

## **УСТРОЙСТВО ДЛЯ ОБУЧЕНИЯ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ТЕХНИКИ БЛОКИРОВАНИЯ МЯЧА В ВОЛЕЙБОЛЕ**

Студент гр. 11901212 Петрович Д. А.

Доцент Барановская Д. И.

Белорусский национальный технический университет

В волейболе наиболее эффективным способом атакующих действий команды являются нападающие удары. Для противодействия атакующим ударам соперника используется технический прием игры – блокирование. Выполняется этот технический элемент в прыжке у сетки.

Для достижения высоких результатов не обойтись без использования технических средств. Наиболее эффективными являются тренажеры и устройства, которые повторяют или моделируют условия соревнований.

Нами модифицирован тренажер, принцип действия которого состоит в следующем: до выполнения упражнения при использовании блока управления с помощью реверсивного двигателя мяч устанавливается в определенное положение в зависимости от того, какое соревновательное действие будет выполняться. Высота мяча регулируется с помощью телескопического устройства. Спортсмен занимает позицию, соответствующую фазе блокирования. Далее мяч перемещается вдоль волейбольной сетки за счет реверсивного двигателя, который накручивает трос на шкив. Занимающийся перемещается за мячом, а затем, поворачиваясь лицом к сетке, выполняет выпрыгивание, выносит руки над сеткой и касается мяча. После выполнения блокирования мяча спортсмен принимает исходное положение. Возврат в исходное положение мяча происходит при помощи реверсивного двигателя, после чего устройство готово к дальнейшему использованию.

Преимущества устройства заключаются в том, что оно позволяет учитывать индивидуальные особенности спортсмена: легко регулируется высота подвеса мяча, конструкция является сборно-разборной, детали легко заменяются, что обуславливает простоту в использовании. Применение данного технического средства дает возможность выполнять имитационные упражнения, не затрачивая время на подбор мяча, благодаря чему повышается моторная плотность занятия и соответственно его эффективность. Использовать устройство для обучения и совершенствования техники блокирования мяча в волейболе можно как в подготовке начинающих волейболистов, так и высококвалифицированных спортсменов.