# Волейбол. Обучение тактике приёма подачи.

Успешность тактических действий юных волейболистов при приёме подачи определяется рядом факторов. Среди них можно выделить три. Во-первых, это высокий уровень развития специальных качеств быстроты реакции на движущийся объект, быстроты сложных реакций, быстроты ответных действий, ориентировки, тактического мышления, быстроты перемещения и т. д. Во-вторых, это высокая степень надёжности навыка приёма подачи в сложных условиях игры и соревнований, владение в совершенстве техникой приёма подачи основными способами, главным образом снизу двумя руками в опорном положении и с последующим падением. В-третьих, это единство названных выше двух факторов, которое выражается в высоком уровне индивидуальной тактической подготовленности, служащей, в свою очередь, основой эффективного построения коллективных – групповых и командных тактических действий в нападении.

Если успешность приёма подачи для отдельного игрока во многом зависит от выбора места и принятия исходного положения, то для команды в целом важнейшее значение имеет определение позиции каждому игроку в системе «команда». Речь идёт о расстановке игроков (команды как единого целого) при приёме подачи.

При выборе способа расстановки игроков следует учитывать следующее:

а) требования правил игры относительно подачи и приёма подачи;

б) особенности игроков, выполняющих подачу (их мастерство), и свои возможности на приёме (свой уровень мастерства);

в) все тактические действия – командные и групповые, которые команда предполагает применить в конкретном расположении игроков (по протоколу);

г) комплектование команды (игрового состава) по количеству игроков, выполняющих игровые функции связующего, нападающего первого темпа, нападающего второго темпа (4 – 2 – два связующих и четыре нападающих; 5 – 1 – один связующий и пять нападающих).

В правилах сказано, что в момент подачи игроки располагаются в две линии по три человека (рис. 1). Игроки, занимающие зоны 2, 3, и 4, называются игроками передней линии. Игроки, занимающие зоны 1, 6 и 5 (соответствующие номера на рисунке), именуются игроками задней линии. Игроком той или иной зоны называется волейболист, который в данный момент находится там в соответствии с записью в протоколе (техническом отчёте), независимо от того, какой нагрудный номер он имеет.

В момент выполнения подачи (до момента касания мяча при ударе рукой подающего игрока) игроки должны быть расположены так, чтобы игроки задней линии не были ближе к сетке, чем соответствующий игрок передней линии (на рис. 1 в продольных коридорах, отмеченных пунктиром), внутри передней и задней линии игроки не должны менять взаимное расположение в поперечных «коридорах»: игрок зоны 3 должен быть между игроками 2 и 4, а игрок зоны 6 – между игроками зон 5 и 1. При соблюдении этих требований игроки могут располагаться в любом месте на площадке, а после подачи они вообще имеют право на любое расположение.

Надо хорошо изучить особенности выполнения подачи игроками команды противника: кто-то подаёт лучше, кто-то хуже, у одного игрока сильная подача без адреса, у другого – точная и т. д. Знание этих особенностей, а также возможностей своих игроков, которые в данный момент оказываются на «огневой позиции приёма», поможет избежать ошибок, не даст команде попасть в сложное положение.

В зависимости от тактического багажа команды игроки также располагаются на приёме подачи по-разному. Учитывается и способ комплектования команды, прежде всего по количеству связующих игроков в составе шести игроков команды, находящихся на поле. Может быть два связующих (4+2) – для команд юношей и девушек такая система предпочтительнее.



Может быть один связующий (5+1), что характерно обычно для команд мастеров. Что же касается детских команд, то здесь не следует увлекаться разделением игроков на нападающих и связующих, тут ставка делается на универсальность игроков.

**Рассмотрим наиболее типичные положения** игроков при приёме подачи.

При организации нападающих действий, когда вторую подачу выполняет игрок передней линии (см. рис. 1), игроки располагаются, как показано на рис. 2, 3, 4 и 5. Наиболее распространённый вариант, особенно у начинающих волейболистов, когда при приёме подачи мяч направляется первой передачей в зону 3 (рис. 2). Игроки, принимающие подачу, располагаются полукругом, при этом все пять игроков в равной мере несут ответственность за приём подачи. В зависимости от качества при1ма подачи и траектории первой передачи могут быть осуществлены: нападающий удар с первой передачи, вторая передача в зону 4 или 2, стоя лицом или спиной к нападающему. Передача может быть выполнена в прыжке после имитации нападающего удара («откидка»), просто в прыжке, чтобы сократить время полёта мяча, или в опорном положении, т. е. стоя на площадке.

На рис. 3 показана расстановка, когда вторую передачу выполняет игрок зоны 2. Приём подачи осуществляют остальные пять игроков. В этом случае нападающие удары выполняют игроки зоны 3 (в середине сетки) и зоны 4 (на краю сетки). В этой расстановке игроку зоны 2 удобнее выполнить нападающий удар сразу. Когда связующий игрок находится в зоне 4, построение игры может быть таким, как в предыдущем случае, но в зеркальном отражении. Это даёт эффект в том случае, если в зоне 3 или 2 находится игрок-левша. На рис. 4 показана расстановка, когда связующий из зоны 4 выходит в зону 3 для второй передачи, а игрок зоны 3 занимает ударную позицию в зоне 4. В этом случае игра в нападении организуется так, как это было уже описано применительно к рис. 2, первая передача при приёме подачи направляется в зону 3.

При комплектовании команды с одним связующим (5+1) для осуществления тактических комбинаций при игре первым темпом (с низких передач) и вторым темпом (нападающий идёт на удар вслед за игроком первого темпа) применяется расстановка, которая показана на рис. 5. Связующий выходит для передачи в зону 3, на удар с низкой передачи идёт один из двух нападающих в зону 3, другой играет вторым темпом либо в зоне 4 или сзади связующего («за головой»). В такой расстановке можно играть и в тех случаях, когда связующим будет игрок зоны 3 (см. рис. 5). Тогда он выходит на передачу, а в нападении играют двое нападающих зон 2 и 4. Приём подачи здесь осложняется тем, что в нём принимают участие только три игрока (1, 6, 5). Вполне понятно, что эти игроки должны в совершенстве владеть навыком приёма подачи, в противном случае выполнить тактическую комбинацию в нападении, особенно сложную, будет невозможно. Разновидность этого способа расстановки показана на рис. 6, когда связующий игрок находится в зоне 2. В приёме подачи участвуют главным образом игроки зон 1, 6 и 5, а тактические комбинации осуществляют игроки зон 4 и 3 с передачи игрока зоны 2, который выходит в зону 3. Варьируя различные способы расстановки, команда может разнообразить нападающие действия, что очень важно при двух нападающих на линии.

Более благоприятные возможности для организации нападающих действий создаются в том случае, когда вторую передачу для нападающего удара выполняет игрок задней линии, выходящий к сетке. В нападении в этом случае участвуют три игрока. Наиболее типичные способы расстановки показаны на рис. 7 и 8. Связующие, выходящие к сетке, в приёме подачи не участвуют. Требования к качеству приёма подачи здесь повышаются, так как связующему труднее исправить положение при второй передаче по сравнению с тем, когда связующий находится на линии нападения, т. е. практически уже на месте.

На рис. 7 показана расстановка, когда игрок зоны 1 (связующий) выходит к сетке «из-за игрока». Приём подачи преимущественно выполняют игроки зон 5 и 6, так как при скоростной игре в нападении игрок, принимающий подачу, может не успеть своевременно включится в тактическую комбинацию. Наиболее типичные варианты игры в нападении: игрок зоны 3 идёт на удар с низкой передачи (первый темп), игроки зон 4 и 2 действуют на краю сетки. С низкой передачи может играть волейболист зоны 4 (первый темп) в своей зоне, а игрок зоны 3 действует вторым темпом также в своей зоне. Игрок зоны 4 может выйти на удар первым темпом к связующему игроку в зону 3, а игрок зоны 3 вторым темпом играет в зоне 4. При игре первым темпом игрока зоны 3 игрок зоны 2 вторым темпом может сыграть в зоне 3 ближе к зоне 4 (за спиной у игрока зоны 3). Последние два варианта содержат скрестные перемещения игроков в зонах и называются ещё «крест».

На рис. 8 показана расстановка, когда к сетке выходит связующий из зоны 5. Организация нападающих действий такая же в своей основе, как и в предыдущих случаях. Приём осуществляют преимущественно игроки зон 6 и 1. В более сложном варианте расстановка при выходе игрока из зоны 5 показана на рис. 9. Связующий выходит в зону 3 и нападение строится в различных вариантах: игроком первого темпа может быть игрок зоны 3 или 4 с соответствующим продолжением тактических комбинаций. В этой расстановке игрок зоны 2 находится в зоне 2 и играет на краю сетки. Возможен вариант, когда игрок зоны 4 располагается дальше от сетки, а связующий выходит к сетке между игроком 4 и боковой линией. Здесь особенно важно, чтобы игроки зон 6 и 1 обеспечили вдвоём качественный приём подачи.

На рис. 10 проиллюстрирована расстановка, когда связующий выходит к сетке из зоны 6. Здесь в приёме подачи участвуют четыре игрока, но основную нагрузку несут игроки зон 5 и 1. Тактические комбинации в нападении могут быть самыми различными, в зависимости от качества первой передачи мяча.

**В последние годы** в плане расширения арсенала нападающих действий в командах высших разрядов всё больше стали применять нападающий удар с задней линии. Особенно это важно в тех случаях, когда связующий находится на передней линии и в нападении участвуют два нападающих (см. рис. 2 – 6).

Из сказанного следует вывод, что успешность тактических действий при приёме подачи зависит от знания тонкостей правил игры и особенностей подающего игрока, от способа комплектования команды по числу связующих игроков и арсенала тактических действий команды.

Формирование тактических умений юных волейболистов осуществляется в процессе подготовительных и подводящих упражнений, упражнений по технике и тактике, посредством специальных заданий в учебных и контрольных играх, а также установок на игру в ходе соревнований по волейболу. В тактическом аспекте усилия здесь направлены на воспитание навыков взаимодействия игроков, осуществляющих приём подачи, с одной стороны, между собой, с другой – с игроками, выполняющими вторую передачу на удар (связующими).

Вначале все действия выполняются с набивным мячом. В соответствующей (изучаемой) расстановке набивной мяч (1 кг) бросают через сетку с противоположной стороны площадки последовательно каждому игроку, который участвует в приёме подачи. Игрок ловит мяч и снизу двумя руками бросает его связующему, т. е. игроку, который должен выполнять передачу на удар (вторую передачу). Связующий бросает мяч через сетку, и упражнение повторяется. В этих упражнениях учащиеся усваивают особенности данной расстановки, направление первой передачи при приёме подачи, отрабатывают взаимодействия при приёме подачи.

После усвоения расположения игроков в той или иной (изучаемой) расстановке в упражнениях с набивным мячом переходят к упражнениям с волейбольным мячом. Вначале мяч посылают броском одной руки поочерёдно каждому игроку, участвующему в приёме подачи в данной расстановке. Принимающий первой передачей направляет мяч связующему игроку, который отправляет мяч через сетку игроку, бросавшему мяч, и всё повторяется.

После того как в этих упражнениях учащиеся научатся действовать уверенно, условия усложняются: бросают мяч (т. е. совершают подачу) сразу после того, как принимающая команда направила мяч через сетку (у подающего два мяча). Учащиеся должны быстро занимать заданную расстановку и уверенно выполнять подачу.

В очередной серии упражнений по заданию учителя учащиеся (команда) занимают одну из двух расстановок (затем трёх) и принимают подачу. В таких упражнениях воспитываются ценные тактические умения, занятия проходят более эмоционально, так как однообразные упражнения в приёме подачи надоедают учащимся и выполняются неохотно.

Следующий этап состоит в том, что мяч для приёма направляют через сетку подачей снизу (нижняя прямая) с расстояния 4 – 6 м от сетки. Соблюдаются условия и последовательность, описанные ранее. Мяч подают в различные зоны площадки так, чтобы все игроки были загружены на приёме равномерно. Затем выполняется верхняя прямая подача с такого же расстояния.

На заключительном этапе подача выполняется из-за лицевой линии с соблюдением правил. Вначале подача нижняя прямая – точная, во все зоны, равномерная загрузка принимающих подачу. В случае ошибки при подаче тут же мяч направляет броском учитель, находящийся или в середине площадки, или у боковой линии площадки на стороне подающих. Наконец выполняется подача верхняя прямая или боковая – обычная и планирующая. Подачи чередуются: нижняя, верхняя, в зависимости от характера подачи применяется та или иная расстановка. Чередуются и способы расстановки.

Таким образом, систематическое применение подготовительных упражнений и упражнений по технике (см. наш журнал, 1983, № 12) вместе с упражнениями, приведёнными в данной статье, позволит учащимся в совершенстве овладеть навыком приёма подачи.