

Нора ДЕДА

796.325.085-055.2

ЕВИДЕНТИРАЊЕ НА ОДБРАНБЕНИТЕ АКЦИИ НА ЖЕНСКИТЕ ОДБОЈКАРСКИ ТИМОВИ

Abstract

The paper present the volleyball teams, focusing on identifying protective actions as well as analysis of the block, possession of the ball from the service, responsiveness and performance of players in defense. Review of the literature, historical background and evolution of the technique of playing of the volleyball serve for an introduction to the theme. It addresses important aspects such as volleyball game, attack, defense, spectacle, protection. tactical importance, conception of exercises. Part of its contents are: statistical data results interpretation of the data that arecollected in our league, matches and teams through volleyball games. Statistical data that we have assessed the effectiveness of the technical elements of Tirana team defense and our national team with their role in the outcomes. Data analysis has been done to shed light on the volleyball teams between Tirana Cup Republic (team leader) and our national team (70% of the team composed of players of Tirana and analysis of these data enables us to compare the protective activity of our team with teams of Montenegro (friendly) and England (for the European Championship Qualifiers). Possessions of national meetings services ranging from 82-93%, and in international meetings ranging from 50-70%. Service tenure should incorporate modern concepts on the exercise of this element on play situations. Conclusions and recomandations will serve not only to the coaches of volleyball teams of Albania, but and more wide with aims to explore more for students and lecturers of programs for Physical Education and Sports at Bachelor and Master Programs.

Key words : *volleyball team, female, protective action, physical education, sport* .

ВОВЕД

Важно е да се промени методот на тренирање на нашите екипи во однос на динамиката на техничките операции – тактичката мобилност врз основа на брзината на распоредување, брз одговор, и исто така, во однос на поставување на играчите во одбрана, согласно системот на одбрана за да се постигнат добри резултати. Вилијам Г. Морган во Халиок врз основа на познавањето на други спортови како: кошарка (топка), минонет (мрежа), безбол (игра) и ракетет (рака) е првиот кој ги формулирал правилата на одбојката. Основниот принцип на играта е да се удри топката. Популарноста на играта рапидно порасна во 1947, годината во која е креирана ФИВА (Меѓународната Одбојкарска Федерација), само

една година по основањето ФИБА (Меѓународната кошаркарска федерација). Во 1964 година, одбојката беше прогласена за олимписки спорт.

Причини за оваа студија. Идентификацијата на нивото на одбрабените акции, улогата на дефанзивата, како и важноста на индивидуалниот или групниот дефанзивен перформанс. Целта е постигната преку анализа за одбрана преку: -блок – посед на топка од сервис – реагирање и придонес на играчите во одбрана.

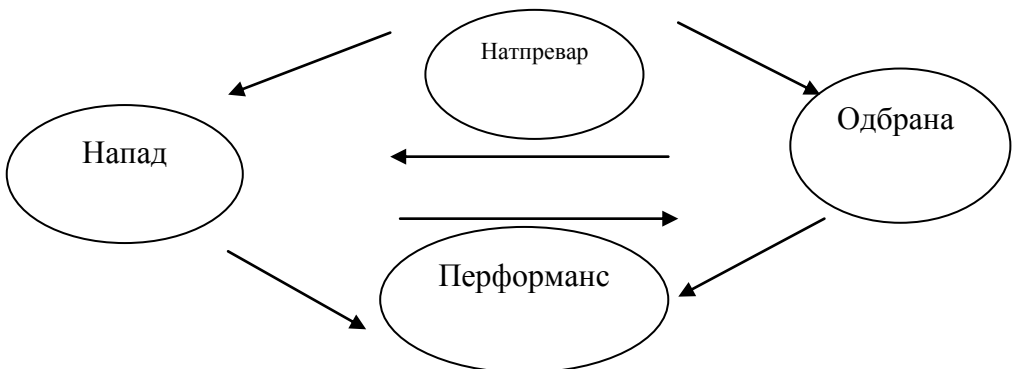
ЕВОЛУЦИЈА НА ТЕХНИКАТА НА ОДБОЈКАТА

Техничкото ниво на играта растеше брзо заедно со популарноста и ширењето на одбојката. Во шеесеттите Азијатите ја зголемија брзината на офанзивните акции, и во овој контекст беа родени кратките пасови пред и позади главата, и ниските и брзи пасови. По менувањето на правилата во 1964, техниките на блокирање се подобрија многу и станаа прв елемент и најважна форма на одбрана. Менувањето на рацете при блокирањето на противничката страна доведе до блокирање на напаѓачите, поголема опасност по противничкиот тим и поагресивен напад. Еволуцијата на играта продолжи со „manshetën – прием на топката со две раце одоздола“, како технички елемент на прием или одбрана за првпат успешно применета во 1968 година од Чехословачка. Во доцните 1980-ти сите играчи се високо специјализирани во нападот, антиципацијата на сервисот и одбраната. Оваа висока специјализираност на играчите ги принуди тимовите да интегрираат поставеност на сервисот за прием од трет играч (кој не е специјалист). Во деведесеттите години има промена на регулативата која цели да се изедначи нападот и одбраната и го воведува правилото на играч – либеро.

ОДБОЈКА

Развојот на одбојката значи борба помеѓу нападот и одбраната.

Слика 1. Поврзаност помеѓу нападот и одбраната.



Спектакуларниот аспект на одбојката не е можен без добра одбрана. Колку е подобра одбрана, толку е поинтересен и пожив натпреварот. Возбудата на играчите и навивачите при натпреварот зависи од квалитетот на одбраната. Факт е дека има напад по одбраната, а потоа повторна борба и тоа ја покажува важноста на одбраната која има важна улога и компензира за ниското ниво на штитење на мрежата. Најдобриот начин да се намали разликата којашто постои помеѓу нападот и одбраната е практично подобрување на тренингот и одбрана во текот на натпреварот. Секогаш се прават промени во правилата на играта за да се зачува балансот помеѓу нападот и одбраната. Па така, напад со огромен потенцијал нема вредност ако нема добра одбрана. И обратно, одбрана со голем потенцијал нема вредност ако нема потенцијал да биде трансформирана во ефективен напад. Спектакуларниот аспект на одбојката не е можен без добра одбрана.

ОДБРАНА

Одбраната е технички одговор кој може да сопре напад и може да биде победоносна. Игра клучна улога при одредувањето на исходот на нашите тимови во националното првенство и на меѓународни натпревари.

Дефанзивната функционална филозофија има три компоненти:

- а. Соодветна позиција
- б. Тактичка важност (улогата на блокот и поставувањето на играчите во одбрана)
- в. Ефективна комуникација на играчите

Играчите окупираат 70% од ниската поставеност во одбраната. Најважен аспект на одбраната е точното позиционирање и разбирање на спортот.

ТАКТИЧКА ВАЖНОСТ

Контролата и владеењето на техниките за прием се важни аспекти на контролата и движењето на топката, но најважен од се е приемот на топката. Одбраната мора брзо да ја препознае природата на комбинацијата на нападот, траекторијата на сервисот, типот на моментум на напаѓачите, траекторијата на подавање на топката и блокот од страна на соиграчите. Задача на играчот е да има тактичка интелигенција и да одговори на напаѓачите, да има контрола на акциите, физички да биде посветен и да се адаптира на ситуациите во натпреварот.

Ефективната комуникација помеѓу играчите вклучува:

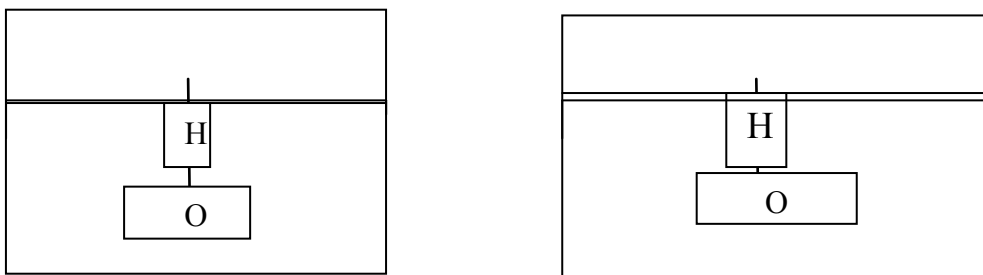
Комуникација за насоки, имплементација и афирмација. Еден од најголемите удари во ритамот на тимот е губење на поени поради лоша

комуникација. Играчите треба да се запознаат со одбранбените методи кои ќе ги употребуваат за да добиваат поени (одбраната го добива натпреварот. Надмоќноста на нападот од крило во споредба со одбраната беше 83% наспроти 17%. Денес, со ревизијата на правилата (Токио 1998), која вклучува назначување на играч специјализиран за одбрана (либеро-играч), во прилог на одбраната разлика се намали за 6%, и со овој тренд и понатамошна специјализација ќе се намалува уште повеќе.

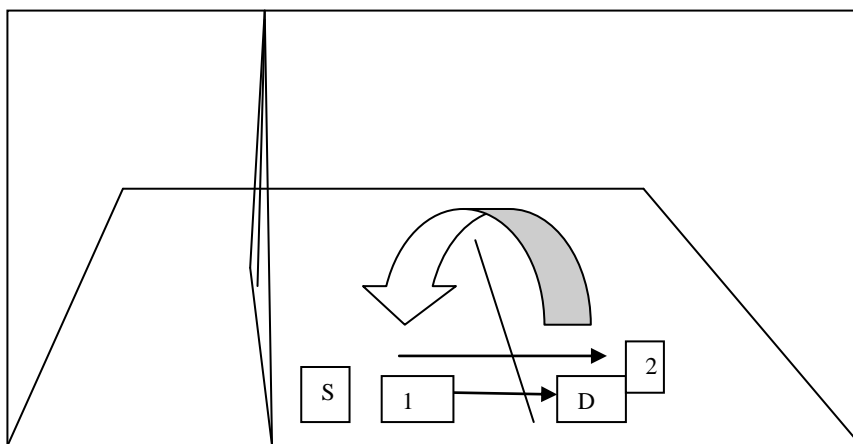
Концепт на вежбање

Бидејќи дефанзивниот фактор не е доволно ценет од страна на многу тренери, неговото развивање во многу тимови претставува слабост. За да се развијат способностите и техниките за одбрана, ние ќе презентираме некои вежби како примери кои промовираат подобра одбрана.

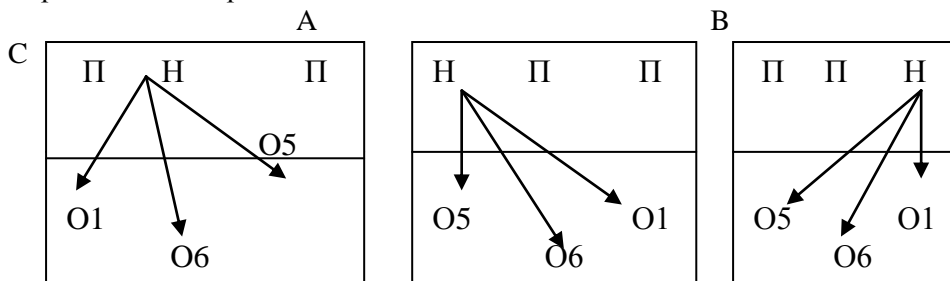
Одбранбениот играч седи или со колениците е на подот и се обидува да го спречи напаѓачот да поентира. Фокусот е на горните делови од телото.



Дефанзивната активност може да дојде по движење напред или наназад, со намера да се удри топката во стабилна позиција. О се враќа во одбрана на нападот O1, откако се повлекува позади.



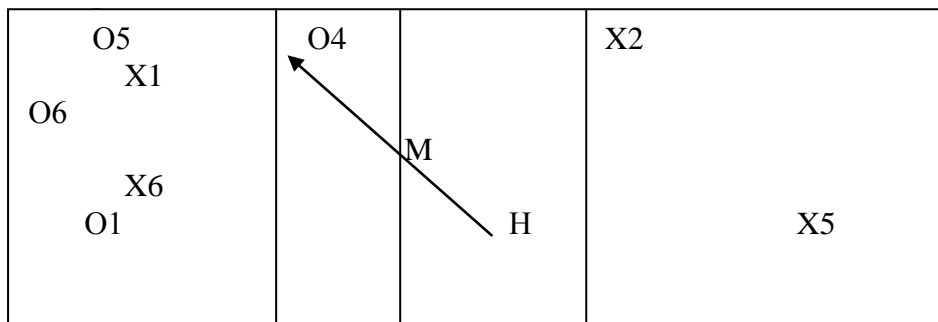
Н напаѓа брзо. Трите дефанзивни играчи ретко се ротираат. Секогаш има различен прием, разменувајќи силни директни удари на топката. Нападот може да дојде од централната зона А, или страните Б и В. Играчот што не брани подава топки за Н.



Играта пет на пет претставува можност да се игра и да се оневозможат дефанзивните интервенции. Присуството на играч во блокот ја подобрува одбраната. Позицијата б ќе следи тактички совет, и ќе ја засили или паралелата или дијагоналата. Компетитивната компонента е голема можност да се финализира техничката работа – тактика во натпреварувачки ситуации.

Варијации.

- Играчите од две земји, 1,2,4 и 5 често се менуваат, трчајќи и напаѓајќи. По нападот сите се ротираат од едно место.

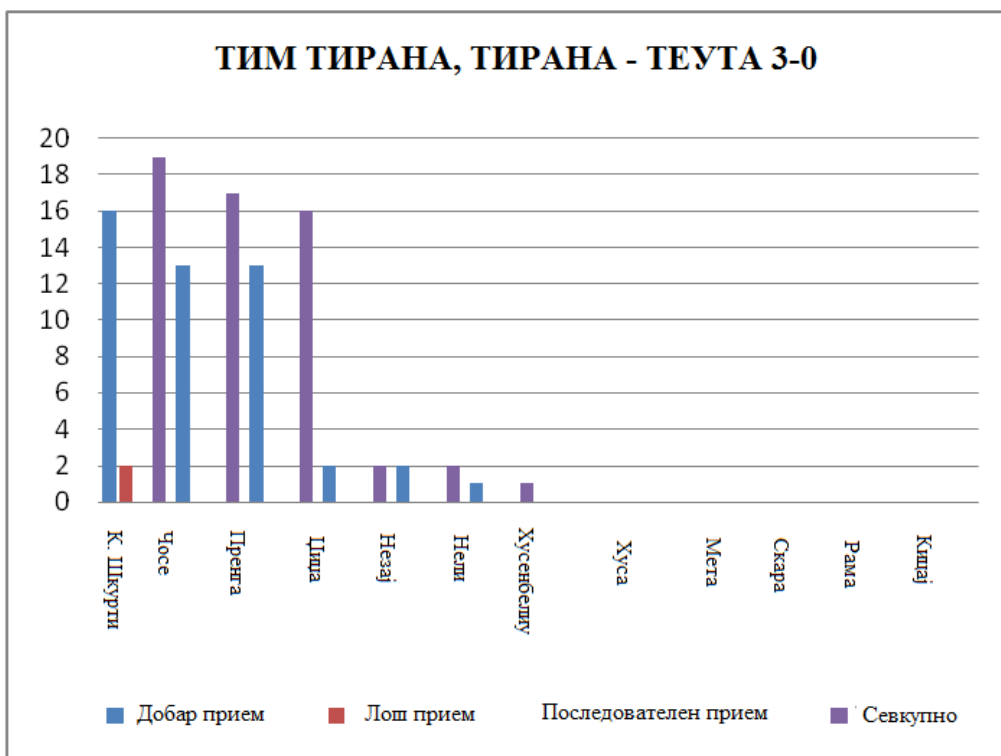


Важно е одлуките да бидат направени според ритмот на натпреварот.

Статистички податоци на тимот Тирана-Теута

Најдобар прием	Добар прием	Погрешен прием	Тековен прием	Севкупно
К. Шкурти 7	16	2	1	19
Чосе 17 Л	13	0	4	17
Ар. Пренга (11)	13	0	3	16
И Цица (6)	2	0	0	2
К. Незај (10)	2	0	0	2
Г. Нели (12)	1	0	0	1
Д. Хусенбеллиу (9)	0	0	0	0
Хуса (14)	0	0	0	0
Мета (18)	0	0	0	0
Скара (4)	0	0	0	0
Рама (1)	0	0	0	0
Кицај (3)	0	0	0	0

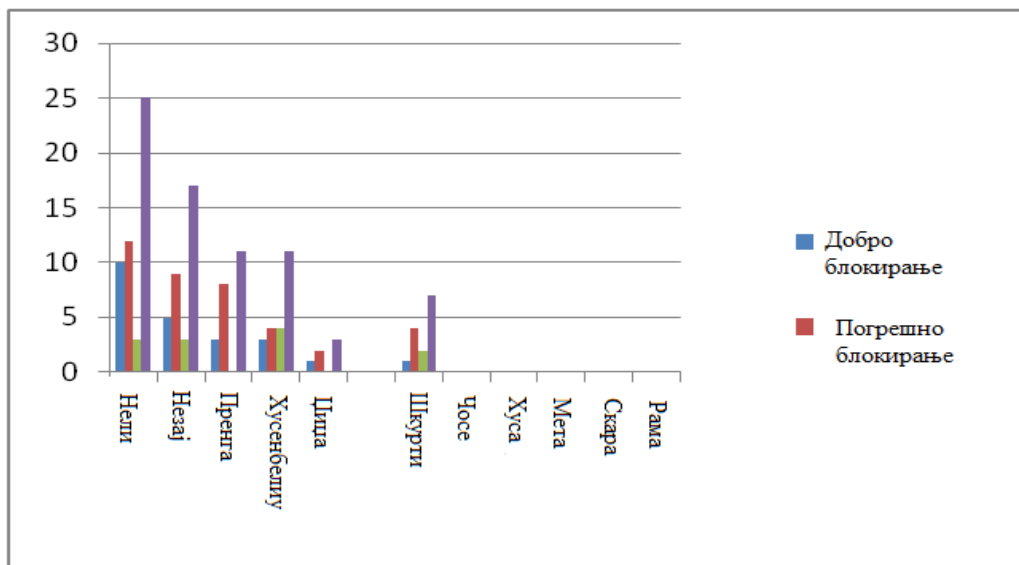
Линерарен графикон на играчи



Одбранбени акции на тимот на Тирана

Најдобро блокирање	Добри забивања	Лоши забивања	Тековни блокирања	Севкупно
Г. Нели	10	12	3	25
К. Незај	5	9	3	17
Ар. Пренга	3	8	0	11
Д. Хусенбелиу	3	4	4	11
И. Цица	1	2	0	3
К. Шкурти	1	4	2	7
Чосе. Л	0	0	0	0
Хуса	0	0	0	0
Мета	0	0	0	0
Скара	0	0	0	0
Рама	0	0	0	0
Кицај	0	0	0	0

Линеарен графикон на играчите

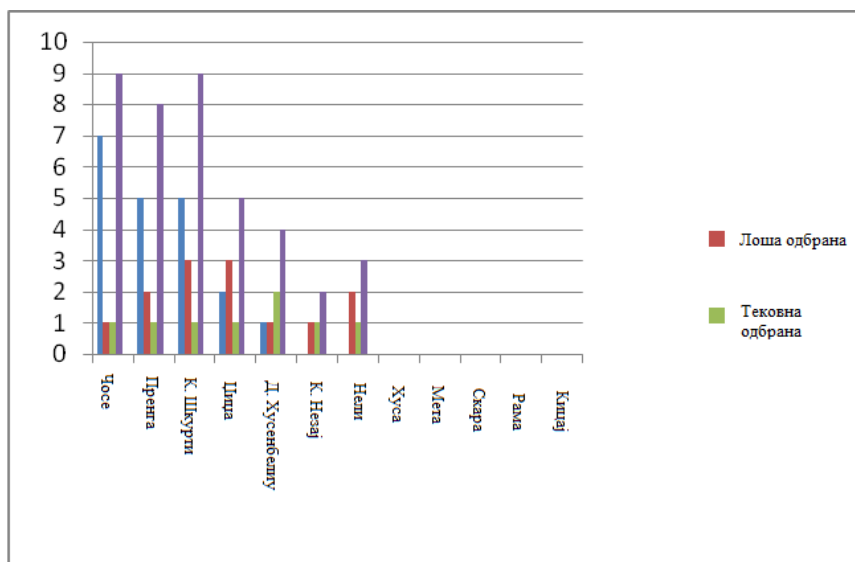


Статистички податоци на тимот Тирана, Тирана – Теута 3-0

Најдобар одбранбен играч	Добра одбрана	Лоша одбрана	Тековна одбрана	Севкупно
Чосе	7	1	1	9
Ар. Пренга	5	2	1	8
К. Шкурти	5	3	1	9
Џица	2	2	1	5
Д. Хусенбелиу	1	1	2	4
К. Незај	0	1	1	2
Г. Нели	0	2	1	3
Хуса	0	0	0	0
Мета	0	0	0	0
Скара	0	0	0	0
Рама	0	0	0	0
Кицај	0	0	0	0

Линеарен графикон на одбраната

Тимови	Блокирање			
	Добро	Лошо	Тековно блокирање	Севкупно
Тирана	15	25	8	48
%	31.2%	52.1%	16.7%	
Теута	19	56	25	100
%	19%	56%	25%	

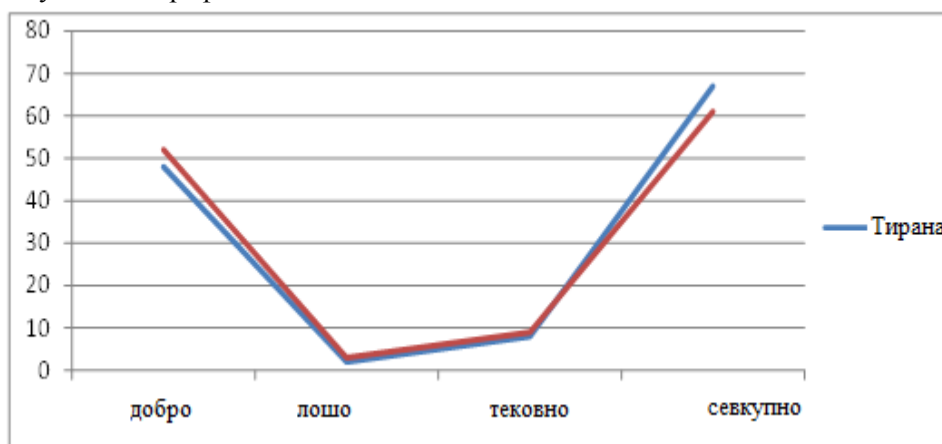


Линеарен графикон на прием

Тимови	Прием на сервис			
Тирана	15	25	8	48
%	31.2%	52.1%	16.7%	
Теута	19	56	25	100
%	19%	56%	25%	

	позитивен	негативен	тековен	свкупно
Тирана	47	2	8	57
%	82.5%	3.5%	14%	
Теута	53	4	4	61
%	68.8%	6.6%	6.6%	

Линеарен графикон на блокирање
Резултатски графикон на тимовите



ЗАКЛУЧОЦИ

Интерпретацијата на собраните податоци на мечевите од нашата лига на тимот на Тирана Република Куп (водечки тим) и на нашиот национален тим (70% од тимот се состои од играчи на Тирана) и анализата на овие податоци ни овозможува да ја споредиме одбраната на нашиот тим со тимот на Црна Гора (пријателски натпревар) и Англија (за квалификациите за Европскиот шампионат). Низ овие статистички податоци ние ја проценивме ефикасноста на дефанзивните технички елементи на тимот на Тирана и на нашиот национален тим и нивниот придонес за позитивниот исход на натпреварите.

Поседот на сервисите во националните средби изнесуваше помеѓу 82-93%, а во меѓународните натпревари изнесуваше помеѓу 50-70%. Сервисот треба да инкорпорира модерни концепти на вежбање на овој елемент во натпреварувачки ситуации.

Споредбата со други тимови вели дека процентот на позитивни блокови флукутира од 12% со Црна Гора до 15% со Англија. Кај тимовите од домашното првенство овој индикатор флукутира помеѓу 31-33% (Теута – Партизани).

Противниците имале двојно повеќе добри блокови во однос на нашиот национален тим, 8-15 во корист на Црна Гора, односно 5-9 во корист на Англија. Позитивната одбрана варира помеѓу 50-80% во домашното првенство и 30-45% на меѓународни натпревари. Ако направиме вистинска перцепција на овој конкретен резултат, ние ќе дојдеме до заклучокот дека зголемувањето на математичките параметри не значи зголемување на нивото на играта.

Овој процент на конкретни резултати значи дека нивото и успешноста се во надолна линија. Постоењето на огромни цифри укажува на зголемени параметри, но, всушност, тоа е најдобар индикатор кој ја одразува конкретната реалност за колапсот на нивото во играта во однос на блоковите. Ако сакаме да се спротивставиме на силни тимови, мораме да одговориме со посилна одбрана поради претходно наведените причини.

ЛИТЕРАТУРА

1. Материјали добиени од истражувања спроведени во ФИВБ и ФИПА В.
2. La difesa: tecnica of Tattica know Fausto POLIDORI Allenatore Juniores National Pre FIPAV Maschile the National Docent, 1998.
3. La pallavolo. Prof. Mario Test, Prof. Loredano Rizzoni, federal Allenatore FIPAV 2007.
4. Coaching volleyball, asher Kinda S, editor.
5. Digging, Kathy Gregory 2001.
6. The receiving the esIPaB, Rosie Eëgrich.
7. Tactics and strategy in volleyball, Marilyn Nolen.
8. Service reception, Dave Shoji.
9. Net Defense, blocking Option Jim Coleman.
10. Floor Defense, Defense Back out Terry Liskevych and Bill Novello.