної майстерності тренера, психології. Активно використовувалися дані отримані з науково-методичних робіт з інших видів спорту, насамперед спортивних ігор та одноборств.

При аналізі та узагальненні документальних матеріалів вивчали та аналізували:

- освітньо-професійні програми;
- робочі програми з освітніх компонентів «Підвищення спортивної майстерності з волейболу», «Система підготовки спортсменів у олімпійському і професійному спорті», «Методика викладання дисциплін з фізичної культури у ЗВО», «Педагогіка та психологія вищої школи».

З поміж педагогічних методів дослідження використовували педагогічне спостереження. Даний метод полягав у безпосередньому сприйнятті суб'єкта дослідження у різноманітних ситуаціях. У ході спостережень здійснювалася оцінка діяльності гравців у нападі та захисті з метою виявлення помилок у виконанні технічних дій.

Експерти у своїх протоколах наголошували на найпоширеніших помилках у виконанні технічних прийомів. Результати спостережень записували в єдину таблицю, в якій були зазначені основні помилки, які найбільш часто повторювалися.

Метод спостереження використовувався також упродовж усього експерименту для оцінки визначення рівня сформованих умінь з корекції техніки виконання рухових дій у волейболі у здобувачів вищої освіти, які займаються волейболом.

Опитування тренерів проводилося з метою з'ясування їх думки про необхідність спеціальної підготовки майбутніх фахівців з волейболу до вирішення завдань з проблеми виявлення та виправлення технічних помилок, для виявлення рівня підготовленості тренера до вирішення подібних завдань, для з'ясування причин недостатнього рівня сформованості у них професійних умінь. В опитуванні взяли участь тренери збірних студентських команд західної України.

Педагогічний експеримент. З метою експериментальної перевірки методики формування умінь з корекції техніки виконання рухових дій у волейболі нами було проведено педагогічний експеримент.

Для вивчення рівня сформованості умінь у ході педагогічних спостережень нами використовувалися спеціальні протоколи, шкала оцінок та критеріїв оцінок сформованості у студентів умінь з корекції техніки виконання рухових дій у волейболі (див. табл. 2.1).

Таблиця 2.1 – Шкала оцінки рівня сформованості вмінь

Рівень діяльності	Межі рівнів діяльності, %		
	Нижня	Середня	Верхня
Високий	90-93	94-97	97-100
Допустимий	70-76	77-82	83-89
Критичний	50-56	57-62	63-69
Недопустимий	<49		

У протоколах експертам пропонувалося оцінити рівень сформованості умінь. Кожне вміння оцінювалося окремо за п'ятибальною шкалою: 1 бал - не володіє, 2 бали – досить важко володіє, 3 бали – відчуває труднощі, 4 бали – володіє, але не достатньою мірою, 5 балів – володіє в повній мірі.

Оскільки оцінка (бал) виставляється за якимось критерієм, то спеціально для експертів нами було розроблено «Таблиця критеріїв». Рівень володіння вмінням оцінювався за п'ятибальною шкалою: 5 балів – дуже високий ступінь володіння вмінням; 4 бали – високий ступінь володіння вмінням; 3 бали – достатній ступінь володіння вмінням; 2 бали – недостатній ступінь володіння вмінням; 1 бал – не володіє цим вмінням.

Як основу розробки критеріїв оцінки кожного з умінь були використані характерні ознаки їх прояви:

1. Точність, доцільність та об'єктивність у діях.
2. Обґрунтованість і доказовість у думках, що висловлюються.
3. Послідовність та впевненість у судженнях та діях.
4. Точність та ясність пояснень.
5. Правильність, обґрунтованість та своєчасність вказівок та дій.
6. Свобода у використанні засобів і методів.

7. Точність та ясність у поясненнях.

8. Активність та своєчасність використання засобів та методів для корекції техніки.

9. Систематичність у використанні засобів та методів для корекції техніки.

10. Адекватність у підборі та використанні засобів і методів для корекції техніки.

З урахуванням того, що бальна оцінка будь-якої ознаки є безперервною змінною величиною, що визначається в порядкових шкалах вимірювання, її значення бралися в межах: 5,0-4,5; 4,4-3,5; 3,4-2,5; 2,4-0, що відповідає якісним оцінкам «відмінно», «добре», «задовільно», «незадовільно». На основі цього було використано також відсоткові оцінки, що відповідають чотирьом рівням професійної діяльності.

Соціологічні методи дослідження, а саме – анкетне опитування використовували для вивчення думки тренерів щодо техніки виконання тієї чи іншої рухової дії.

Статистична обробка результатів дослідження застосовувалася в педагогічному експерименті з метою одержання критеріїв, за якими можна було б стежити про статистичну значущість відмінностей в отриманих кількісних даних. Для встановлення відмінностей вдавалися до обчислення наступних статистичних показників:

На кожному етапі педагогічного експерименту визначали такі вибіркові одномірні статистики:

- середнє арифметичне – \bar{x} ;
- його помилку – m ;
- стандартне відхилення – S .

t-критерій Стьюдента – для визначення відмінності двох вибірок за середнім при нормальному розподілі індивідуальних показників у кожній з них. При цьому базовим був 5-відсотковий рівень значущості ($p < 0,05$). Під час аналізу даних у кожній вибірці використовували значення t для пов'язаних, даних у різних групах – для непов'язаних вибірок.

2.2 Організація дослідження

Завдання дослідження вирішували у три взаємопов'язані етапи.

На першому етапі (жовтень-листопад 2022 року) здійснювали аналіз документальних та літературних джерел, а саме: освітньо-професійних програм, робочих програм освітніх компонентів, навчальних, навчально-методичних посібників в яких охарактеризовано техніку гри у волейбол, вказано на основні помилки, які можуть виникати під час опанування руховими діями.

На другому етапі (листопад 2022 – червень 2023 року) був проведений констатувальний педагогічних експеримент, основним завданням якого стало вивчення рівня знань і сформованості професійних умінь щодо корекції техніки виконання рухових дій у волейболі. Базою дослідження був Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, факультет фізичної культури, групи СПВ/ПСМ з волейболу чоловіки та жінки.

Загальна кількість здобувачів вищої освіти, які були задіяні в експерименті становила: чоловіків – 33; жінок – 13 осіб.

На третьому етапі (липень – вересень 2023 року) узагальнювали одержані результати, формулювали висновки, оформлювали дипломну роботу магістра.

РОЗДІЛ 3

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ У ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ОСНОВ КОРЕКЦІЇ ТЕХНІКИ ГРИ У ВОЛЕЙБОЛ

3.1 Стан технічної готовності майбутніх фахівців з волейболу до професійної діяльності

Основне завдання другого етапу дослідження полягало у виявленні складу основних помилок у техніці виконання рухових дій з волейболу та у визначенні ступеня їх значущості.

Нами були проведені педагогічні спостереження, в ході яких експериментально здійснювалася оцінка змагальної діяльності волейболістів з метою виявлення помилок у виконанні технічних дій у нападі та захисті (експерти – 15 осіб, стаж роботи не менше 10 років).

Не дивлячись на те, що технічній підготовці в річному циклі тренування приділяється досить багато уваги (від 40 до 60 %, залежно від етапу та періоду підготовки), експерти зафіксували велику кількість помилок у виконанні кожного технічного прийому у нападі та у захисті.

Так, наприклад, при виконанні подачі м'яча найбільш частими помилками були: неправильне вихідне положення, відсутність зорового контролю за рухом руки при ударі, неузгоджений рух рук і ніг у фазі відштовхування, неузгодженість рухів передплічч, кистей і пальців рук при підкиданні м'яча, неправильне відведення руки при замаху, в момент ударного руху кисть накриває м'яч зверху (м'яч спрямований під сітку), кисть при виконанні ударного руху розслаблена.

При прийомі м'яча знизу двома руками також виявлено низку помилок. початок руху з положення динамічних стійок здійснюється швидше, ніж з положення статичних, однак гравці це не враховують і, готуючись до прийому м'яча, зберігають статичне положення, потім слідує невчасний вихід під м'яч,

занадто повільні або занадто різкі рухи рук при виконанні удару по м'ячу; руки дещо зігнуті в ліктях, не витягуються у напрямку руху м'яча, узгоджений рух рук та ніг при зустрічі з м'ячем; відсутність зниження швидкості руху рук.

Правильне виконання техніки другої передачі багато в чому обумовлює успішність дії атакуючого гравця, проте наявність наступних помилок знижує її ефективність: гравець не враховує висоту траєкторії польоту м'яча, не узгоджує рух рук та ніг; м'яч приймається на рівні нижньої частини обличчя чи грудей; надто широко розставлені лікті; гравець, що розіграє, при виконанні передачі стоїть боком до нападника.

Серед помилок, що здійснюються атакуючими гравцями при виконанні нападаючого удару зафіксовані: ранній або пізній розбіг, у фазі розбігу – крок на носок, що стопорить; повільне відштовхування, відсутність махового руху руки, що не б'є, низький стрибок; виконання удару зігнутою в лікті рукою; повільний рух руки до м'яча.

При виконанні блокування гравці часто не концентрують увагу на траєкторії руху м'яча, не приймають стійку готовності і перебувають у статичному положенні; виконують невчасний, надто ранній або запізнений стрибок, тулуб прогинається в попереку, кисті рук відкинуті назад, надто широко розведені та надмірно напружені пальці рук.

Слід зазначити, що неякісне виконання технічних дій впливає на варіативність виконання спеціалізованих рухів волейболіста, що у свою чергу знижує ефективність результату.

Тренери в ході матчу не звертають уваги на помилки, які здійснюються гравцями під час виконання технічних дій, не вносять необхідних коректив, не можуть пояснити спортсменам причину появи помилок у техніці. У зв'язку з цим виникає необхідність ретельного вивчення помилок та причин їх виникнення ще на початкових етапах навчання волейболістів руховим діям.

Ранжування помилок за значущістю допомагає виявити «опорну» помилку в кожній фазі технічного прийому, оскільки помилкам у техніці волейболу часто властива «багатоповерховість»: одна помилка («опорна») тягне за собою іншу,

створюючи розгалужений причинний ланцюг «похідних» помилок, які у свою чергу можуть слугувати причиною виникнення помилок різного типу. Наслідком цього, у кращому разі, буде зниження результативності технічного прийому, у гіршому – програш очка.

Під опорною помилкою розуміється помилка, яка передається іншим ланкам тіла і позначається зміною руху на наступних фазах руху, тобто дана помилка є причиною появи інших, похідних помилок (див. табл. 2.1).

Таблиця 3.1 – Показники значимості помилок у основних технічних прийомах волейболу

Можливі помилки	Ранг	Кореляційний зв'язок
Передача м'яча двома руками зверху		
1) неправильна стійка готовності (стопа паралельні, статична стійка при очікуванні м'яча, відсутність зорового контролю)	1,8	0,918
2) стійка стійка (не готовий до прийому м'яча)	1,9	0,883
3) повільне переміщення до м'яча	3,7	0,843
4) невчасне переміщення до м'яча	2,8	0,860
5) винесення рук через сторони	14,8	0,328
6) руки зайво розведені	12,9	0,395
7) кисті не утворюють «ківш»	7,8	0,652
8) неузгоджений рух рук та ніг	4,7	0,813
9) лікті зайво розведені	13,6	0,360
10) під час зустрічі з м'ячем руки випрямлені	5,9	0,749
11) кисті та пальці зайво напружені	10,2	0,562
12) кисті та пальці розслаблені	11,1	0,504
13) кисті нижче рівня особи	6,8	0,721
14) різкий удар по м'ячу	12,2	0,464
15) відсутність супроводжуючого руху руками	8,9	0,611
Силова подача м'яча в стрибку		
1) не оптимальна висота підкидання	0,9	0,918
2) усунення траєкторії підкидання	0,9	0,873
3) недостатня довжина розбігу	15,8	0,385
4) усунення траєкторії розбігу	12,1	0,593
5) відсутність стопорячого кроку	16,8	0,370
6) недостатня висота стрибка	19,8	0,313
7) неузгодженість руху рук та ніг	2,1	0,852
8) зупинка перед відштовхуванням	5,2	0,733
9) відштовхування з однієї ноги	4,4	0,756
10) лікоть на рівні або нижче за осі плечового суглоба	5,8	0,718
11) відсутність руху руки, що не б'є під час стрибка	14,9	0,427

Продовження таблиці 3.1

12) замах не збігається з площиною майбутнього ударного руху	7,2	0,710
13) відсутність амплітуди замаху	19,1	0,336
14) зустріч б'є руки з м'ячем не на оптимальній висоті	3,1	0,844
15) незначна швидкість руки, що б'є	17,8	0,351
16) неточний удар по м'ячу (знизу, збоку)	10,2	0,610
17) удар «під себе» (м'яч зустрінутий у низькій точці)	8,9	0,662
18) у момент удару - опускання ліктя вниз	8,3	0,680
19) кисть розслаблена	13,4	0,488
20) приземлення на прямі ноги	12,8	0,629
21) відсутність супроводжуючого руху рукою (виключення – плануюча подача)	14,2	0,470
Прийом-передача м'яч двома руками знизу		
1) відсутність динамічної стійки	5,2	0,794
2) стійка (гравець не готовий до прийому м'яча)	5,9	0,781
3) невчасний вихід під м'яч	1,1	0,913
4) висока стійка	7,4	0,760
5) невчасне винесення рук	3,2	0,863
6) повільний або різкий рух руками назустріч м'ячу	14,8	0,596
7) руки зігнуті у ліктях	9,2	0,728
8) руки притиснуті до тулуба	11,2	0,680
9) тулуб нахилено назад	10,4	0,703
10) передпліччя не розгорнуті назовні	15,8	0,570
11) руки нижче або вище рівня поясу	16,5	0,505
12) лікті розведені	11,8	0,672
13) неузгоджений рух рук та ніг	1,8	0,891
14) руки піднімаються вище рівня плечей (руки паралельні підлозі)	7,9	0,742
15) прийом м'яча на кисті рук	13,4	0,631
16) різкий зустрічний рух руками вперед-вгору	4,2	0,820
17) прийом м'яча на ліктьовий згин	18,3	0,471
18) відсутність супроводжуючого руху ніг та рук	14,3	0,611
Нападаючий удар		
1) невірна стійка	8,8	0,791
2) низька стійка	19,9	0,583
3) ранній чи пізній розбіг	1,3	0,948
4) крок на носок, що стопорить, у розбігу	2,8	0,884
5) стопи нарізно під час розбігу	11,3	0,748
6) неузгоджена робота рук та ніг	1,9	0,905
7) неправильний кут розбігу	9,6	0,763
8) зупинка перед відштовхуванням	3,6	0,851
9) відсутність махового руху руки, що не б'є	11,6	0,731
10) верхня частина тулуба не відхилена назад	12,5	0,715
11) сильне згинання гомілки (<90°)	15,8	0,651
12) стрибок уперед	15,1	0,687
13) відштовхування з однієї ноги	14,2	0,706
14) відсутність пози «натягнутого лука»	4,8	0,830

Продовження таблиці 3.1

15) лікоть знаходиться на рівні осі плечового суглоба або нижче	13,2	0,712
16) лікоть не відведено назад	5,7	0,822
17) лікоть рухається назад-вниз	21,8	0,528
18) при ударі по м'ячу рука сильно зігнута у лікті	17,1	0,633
19) у момент удару – опускання ліктя вниз	6,8	0,806
20) накриття м'яча збоку або удар знизу	17,8	0,620
21) недостатня сила удару	22,6	0,508
22) кисть надмірно напружена	18,5	0,612
23) удар пальцями («зривання м'яча»)	23,8	0,481
24) відсутність супроводжуючого руху руки, що б'є	24,6'	0,460
25) приземлення на прями ноги	7,7	0,801
26) приземлення на широко розставлені ноги	25,6	0,439
Блокування		
1) статична стійка перед переміщенням	5,8	0,763
2) неправильний вибір місця для блокування	7,9	0,715
3) руки опущені вниз	6,6	0,748
4) гравець не повернутий обличчям до сітки	2,8	0,860
5) гравець не враховує кут розбігу нападаючого-суперника	13,6	0,409
6) несвоєчасний стрибок (неправильна оцінка висоти передачі та дії нападаючого гравця)	1,3	0,903
7) неузгодженість рухів рук та ніг	1,8 "	0,883
8) руки занадто розведені	9,8	0,616
9) руки зігнуті у ліктьових суглобах	9,1	0,650
10) відсутність перенесення рук на бік суперника	12,3	0,486
11) пальці надмірно напружені	15,2	0,383
12) пальці зімкнуті	15,9	0,341
13) кисті не накривають м'яч (відкинуті назад)	10,8	0,574
14) тулуб прогинається в поперековому відділі	3,7	0,851
15) кисті не розгинаються вгору після накриття м'яча	12,6	0,432
16) приземлення на прями ноги	4,7	0,818

Найчастіше виправлення помилок відбувається не у всіх ланках, а лише у прилеглих до прояву або яскраво виражених, воно носить не довгостроковий характер і може призвести до повторного прояву помилки. Якщо ж помилка буде виправлена у всіх ланках, аж до «опорної» помилки, з використанням правильно підібраних засобів та методів, ймовірність появи її знову знижується або зникає зовсім. Тому володіння основами причинно-наслідкового аналізу – одна з найважливіших вимог до професійної підготовки тренера, оскільки подібний аналіз взаємопов'язаних технічних помилок дозволяє знаходити найефективніший підхід до корекції тієї чи іншої рухової дії.

Оцінюючи виконання передачі двома руками зверху експерти вважають дуже значущими помилки, які утворюють причинно-наслідковий зв'язок: неправильна стійка готовності призводять до несвоєчасного та повільного переміщення до м'яча. Помилку з великим рівнем значущості можна визначити як «опорну», в даному випадку нею буде неправильна стійка готовності, оскільки головним елементом, що зумовлює ефективність виконання передачі м'яча двома руками зверху є своєчасний та точний вихід до м'яча.

Неузгоджений рух рук та ніг під час зустрічного ударного руху експерти також визначили як дуже значну помилку. При наближенні м'яча зустрічний рух першими починають ноги – їх розгинають у колінах. Дещо пізніше включають руки: їх розгинають у ліктьових суглобах, вони задають загальний напрямок польоту м'яча при передачі. Деякі гравці або роблять навпаки, або розгинання ніг та рук відбувається одночасно. Якщо вчасно не розпрямити руки і ноги і не перенести вагу тіла, то м'яч буде спрямований не по потрібній траєкторії партнеру, а вертикально вгору. Дана помилка є грубою, оскільки викликає відхилення від заданої техніки, спотворює основну структуру рухів і веде до сильного зниження результату.

Значними є помилки, коли ще до зустрічі з м'ячем у гравця руки повністю випрямлені, або коли кисті знаходяться нижче рівня обличчя. Дуже багато часу витрачається те що, щоб навчити здобувачів вищої освіти правильно розташовувати кисті, тому така помилка також є значущою. М'яч повинен торкатися передніми та середніми фалангами великих, вказівних та середніх пальців, розташованих симетрично по відношенню до м'яча. При цьому амортизація м'яча здійснюється завдяки тильному згинанню вказівного та середнього пальців. Безіменний палець і мізинець несуть лише допоміжну роль, підтримуючи м'яч з правого та лівого боку.

Відсутність супроводжуючого руху на заключній фазі технічного прийому експерти, також вважають значним порушенням. Під час супроводу м'яча, ноги повинні продовжувати розгинатися майже до випрямлення. Тулуб гравця та руки

також випрямляються та зміщуються вгору-назад. Ступінь м'язової напруги поступово знижується і приходять до вихідного рівня.

Типові помилки, що часто зустрічаються у гравців на перших етапах підготовки, експерти вважали не дуже значущими: кисті та пальці рук зайво напружені або розслаблені, різкий удар по м'ячу. Ці помилки є несуттєвими та їх не важко виправити.

Не значущими, на думку експертів; є такі помилки: зайво розведені руки в момент їх винесення в підготовчій фазі, лікті розведені в сторони, а також винос рук через сторони. Подібні, порушення трапляються рідко та виникають унаслідок неуважності гравців, їхнього недостатнього самоконтролю; а на пізніших етапах підготовки незначні помилки зникають зовсім.

Помилки під час виконання силової подачі м'яча в стрибку. Важливим елементом подачі є підкидання м'яча. Експерти віддали перше місце по значущості помилок, які відносяться саме до цієї подачі: не оптимальна висота підкидання і зміщення траєкторії підкидання. Ці помилки вважаються «опорними», оскільки викликають відхилення від заданої техніки, спотворюють основну структуру рухів; викликаючи ланцюг помилок, призводять до сильного зниження результату. Через ці помилки під час ударного руху зустріч: руки, що б'є по м'ячу; відбувається на неоптимальній висоті, що у свою чергу призведе до втрати м'яча при подачі.

У зв'язку з цим приступати до вивчення удару по м'ячу та узгодження роботи окремих ланок тіла в ударному русі можна лише після засвоєння структури руху при підкиданні м'яча. При цьому необхідно дотримуватися таких умов:

- підкидання м'яча виконується плавним рухом руки з поступовим: наростання швидкості – це сприяє оптимальному регулюванню форми траєкторії та висоти підкидання м'яча;

б) траєкторія руху м'яча знизу-вгору повинна бути ближчою до вертикальної, для чого кисть при підкиданні у всіх положеннях паралельна опорі.

Крім того, необхідний постійний контроль з боку тренера, численні імітаційні вправи, самоконтроль перед дзеркалом систематичне виконання вправ

на розвиток спеціального м'язового почуття. Тренер повинен вміти зрозуміло, з використанням прийомів зіставлення подібних і контрастних відчуттів та образів пояснити спортсмену його помилки, домагаючись правильного виконання кожного елемента техніки.

Неузгоджений рух рук і ніг під час подачі також вважається дуже суттєвою помилкою. Рух підкидання розбіг стрибок замах удар є одним з найбільш складних для засвоєння, тому при навчанні техніці подачі основний метод – по частинам, при якому розучування дії відбувається в розчленованому вигляді, з послідовним об'єднанням частин у ціле.

Помилки під час розбігу експерти оцінили так. Зміщення траєкторії розбігу з не дуже значним порушенням (0,593), недостатня довжина розбігу є значуща (0,385). Це пов'язано з тим, що на перших етапах підготовки юним спортсменам важко одночасно стежити за правильністю виконання техніки руху та розраховувати траєкторію та довжину розбігу. Найнижчий ранг (18 місце) і рівень значущості (0,370) має помилка «відсутність кроку, що стопорить». В даний час більшість висококваліфікованих тренерів навчають спортсменів у фазі розбіг-стрибок обходитися без кроку, що стопорить, виконуючи цей рух «накатом».

Під час стрибка не значущою, на думку експертів, є помилка, коли гравець недостатньо високо стрибає (0,313), ця ж помилка має останній, 20-й ранг. Молоді спортсмени ще мало підготовлені у фізичному плані, в них недостатньо розвинена вибухова сила. Крім того, самі тренери не надають великого значення висоті стрибка під час виконання подачі. Але такі помилки як відштовхування з однієї ноги (0,756), зупинка перед відштовхуванням (0,733) будуть значними. Тренеру на такі порушення необхідно звертати увагу ще під час розповіді техніки, акцентуючи увагу на тому, що всі рухи виконуються разом, без зупинок, а відштовхування від опори відбувається двома ногами.

Найбільш складним для засвоєння рухом у розглянутому ланцюгу є замах, тому при навчанні спортсмени роблять ряд типових помилок, таких як: під час замаху лікоть знаходиться на рівні або вище осі плечового суглобу (0,718); замах

не збігається з площиною майбутнього ударного руху (0,710). Ці помилки є значущими та повинні виправлятися негайно.

У момент зустрічного ударного руху значущими є помилки, що стосуються точності удару по м'ячу: удар «під себе» (м'яч зустрінутий у низькій точці) (0,662), що є наслідком помилок у підготовчій фазі; у момент удару опускання ліктя вниз (0,680) і, як наслідок, неточний удар по м'ячу (знизу, збоку) (0,618). Для забезпечення точності удару необхідно добиватися відсутності помилок у попередніх рухах та самоконтролю гравця за всіма ланками тіла під час основної фази.

Навчаючи спортсменів-початківців ударному руху багато тренерів рекомендують здійснювати удар по м'ячу кистю, стиснутою в кулак, тому помилку «кисть розслаблена» експерти вважали не дуже значущою (0,488).

Незначною помилкою під час виконання удару буде незначна швидкість руки, яка здійснює удар (0,351). Залежно від тактичної реалізації подачі швидкість може бути різною; крім того, на початкових етапах навчання такого нюансу не надають особливого значення.

При навчанні спортсменів приземлення необхідно загострювати увагу на тому, щоб воно здійснювалося дещо на зігнуті ноги для забезпечення більшої амортизації. В іншому випадку гравець робить грубу помилку, яка вважається значущою (0,629) і може призвести до травм.

Тому різкий зустрічний ударний рух руками вперед-вгору (0,820), коли руки піднімаються вище рівня плечей (0,742) є грубою помилкою.

При виконанні прийому м'яча двома руками знизу швидкість рук до м'яча тим вища, ніж менша швидкість польоту м'яча. При незначній швидкості польоту м'яча в момент зіткнення рук з м'ячем, руху їх у просторі не відбувається.

Амортизація забезпечується за рахунок незначного опускання прямих рук донизу. Зниження швидкості руху рук назустріч м'ячу в основній фазі – одна з основних умов, що сприяють пом'якшенню сили удару та зниженню швидкості польоту м'яча після зіткнення його з руками. Час контакту з м'ячем дуже невеликий, тому супроводжуючий рух рук має сенс контролю за напрямом

польоту м'яча. При цьому ноги майже повністю випрямляють, руки витягують уперед. Відсутність таких дій експерти вважали за значну помилку (0,611).

Помилки при виконанні нападаючого удару. При прямому нападаючому ударі ударний рух виконують у сагітальній площині. Початковий рух аналогічний стійкі при виконанні передачі. Підготовча фаза включає розбіг, стрибок замах. Практично всі порушення в розбігу є дуже значущими, оскільки цей елемент слугую для досягнення достатньої горизонтальної швидкості руху та її максимального використання для стрибка. Ранній або пізній розбіг є «опорною» помилкою, і експерти вважали її значущою, надавши перший ранг. Причиною може бути початкова неготовність гравця до здійснення рухів – т; стійка, низька стійка (0,791) або відсутність зорового контролю за діями партнерів на майданчику. Ці порушення можуть призвести до того, що гравець обере неправильний кут розбігу (0,736), і йому буде складно скоригувати наступні дії, щоб ефективно завершити атаку.

Для координації рухів ланок тіла в беззаперечному положенні важливо розташування стоп при відштовхуванні. Найбільш раціонально дещо повернути їх носками всередину або розташувати паралельно. У зв'язку з цим, експерти вважають помилку «стопа нарізно під час розбігу» значущою помилкою (0,748).

Останній крок у розбігу зазвичай виконують стрибком: ногу виносять витягнутою вперед і ставлять на п'яту, стопа знаходиться в положенні розгинання, лише при такій постановці правої ноги на опору виникає стопорний ефект, в іншому випадку виникають помилки (0,844) буде вважатися грубою помилкою, оскільки відбувається подальше переміщення горизонтальною траєкторією і стрибок буде виконаний вперед (0,687).

Під час розбігу і стрибку (зліт) значним буде порушення узгодженості роботи рук і ніг (0,905). Одночасно з кроком, що настрибує, обидві руки відводяться назад. При відштовхуванні рух насамперед починають руки – по дузі ззаду-вниз-вперед. Цей маховий рух закінчується різкою зупинкою рук у момент, коли кисті винесені над головою. Ноги включають рух відштовхування дещо пізніше, коли

ЗЦТ тіла гравця знаходиться позаду опори, їх при цьому розгинають у всіх суглобах.

Висота стрибка залежить від махового руху рук та величини згинання ніг у колінах наприкінці розбігу. Але зайве згинання гомілки ($<90^\circ$) вважатиметься значною помилкою (0,651).

Одночасно із зльотом правою рукою роблять помах вгору-вниз. Таким чином, рух рук у підготовчій фазі складається з махового, що тягне зусилля замаху і збільшує шлях розгону ударної маси.

Не дивлячись на те, що висота підйому ліктя варіюється в залежності від індивідуальних особливостей гравців, у будь-якому випадку лікоть повинен бути вищим за осі плечового суглоба, в іншому випадку це буде вважатися значною помилкою (0,712).

Відсутність махового руху руки, яка не виконує удар вважається значним порушенням (0,731), оскільки ліва рука повинна брати активну участь у русі замаху: її відводять убік, в результаті чого розтягується великий грудний м'яз.

Положення гравця перед ударом іноді називають положенням натягнутого луку. Це дуже влучне порівняння, яке характеризує стан м'язів тулуба волейболіста в момент безопорної фази перед потужним ударним скороченням, внаслідок якого удар по м'ячу здійснюється не тільки за рахунок м'язів руки, а й за рахунок різкого, послідовного скорочення м'язів живота, грудей. «Відсутність пози натягнутого луку» експерти вважали за дуже значну помилку (0,830).

Ефективність зустрічного ударного руху можуть знизити такі помилки як: опускання ліктя вниз (0,806), через що спортсмен ударяє по м'ячу в нижній точці або накриває його збоку (0,620), рука сильно зігнута в лікті (0,633). Кисть накладають на м'яч у розслабленому стані зверху-збоку хлестоподібним рухом, тому зайва напруга кисті (0,612) вважається порушенням.

Недостатня сила удару (0,508) не дуже значною помилкою, що виникає внаслідок недостатньої фізичної підготовленості молодих спортсменів. Згодом це порушення зустрічається все рідше, і єдиною причиною її появи можуть бути

помилки, скоєні під час замаху. Удар пальцями (0,481) по м'ячу (зрив м'яча) також зустрічається досить рідко, тому вважається дуже значним порушенням.

Після удару гравець повинен приземлитися, обов'язково згинаючи ноги в колінах. В іншому випадку помилка буде дуже значущою (0,801), оскільки може призвести до травмування.

Помилки під час блокування. У більшості випадків блок виконують після переміщення, тому дуже важливо, щоб гравець не стояв у статичній стійці (0,763), так як переміщення (робити перший крок) слід починати з великою швидкістю. Перемістившись на вихідну позицію, гравець повинен повернутися обличчям до сітки (0,860), руки зігнути в ліктях і розташувати їх перед грудьми. Іноді гравець під час переміщення не враховує кут розбігу нападаючого суперника (0,409), але цю помилку експерти вважали не дуже значущою. Це тим, що молодим спортсменам іноді важко розподілити свою увагу і якості виконання прийому, і стеженні за діями суперника.

На перше та друге місця за значущістю експерти поставили помилки, що виникають під час стрибка. Несвоечасний стрибок (0,903), надто ранній чи запізнений, і неузгоджений рух рук і ніг під час стрибка (0,883) не дозволять блокуючому синхронізувати свої дії з діями нападника. Рух під час стрибка починають руки, а потім ноги. Відриваючись від опори, гравець виносить руки над сіткою так, щоб вони залишилися зігнутими у ліктях. Передпліччя мають невеликий нахил по відношенню до сітки, пальці рук не повинні бути зімкнуті (0,341) і надмірно напружені (0,383).

Тулуб не повинен прогинатися в поперековому відділі (0,851), це є дуже значним порушенням техніки. При наближенні м'яча руки розгинають у ліктьових суглобах і рухають уперед-угору. При цьому руки не повинні бути зайво розведені (0,616), інакше м'яч може пролетіти між ними. Одночасно кисті згинають у променево-зап'ястних суглобах, пальці рухаються вперед-вниз, і руки переносяться на бік суперника.

Експерти відзначили відсутність перенесення рук (0;485) та відсутність розгинання, кистей після накриття м'яча (0,432) як не дуже значущі помилки. Це

можна пояснити тим, що волейболісти груп початкової підготовки не мають достатніх антропометричних даних (зросту, довжини кінцівок), згодом, коли зріст спортсменів дозволить виконувати, подібні дії, дані порушення будуть дуже значущими.

У заключній фазі потрібно звертати увагу гравця на те, щоб він приземлявся на обидві ноги, які повинні бути дещо зігнуті в колінах, що запобігає пошкодженню суглобу опорного апарату.

Щоб уникнути перелічених вище помилок вивчення блокування необхідно відповідно починати вивчати з одиночного блоку на місці, потім після переміщення, спочатку необхідно освоїти стрибок біля сітки, далі – винесення рук і постановку над сіткою, а потім блок після: переміщення, оскільки саме на цей елемент припадає більша частина значущих помилок.

Таким чином, в результаті педагогічних спостережень за діяльністю волейболістів різної кваліфікації, узагальнення досвіду провідних тренерів, теоретичного аналізу наявної літератури та анкетного опитування було визначено основні помилки у виконанні окремих елементів техніки волейболу, а також показники їхньої значущості, які допомогли виділити груп «опорних» помилок, що ведуть до появи інших («похідних»).

Алгоритм виправлення помилок у виконанні техніки рухових дій у волейболі необхідно будувати згідно з черговістю навчання волейболістів фазам, ланкам та деталям техніки. Оскільки їхнє безпомилкове виконання дозволить точно реалізувати прийняте технічне та тактичне рішення відповідно до ігрової ситуації, здійснювати самоконтроль, мимоволі запам'ятовувати характерні особливості виконання технічного прийому, а також одночасно стежити за м'ячем, діями суперників та прогнозувати подальший розвиток ігрової ситуації.

3.2 Значущість формування вмінь із корекції техніки гри у волейбол

Для того, щоб здійснювати подальше вдосконалення методики підготовки майбутніх тренерів, необхідна насамперед конкретизація професійно-значущих

знань та умінь студентів, особливо важливих у процесі початкового навчання волейболу, у тому числі професійні умінь, пов'язані з виявленням та усуненням помилок у виконанні техніки рухових дій юним волейболістом.

За підсумками аналізами узагальнення спеціальних робіт [1; 4; 28] було визначено структуру та зміст професійних знань та вмінь, необхідних тренеру з волейболу для корекції техніки виконання рухових дій.

Усього нами було виділено 12 умінь:

- візуальне розпізнавання помилки;
- вибір місця для спостереження за виконанням техніки;
- визначення значущості помилок;
- визначення послідовності виправлення помилок;
- знаходження причинно-наслідкових зв'язків;
- визначення причин виникнення помилки;
- зіставлення правильного і помилкового виконання прийому.
- користування наочно-демонстраційних засобів та методів.

Для того, щоб оцінити причину виконання невдалих рухової дії спортсменом, тренер повинен вміти візуально визначити конкретну помилку або ланцюг помилок у технічному прийомі. Для цього йому також необхідно мати теоретичні основи раціональної техніки рухів. Крім того, щоб можливо було зафіксувати помилку, тренер повинен вміти обрати раціональне місце в залі або на майданчику для здійснення спостереження за діяльністю спортсмена. Немає універсальної позиції (місця), з якої можна було б бачити все. У міру зростання необхідності правильно вибирати місце для спостереження, що значною мірою зростає, значення вміння передбачати помилку. Чим раніше тренер зафіксує неправильність виконання того чи іншого технічного прийому, тим швидше будуть вжиті заходи щодо усунення помилки.

Позиція, тренера – найважливіший момент у ефективному спостереженні. Щоб побачити те, що потрібно, тренер має бути своєчасно та у найкращій позиції; яка варіюється в залежності від прийому та його ключового елемента.

Для правильного вибору такої позиції; корисні такі рекомендації:

- вибирати свою позицію під потрібним кутом до руху гравця у плані, що дає найкращий огляд;

- переміщаючись; навколо гравця, тренер у різних позиціях може: спостерігати різні елементи прийому;

- перебуваючи далі від гравця, тренер може вирішити низку проблем, пов'язаних з великою швидкістю його переміщення у поле зору;

- розташовуючись проти середньої точки, траєкторії руху гравця на достатньому видаленні, тренер може побачити весь рух повністю;

- для спостереження окремих деталей прийому потрібно підійти до гравця;

- орієнтування у просторі вибирати позицію треба так, щоб у поле зору потрапляли вертикальні та горизонтальні орієнтири;

- позиція для спостереження повинна дозволяти тренеру вільно рухатися, щоб зони залу, заняття людьми та обладнанням були позаду нього, і в полі його зору не було додаткових сторонніх об'єктів.

Під час спостереження-тренер реалізує план, звертаючи увагу на обрані ключові елементи спостереження:

- застосовує відповідну стратегію огляду;

- вибирає правильну позицію;

- здійснює задану кількість спостереження.

Для виконання цих кроків тренеру слід у деталях знати всі фази прийому, що вивчається. До спостереження він має бути впевненим у тому, що не залишилося неясних, спірних питань. Це завдання вирішується легше, якщо тренер розробив спеціальну форму для запису своїх спостережень. У кожному конкретному випадку вибір виду такої форми визначається тренером індивідуально.

Вміння визначати ступінь значущості помилок допомагає тренеру виявити «опорну» помилку у кожній фазі технічного прийому, оскільки помилкам у техніці волейболу часто властива «багатоповерховість»: одна помилка («опорна») тягне за собою іншу, створюючи розгалужений причинний ланцюг «похідних» помилок», які, у свою чергу, можуть спричинити виникнення помилок різного

типу. Потім, щоб приступити до виправлення тієї чи іншої помилки, необхідно правильно визначити послідовності їх виправлення.

Володіння основами причинно-наслідкового аналізу – одна з найважливіших вимог до професійної підготовки тренера, оскільки подібний аналіз взаємопов'язаних технічних помилок дозволяє знаходити найефективніший підхід до корекції тієї чи іншої рухової дії. Найчастіше виправлення відбувається не у всіх ланках, а лише у прилеглих до прояву або яскраво виражених, воно носить не довгостроковий характер і може призвести до повторної появи помилки. Якщо ж помилки будуть виправлені у всіх ланках, аж до «опорної помилки», з використанням правильно підібраних засобів і методів, ймовірність появи її знову знижується або зникає зовсім.

Визначення причини виникнення помилки та її обґрунтування необхідно для того, щоб правильно побудувати алгоритм майбутніх дій, спрямованих на виправлення помилок, вибрати доцільні засоби та методи.

У роботі зі спортсменами стислість пояснення досягається у зв'язку з використанням образного порівняння. Під час проведення спостережень зазначалося, використання образного порівняння специфічне кожному за тренера. Спортсмени як би звикають до цієї образності, яку використовує тренер, співвідносять цю образність із власними кінестезичними відчуттями і тому можуть диференційовано підходити до образності, що використовується тренером на основі вже наявного рухового досвіду. Тому важливо, щоб у тренера був багатий та різноманітний запас можливих образних порівнянь.

Вміння надати практичну допомогу проявляється найчастіше при виконанні імітаційних вправ, які є не просто якоюсь частиною вправи, а, як правило, основним елементом техніки.

Після того, як помилку було зафіксовано, виявлено причини її появи, тренер повинен вміти підібрати доцільні та адекватні засоби та методи для корекції техніки, підготовчі, підводні, імітаційні вправи. Як правило, у розпорядженні тренера є недостатній набір спеціальних вправ, що використовуються в тренувальному процесі для попередження та виправлення помилок у техніці.

Важливе значення у процесі попередження та виправлення помилок на всіх етапах формування рухових навичок спортсменів має вміння використовувати методичні прийоми слухової та зорової інформації. Виконання досліджуваної дії у супроводі гучної мови допомагає організувати дію, полегшує орієнтування у відчуттях, що виникають, і фіксацію уваги на потрібному відчутті. При цьому, чим яскравіше, емоційніша мова, тим швидше і міцніше запам'ятовується інформація. Для сприйняття спортсменами слухової інформації використовуються такі методи як: оповідання, пояснення, лекція, бесіда, аналіз та узагальнення. Успішність роботи зі спортсменами багато в чому залежить від вмільої вказівки тренером команд, зауважень, словесних оцінок та роз'яснень.

Вище перелічені засоби та методи у поєднанні із застосуванням додаткових орієнтирів та сигналів є дуже дієвими. До таких засобів відносять покажчики напрямку, фіксатори уваги, обмежувачі рухів, стимулятори зусиль.

У процесі роботи над технічними помилками на всіх етапах навчання руховим діям особливо важливе значення має вміння використовувати наочно-демонстраційні засоби та методи. Сюди можна віднести показ технічного прийому (самостійно або зі сторонньою допомогою), перегляд схем, малюнків, фото-і відеозйомок, які допускають уповільнення, зупинку, багаторазове повторення рухової дії. Чим більший арсенал подібних засобів і методів, тим успішніше і швидше проходить процес корекції техніки рухів.

З метою визначення значущості основних професійних умінь, необхідних тренеру для корекції техніки виконання рухових дій у волейболі, нами було проведено анкетне опитування. Експертам пропонувалося оцінити дані вміння за критеріями значущості та складності. Під значущістю розумілася необхідність і важливість ролі вміння з корекції техніки виконання рухових дій у волейболі. Кожному вмінню присвоювався ранг, який відбиває його значущість. Кількість рангів відповідала числу умінь. Під складністю розумілася складність формування вміння і оцінювалася за п'ятибальною шкалою за принципом – що складніше сформувати вміння, то вищий бал за це можна отримати. Оскільки абсолютні значення кількості рангів і балів були різними, дані значення

переведені у відносні величини у вигляді відсотків від максимального рангу або балу (див. табл. 3.2).

Для встановлення кількості та меж рівнів значущості та складності формування професійних умінь з корекції техніки волейболу, в якості – визначних враховувались наступні фактори. Було вирішено виділити (п'ять рівнів – максимальний, високий, середній, низький і дуже низький).

Таблиця 3.2 – Значущість і складність формування професійних умінь, необхідних для корекції техніки рухових дій у волейболі

Вміння	Значущість вміння		Складність формування вміння	
	Ранг	%	Бали	%
Візуальне розпізнавання помилки	6,8 ±0,4	56,7 ±1,6	3,0±0,1	60,0 ±1,6
Вибір місця для спостереження за виконанням техніки рухових дій волейболіста	6,2 ±0,3	51,7 ±1,6	2,3 ±0,1	46,0 ±1,8
Визначення ступеня значущості помилки	1,8±0,1	15,0±0,8	4,8 ±0,2	95,0 ±3,2
Визначення послідовності, виправлення помилок	3,6 ±0,2	30,0 ±1,7	3,2 ±0,1	64,0 ±2,0
Знаходження причинно-наслідкових зв'язків у ланцюзі помилок	1,3±0,1	10,8 ±0,7	4,8 ±0,2	96,0 ±3,2
Визначення причини виникнення помилки та її обґрунтування	2,7 ±0,1	22,5 ±1,4	3,6 ±0,1	72,0 ±2,0
Зіставлення правильного і помилкового виконання прийому (використання системи образних порівнянь для попередження! і виправлення помилки)	4,8 ±0,2	40,0 ±1,7	3,7 ±0,1	74,0 ±1,0
Застосування допомоги тренера для виправлення помилок	8,6 ±0,5	71,1 ±2,6	3,9 ±0,2	78,0 ±2,0
Вибір спеціальних вправ для попередження- та виправлення помилок (підготовчих, підвідних, імітаційних) та їх практичне застосування	9,8 ±0,6	81,1 ±2,7	4,4 ±0,2	88,0 ±3,2
Застосування методичних прийомів слухової та зорової інформації	10,6 ±0,6	83,3 ±3,2	4,1 ±0,2	82,0 ±3,2
Застосування додаткових орієнтирів та сигналів	11,7 ±0,7	97,5 ±3,8	3,4 . ±0,1	68,0 ±2,0
Використання наочно демонстраційних засобів та методів	7,6 ±0,4	63,3 ±1,6	4,2 ±0,2	84,0 ±3,2

Ця градація оцінок є найбільш прийнятою і часто використовується, що дозволяло студентам легше сприймати зміст оцінок у межах цієї градації. Більш складним було завдання обґрунтування межі кожного з рівнів. Враховуючи, що оцінки значущості умінь були розташовані в діапазоні від 0 до 100 % відповідно до нормального розподілу, кількісні характеристики п'яти рівнів виглядали наступним чином: максимальна значущість – менше 20 %, висока – 20,0-40,0 %, середня – 40,0-60,0 %, низька 60,0-80,0 %, дуже низька – 80,0-100 %.

При розгляді складності формування вмінь було виявлено, що експерти рідко оцінювали вміння за даним критерієм нижче трьох балів (у цьому випадку, чим вищий бал, тим важчим уявлявся процес формування вміння і навпаки). У зв'язку з цим 5 % оцінок (95,0-100,0 %) від 4,8 до 5,0 балів склали максимальний рівень складності формування умінь, 15 % оцінок (80,0-95,0 %) від 4,1 до 4,7 бали визначали високий рівень за даним критерієм, 20,0 % оцінок (60,0-80,0 %) від 3,1 до 4,0 балів дорівнювали середньому рівню складності, ще 20,0 % (40,0-60,0 %) від 2,1 до 3,0 балів становили низький рівень хибності та інші 40 % оцінок (0-40,0 %) від 0,0 до 2,0 балів відповідали дуже низькому рівню цього критерію.

Опрацьовані та систематизовані дані опитування показують, що максимальний рівень значущості мають такі вміння, як: знаходження причинно-наслідкових зв'язків у ланцюзі помилок, визначення ступеня значущості помилки.

Найвищий ранг отримало вміння знаходити причинно-наслідкові зв'язки, оскільки причинно-наслідковий аналіз ланцюга помилок дозволяє знаходити найбільш ефективний підхід до корекції того чи іншої рухової дії та допомагає визначити ступінь значущості помилок. Володіння основами такого аналізу – одна з найважливіших вимог до професійної підготовки тренера.

Високу значущість мають вміння визначати причини виникнення помилки та її обґрунтування, визначати послідовність виправлення помилок. Цей результат добре узгоджується із твердженням.

До умінь середньої, значущості експерти віднесли такі вміння як: зіставлення правильного і помилкового виконання прийому, вибір місця для спостереження за виконанням техніки рухових дій волейболіста, візуальне розпізнавання помилки.

До умінь, що отримали низьку значущість, увійшли вміння використовувати наочно-демонстраційні засоби та методи, застосовувати практичну допомогу для виправлення помилок.

Дуже низьку значущість, на думку експертів, отримали вміння вибирати та застосовувати спеціальні вправи для попередження, та виправлення помилок, застосовувати методичні прийоми слухової та зорової інформації, застосовувати додаткові орієнтири та сигнали.

Це може бути пов'язано з тим, що в розпорядженні тренерів не завжди є великий арсенал спеціальних вправ і технічних засобів, які використовуються для попередження та виправлення помилок. Хоча наявність таких засобів сприяло б підвищенню ефективності тренувального процесу.

Максимальний рівень складності для формування умінь мають причинно-наслідкові зв'язки в ланцюзі помилок та визначення ступеня значущості помилки. В даному випадку складність і значущість умінь з корекції техніки рухових дій у волейболі збігаються.

Далі складність формування умінь дещо інша і збігається зі своєю значущістю. Високий рівень складності формування мають вміння: вибір та практичне застосування спеціальних вправ для попередження та виправлення помилок, використання наочно-демонстраційних засобів та методів використання методичних прийомів слухової та зорової інформації.

Середній рівень складності формування отримали вміння застосовувати допомогу тренера для виправлення помилок, зіставляти правильне і помилкове виконання прийому, визначати причину виникнення помилки та її обґрунтовувати, застосовувати додаткові орієнтири та сигнали, визначати послідовність виправлення помилок.

Низький рівень складності формування мають вміння: візуальне розпізнавання помилки, вибір місця для спостереження за виконанням техніки рухових дій волейболіста.

Дуже низький рівень складності формування не набуло жодного вміння.

Таким чином, отримані дані дають підставу для формулювання принципового положення: значущість і складність формування умінь по корекції техніки виконання рухових дій у волейболі не збігаються. Уміння можуть бути досить значущими, але не становлять значної складності під час формування і навпаки.

Розглядаючи результати анкетування, слід звернути увагу на наступний аспект: складність формування умінь з корекції виконання рухових дій у волейболі у відносних величинах (у відсотках) порівняно з аналогічними оцінками значущості. Так, середнє значення складності умінь становить 75,33 %, а значущості – 52,02 %. Крім того, межі коливання відносних показників складності знаходяться в межах 46,0-96,0%, а величини значущості даних умінь мають ширший діапазон – 97,5 % -10,8 %. Усе це свідчить про те, що формування умінь є важчим педагогічним процесом незалежно від значущості і послідовності виконання того чи іншого вміння.

Про узгодженість думок експертів за критеріями значущості та складності формування умінь щодо корекції техніки виконання рухових дій у волейболі певною мірою можна судити за коефіцієнтом групової варіації (V) значень рангів та балів. Встановлено, що цей коефіцієнт за критерієм значущості коливався від 11,5 % до 20,4 %, що відповідає середньому рівню. Практично аналогічні величини виявлено і за критерієм складності, де межі коливання коефіцієнта варіації становили 12,8-22,0 %. Отримані результати свідчать, що думки експертів щодо значущості та складності умінь значною мірою збігаються або близькі одна до одної. Це свідчить, з одного боку, про високу однорідність груп опитаних, що визначалося високою кваліфікацією і стажем роботи, з другого, багато в чому подібними поглядами і підходами до розуміння проблеми управління якістю рухових дій.

Основним завданням попереднього дослідження стало вивчення рівня знань і сформованості професійних умінь з корекції техніки виконання рухових дій у волейболі.

Знання та вміння студентів оцінювалися кваліфікованими викладачами. Було проведено «64 педагогічних спостереження за діями студентів на навчальних заняттях, спостереження показали, що студенти не можуть, як правило, об'єктивно оцінити правильність виконання технічних дій волейболіста, не завжди здатні виявити головні помилки в техніці, не бачать причинно-наслідкових зв'язків у їх виникненні часто використовують неадекватні засоби виправлення помилок. Результати досліджень представлені у таблицях 3 та 4.

Таблиця 3.3 – Результати оцінки рівня знань, необхідних для формування умінь з корекції техніки рухових дій

Теми	Рівень знань, %
Аналіз елементів техніки захисту та нападу у волейболі	70,2
Структура процесу навчання техніці волейболу (етапи, цілі, завдання, методи та засоби; особливості методики)	67,5
Класифікація помилок щодо основних елементів техніки захисту та нападу у волейболі	67,9
Причини виникнення помилок у техніці виконання рухових дій	68,7
Визначення причинно-наслідкових зв'язків між помилками	63,0
Контроль за технікою виконання рухових дій у волейболі	68,4
Основні засоби та методи попередження та виправлення помилок	65,4
Технічні засоби термінової інформації в управлінні технічною підготовкою волейболістів	62,0

Як видно з таблиці 3.3, знання студентів, необхідні для формування професійних умінь з корекції техніки рухових дій перебувають у верхній межі критичного рівня (66, 6%). Найнижчі оцінки отримані з питань знання технічних засобів термінової інформації (62,0 %). Знання щодо аналізу техніки захисту та нападу у волейболі знаходяться в нижній межі допустимого рівня (70,2 %).

Аналіз занять із навчальної практики показав, що загалом рівень підготовки студентів до цього виду діяльності недостатньо високий. Недосконалі й існуючі форми навчальної практики, оскільки динаміка зростання оцінок проведення занять з навчальної практики виявляється незначною протягом усього навчального року (див. табл. 3.4).

Дані дозволяють констатувати, що на початку навчального року сформованість досліджуваних умінь перебуває на критичному рівні (59,0%). Студенти відчувають великі труднощі в процесі використання умінь, необхідних для корекції техніки виконання рухових дій у волейболі. До середини навчального року спостерігається приріст за всіма вміннями в середньому на 4,4 %, а наприкінці навчального року приріст, порівняно з початком року, склав 7,8 %, що призвело до незначного підвищення рівня сформованих професійних умінь. Незважаючи на це, вміння, які ми досліджуємо, перебувають у межах критичного рівня діяльності. Винятки становлять лише вміння під номерами 1, 2 та 8, рівень сформованості яких знаходиться в нижній зоні допустимого рівня діяльності. Найгірше студенти володіють вміннями підбирати та практично застосовувати спеціальні вправи для попередження та виправлення помилок у техніці виконання рухових дій у волейболі.

Таблиця 3.4 – Динаміка рівня сформованості професійних умінь з корекції техніки волейболу у процесі навчального року

Вміння	На початку навчального року, %	В середині навчального року, %	Наприкінці навчального року, %
Візуальне розпізнавання помилки	63,5	68,0	70,8
Вибір місця для спостереження за виконанням техніки рухових дій волейболіста	63,1	67,8	71,5
Визначення ступеня значущості помилки	59,8	66,4	70,2
Визначення послідовності виправлення помилок	56,1	59,6	62,5
Знаходження причинно-наслідкових зв'язків у ланцюзі помилок	55,7	60,2	63,3
Визначення причини виникнення помилки та її обґрунтування	55,2	60,8	64,3
Зіставлення правильного та помилкового виконання прийому (використання системи образних порівнянь)	61,6	66,6	69,4

для попередження та виправлення помилки)			
--	--	--	--

Продовження таблиці 3.4

Застосування допомоги тренера для виправлення помилок	64,8	68,2	71,4
Вибір спеціальних вправ для попередження та виправлення помилок (підготовчих, підвідних, імітаційних) та їх практичне застосування	55,2	59,9	63,5
Застосування методичних прийомів, слухової та зорової інформації	58,4	62,0	64,5
Застосування додаткових орієнтирів та сигналів	57,2	60,3	65,1
Використання наочно демонстраційних засобів і методів	57,4	61,5'	65,4

3.3 Методичні особливості формування вмінь з корекції техніки гри у волейбол

Реалізувати основну мету нашого дослідження ми спробували за допомогою розробки та впровадження педагогічних умов та методики, що сприяють ефективній організації процесу формування професійних знань та вмінь щодо корекції техніки рухових дій.

Багато дослідників під педагогічними умовами розуміють сукупність об'єктивних можливостей, обставин і заходів, які супроводжують освітній процес, певним чином структурований та спрямований на досягнення поставленої мети. В. нашій роботі ми дотримуватимемося даного визначення.

Для вирішення проблеми формування професійних умінь у здобувачів вищої освіти, які займалися волейболом нами виділено комплекс педагогічних умов, дотримання яких, на наш погляд, вважається обов'язковим при використанні розробленої експериментальної методики.

Перша педагогічна умова полягає у виявленні найбільш значущих умінь майбутнього тренера з корекції техніки волейболу. Ця умова була реалізована в ході попередніх досліджень. Виявлені вміння були оцінені експертами за рівнем значущості та складності. Встановлено максимальний, високий, середній, низький та дуже низький рівні значущості та складності формування умінь з корекції техніки волейболу.

Друга педагогічна умова ґрунтується на тому, що процес формування професійних умінь з корекції техніки виконання рухових дій у волейболі здійснюється на основі використання сучасних педагогічних технологій навчання. Зокрема, нами використовувалися методи проблемного навчання (проблемна лекція, запровадження проблемних ситуацій), методи активного навчання (нетрадиційні види лекцій, дискусії, методи аналізу конкретних ситуацій, рольові та ділові ігри, моделювання професійної діяльності у навчальному процесі).

Третьою педагогічною умовою є розробка алгоритму практичних дій тренера у процесі корекції техніки рухових дій. Ця умова реалізується на третьому етапі експериментальної методики.

Беручи до уваги сучасні вимоги до професійної підготовленості висококваліфікованих фахівців, освітній процес має бути побудований таким чином, щоб забезпечувати випускників необхідним обсягом як загальних, так і спеціальних компетентностей, програмних результатів навчання, сформувати у них належний рівень професійних умінь та навичок.

Усі вміння дидактично формуються у процесі практичної діяльності з навчання. Основною дисципліною, під час вивчення якої студент безпосередньо опановує професійними знаннями та вміннями, є курс «Підвищення спортивної майстерності з волейболу».

Однак, попередні дослідження засвідчили, що сучасна система підготовки студентів до здійснення майбутньої професійної діяльності тренера з волейболу не забезпечує належного рівня необхідного рівня формування значущих професійно-педагогічних умінь, і зокрема, умінь, необхідних для корекції техніки виконання рухових дій у волейболі.

У нашому дослідженні ми ставили перед собою завдання не лише виявити недоліки в системі професійної освіти майбутніх фахівців з волейболу, але й експериментально обґрунтувати шляхи вдосконалення підготовки студентів до майбутньої діяльності тренера з вирішення завдань, необхідних для виявлення та виправлення помилок у техніці волейболу.

Для вирішення головного завдання дослідження процес формування професійних умінь у студентів експериментальної групи був побудований на основі використання положень і принципів теоретичної концепції про поетапне формування розумових дій та понять.

Процес засвоєння має низку етапів, кожен із яких якісно відрізняється від попереднього. Засвоєння наміченої діяльності та знань, що входять до неї, може бути успішним лише тоді, коли здобувач послідовно пройде всі необхідні етапи процесу засвоєння.

ВИСНОВКИ

1. В умовах модернізації вищої освіти найважливішою частиною підготовки майбутніх фахівців у сфері фізичної культури і спорту є формування загальних та спеціальних (фахових) компетентностей, програмних результатів навчання, професійних знань та умінь. У свою чергу, ступінь володіння даними вміннями визначає професійний успіх майбутнього тренера і є одним із провідних критеріїв оцінки якості навчання. Аналіз наукових та навчально-методичних робіт дозволяє констатувати, що вивчення проблеми формування професійно-педагогічних умінь у здобувачів закладів вищої освіти є однією з центральних проблем у напрямках наукових досліджень останнім часом.

2. Проведені спостереження за навчально-тренувальною та змагальною діяльністю волейболістів, анкетування експертів, дозволили нам виявити велику кількість помилок у техніці виконання рухових дій у захисті та нападі та в подальшому визначити їх значущість.

3. Визначено професійні вміння, необхідні здобувачам вищої освіти, майбутнім тренерам з видів спорту для виявлення, попередження та виправлення помилок у техніці гри у волейбол.

4. Експериментальна методика формування професійних умінь з корекції техніки гри у волейбол заснована на теорії та методиці спортивного тренування поетапному формуванні рухових умінь і включає шість взаємопов'язаних етапів: створення пізнавальної мотивації, вивчення основних положень теорії технічних помилок в спортивній діяльності, побудові і вивченні алгоритму практичних дій тренера в процесі виявлення і виправлення помилок у техніці гри, первинне оволодіння вміннями щодо корекції техніки виконання рухових дій під час практичної підготовки здобувачів вищої освіти, поглиблене практичне опанування вміннями з наступним закріплення під час проходження виробничої практики в дитячо-юнацькій спортивній школі в групах спеціалізованої підготовки.

Для ефективного використання методики формування професійних умінь з корекції техніки виконання рухових дій у волейболі розроблено та обґрунтовано комплекс педагогічних умов, а саме:

- виявлено найбільш значущі та складно сформовані вміння майбутнього тренера з корекції-техніки волейболу;

- процес формування умінь з корекції техніки виконання рухових дій у волейболі здійснюється на основі використання сучасних педагогічних технологій навчання;

- розроблено алгоритм практичних дій тренера у процесі корекції техніки рухових дій.

5. Процес формування професійних умінь доцільно здійснювати за етапами, кожен з яких якісно відрізняється від попереднього. Засвоєння наміченої діяльності та знань, що входять до неї, може бути успішним, лише тоді, коли той, хто навчається, послідовно пройде всі необхідні етапи процесу засвоєння.

6. Таким чином, отримані результати дають право зробити висновок про те, що сформульована у дослідженні мета досягнута, поставлені завдання вирішені. Розроблені педагогічні умови, апробована методика формування професійних умінь з корекції техніки виконання рухових дій у волейболі можуть бути підставою для подальших досліджень цієї проблеми.

Пріоритетними напрямками досліджень, на наш погляд, можуть бути наступні: виявлення, вивчення та цілеспрямоване формування низки інших професійно-значущих умінь майбутніх фахівців з фізичної культури і спорту, зокрема, у тренерів з волейболу.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бережна Ж. В. Зміст професійної компетентності майбутніх тренерів. Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту : наук. журнал. Харків. 2007. С. 3-6.
2. Бойчук Р. Обґрунтування засобів і методів розвитку координаційних здібностей юних волейболістів на етапі початкової підготовки. Молода спортивна наука України. № 17. Т. 1. 2010. С.17-23.
3. Борисова О. В., Шльонська О. Л., Шутова С. Є. та ін. Оцінка спеціальної фізичної підготовленості кваліфікованих волейболістів. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. № 5. 2018. С. 167-173.
4. Василенко М.М. Теоретичні і методичні засади професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у закладах вищої освіти. Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора педагогічних наук зі спеціальності 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти. Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, 2018. Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова, Київ, 2018. 544 с.
5. Вербіцький С., Пітин М., Каратник І. Перспективи удосконалення технічної підготовки волейболістів на етапі початкової підготовки за допомогою застосування інтерактивних методів навчання. Спортивні ігри. № 3(25). 2023. С. 5-17.
6. Вознюк Т. В. Основи теорії та методики спортивного тренування. Вінниця : ФОП Корзун Д. Ю., 2017. 240 с.
7. Горбенко О.В. Науково-методичне обґрунтування кадрової потреби сфери фізичної культури і спорту в Україні : автореф. дис. канд. наук. з фіз. виховання та спорту: [спец.] 24.00.02.«фіз. культура, фіз. виховання різних груп населення». ЛДУФК. Львів, 2002. 19 с.

8. Данилко В., Толкач В., Данилко М. Зміст роботи тренера-викладача. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. № 3. 2010. С. 12-17.

9. Данилко М. Сучасні уявлення про сутність і структуру діяльності тренера. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. № 2. 2010. С. 22-26.

10. Єрмоленко М. В. Актуальні питання стандартизації професійно-педагогічної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту в контексті розвитку педагогічної освіти. Науковий часопис національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Випуск 3 К(97) 2018. С. 199-202.

11. Єрмоленко О. В. Теоретико-методичні аспекти формування професійно-спеціалізованих компетенцій в процесі підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Випуск 3К (123). 2020. С. 157-160.

12. Жиденко А. О., Паперник В. В. Професійна підготовка тренерів у галузі фізичної культури та спорту. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Випуск 3К (162). 2023. С. 142-147.

13. Зеленюк О. В., Завацька Л. А., Макареня В. В., Бикова Г. В. Формування структурно-змістових мовленнєвих професійних компетентностей майбутніх фахівців із фізичної культури і спорту. Псих.-пед. основи гуманізації навч.-вихов. процесу в школі та ВНЗ. 2020. Вип. 1 (23). С. 69-77.

14. Йопа Т. В. Роль тренера в побудові взаємовідносин тренер-спортсмен. Електронний ресурс. Режим доступу : <http://surl.li/lsakj>.

15. Іванова Є. В. Теоретико-методичні основи розвитку стрибучості у юних волейболістів. Новації, практики та перспективи розвитку фізичної культури і спорту: матеріали V Всеукр. наук.-практ. семінару, Кропивницький : Видавець Лисенко В.Ф. 2022. С. 26-29.

16. Квасниця І., Хіміч В., Дмитришин Н. Формування професійної майстерності майбутнього тренера-викладача у процесі фахової підготовки. Молодь і ринок. № 4. 2023. С. 58-65.

17. Квасниця І., Ференчук Б., Цісар В., Дмитришин Н. Когнітивний компонент у контексті формування конкурентоспроможності майбутнього фахівця фізичної культури і спорту. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. 2022. № 5 (88). С. 96-100.

18. В. І., Демчишин А. П. Волейбол: основи техніки і тактики гри в волейбол : метод. матеріал для лекцій з теорії та методики викладання волейболу. Львів : Фернеза. 2002. 33 с.

19. Костюкевич В. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту) : навчальний посібник. Вінниця : Планер, 2014. 432 с.

20. Кулаков Ю. Є., Вертелецький О. І., Богатир В. Г. Волейбол. Миколаїв : МНУ. 187 с.

21. Лазоренко С. Теорія і практика формування інформаційно-цифрової культури майбутніх фахівців фізичної культури і спорту в умовах змішаного навчання. Освіта. Інноватика. Практика. № 9(2). 2021. С. 38-47.

22. Лежньова О., Качан В., Якушева Ю. Педагогічна технологія спеціальної фізичної підготовки волейболістів студентських команд. Спортивні ігри. № 3(25). 2023. С. 67-74.

23. Ляхова Т. П. Процес спортивного відбору обдарованих юних волейболістів у діяльності тренера. Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор та одноборств у закладах вищої освіти. 2022. С. 74-78.

24. Ляшенко В. М., Корж Є. М. Визначення психологічного клімату та його складових у спортивній команді з волейболу. Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія 15: Наук.-пед. проблеми фіз. культури (фізична культура і спорт). Київ. № 4(124). 2020. С. 51-54.

25. Мальона С. Б. Педагогічна сутність професійної діяльності фахівця з фізичного виховання і спорту. Педагогічні аспекти професійної підготовки майбутнього фахівця з фізичного виховання та спорту. 2012. С. 392-394.

26. Методичні вказівки «Методика навчання техніки гри у волейбол» : для студентів НТУ «ХПІ» денної форми навчання усіх спеціальностей з дисципліни «Фізичне виховання» / уклад.: І. А. Недбайло [та ін.]; Нац. техн. ун-т «Харків. політехн. ін-т». Харків, 2023. 35 с

27. Олефір Г. В. До питання формування рухових навичок із волейболу в учнів у процесі профільного навчання. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. № 2. 2012. С.118-121.

28. Павлюк Є. О. Концепція підготовки майбутніх тренерів-викладачів у вищих навчальних закладах. Збірник наукових праць ХІСТУ «Україна». № 2. 2013. С. 187-193.

29. Панасенко Я. В., Білоус О. В. Розробка програми розвитку стрибучості волейболістів старшого шкільного віку. Матеріали III Всеукраїнської електронної науково-практичної конференції з міжнародною участю. Інноваційні та інформаційні технології у фізичній культурі, спорті, фізичній терапії та ерготерапії. 2020. С. 81-83.

30. Пархоменко Г. С. Педагогічні аспекти професійної підготовки майбутнього спеціаліста з фізичного виховання та спорту. Педагогічні аспекти професійної підготовки майбутнього фахівця з фізичного виховання та спорту. 2012. С. 406-410.

31. Педагогічна майстерність: підручник / І. А. Зязюн, Л. В. Крамущенко, І. Ф. Кривонос та ін.; за ред. І. А. Зязюна. 3-тє вид., допов. і переробл. Київ : СПД Богданова А. М., 2008. 376 с.

32. Петренко О. В., Пітин М. П. Аналіз проблем технічної підготовки спортсменів у пляжному волейболі на різних етапах багаторічної підготовки. Фізичне виховання і спорт. № 4. 2021. С. 141-149.

33. Пітин М. Обсяги теоретичної підготовки спортсменів у системі багаторічного удосконалення у спортивних іграх (на прикладі настільного тенісу,

волейболу та хокею). Фізична активність, здоров'я і спорт. № 1(11). 2013. С. 67-75.

34. Платонов В. М. Сучасна система спортивного тренування : підручник. Київ : Перша друкарня, 2021. 672 с.

35. Прозар М. В., Авінов В. Л., Петров А. О., Стасюк В. А., Балан С. М. Теорія і методика спортивних ігор : навчальний посібник [для факульт. фіз. вих. і сп. вищих навч. закладів III-IV рівнів акредитації]. Кам'янець-Подільський: ТОВ «Друкарня Рута», 2020. 320 с.

36. Прозар М. В., Козак Є. П. Теорія і методика викладання спортивних ігор (волейбол) : навчальний посібник [для факульт. фіз. вих. і сп. вищих навч. закладів III-IV рівнів акредитації]. Кам'янець-Подільський: ТОВ «Друкарня Рута», 2015. 234 с.

37. Прозар М., Костантинова Ж., Якушева Ю., Комарова Т., Кужель М., Хомовський О., Цимбалістий В., Балан С. Фізична підготовленість кваліфікованих волейболісток в підготовчому періоді загальнопідготовчого етапу. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини / [редкол. : Єдинак Г. А. (відп. ред.) та ін.]. Кам'янець-Подільський : Видавець Панькова А. С., 2021. Випуск 23. С. 39-45.

38. Проценко Г. Визначення особистісно-орієнтованого стилю спілкування тренера в процесі тренувальної та змагальної діяльності юних волейболісток. Молода спортивна наука України. 2008. Т. 1. С. 270.

39. Пустовалов В. О. Волейбол (теорія і методика навчання) : навчально-методичний посібник. Черкаси. 2011. 65 с.

40. Савченко В. С. Особливості технічної підготовки волейболістів. Проблеми та перспективи розвитку фізичного виховання спорту і здоров'я людини : м-ли VI Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнарод. участю (21-22 квітня 2022). Полтава : ПНПУ імені В. Г. Короленка, 2022. С. 276-278.

41. Сироватко З. В. Особливості методики розвитку фізичних якостей у студентів від занять волейболом. Науковий часопис НПУ імені М. П.

Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт). Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова. 2018. Вип. 1(95). С. 68-71.

42. Собко І. М., Коваленко С. В., Циганкова К. В. Метод колового тренування в умовах тренажерного залу в навчально-тренувальному процесі волейболістів 14-15 років. Спортивні ігри. № 4(26). 2022. С. 40-52.

43. Сокол О. В. Техніко-тактична підготовка волейболістів: навч. посіб., Миколаїв, 2009. 321 с.

44. Сопотницька О. В. Професійна діяльність майбутнього тренера в ігрових видах спорту. Фізична культура, спорт та здоров'я нації : збірник наукових праць. Вінниця : Вінницький державний педагогічний університет ім. М. Коцюбинського. 2017. Вип. 3 (22). С. 422-427.

45. Сопотницька О. Характеристика особливостей професійної діяльності тренерів з ігрових видів спорту. Сучасні тенденції розвитку освіти і науки в інтердисциплінарному контексті : матеріали II-ї Міжнародної науково-практичної конференції, 24 – 25 березня 2016 року). Ченстохова – Ужгород – Дрогобич : Посвіт, 2016. С. 396-398.

46. Сущенко Л.П. Теоретико-методологічні засади професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту у вищих навчальних закладах: автореф. дис. ... докт. пед. наук: 13.00.04. Київ, 2003. 46 с.

47. Твердохлебова Ю.М. Підготовка майбутніх фахівців фізичної культури і спорту до використання здоров'явідновлювальних технологій у професійній діяльності : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теорія і методика проф. освіти». Суми, 2021. 20 с.

48. Тищенко Т. Б. Оцінювання сформованості професійної компетентності майбутніх тренерів-викладачів з волейболу у вищих навчальних закладах. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Випуск 6 (49). 2014. С. 141-147.

49. Туровський В. В., Носко М. О., Осадчий О. В., Гаркуша С. В., Жула Л. В. Волейбол. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої

спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю. Республіканський науково-методичний кабінет Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту. Київ, 2009. 138 с.

50. Царенко К. Педагогічні умови розвитку професійно-педагогічної компетентності тренера-викладача ДЮСШ у процесі підвищення кваліфікації. Педагогіка і психологія професійної освіти. № 3. 2016. С. 125-136.

51. Федека М. П. Волейбол з методикою викладання. Умань. 2009. 59 с.

52. Шамич О. М., Іваннікова Г. В. Аналіз методологічних та психолого-педагогічних аспектів фахової підготовки тренерів-викладачів фізичного виховання та спортивних педагогів. The 5th International scientific and practical conference "Progressive research in the modern world" (February 1-3, 2023) BoScience Publisher, Boston, USA. 2023. С. 377-390.

53. Щепотіна Н. Ю. Обґрунтування ефективності побудови тренувального процесу кваліфікованих волейболісток на основі модельних тренувальних завдань. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 2017. № 3 К. С. 537-541.

54. Ящук С. М., Власенко С. О. Проблема формування професійно-педагогічної компетентності тренерів-педагогів у теорії й практиці вищої освіти. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Випуск 92. Том 1. 2023. С. 164-169.