

ՀՏԴ 796.325

DOI: 10.53068/25792997-2022.2.6-31

**ԼՈՂԱՓՆՅԱ ՎՈԼԵՅԲՈԼԻ ՀՀ ՀԱՎԱՔԱԿԱՆ ԹԻՄԻ
ՍԿԶԲՆԱՀԱՐՎԱԾՆԵՐԻ ՏԱՐԱՏԵՍԱԿՆԵՐԸ ԵՎ
ԱՐԴՅՈՒՆԱՎԵՏՈՒԹՅՈՒՆԸ**

**Ասիսպրենյար Գ.Մ.Ամբարյան,
դասախոս Հ.Ա.Ամարյան**

Հայաստանի ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի
պետական ինստիտուտ, Երևան, Հայաստան

E.mail: grigori.ambaryan@sportedu.am,

hovhannes.asmaryan@sportedu.am

Առանցքային բառեր: Լողափնյա վոլեյբոլ, սկզբնահարված, տատանողական, ուժային ցատկով, տակտիկական, էյս, գնդակ:

Հետազոտության արդիականություն: Ժամանակակից լողափնյա վոլեյբոլում սկզբնահարվածները մեծ դեր և նշանակություն ունեն խաղում առավելություն ստանալու համար: Հաշվի առնելով, որ լողափնյա վոլեյբոլի խաղերն անցկացվում են բացօթյա, ազատ, անհարթ մակերևույթի վրա (մրցույթի կանոնների համաձայն՝ ավազի շերտը պետք է լինի մինչև 40 սմ), հաճախ բարձր ջերմաստիճանի պայմաններում (20-30°C և ավելի բարձր), պայծառ արևի տակ և ուժեղ քամու պայմաններում, պարզ է դառնում, որ լողափնյա վոլեյբոլիստը զգալիորեն ավելի մեծ ֆիզիկական և սթրեսային բեռնվածություններ է ունենում, քան կոշտ մակերևույթի վրա՝ 6x6 դասական վոլեյբոլի ներկայացուցիչները: Մրցակցային

պայքարի պայմաններում խաղացողներն ու մարզիչներն անընդհատ նոր մեթոդներ են մշակում՝ մրցակիցների հանդեպ առավելության հասնելու համար:

Խաղը վարելու արդյունավետ միջոց է սկզբնահարվածն իր տարատեսակներով՝ տեղից, ցատկով տատանողական, ուժային ցատկով, կարճացված, <<մոմ>>: Ավազի վրա ավելի հաճախ օգտագործում են ցատկով սկզբնահարվածները, որոնք տեխնիկապես կատարվում են գրեթե նույն կերպ, ինչպես դասական վոլեյբոլում: Բայց կա մի մեծ տարբերություն, դա քամին է և նրա ուղղությունը: Քամու ուղղությանը հակառակ սկզբնահարվածները կարող են լինել արդյունավետ, եթե գնդակին հարվածը կատարվում է առավելագույն ուժով: Քամու ուղղությամբ հարվածները պետք է այնպես հաշվարկել, որպեսզի գնդակը մրցակցի խաղահրապարակից դուրս չթռչի: Եվ եթե քամին կողային է, ապա սկզբնահարված

կատարող խաղացողը պետք է գտնի համեմատաբար շահավետ դիրք՝ հարվածը կատարելու համար, որպեսզի լավագույնս օգտագործի քանո ուղղությունը: Տատանողական սկզբնահարվածը հիմնականում օգտագործվում է հանդիպակաց քանո պայմաններում, երբ գնդակի թռիչքի հետագիծը արդյունավետ փոփոխվում է [1]:

Բարձր <<մոմ>> սկզբնահարվածը գործնականում չի օգտագործվում դասական վոլեյբոլում և փակ դահլիճներում. լողափնյա վոլեյբոլում այն բավականաչափ դժվար է իրագործել: Ընդունող թիմին <<մոմ>> սկզբնահարվածը դժարություններ է պատճառում, քանի որ գնդակի ընդունմանը դժվարացնում է և՛ քամին, և՛ արևը [1]:

Տակտիկական ուղղվածությամբ վերը նշված բոլոր սկզբնահարվածները ունեն մեկ կարևոր պահանջ՝ գնդակը պետք է ուղարկվի որքան հնարավոր է մոտ՝ մրցակցի խաղահրապարակի ճակատային գծին: Դա պարտադրում է ընդունող խաղացողին հետ գնալ, և դժվարացնում է նրա հետագա գործողությունը հարձակման համար դիրք ընտրելիս: Բացի դրանից, խաղահրապարակի խորքում խաղընկերոջ ընդունած գնդակն ընկնում է քանո ազդեցության տակ: Նման հարցերի ուսումնասիրությունն ունի տեսագործական նշանակություն, կարող է նպաստել << հավաքական

թիմի սկզբնահարվածների արդյունավետության բարձրացմանը:

Հետազոտության նպատակը:

- Ուսումնասիրել << հավաքական թիմում օգտագործվող սկզբնահարվածները և արդյունավետությունը միջազգային պաշտոնական խաղերի ժամանակ:

Հետազոտության խնդիրները:

- Ուսումնասիրել՝ լողափնյա վոլեյբոլում օգտագործվող սկզբնահարվածների տարատեսակները:

- Պարզել << հավաքական թիմի սկզբնահարվածների օգտագործման առանձնահատկությունները:

Հետազոտության մեթոդներն են՝

գրական աղբյուրների ուսումնասիրում և վերլուծություն, գրույց, մանկավարժական դիտումներ, տեսանկարահանումներ, մաթեմատիկական վիճակագրություն:

Հետազոտության կազմակերպում:

Հետազոտություն կատարելու համար դիտել ենք << հավաքական թիմի մարզումները, որոնք անցկացվում էին Երևանի <<Գրանդ սպորտ>> մարզահամալիրում: Զրույցներ ենք ունեցել հավաքականի մարզչի և խաղացողների հետ:

Պաշտոնական խաղերի ընթացքում կատարել ենք գրանցումներ հատուկ մշակված աղյուսակներում: Դիտարկել ենք << հավաքական թիմի մրցելույթները 2 միջազգային մրցաշարերի ժամանակ՝ Եվրոպայի Մ 18 (Իզմիր, Թուրքիա, 2020), Արևելյան Եվրոպայի երկրների մեծահա-

սակների առաջնություն (Երևան, Հայաստան, 2021): Օբյեկտիվ թվային տվյալներ ստանալու համար բոլոր խաղերը տեսագրվել են:

Տեսանյութերը վերլուծվել են խաղերից հետո՝ անհրաժեշտության դեպքում կրկին դիտելով կոնկրետ դրվագը:

Հետազոտության արդյունքների վերլուծություն: Մարզումային գործընթացից ներկայացնենք որոշ տվյալներ: Մարզումներին մասնակցում էին 6 մարզիկներ, բայց դիտարկումները մենք հիմնականում կատարել ենք 2 մարզիկների՝ Ասմարյան Խաչատուրի և Նազարյան Վահեի հետ, որոնք պետք է մասնակցեին միջազգային մրցաշարերի: Մարզումների ընթացքում շատ մեծ ուշադրություն էր դարձվում որոշ սկզբնահարվածների վրա, մասնավորապես՝ ցատկով տատանողական և ուժային ցատկով սկզբնահարվածները: Ինչպես նաև դրանց կատարելագործման համար կատարում էին շատ նպատակային սկզբնահարվածներ՝ ըստ գոտիների և կարճացված: Լողափնյա վոլեյբոլում մարզիչները մարզումները նաև պլանավորում են՝ հաշվի առնելով եղանակային պայմանները, քանի որ մրցումների մեծ մասն անցկացվում են այնպիսի տեղանքներում, որտեղ միշտ կա քամի: Մարզիչների և խաղացողների հետ զրույցների արդյունքում պարզ դարձավ, որ մեր թիմերի մոտ առավել շատ բացակայում է խաղային փորձը:

Եվրոպայի Մ 18 առաջնության ժամանակ մեր մրցակիցներն էին էստոնիայի, Սլովենիայի և Շվեցարիայի հավաքական թիմերը: Առաջին խաղն անցկացրեցին Շվեցարիայի հավաքականի հետ, որտեղ ՀՀ հավաքական թիմը պարտվեց 2:0 հաշվով: Կատարվեց 29-ը սկզբնահարված, որից 20-ը խաղարկվեց (0), 5-ը՝ էյս (+) և 4-ը կորուստ (-) եղավ: Այս խաղի ժամանակ մեր թիմն օգտագործում էր ցատկով տատանողական սկզբնահարվածներ:

Մյուս խաղը տեղի ունեցավ էստոնիայի հավաքականի հետ, որտեղ մեր թիմը պարտվեց 1:2 հաշվով, ընդհանուր հաշվարկով կատարեց 40 սկզբնահարված, որից 31-ը խաղարկվեց (0), 7-ը՝ էյս (+) և 2-ը՝ կորուստ (-) եղավ: Այս խաղի ընթացքում մարզիկները հիմնականում օգտագործում էին ցատկով տատանողական, ինչպես նաև ուժային ցատկով և կարճ սկզբնահարվածներ:

Սլովենիայի հավաքականի հետ խաղում ՀՀ հավաքական թիմը պարտվեց 2:0 հաշվով: Կատարվեց 31 սկզբնահարված, որից 20-ը խաղարկվեց (0), 6-ը էյս (+) և 5-ը կորուստ (-) եղավ:

Այս մրցաշարի ընթացքում մեր թիմն ընդհանուր հաշվարկով կատարեց 100 սկզբնահարված (Աղյուսակ 1), որից 71%-ը խաղարկվեց (0), 18%-ը՝ էյս (+) և 11%-ը՝ կորուստ եղավ (-):

Մրցաշարի ավարտից հետո դիտեցինք ՀՀ հավաքական թիմի տեսանկարահանված խաղերը և համեմատեցինք մրցակից թիմերի կատարած սկզբնահար-

վածների հետ, ինչի արդյունքում պարզեցինք, որ ՀՀ հավաքական թիմը ավելի քիչ է օգտագործում ուժային ցատկով սկզբնահարվածները, քան մրցակից թիմերը:

Աղյուսակ 1

Լողափնյա վոլեյբոլի եվրոպայի Մ18 առաջնության ՀՀ հավաքականի սկզբնահարվածների քանակը և արդյունավետությունը (2020 թ.)

Ցուցանիշ Ա.Ա.	Ցատկով տատանող			Ցատկով ուժային			Տեղից			Մոմ			Կարճացված			Ընդհանուր	
	0	+	-	0	+	-	0	+	-	0	+	-	0	+	-		
Ամարյան Խաչատուր	35	7	6										2		1	0	37
																+	7
																-	7
Նազարյան Վահե	22	8		9	2	3							3	1	1	0	34
																+	11
																-	4
Ընդհանուր	57	15	6	9	2	3							5	1	2	100	

Մյուս ուսումնասիրված մրցաշարը, որը դիտարկեցինք, տեղի ունեցավ Երևանում: Այս մրցման ժամանակ թիմն անցկացրեց 5 հանդիպում, որտեղ հանդիպեց Հայաստանը ներկայացնող 2 թիմերի հետ, Վրաստանի և Ռուսաստանը 2 թիմերի հետ: 5 հանդիպման ընթացքում թիմն ընդհանուր հաշվարկով կատարեց 162 սկզբնահարված՝ տեղից տատանողական, ցատկով տատանողական, ուժային ցատկով և կարճացված, որից 113-ը

խաղարկվեց՝ 69 % (0), 36-ը՝ էյս 22 % (+) և 14-ը կորուստ՝ 8 % (-) (Աղյուսակ 2):

Համեմատելով երկու մրցաշարերի արդյունքները՝ պարզ դարձավ, որ 1-ին մրցման ժամանակ թիմը խաղացել է 3 խաղ, որտեղ սկզբնահարվածների արդյունավետությունը կազմել է 89 %, իսկ 2-րդ մրցաշարի ժամանակ խաղացել է 5 խաղ, և արդյունավետությունը կազմել է 92 %: Հետևյալ արդյունքներից ելնելով՝ եկանք այն եզրահանգման, որ թիմը 1-ին

մրցաշարից հետո բարելավել է սկզբնահարվածների արդյունավետությունը: Մարզչի կարծիքով պայմանավորված էր այն հանգամանքով, որ մարզումների

ժամանակ շատ ժամանակ է տրամադրվել սկզբնահարվածներին, մասնավորապես՝ ուժային ցատկով սկզբնահարվածին:

Աղյուսակ 2

Լողափնյա վոլեյբոլի Արևելյան Եվրոպայի երկրների առաջնության ՀՀ հավաքականի սկզբնահարվածների քանակը և արդյունավետությունը (2021թ.)

Ցուցանիշ Ա.Ա.	Ցատկով տատանող			Ցատկով ուժային			Տեղից			Մոմ			Կարճացված			Ընդհանուր	
	0	+	-	0	+	-	0	+	-	0	+	-	0	+	-		
Ասմարյան Խաչատուր	49	15	5										4	1		0	53
																+	16
																-	6
Նազարյան Վահե	40	11	3	18	8	5							2	1		0	60
																+	20
																-	8
Ընդհանուր	89	26	8	18	8	5							6	2		162	

Եզրակացություն: Արդյունքների վերլուծությունից հետո եկանք հետևյալ եզրահանգման. ՀՀ հավաքական թիմը տիրապետում է սկզբնահարվածների բոլոր տարատեսակներին, բայց խաղերի ընթացքում մեծ մասամբ օգտագործում է ցատկով տատանողական սկզբնահարվածը:

Համեմատելով և վերլուծելով դիտարկած 2 մրցաշարերի արդյունքները՝ արձանագրվեց դրական տեղաշարժ ՀՀ հավաքականի սկզբնահարվածների արդյունավետությունում: Այդ ամենը կարելի է

բացատրել նրանով, որ թիմը 2-րդ մրցման ժամանակ ավելի շատ էր օգտագործում սկզբնահարվածների հետևյալ տարատեսակները՝ ուժային ցատկով, կարճացված, ռիսկային: Ինչպես նաև բացատրվում է նրանով, որ թիմը դարձել էր ավելի փորձառու և մրցակից թիմերի խաղամակարդակն ավելի ցածր էր, քան Եվրոպայի առաջնության ժամանակ:

Առաջարկություններ: Նպատակահարմար է ՀՀ հավաքական թիմի մարզչական շտաբին շատ մեծ ուշադրություն

դարձնել սկզբնահարվածների վրա, մասնավորապես՝ ուժային ցատկով սկզբնահարվածի, քանզի ժամանակակից լողափնյա վոլեյբոլում հնարավոր չէ առանց այդ սկզբնահարվածի հասնել հաջողության:

Մարզումներ անցկացնել քանու առկայության դեպքում:

Ինչպես նաև ուշադրություն դարձնել ֆիզիկական պատրաստության վրա՝ հիմնականում ուժի, ցատկունակության և ցատկային դիմացկունության:

📖 ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆ

1. Хемберг С., Папагеоргиу А., Пляжный волейбол.– М.: Терра Спорт - 2004 с. 90-100
2. Костюков В.В., Нирка В.В., Пляжный волейбол.–М.: ВФВ - 2010 с. 4-5
3. Костюков В.В., Нирка В.В., Фомин Е.В., Пляжный волейбол.– М.: ВФВ - 2013 с. 28-30

VARIETIES OF SERVES USED IN BEACH VOLLEYBALL AND THEIR EFFECTIVENESS IN THE ARMENIAN NATIONAL TEAM

Assistant G.M.Ambaryan,

Lecturer H.A.Asmaryan

Armenian State Institute of Physical
Culture and Sport, Yerevan, Armenia

SUMMARY

Keywords: beach volleyball, serve, swing, power jump, tactical, ace, ball.

The aim and issues of the research are as follows: to examine the different types of serves used in beach volleyball, to reveal the features of applying serves across the Armenian National Team, to study the serves used by the Armenian National Team and the effectiveness during international official games.

The research organization involved examination of trainings of the Armenian National Team held at the Yerevan “Grand Sport” sports complex in the form of conversations with the National Team coach and the players. During the official games authors made registrations in specially designed tables as well as watched competitions of the Armenian National Team over 2 international tournaments: Europe M18 (Izmir, Turkey 2020), Eastern European Adult Championship (Yerevan, Armenia 2021).

The analysis of research results. Pedagogical observations suggest that during the trainings, most attention was paid to serves, in particular, vertical jump arm swing and jump serve. Moreover, in order to improve the serves players performed exercises through short serves and targeted ones across specific zones. Throughout the European M18 Championship (Izmir, Turkey 2020), from 100 serves that our team players made in 3 games overall, 71% of serves was counted, 18% - resulted in an ace and only 11% - was lost. Whereas in the course of Eastern European Championship (Yerevan, Armenia 2021) the team made a total of 162 serves during 5 matches, including float serve, vertical jump arm swing, short serve, of which 69% - counted, 22% - resulted in an ace, 8% - lost.

Conclusion. Based on the findings we may state that the Armenian National Team masters all the types of serves, though during the games players make wide use of vertical jump arm swing. Recent evidences suggest that comparatively there is a positive shift ahead as to the effectiveness of serves. This result is majorly induced by the use of multifarious serves such as jump, short and more risky ones during the second tournament. We highly recommend the coaching staff of the Armenian National Team to focus on the effectiveness of serves, specifically, jump serves.

ВАРИАНТЫ ПОДАЧ В ПЛЯЖНОМ ВОЛЕЙБОЛЕ И ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИХ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ И В СБОРНОЙ РА

Ассистент Г. М. Амбарян,

преподаватель О. А. Асмарян

Государственный институт физической культуры
и спорта Армении, Ереван, Армения

РЕЗЮМЕ

Ключевые слова: пляжный волейбол, подача, планирующий, силовой, тактический, эйс, мяч.

Цель исследования. Исследовать разновидности подач, используемых в пляжном волейболе. Выяснить какие виды подач используются в сборной Армении во время тренировок. Изучить подачи игроков сборной РА и их эффективность во время официальных игр чемпионата Европы.

Организация исследования. Для проведения исследования мы наблюдали за тренировками сборной Армении, которые проводились в спортивном комплексе "Гранд Спорт" в Ереване, а также беседы с тренером и игроками сборной.

Во время официальных игр мы регистрировали соответствующие данные в специально разработанных таблицах, а также наблюдали за выступлениями сборной Армении на двух международных турнирах (Europe M18, Измир Турция 2020), Чемпионате стран Восточной Европы для взрослых (Ереван Армения 2021).

Анализ результатов исследования. Педагогические наблюдения показали, что во время тренировок очень большое внимание уделялось подачам, в частности, планирующим и силовым подачам в прыжке. Для улучшения подач выполнялись упражнения, в ходе которых игроки подавали подачи целенаправленно в конкретные зоны, а также укороченные подачи.

Во время чемпионата Европы (M18, Измир Турция 2020) сборная команда страны в общей сложности в трех матчах выполняла 100 подач, из которых 71% разыграли, 18%- эйс и 11%- проиграли.

Во время чемпионата стран Восточной Европы (Армения, Ереван 2021 г.) в 5 матчах команда подавала 162 раза, планирующие с места, планирующие с прыжком и укороченные, из которых было сыграно 69%, эйс 22% и потеряли 8%.

Краткие выводы. После анализа результатов мы пришли к выводу, что сборная Армении владеет всеми видами подач, но во время игр в основном использует планирующие подачи в прыжке.

Сравнивая результаты двух турниров, очевидно, что есть положительный сдвиг в эффективности используемых подач. Все это можно объяснить тем, что команда во время 2-го соревнования больше использовала следующие разновидности подач - силовые в прыжке, укороченные, выполняли также более рискованные подачи.

Предлагаем тренерскому штабу сборной команды Армении обратить особое внимание на эффективность подач, в частности, на силовых подач в прыжке.

Հոդվածն ընդունվել է 24.01.2022-ին:

Ուղարկվել է գրախոսման՝ 25.01.2022-ին: