

Жиенбаев М.Қ.¹, Нургалиев Д.Н.¹, Акчабаров М.М.¹, Темиржанов А.М.¹

¹«Alikhan Bokeikhan University» ББМ

Қазақстан, Семей

e-mail: M_A_D_I_1986@mail.ru

ВОЛЕЙБОЛДЫҢ ОЙЫН ӘРЕКЕТІ РЕТІНДЕГІ СИПАТТАМАСЫ

Аңдатпа

Волейбол - әлемдегі ең танымал ойын спорт түрлерінің бірі. XIX ғасырдың аяғында ойын-сауық ойыны ретінде пайда болған ол спорт түрі ретінде де тез дами бастады. Динамизм, жабдыктар мен жабдыктардың қарапайымдылығы волейболдың танымалдылығының негізі болды. Ойын ережелері уақыт өте келе дамыды, бірақ оның алғашқы жылдарынан бастап негізгі принциптер сақталды. Сонымен қатар, олимпиадалық бағдарламаға волейболдың жолы өте ұзақ болды және демократиялық спорт 1964 жылы Токиода ғана олимпиадада дебют жасады. Алайда, содан бері ойналған көптеген матчтар олимпиада тарихының алтын қорына кіреді.

Түйінді сөздер: волейбол, жарыс, спорттық ойындар

Жиенбаев М.Қ.¹, Нургалиев Д.Н.¹, Акчабаров М.М.¹, Темиржанов А.М.¹

¹«Alikhan Bokeikhan University» ББМ

Қазақстан, Семей

e-mail: M_A_D_I_1986@mail.ru

Описание волейбола как игровой деятельности

Аннотация

Волейбол - один из самых популярных игровых видов спорта в мире. Возникнув в конце XIX века как развлекательная игра, он также начал быстро развиваться как вид спорта. Динамизм, простота экипировки и оборудования стали основой популярности волейбола. Правила игры развивались с течением времени, но основные принципы сохранились с первых лет ее существования. Кроме того, путь волейбола к олимпийской программе был очень долгим, и демократический спорт дебютировал на Олимпийских играх только в Токио в 1964 году. Однако многие матчи, сыгранные с тех пор, входят в золотой фонд олимпийской истории.

Ключевые слова: волейбол, соревнования, спортивные игры

Zhienbaev M.K.¹, Nurgaliev D.N.¹, Akchabarov M.M.¹, Temirzhanov A.M.¹

Educational Institutio "Alikhan Bokeikhan University"

Kazakhstan, Semey

e-mail: M_A_D_I_1986@mail.ru

Description of volleyball as a gaming activity

Annotation

Volleyball is one of the most popular game sports in the world. Having emerged at the end of the XIX century as an entertaining game, it also began to develop rapidly as a sport. Dynamism, simplicity of equipment and equipment have become the basis of the popularity of volleyball. The rules of the game have evolved over time, but the basic principles have been preserved since the first years of its existence. In addition, volleyball's path to the Olympic program was very long, and the democratic sport made its debut at the Olympic Games only in Tokyo in 1964. However, many matches played since then are included in the golden fund of Olympic history.

Keywords: volleyball, competitions, sports games

Кіріспе. Волейболды әлемдік спорттық жарыстар жүйесіне енгізілген спорттық ойындардың ең жоғары түрі деп санауға болады. Волейбол, Олимпиада ойындары бағдарламасында, сондай-ақ кәсіби спортта кеңінен ұсынылған.

Бәсекелес командалар мен жеке ойыншылардың бәсекеге қабілеттілігі процесінде бәсекеге қабілетті техникалық-тактикалық іс-әрекеттердің, олардың комбинациялары мен әр түрлі көріністерінің көптігі қызықты көрініс болып табылады,

сонымен қатар волейболды кең жастағы адамдардың дене шынықтыру құралына айналдырады [1].

Волейболдың айрықша ерекшеліктері оларға тән ойын және бәсекелестік әрекеттердің ерекшеліктеріне байланысты.

Волейболшылардың бәсекелестік қақтығысы белгіленген ережелер шегінде тек волейболға тән бәсекелестік әрекеттер — ойын әдістері (техникасы) арқылы жүреді.

Бұл жағдайда қарсыластың болуы міндетті болып табылады. Волейболда жарыстың әр фрагментінің мақсаты – жарыстың тақырыбын (допты) қарсыластар алаңының белгілі бір орнына жеткізу және оның өзіне қатысты болуына жол бермеу. Бұл жарыс бірлігін — барлау, жалған ақпарат, қастандық және т. б. әрекеттерді қамтитын "қорғаныс — шабуыл" сияқты әрекеттер блогын анықтайды [2].

Волейболда, командалық спорттық ойын сияқты, жеке спортшылар емес, жалпы команда жеңеді және ұтылады.

Бәсекеге қабілетті ойын әрекетінің күрделі сипаты, мысалы, волейболда үнемі өзгеріп отыратын жағдайлар туғызады, жағдайды бағалау және әдетте шектеулі уақыт жағдайында әрекеттерді таңдау қажеттілігін тудырады. Спортшының жанжалды жағдайларда нәтижеге жету үшін команданың іс-қимылдарының тиімділігін қамтамасыз ететін стратегияларды оңтайландыруға мүмкіндік беретін техникалық-тактикалық құралдардың кең арсеналының болуы маңызды фактор болып табылады [3].

Спорттық ойындардың маңызды ерекшелігі - көптеген бәсекелестік әрекеттер - ойын әдістері. Спорттық нәтижеге (кездесуді, жарысты ұтып алу) қол жеткізу үшін осы әдістерді бәсекелестік қызмет процесінде (бір кездесуде, бірқатар кездесулерде) бірнеше рет орындау қажеттілігі сенімділік, дағдылардың тұрақтылығы және т.б. волейболда, мысалы, әрбір қателік нәтижеге әсер етеді (ұпай жинау немесе жоғалту).

Командалық ойындарда бірнеше спортшылар бәсекеге қабілетті, және көп нәрсе олардың іс-әрекеттерінің үйлесімділігіне, қарсыласын жеңу үшін бәсекеге қабілетті іс-әрекет процесінде

спортшылардың іс-әрекеттерін ұйымдастыру формаларына байланысты.

Негізгі бөлім. Волейбол ерекшелігі - спорттық нәтижеге жетудің сатылы сипаты. Ойындарда бұл бірінші кезеңнің бір түрі – «техникалық – физикалық», сонымен қатар спортшылардың іс-әрекеттерін ұйымдастыру қажет - жеке, топтық және командалық.

Спорттық дайындық процесін ойдағыдай жоспарлауға және оған бақылауды жүзеге асыруға болатын объективті (сандық түрде көрсетілген) көрсеткіштерді белгілеу қажет [4].

Спорттық ойындардағы объективті көрсеткіштерге ойын әдістерінің элементтік жиынтығы (техника аспектісі); жағдайды тез және дұрыс бағалау, белгілі бір ойын жағдайына оңтайлы шабуыл немесе қорғаныс әрекетін таңдау және тиімді қолдану мүмкіндігі (тактика аспектісі); әрекетті тікелей орындау тиімділігі тәуелді болатын арнайы қасиеттер мен қабілеттер (уақытша, кеңістіктік талаптарға); спортшының энергетикалық және жұмыс режимі; сенсорлық-қозғалысты бақылау және т. б. Мұның бәрін сандық түрде білдіру өте маңызды. Мұндай мәліметтердің болуы спортшыларды даярлау мазмұнын анықтауға және осы процесті басқаруға, модельдік сипаттамаларды, бағдарламаларды, жоспарларды, нормативтерді және т. б. әзірлеуге негіз болады [5].

Спорттық ойындар жалпы және кәсіптік білім беру мекемелерінде дене тәрбиесінде кеңінен ұсынылған: оқу жұмысында бұл баскетбол, волейбол, гандбол, футбол; сыныптан тыс дене шынықтыру-спорттық және сауықтыру жұмыстарында. Қосымша білім беру жүйесінде спорттық ойындар кеңінен ұсынылған: балалар-жасөспірімдер спорт мектептерінде, олимпиадалық резервтің мамандандырылған балалар-жасөспірімдер мектептерінде, балалар-жасөспірімдер дене шынықтыру клубтарында, түрлі сауықтыру клубтарында, демалыс орындарындағы дене шынықтыру-спорт сабақтарында және т. б.

Волейбол спорт ойындары ішіндегі күрделі техникалық және тактикалық әрекеттер орындалатын командалық ойын, көбіне жылдам тактикалық әрекеттер

орындалады. Бұл ойын халық арасында өте кең таралған қызықты ойын түрі. Командалық спорт түрі, алты ойыншыдан тұрады. Алаң көлемі 18/9 метр, ортасын тор бөледі. Ер адамдарға арналған тордың биіктігі 2,43 метр, ал әйел адамдарда 2,24 м. Бұл ойынның мақсаты қарсыласының алаңының ортасына допты бағыттау, қарсыласты қателесуіне әкелу болып табылады. Ойынның негізгі ережелері қарсыласының жағына допты бағыттауда әр команда 3 рет допқа қолын тигізе алады. Доп қарсыластың алаңына тисе немесе қателер жіберсе доп есептелінеді, жалпы 25 ұпайға дейін жүргізіледі. Волейбол ойынының техника және тактикасы лақтыру, лақтыру тәсілі, пас, шабуыл, блоктау. Лақтыру ойын алдындағы артқы сызықта орындалады, лақтыру тәсілі ойынның алғашқы командалық серіктесіне допты беру. Ойын барысында лақтырудың тура лақтыру, бір жақты лақтыру, жоғары лақтыру, тура төмен лақтыру қолданылады. Пас екінші реттік допқа тию, шабуыл жасау үшін ойыншылар арасындағы бір-біріне лақтыру. Шабуыл үшіншілік допқа тию, қарсыласының жағына допты жеңу үшін бағытталады. Ал, блок қарсыласының шабуылын үзуге бағытталады әрекет.

Волейбол ойыны дамуына қарай қазіргі таңда бұл тек қана спорт ойыны ғана емес, маңызды әлеуметтік әрекет, командалық рухты нығайтуға, қарым-қатынас дағдыларын дамытуға және физикалық денсаулықты жақсартуға ықпал етеді. Бұл ойын түрі әлемде танымал, Олимпиада бағдарламасына енгізілген спорт ойыны. Оның қазіргі таңда бірнеше нұсқалары бар жағадай волейболы, қардағы волейбол, мини волейбол, пионербол, саябақ волейболы. Сонымен қатар волейбол көптеген елдердің мәдениетінде маңызды рөлде, демалыс орындарында, халық арасында жарыстар өтеді.

Жалпы орта білім беретін мектеп, арнайы орта білім беретін мекемелер мен жоғарғы оқу орындарының дене шынықтыру бағдарламасына енгізілген спорт түрі. Негізінен волейбол ойыны күшті, жылдамдықты, төзімділік пен ептілікті, адамның жылдам әрекет ету реакциясын және байқағыштығын дамытады. Сонымен қатар, бұл ойын кез-келген сыныпты, топты

немесе ұжымның командалық қасиеттерін дамытуда маңызды рөл атқарады. Себебі, бұл ойын командалық ойын. Жоғарғы оқу орындарының студенттерінің дене шынықтыру сабақтарына волейбол ойынын өткізу, топтар арасында жарыстар ұйымдастыру арқылы олардың бір-бірімен жақын танысады, араласады, командалық достық қалыптасады. Дене шынықтыру сабақтарына білім алушыларды жан-жақты дамуына, волейбол ойынының дағдылары қалыптастыру мақсатында сабақтарға алдымен ойын элементтерін енгізу арқылы допты игері, оны әртүрлі бағыттын анықтап дәл соққы беру, қағу, бір-біріне беру, шабуыл, яғни қарсыласына соққы беру әрекеттерін меңгереді. Дене шынықтыру сабақтарының барысында сынып оқушыларын тең командаларға бөліп, волейбол ойынын ойнатып көру арқылы олардың қабілеттерін бақылап, анықтауға болады. Допты игеру әрекеттеріне қарай сабақта осы допты қағу, лақтыру және т.б. әрекеттерде жетілдіру бойынша жаттығулар түрлерін анықтап, іріктеп, сабақ барысында жасатқызып отыру арқылы дағдыларын дамытамыз. Сабақ барысында оқушыларға волейбол ойынындағы техникалары меңгеру бойынша кіші топтарға бөліп доптарды лақтыру, шабуыл, қағу техникаларын көрсеті, бірнеше рет қайталату. Одан кейін барлығы кезектеп әр техникасын жеке көрсету қажет, оқушылар сабақтардағы орындаған техникаларды міндетті түрде үйде қайталауын ескерту қажет. Тәжірибе көрсеткендей сынып оқушылары жартысынан көбі үйде волейболдың маңызды техникаларын орындаған. Одан әрі сабақ арасында команда бөліп, волейбол ойыныны ойнатып отыру қажет, мұнда техникасын меңгерген ойыншылар волейбол ойын тактикасында жақсы түсінеді. Әр сабақта команда құрамын ауыстырып отыру маңызды. Яғни сабақта әртүрлі жаттығулар орындатып отырса, оларды түрлердірсе оқушылардың да сабаққа деген қызығушылары артады. Бұдан біз оқушының бойында еңбекке, жаттығудың маңызы, орындай алмаған қимыл әрекеттерді қайталаудан жетілетіндігін түсіндіре аламыз.

Қорытынды. Волейбол спорт ойыны халық арасында, әртүрлі жастағы адамдар

арасында кең танымал ойын. Жалпы орта білім беру мектептер, арнайы орта білім беру орындары мен жоғарғы оқу орындарында дене шынықтыру сабақтарында волейбол ойынын енгізу маңызды. Бұл ойын балалар мен жасөспірімдердің денсаулығын нағайтады, ойлау, жылдамдық, бакылау,

жылдам әрекет ету қабілеттерін дамытады, өзара бір-бірімен қарым-қатынастарын жақсартады, командалық қасиетті дамытады, сонымен қатар, дене шынықтыру және әскери мамандықтарына түсуде шығармашылық емтихандарды жақсы тапсыруына септігін тигізеді.

Пайдаланылған әдебиеттер тізімі

1. Волейбол // Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения / Под ред. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. — 2-е изд. — М.: Академия, 2004. — С. 89—159. — 5100 экз. — ISBN 5-7695-1749-2.
2. Волейбол // Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства / Под ред. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. — М.: Академия, 2004. — С. 5—95. — 30 000 экз. — ISBN 5-7695-1411-6.
3. Волейбол / Под общ. ред. А. В. Беляева, М. В. Савина. — 4-е изд. — М.: ТВТ Дивизион, 2009. — 360 с. — 1000 экз. — ISBN 978-5-98724-059-5.
4. Кунянский В. А. Волейбол: О некоторых аспектах игры и судейства. — М.: ТВТ Дивизион, 2009. — 72 с. — 1000 экз. — ISBN 978-5-98724-066-3.
5. Спортивные игры / Под ред. В. В. Марущака. — М.: Воениздат, 1985. — 269 с. — 30 000 экз.
6. Чернобровкин Д.В. Волейбол. / Чернобровкин Д.В., Волкова Е.В. // Наука – 2020. №4 (49) 2021. С.219-247.
7. Ибрагимова О.А., Вараева А.Ж., Ибрагимова Е.А., Малаалиева П.Ю. Техника и методика обучения волейболу. Махачкала 2016 – 57с.
8. Сихымбаева Қ.С. Мектеп дене тәрбиесі жүйесіндегі волейбол мен баскетболдың ойындарының оқушылар денсаулығына әсері. / Сихымбаева Қ.С., Туребеков Б.А., Жунисов Г.Б., Мустафаев И.Т. // Актуальные научные исследования в современном мире. Международный научный журнал. Выпуск 3(95) часть 1, март 2023, стр.157-160.

References

1. Волейбол // Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения / Под ред. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. — 2-е изд. — М.: Академия, 2004. — С. 89—159. — 5100 экз. — ISBN 5-7695-1749-2.
2. Волейбол // Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства / Под ред. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова. — М.: Академия, 2004. — С. 5—95. — 30 000 экз. — ISBN 5-7695-1411-6.
3. Волейбол / Под общ. ред. А. В. Беляева, М. В. Савина. — 4-е изд. — М.: ТВТ Дивизион, 2009. — 360 с. — 1000 экз. — ISBN 978-5-98724-059-5.
4. Кунянский В. А. Волейбол: О некоторых аспектах игры и судейства. — М.: ТВТ Дивизион, 2009. — 72 с. — 1000 экз. — ISBN 978-5-98724-066-3.
5. Спортивные игры / Под ред. В. В. Марущака. — М.: Воениздат, 1985. — 269 с. — 30 000 экз.
6. Чернобровкин Д.В. Волейбол. / Чернобровкин Д.В., Волкова Е.В. // Наука – 2020. №4 (49) 2021. С.219-247.
7. Ибрагимова О.А., Вараева А.Ж., Ибрагимова Е.А., Малаалиева П.Ю. Техника и методика обучения волейболу. Махачкала 2016 – 57с.
8. Сихымбаева Қ.С. Мектеп дене тәрбиесі жүйесіндегі волейбол мен баскетболдың ойындарының оқушылар денсаулығына әсері. / Сихымбаева Қ.С., Туребеков Б.А., Жунисов Г.Б., Мустафаев И.Т. // Актуальные научные исследования в современном мире. Международный научный журнал. Выпуск 3(95) часть 1, март 2023, стр.157-160.

Авторлар туралы мәліметтер

Жиенбаев Маді Қайырылович

Лауазымы: Қолданбалы биология кафедрасының аға оқытушысы, Alikhan Bokeikhan University

Пошталық мекен-жайы: 071400-071417, Қазақстан Республикасы, Абай облысы, Семей қаласы

Ұялы тел.: 87479766484

E-mail: MADI1986@mail.ru

Нургалиев Дауыржан Нургалиевич

Лауазымы: Қолданбалы биология кафедрасының оқытушысы, Alikhan Bokeikhan University

Пошталық мекен-жайы: 071400-071417, Қазақстан Республикасы, Абай облысы, Семей қаласы

Ұялы тел.: 87075000016

E-mail: Dauyrzhan.nurgaliev@mail.ru

Акчабаров Мерхат Маратович

Лауазымы: Қолданбалы биология кафедрасының оқытушысы, Alikhan Bokeikhan University

Пошталық мекен-жайы: 071400-071417, Қазақстан Республикасы, Абай облысы, Семей қаласы

Ұялы тел.: 87713554848

E-mail: Merkhat2001912@mail.ru

Темиржанов Аслан Мырзасадыхович

Лауазымы: Қолданбалы биология кафедрасының оқытушысы, Alikhan Bokeikhan University

Пошталық мекен-жайы: 071400-071417, Қазақстан Республикасы, Абай облысы, Семей қаласы

Ұялы тел.: 87086972894

E-mail: temirzhanov2020@inbox.ru

Сведения об авторах

Жиенбаев Мадиди Қайырлыович

Должность: Старший преподаватель кафедры прикладной биологии, Alikhan Bokeikhan University

Почтовый адрес: 071400-071417, Республика Казахстан, Абайская область, город Семей

Сот. тел.: 87479766484

E-mail: M_A_D_I_1986@mail.ru

Нурғалиев Дауыржан Нурғалиевич

Должность: Старший преподаватель кафедры прикладной биологии, Alikhan Bokeikhan University

Почтовый адрес: 071400-071417, Республика Казахстан, Абайская область, город Семей

Сот.тел.: 87075000016

E-mail: Dauyrzhan.nurgaliev@mail.ru

Ақчабаров Мерхат Маратович

Должность: Старший преподаватель кафедры прикладной биологии, Alikhan Bokeikhan University

Почтовый адрес: 071400-071417, Республика Казахстан, Абайская область, город Семей

Сот. тел.: 87713554848

E-mail: Merkhat2001912@mail.ru

Темиржанов Аслан Мырзасадыхович

Должность: Старший преподаватель кафедры прикладной биологии, Alikhan Bokeikhan University

Почтовый адрес: 071400-071417, Республика Казахстан, Абайская область, город Семей

Сот. тел.: 87086972894

E-mail: temirzhanov2020@inbox.ru

Information about the author

Zhienbayev Madi Kayyrylovich

Position: Senior Lecturer, Department of Applied Biology, Alikhan Bokeikhan University

Mailing address: 071400-071417, Republic of Kazakhstan, Abay region, Semey

Mob. Tel.: 87479766484

E-mail: M_A_D_I_1986@mail.ru

Nurgaliev, Daurzhan Nurgalievich

Position: Senior Lecturer, Department of Applied Biology, Alikhan Bokeikhan University

Mailing address: 011400-071417, Republic of Kazakhstan, Abai region, Semey city

Mob. phone: 87075000016

E-mail: Dauyrzhan.nurgaliev@mail.ru

Akchabarov Merkhath Maratovich

Position: Senior Lecturer, Department of Applied Biology, Alikhan Bokeikhan University

Mailing address: 011400-071417, Republic of Kazakhstan, Abai region, Semey city

Mob. phone: 87713554848

E-mail: Merkhat2001912@mail.ru

Temirzhanov, Aslan Myrzasadykovich

Position: Senior Lecturer, Department of Applied Biology, Alikhan Bokeikhan University

Mailing address: 011400-071417, Republic of Kazakhstan, Abai region, Semey city

Mob. phone: 87086972894

E-mail: temirzhanov2020@inbox.ru