

УДК 79

*Мамутов Ислам Ургенишбаевич*

*Стажёр преподаватель*

*Кафедра Теории и методики физической культуры*

*Каракалпакский государственный университет им. Бердаха*

*Республика Каракалпакстан*

**ОБУЧЕНИЕ ТЕХНИКЕ ИГРЫ В ВОЛЕЙБОЛ В УСЛОВИЯХ  
ВЫСШЕГО УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ**

*Аннотация*

*В статье рассматриваются особенности обучения технике игры в волейбол в условиях высшего учебного заведения. Волейбол – это комбинационная командная игра, где участвуют две команды. В тренировке по волейболу используются основные методы, например, как– словесный, наглядный и практический.*

*Ключевые слова: спорт, очко, команда, игра, метод, тренировка, эмоция, эффект.*

*Mamutov Islam Urgenishbaevich*

*Intern teacher*

*Department of Theory and methods of physical culture*

*Karakalpak State University named after Berdakh*

*Republic of Karakalpakstan*

**TRAINING IN VOLLEYBALL TECHNIQUES IN THE CONDITIONS OF  
A HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTION**

*Annotation*

*The article discusses the features of teaching the technique of playing volleyball in a higher educational institution. Volleyball is a combination game played by two teams. Volleyball training uses basic methods such as verbal, visual and practical methods.*

*Key words: sport, point, team, game, method, training, emotion, effect.*

Волейбол как игра возник в 1895 г. в США. Основателем игры считается преподаватель физического воспитания колледжа «Ассоциация молодых христиан» Уильям Морган. Назвал он её «Монтонет». В 1986 году профессор Альфред Хольстед предложил новое название – волейбол (летающий мяч). В 1964 году МОК признал волейбол олимпийским видом спорта. До 1999 года игра состояла у мужчин из пяти партий, у женщин – из трёх, каждая партия продолжалась до 15 очков. С 1999 года изменены правила подсчёта очков – все партии, кроме последней, продолжаются до 25 очков, а последняя – до 15. Причём каждая ошибка приносит очко той или иной команде [4].

Волейбол – это комбинационная командная игра, где участвуют две команды, и каждый игрок имеет определённую специализацию. Игра проходит на специальной волейбольной площадке. Площадка разделена сеткой. Игра состоит из нескольких партий до определённого количества очков в каждой. Очко присуждается команде, если мяч коснулся площадки соперника или после ошибки игрока противоположной команды. Для перевода мяча на площадку соперника игрокам каждой команды разрешается сделать три касания мяча, не считая касания при блоке. Существует несколько видов волейбола– пляжный волейбол пионербол и волейбол сидя (паралимпийский вид спорта) и некоторые другие производные. А также волейбол – является как популярное развлечение и способ отдыха благодаря своей простоте и доступности [1].

В тренировке по волейболу важно использовать все основные методы обучения в комплексе. К основным методам относится – словесный, наглядный и практический.

Словесный метод важно использовать для понимания занимающимися правильно выполнять технический приём, а также важно понимать тактические способы ведения игры и роль каждого игрока на площадке [5].

Особое внимание на занятиях должно уделяться таким методам, как объяснение, указание и разбор. При помощи объяснение можно изложить суть техники выполнения технического приёма, движения, упражнения или

тактики ведения игры или правила в волейболе. Метод объяснения помогает не только понять, как нужно делать правильно, но и понять, почему не получается тот или иной элемент [3].

Метод указание – это форма задания на выполнение упражнения для совершенствования техники или тактики игры в волейбол. Указания даются в процессе занятия или непосредственно перед выполнением элемента и могут быть даны для всей группы сразу или индивидуально. Разбор в учебном процессе, как правило, должен проводиться в конце занятия, после игры или непосредственно после выполнения задания [2].

Метод наглядности имеет важное значение в процессе обучения волейболу. К данному методу относится демонстрация видеофильмов, рисунков выполнения элементов техники, схем передвижения по площадке во время игры или при выполнении упражнений. А также к методу наглядности, относится демонстрация техники выполнения того или иного упражнения учащихся, у которого хорошо получается данный элемент [8].

К практическим методам обучения относится метод упражнений – игровой и соревновательный. Метод упражнений предполагает многократное выполнение определенного технического приема вплоть до полного закрепления данного элемента в процессе ряда занятий. Обучение техническому приему может осуществляться как в целом, так и по частям. Разучивание сложных элементов техники, как правило, осуществляется по частям с последующим соединением их в единое целое. Так, например, разучивание разбега для нападающего удара и отталкивания целесообразно начинать сначала с одного шага, затем с двух и т. д. [7].

Игровой метод применяется в процессе овладения элементами техники. Сочетание игрового и соревновательного методов имеет большой эмоциональный эффект, повышает интерес к занятиям и способствует хорошему закреплению навыков игры. В обучении наибольших показателей можно достичь, используя различные методы при проведении занятий. Успех

при обучении также зависит от учитывания сложности технических элементов и физической подготовленности занимающихся [6].

Таким образом, использование всех основных методов обучения волейболу в комплексе дает возможность закреплять навыков игры, помогает понять, как нужно делать правильно, а также повышает интерес к занятиям

#### **Использованные источники:**

1. Волейбóл // <https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%BB>
2. Ибрагимова О.А., Вараева А.Ж., Ибрагимова Е.А., Малаалиева П.Ю. Техника и методика обучения волейболу. Махачкала 2016 – 57с.
3. Методика обучения избранному виду спорта: методические рекомендации / сост. Ю.Н. Халанский. – Витебск: ВГУ имени П.М. Машерова, 2019. – 54 с.
4. Морозов В. А., Морозова О. С., Петров А. Н. Обучение технике игры в волейбол в условиях вуза. Учебнометодическое пособие. – СПб.: Научное издание, 2022. – 20 с.
5. Тактика игры в волейбол// <https://school.tver.ru/school/31/section/434>
6. Ториев, А. Ш. Игровые методы в физическом воспитании // Педагогика: традиции и инновации : материалы III Междунар. науч. конф. (г. Челябинск, апрель 2013 г.). — Т. 0. — Челябинск: Два комсомольца, 2013. — С. 102-103.
7. Уразалин Н.Б. Игровой и соревновательный методы на занятиях по физической культуре: значение и особенности использования // Ученые записки Санкт-Петербургского имени В.Б. Бобкова филиала Российской таможенной академии. 2019. № 4 (72). С. 104–107.
8. Холодов Ж. К. Кузнецов В. С. Теория и методика физического воспитания и спорта. - М.: Издательский центр «Академия», 2003. - 480 с. Глава 4. Средства и методы физического воспитания. - С. 32-52.