

ВПЛИВ ТИПУ ТЕМПЕРАМЕНТУ НА ВИБІР АМПЛУА ВОЛЕЙБОЛІСТІВ

Ободзінська О. В.

Поліський національний університет

Актуальність. У статті висвітлюється особливість та важливість психологічної підготовки волейболістів, важливість врахування типу темпераменту при виборі амплуа гравця. Волейбол – один із найпопулярніших видів спорту серед студентської молоді. Розвиток фізичних якостей, зміцнення опорно-рухової системи, підвищення працездатності систем організму, емоційний заряд, який отримують під час гри спортсмени – саме ці переваги сприяють популярності волейболу [5, с. 8]. Використовуючи системний підхід, можна розглядати навчально-тренувальний процес із точки зору організації, планування, коректування, динамічності, гнучкості, оперативності забезпечення всіх можливих умов для його функціонування. Вирішальну роль у цілісному функціонуванні навчально-тренувального процесу відіграє активна взаємодія тренера і студентів-волейболістів, яка створює процес навчання як цілісне явище [3, с. 78].

Важливим аспектом вдалої підготовки волейболіста є визначення його амплуа, враховуючи не тільки морфологічні

особливості та рівень підготовки, а й психофізіологічні особливості гравців. Важливо враховувати не тільки що вмє гравець, а й хто він як особистість. Насамперед це пояснюється тим, що особисті характеристики зумовлені генотипом, який перебудувати неможливо. Як правило, вибір амплуа гравця виконується під час його занять в ДЮСШ [2, с. 62]. У дитячих командах на роль центрального блокуючого готується найвищий на цей період гравець, для амплуа ліберо – найнижчий із команди. Зі зростанням рівня майстерності команд, коли спортсмени проходять своєрідний відбір, то морфологічні особливості (як правило це стосується ростових показників) майже не різняться у гравців різних амплуа. Якщо проаналізувати склад команд Вищої та Супер ліги України, то можна зазначити, що ростові дані гравців різних амплуа мають невелику різницю (окрім, як правило, гравця ліберо). В командах майстрів приймають факт вже існуючого амплуа гравців. Але в студентських командах тренери нерідко змінюють амплуа гравців-першокурсників.

Одним із чинників вибору амплуа гравця для найбільш вдалої його реалізації має бути врахування типу темпераменту. Адже саме темперамент впливає на характер людини, тобто стиль його поведінки в тих та інших ситуаціях. Як відомо, у психології існують такі види темпераменту: холерик, сангвінік, флегматик, меланхолік. Як правило, кожній людині притаманні риси кількох видів темпераменту, хоча одному з них віддається перевага за кількістю особливих ознак. Тип темпераменту, як правило, визначається за допомогою анкетування та спостереження.

Мета досліджень. Дати характеристику студентам-волейболістам в залежності від їх типу темпераменту на вибір амплуа гравця студентської команди.

Результати досліджень. Для дослідження проблеми впливу темпераменту на вибір амплуа гравця автором було проведено анкетування гравців чоловічих та жіночих команд різного рівня. Для цього були залучені гравці таких команд: ДЮСШ – Житичі (ІІ ліга ЧУ), Полісся – ліцей інтернат (І ліга ЧУ), ЖНАЕУ (ЧУ Студентська ліга), ВК «Біоресурс» (І ліга ЧУ), ВК «Житичі – ЖНАЕУ» (Суперліга ЧУ), ВК «Полісся – ЖДУ» (Суперліга ЧУ),

ВК «Барком – Кажани» (Суперліга ЧУ), ВК «МХП – Вінниця» (Суперліга ЧУ), ВК «Ємільчене – Рембудсервіс», ВК «Коростень». У тестуванні прийняли участь спортсмени I розряду, КМС, МС. За віковими показниками – від 14 до 39 років.

Серед гравців амплуа центральний блокуючий, діяльність яких характеризується ефективною різноманітністю нападаючих ударів з передач першого темпу, надійним блокуванням, універсальною грою в умовах швидко змінних ситуаціях, різноманітною подачею, найбільше було виявлено спортсменів з типом темпераменту холерик. Кращі гравці цього амплуа вирізняються швидким мисленням, рішучістю, емоційністю, розвинутою інтуїцією, що притаманно саме цьому типу темпераменту. Центральні блокуючі з типом темпераменту сангвінік теж мають кількісну пріоритетність серед усіх. Це пояснюється здібністю рухових нервових процесів сангвініків швидко оцінювати ситуацію та приймати адекватне рішення в особливих ігрових моментах. Врівноваженість сангвініка дає йому змогу діяти стабільніше ніж холерику. Успіх центрального блокуючого з цим типом темпераменту досягається завдяки таким якостям: спритність, швидкість рухів, чіткий розрахунок. Як правило, сангвініки володіють тонкою інтуїцією, передбачаючи дії суперників, що дає їм змогу вдало діяти під час блокування, гри в захисті та страхівці.

Від гравців з амплуа догравальний вимагається виконання нападаючого удару з країв сітки проти групового блокування, стабільний прийом подачі, впевнена гра в захисті, блокування у всіх зонах, надійна подача. Холерик – догравальний вдало діє при комбінаційній грі та коли в команді використовуються невисокі передачі. За рахунок своєї швидкості та координаційності він досить вдало діє в атаці проти групового блоку. Але слід зазначити, що недоліком догравального з таким типом темпераменту є нестабільність подачі та прийому, в захисті блискучі дії змінюються прикрими помилками. Що стосується догравальних з типом темпераменту сангвінік, то таких виявилось найбільша кількість серед респондентів. Така ситуація пояснюється тим, що саме ці гравці найбільш різноманітні в атаці,

мають стабільну загальну гру, інтуїтивно діють на блоці та в захисті. Серед інших гравців з амплуа догравальний саме вони вирізняються стабільністю. Незначна кількість опитуваних відноситься до типу темпераменту флегматик. Догравальний цього типу темпераменту характеризуються стабільною подачею та прийомом. Що стосується атаки та блокування, то тут вони найкраще діють у простих ситуаціях.

Зв'язуючого гравця нерідко називають мозком команди. До його функцій належать керівництво всією командою на майданчику, організація взаємодій гравців (насамперед в атаці), управління психологічним кліматом, вміння грати на блоці та страховці. На практиці зв'язуючий – диригент ігрових дій. Досить часто саме зв'язуючий гравець буває капітаном команди, бо він є лідером та першим помічником тренера. Проаналізувавши анкети зв'язуючих гравців слід зазначити, що майже однакова кількість віднесено до холериків та сангвініків. Що стосується холериків, то саме ці гравці вирізняються швидкістю прийняття рішень та завдяки своєму позитивному ставленню до гри налаштовують партнерів на перемогу. Найбільш вдало складається гра з холериком-зв'язуючим у командах, які використовують комбінаційну гру та атаки першого темпу. Також позитивним є те, що завдяки швидкості його реакцій такому зв'язуючому притаманна якісна гра у страховці. Зв'язуючий – сангвінік діє більш врівноважено ніж холерик у складних ситуаціях. Характерна для нього холоднокровність допомагає партнерам по команді переключитись після невдалих ігрових моментів. Говорячи про зв'язуючого флегматика, слід зазначити, що це не найкращий вибір для команди. Хоча такий варіант гарантує рівність гри в стресових ситуаціях, але без фантазії, без ризику.

До гравця з амплуа діагональний висуваються досить високі вимоги гри у нападі – із зони 2 на першій лінії та із зони 1 на другій лінії. Також діагональний повинен допомагати при потребі у виконанні другої передачі, приймати участь у блокуванні. Зазвичай, діагональний майже не приймає участь у прийомі, але володіє сильною подачею. Серед загальної кількості волейболістів з типом темпераменту холерик і сангвінік виявилось приблизно

однакова кількість. Для діагонального – холерика характерна швидка реакція на зміну ситуації. Завдяки своїй енергійності він швидко переключається від атаки до захисних дій. Що до діагонального гравця з типом темпераменту сангвініка, то слід зауважити, що саме він завдяки швидкому мисленню та адекватності поведінки у критичних ігрових ситуаціях допускає менше помилок ніж діагональний холерик. Якщо говорити про діагонального флегматика, то слід зазначити, що характерна для нього невисока швидкість перелаштовуватись призводить до неадекватної реакції у складних ігрових ситуаціях.

Що стосується гравця ліберо, то основною вимогою до нього є надійна гра на задній лінії. Він повинен мати надійний прийом та ефективну гру в захисті. Серед спортсменів ліберо з темпераментом флегматик виявилось найбільше. Цей факт пояснюється тим, що гравець саме цього типу темпераменту відрізняється надійністю гри, яка забезпечується його сильною нервовою системою та зрівноваженістю. Ці гравці мають стабільний прийом з гарною доводкою, надійно грають у захисті. Стосовно гравців з типом темпераменту сангвінік, то слід зазначити, що вони поступаються ліберо флегматик у якості прийому подачі, але завдяки своїм швидкісним якостям краще грають у захисті. Якщо розглядати літеро – холерика, можна сказати про нерівність його гри. Для літеро – холерика характерні чередування блискучих виходів на майданчик з провальними.

Висновки. Встановлено, що серед волейболістів гравців з амплуа центральний блокуючий кількість холериків становить – 54 %, сангвініків – 31 %; серед догравальних холериків – 29 %, сангвініків – 48 %; серед зв'язуючих виявилось 39 % холериків та 42 % сангвініків; діагональні гравці: 37 % – холериків і 44 % – сангвініків; щодо ліберо – 54 % флегматики та 32 % сангвініки. Особливість психологічної підготовки волейболістів являє собою процес значних виявів психіки, що відповідає вимогам тренувальної і змагальної діяльності. При виборі амплуа волейболіста необхідно враховувати тип темпераменту. За результатами досліджень можливо зробити наступні висновки: для гравця з типом темпераменту холерик найкраще підійде амплуа

центральний блокуючий; волейболіст з типом темпераменту сангвінік може досить вдало виконувати функції догравального, зв'язуючого, діагонального; флегматик – ідеальний варіант для амплуа ліберо. Що стосується типу темпераменту меланхолік, серед волейболістів, які проходили анкетування, не виявлено.

Список літературних джерел

1. Беляев А. В. Обучение технике игры в волейбол и её совершенствование. Олимпия. Пресс, 2007. 56 с.
2. Волков Л. В. Теория и методика детского и юношеского спорта. К.; Олимп. л-ра. 2002. 296 с.
3. Грибан Г. П. Системний підхід у навчальному процесі з фізичного виховання. Педагогічні науки: зб. наук. праць Полтавського нац. пед. ун-ту ім. В.Г. Короленка. Вип. 55. Полтава, 2012. С. 74–79.
4. Співак Л. М. Психологія спортивного колективу (курс лекцій та практикум): навч.-метод. посіб. Кам'янець-Подільський: ПП Зарицький, 2008. 108 с.
5. Фурманов А. Г. Студенческий волейбол. Минск «Вышэйшая школа». 1983. 173 с.