

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«СМОЛЕНСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ  
КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»

Факультет физической культуры и спорта  
Кафедра теории и методики спортивных игр

Заведующий кафедрой

\_\_\_\_\_ Родин А.В.

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

РАЗВИТИЕ ВНИМАНИЯ У ИГРОКОВ-ЛИБЕРО СТУДЕНЧЕСКИХ  
ВОЛЕЙБОЛЬНЫХ КОМАНД

Выпускная квалификационная работа по направлению  
49.03.01 «Физическая культура»

Студент-исполнитель

Васильев А.П.

Научный руководитель

к.п.н., доцент

Родин А.В.

Оценка за работу \_\_\_\_\_

Председатель ГЭК

Заместитель начальника управления спорта

Смоленской области

Опарин И.А.

Смоленск 2016

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ .....	3
ГЛАВА 1. СОСТОЯНИЕ ВОПРОСА.....	5
1.1 Значение внимания в соревновательной деятельности волейболистов .....	5
1.2 Особенности подготовки игроков-либеро в классическом волейболе.....	12
Заключение .....	17
ГЛАВА 2. ЗАДАЧИ, МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ .....	18
2.1 Задачи исследования.....	18
2.2 Методы исследования.....	18
2.3 Организация исследования .....	23
ГЛАВА 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ.....	25
3.1 Определение исходного уровня психологической и технико- тактической подготовленности игроков-либеро студенческих команд в процессе годичного тренировочного цикла.....	25
3.2 Характеристика экспериментальной методики развития внимания у игроков-либеро студенческих команд .....	30
3.3 Оценка эффективности экспериментальной методики.....	33
Заключение .....	37
ВЫВОДЫ .....	38
ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ.....	40
ЛИТЕРАТУРА .....	42

## ВВЕДЕНИЕ

В современном волейболе игрок-либеро в соревновательном процессе должен обеспечивать высокий уровень надежности игры при приеме мяча с подачи и в процессе защитных действий, тем самым внося положительный эффект в продолжительность розыгрыша и возможность эффективной организации контратакующих действий команды (А.П. Коруковец, 2010).

Игра в защите обуславливается быстротой двигательных реакций на быстро меняющуюся обстановку в процессе розыгрыша мяча. Успешность совершения защитных действий игроком-либеро во многом зависит от его психологической подготовленности, в частности развитием внимания (И.И. Таран, 2005).

Проблеме совершенствования защитных действий в волейболе посвящено достаточно большое количество научно-методических работ отечественных специалистов (М.А. Чичило, 2004; М.Н. Рахимова, 2006), однако вопросы развития внимания игрока-либеро студенческих волейбольных команд затрагиваются достаточно поверхностно, так как различные аспекты психологической подготовки в основном изучались применительно к высококвалифицированным спортсменам.

Игровое амплуа «либеро» в волейболе - это специализация, которая появился сравнительно недавно (1999 год) (Ю.Д. Железняк, Г.Я. Шипулин, О.Э. Сердюков, 2004). Весьма характерно, что в теории спортивной тренировки волейболистов студенческих команд, выполняющих роль игрока-либеро пока нет достаточно полных и определенных знаний о путях повышения эффективности технико-тактических действий за счет развития внимания игроков данного амплуа, тем самым подтверждая высокую актуальность выбранной темы.

Объект исследования – учебно-тренировочный процесс игрока-либеро в студенческом волейболе.

Предмет исследования – методика развития внимания у игроков-либеро студенческих волейбольных команд.

Целью данной работы – разработать и экспериментально обосновать комплекс упражнений для развития внимания у игроков-либеро студенческих волейбольных команд.

Гипотезой исследования. Предполагалось, что повышение эффективности технико-тактических действий в процессе соревнований у игроков-либеро студенческих волейбольных команд будут обеспечиваться за счет упражнений направленных на развитие внимания. Это также позволит своевременно скорректировать процесс технико-тактической и психологической подготовки игроков-либеро и повысить эффективность игры в защите и на приеме мяча.

Практическая значимость данной работы заключается в том, что проведенные исследования позволяют дать рекомендации, направленные на оптимизацию тренировочного процесса подготовки игроков-либеро на основе унификации методов и средств технико-тактической и психологической подготовки.