

## Unele aspecte privind învățarea jocului de volei în instituțiile de învățământ superior

*Adrian Lungu, lector universitar*

### *Summary*

*Volleyball game occupies a very important place in the training of students in higher education in Moldova. In this classification was made volleyball game services proposed for însușire students in higher education.*

Jocurile sportive, inclusiv și jocul de volei, ocupă un loc foarte important în procesul de instruire al studenților din învățământul superior [1,2,4]. Acestea sunt destul de solicitate de majoritatea studenților, fiind destul de accesibile, emoționale și interesante.

Jocul de volei, de fapt se începe a învăța încă de pe băncile școlii. Cu toate, acestea nivelul pregătirii studenților la această probă lasă mult de dorit [3,5].

În acest sens am hotărât să organizăm un experiment pedagogic având drept scop învățarea serviciilor de către studenții anului întâi de studii, specializați la jocul de volei, care, în ultimii 10-15 ani, a suferit un șir de modificări, reieșind din faptul că acestea s-au schimbat radical ținând cont de faptul că jocul a crescut în dinamism și ca urmare acestea trebuiesc îndeplinite cu o mai mare viteză pentru a nu da posibilitate adversarului să le poată prelua, sau cel puțin, să creeze unele dificultăți în acest sens. Nu întâmplător, circa 70% din toate serviciile la nivel de performanță se îndeplinesc prin săritură.

Acest element tehnic este oglindit pe larg și în programul de pregătire al studenților anului întâi de studii. Cu toate acestea, există un șir de dificultăți ce țin de învățarea și perfecționarea acestui procedeu pe parcursul anului de studii. Practica demonstrează că elementul dat este necesar de a fi studiat și de a-i atrage o deosebită atenție începând chiar cu primele lecții de antrenament.

Pentru a împune o claritate în înțelegerea acestui element vom prezenta o clasificare a serviciilor aplicate în jocul de volei, acestea fiind selectate din diferite izvoare literare, iar o parte din ele sunt propuse de noi (Figura 1).

De fapt, această clasificare nu pretinde a fi una definitivă, evident că aceasta poate fi completată, optimizată și chiar redată sub alt aspect sau sub altă formă.

Astfel, elementul dat numit serviciu, are la bază două procedee de bază de execuție, cum sunt serviciul direct și serviciul lateral. La rândul său, aceste două procedee se ramifică în mai multe subprocedee de execuție, care se îndeplinesc în funcție de situația de joc, de nivelul pregătirii studentului, de nivelul pregătirii adversarului și altele.

Spre exemplu, serviciul direct poate fi executat de sus și de jos, ca, la rândul său, acestea să se execute din sprijin, adică stând pe sol sau podea, și prin săritură. Ultimul procedeu se îndeplinește la nivelul atingerii performanței sportive, atât de bărbați, cât și de femei și, mai puțin, se folosește la nivel de grupe de studenți.

La rândul său, al doilea grup de servicii sunt serviciile din poziție laterală, aceste procedee se îndeplinesc stând cu un umăr sau altul spre direcția de servire. Ca și în cazul precedent acestea se clasifică în servirea laterală de sus și servirea laterală de jos. Servirile laterale, mai mult se folosesc de către fete, care au un nivel de pregătire motrice ceva mai scăzut în comparație cu cel al băieților. De fapt, acestea sunt oglindite și în curriculumul universitar, când e vorba de compartimentul „volei”.

Conform clasificării existente în literatura de specialitate, atât serviciile directe, cât și cele laterale se mai clasifică și după un alt criteriu, cum ar fi tipurile de rotire a mingii. Acestea pot fi servicii plate, în practică mai sunt numite servicii cu planarea mingii, adică mingea nu se rotește,

fapt ce duce la schimbarea neprevăzută a traiectoriei de zbor a acesteia, care la rândul său, pune în dificultate preluarea mingii de către adversar. Al doilea tip sunt serviciile cu diferite tipuri de rotire a mingii, acestea fiind posibile atât cu rotire simplă (stânga, dreapta, de sus, de jos), cât și mixtă, adică cu un dublu tip de rotire a mingii. Aceste servicii, în ultimii ani, sunt mai puțin folosite în practică, însă se regăsesc în documentele de învățare a jocului de volei, cum este curriculumul la educația fizică pentru studenții din învățământul superior.

Clasificarea serviciilor, de fapt, poate ajuta la o mai bună înțelegerea a esenței acestora. Pentru însușirea lor este nevoie de o metodologie specială, care ar optimiza calitatea însușirii acestora, precum și scurtarea timpului de însușire de către studenții din învățământul superior.

Toate elementele și procedeele tehnice enumerate, conform clasificării prezentate anterior, pot fi studiate și antrenate cu succes în cadrul educației fizice universitare. De faptul cum au fost însușite elementele și procedeele date depinde, în mare măsură, nivelul pregătirii în jocul de volei al studenților. De aceea, fiecare cadru didactic trebuie să cunoască foarte bine aceste elemente și procedee, să știe să le aplice în joc și, în mod obligatoriu, să cunoască metodologia învățării și perfecționării acestora, care reprezintă un alt obiect de studiu.

#### **Bibliografie**

1. Moroșan Larionescu, V., Ciorbă, C. Reducerea greșelilor de tehnică la blocajul individual la corespondent în jocul de volei, în: Cultura Fizică. Probleme Științifice ale Învățământului și Sportului, Materialele conferinței științifice internaționale a doctoranzilor, ediția a VI-a, 2009.
2. Moroșan Larionescu, V., Volei, îndrumar practico-metodic, Suceava, Editura Universității Suceava, 2009.
3. Păcuraru, A., și alții, Manualul profesorului de volei, Iași, Helios, 2000.
4. Конохова, Т., Волейбол. Профессиональная подготовка студентов высших физкультурных учебных заведений, Chișinău, Valinex, 2006.
5. Фурманов, А., Г., Подготовка волейболистов, Минск, Met, 2007.