

Eficientizarea finalizării acțiunilor de serviciu în jocul de volei feminin prin training atențional

Eugen Roșca

Universitatea din Oradea, Facultatea de Geografie, Turism și Sport

Rezumat

Premize. Pentru teoria sporturilor, la fel ca și pentru practica sportivă, investigația științifică care conduce la succes, este de o importanță deosebită. Cercetarea factorilor care pot influența obținerea succesului într-o anumită ramură sportivă, structura acestora, conexiunile care există între ele dar și a calității acestor influențe, se pot constitui în pași de bază pentru ameliorarea activității sportive.

Obiective. Articolul își propune evidențierea efectelor utilizării unui program atențional special conceput, în vederea optimizării acțiunii de joc a serviciului în voleiul de performanță.

Metode. Au fost luate în studiu două echipe feminine de volei de nivel A2 din seria Nord, de nivel apropiat. Lotul 1 experimental (n +12) căruia i s-a aplicat un program de pregătire special conceput atențional privind ameliorarea acțiunii de serviciu, (CSU LPS Oradea) și lotul 2 de control (n+12) care a urmat un program tradițional de pregătire (CNE CSS Baia-Mare). Ameliorarea capacității atenționale s-a încercat prin utilizarea unui număr de 12 exerciții care fac parte dintr-un program complex de pregătire tehnico-tactică. În cuantificarea rezultatelor, a fost utilizat programul SPSS.17.0, ANOVA mixt, testul Student pentru eșantioane pereche și independente, iar pentru aprecierea acțiunilor de serviciu, din considerente practice, pe așa numitul indice compozit.

Rezultate. Datele obținute pentru aprecierea acțiunilor de serviciu evidențiază un nivel semnificativ pentru valoarea S0 și S3 doar pentru lotul experimental, aspect care susține eficiența programului atențional propus. Pentru lotul de control, evoluția se încadrează, pentru această acțiune de joc, în limitele normale.

Concluzii. Scorurile realizate la cele patru nivele ale acțiunii de serviciu, propuse de noi pentru analiză, indică faptul că numărul execuțiilor care nu provoacă dificultăți majore în construcția acțiunilor de atac pentru adversar, este superior acțiunilor cu grad ridicat de dificultate. Dacă pentru jocul de volei de nivel înalt, acceptarea riscului pentru o execuție de mare dificultate este ceva normal, nu același lucru putem afirma despre execuțiile din cadrul diviziei A2 investigate.

Cuvinte cheie: serviciu, precizie, atenție, volley-ball.