

УДК 796.325

### Особенности современного женского волейбола

Могильников Юрий Валерьевич

*Уральский государственный университет путей сообщения, Екатеринбург*

**Аннотация.** В статье рассмотрены особенности современного профессионального женского волейбола на основе анализа рейтинга лучших волейболисток мира. Установлено, что среди лучших игроков, набравших более 500 очков и составляющих первую двадцатку рейтинга, в 2023 году количество диагональных по отношению к 2021 году увеличилось в 2 раза. Выявлено, что лучшие диагональные рейтинга являются высокорослыми игроками с высоким прыжком, играющие определяющую роль и приносящие наибольшее число очков в своих командах.

**Ключевые слова:** женский спорт, волейбол, рейтинг игроков, амплуа игроков, высокорослые диагональные.

### Features of modern women's volleyball

Mogilnikov Yuri Valerievich

*Ural State University of Railway Transport, Yekaterinburg*

**Abstract.** The article examines the features of modern professional women's volleyball based on an analysis of the ranking of the best female volleyball players in the world. It was found that among the best players who scored more than 500 points and made up the top twenty of the rating, in 2023 the number of diagonal ones increased by 2 times compared to 2021. It was revealed that the best diagonal ratings are tall players with a high jump, who play a decisive role and bring the largest number of points in their teams.

**Keywords:** women's sports, volleyball, player rating, players' roles, tall diagonal.

**ВВЕДЕНИЕ.** Сегодня женский волейбол является одним из самых популярных и зрелищных видов спорта, которым занимаются миллионы женщин по всему миру. Женские волейбольные команды регулярно участвуют в различных соревнованиях, включая чемпионаты мира, Европы и Олимпийские игры [1].

Женский волейбол сегодня характеризуется интенсивной игрой, требующей эффективности и результативности, как в атаке, так и в защите. Он развивается как динамичная игра с высокой скоростью перемещений, с множеством прыжков, требующий гибкости, физической подготовленности и прыгучести, а также концентрации внимания [2]. С точки зрения требований спортивной деятельности, предъявляемой к волейболистам, важной составляющей успеха наряду с прыгучестью является высокий уровень развития скоростно-силовых способностей мышц верхних конечностей [3, 4].

Увлечение волейболом обычно способствует дальнейшему увеличению роста игроков. Это подтверждает, что тренировки и спортивный образ жизни играют важную роль в процессе формирования высокого роста у волейболистов. Игровые виды спорта оказывают положительное влияние на развитие физических качеств, а длительные перерывы в тренировочном процессе и снижение двигательной активности приводят к их ухудшению [5, 6, 7]. В то же время, занятия спортом на профессиональном уровне и асимметричные нагрузки могут привести к нарушению осанки и внутренним изменениям в организме [8, 9].

С точки зрения техники игры, различия между ведущими мировыми командами сейчас незначительны и заключаются преимущественно в более или менее идеальном исполнении отдельных элементов.

Следя за развитием женского волейбола, можно заметить различия в физической подготовке и тактическом мышлении игроков. И имеется связь между ними. Некоторые команды в Азии и Центральной Америке, хоть и не отличаются высокорослостью, предпочитают активную игру с низкими передачами и высокими моментами, тогда как европейские команды, обладающие более высоким ростом, в прошлом больше предпочитали медленные движения, высокие передачи и легкие тактические приемы, при этом полагаясь на пробивную силу высокорослых нападающих.

Комплексный анализ игровой активности профессиональных женских волейбольных команд позволяет сравнить технические и тактические характеристики победителей и проигравших, и, в конечном счете, выявить факторы, определяющие исход матча.

Статистика игры является индикатором состояния и готовности игрока. Она позволяет контролировать количество ошибок и отслеживать прогресс или регресс в игровых действиях. Поэтому тренировочные сессии иногда сопровождаются сбором статистики, которая помогает анализировать как соперников, так и свою собственную команду через цифровые данные о форме игроков. Конечно же, тренеры обращают внимание и на игровые качества, физическую форму, психологические и ментальные аспекты игры, но числа имеют свое значение.

В женском волейболе наблюдается высокий уровень конкуренции среди команд на международной арене. В этом списке представлены сильнейшие команды Италии, Сербии, Германии, Турции, Нидерландов, США, Бразилии, Южной Кореи и Китая.

**МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ.** Был проведён анализ рейтинга ведущих игроков женских профессиональных волейбольных команд. Выбраны волейболистки-нападающие, набравшие за сезон более 500 очков, в основном, это первые 20 спортсменок. В исследовании представлены спортсменки, попавшие в рейтинг на протяжении 2021-2023 гг. Рейтинги основаны на позициях команд игроков в турнирах и индивидуальных наградах, выигранных игроками [10].

**РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ.** На рисунке 1 представлено распределение волейболисток в мировом рейтинге по амплуа в 2021-2023 гг.

Видно, что произошло значительное изменение лидеров по игровому амплуа. Ранее ведущими игроками были волейболистки, играющие в позиции центрального блокирующего. За исследуемый период их число сократилось более чем в 2 раза – с 46 % (7 волейболисток) до 19 % (3 волейболистки).

Среди волейболисток в амплуа доигровщика не произошло каких-либо существенных изменений, число их представлений в рейтинге держится в пределах 27-31 % (4-5 волейболисток соответственно).

Что касается волейболисток диагональных, то здесь можно отметить рост их представления в рейтинге почти в 2 раза: с 27 % в 2021 году (4 волейболистки) до 50 % в 2023 году (8 волейболисток). Их антропометрические данные представлены в таблице 1.

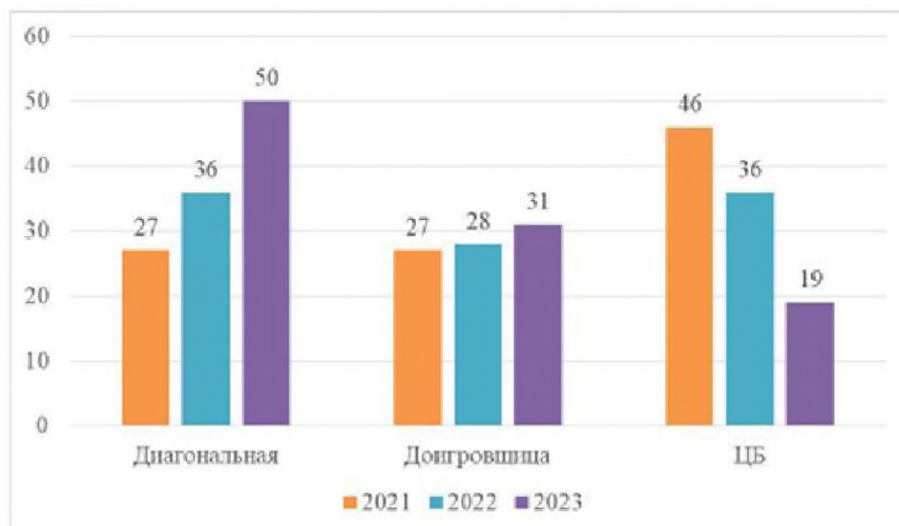


Рисунок 1 – Распределение волейболисток в рейтинге по амплуа в 2021-2023 гг., %

Таблица 1 – Параметрические особенности диагональных

| № в рейтинге | Фамилия, Имя               | Страна         | Рост, см | Вес, кг | Атака, см | Блок, см | К-во очков, 2023 г. |
|--------------|----------------------------|----------------|----------|---------|-----------|----------|---------------------|
| 1            | Melissa Vargas Abreu       | Турция         | 195      | 76      | 326       | 315      | 1112,5              |
| 6            | Kisy Cesário Do Nascimento | Бразилия       | 190      | 81      | 303       | 290      | 621,5               |
| 9            | Paola Egonu                | Италия         | 195      | 75      | 335       | 315      | 548                 |
| 14           | Bianca Cugno               | Аргентина      | 194      | 72      | 318       | 304      | 477,25              |
| 15           | Isabelle Haak              | Швеция         | 196      | 83      | 335       | 328      | 472,25              |
| 16           | Ebrar Karakurt             | Турция         | 196      | 78      | 325       | 312      | 471,5               |
| 17           | Magdalena Stysiak          | Польша         | 203      | 85      | 324       | 310      | 460,25              |
| 18           | Ekaterina Antropova        | Италия, Россия | 202      | 70      | 335       | 305      | 456                 |

Можно выявить обобщающие показатели среди исследуемых спортсменок:

- каждая из представительниц имеет высокий рост, в среднем – 196,4 см;
- крупное телосложение в виду своего роста и веса, в среднем – 77,5 кг;
- высокий съём при атаке, в среднем – 325,1 см;
- высокий блок – 309,8 см.

**ВЫВОДЫ.** С учетом проведенного анализа стоит отметить, что наибольшую долю атак совершают волейболистки высокого роста, мощного телосложения с высоким съемом в атаке, высоким блоком в амплуа «диагональный».

Характерно, что вклад каждого игрока в результат команды обусловлен его технико-тактическим мастерством и выполняемыми функциями на площадке. Основной проблемой женской волейбольной команды остается вопрос подбора

рациональных средств технико-тактической подготовки, так как существует большая вариативность в морфологических характеристиках игроков. При этом необходимо отметить, что подготовка волейболисток продолжает оставаться узко-специализированной, однако тенденции развития современной игры требуют от спортсменов все большего универсализма.

Таким образом, в современном мировом женском волейболе определяющую роль в атакующих действиях выполняют мощные высокорослые диагональные.

#### СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Батуева Д. В. Волейбол женский // Звезды студенческого спорта ВСГУТУ. 2012-2022 гг. Улан-Удэ: Восточно-Сибирский государственный университет технологий и управления, 2022. С. 26–46.
2. Курочкина Н. А. Тенденции развития игровой деятельности в профессиональном женском волейболе // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2019. № 10. С. 80–87.
3. Могильников Ю. В. Исследование силы мышц верхних конечностей у волейболистов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2023. № 5 (219). С. 273–276.
4. Могильников Ю. В. Исследование скоростно-силовых способностей волейболистов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2020. № 10 (188). С. 250–254.
5. Могильников Ю. В. Исследование влияния дистанционного обучения на физические качества студентов Уральского государственного университета путей сообщения // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2021. № 10 (200). С. 231–236.
6. Симонова И. М. Оценка функционального состояния студентов транспортного вуза во время пандемии // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2022. № 1 (203). С. 373–376.
7. Мишнева С. Д. Оценка физической подготовленности студентов технического вуза // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2022. № 12 (214). С. 356–359.
8. Коршунова К. В. Асимметричная нагрузка при занятиях спортом как фактор, способствующий развитию сколиоза и нарушения осанки // Современные здоровьесберегающие технологии. 2017. № 4. С. 303–311.
9. Могильников Ю. В., Колесниченко К. В., Вагапов Д. А. Исследование функциональной асимметрии спортсменов // Физическая культура и спорт в системе профессионального образования: опыт и инновационные технологии физического воспитания. Екатеринбург, 2018. С. 91–95.
10. Лучшие женщины-волейболистки в 2023. URL: <https://women.volleybox.net/ru/players/ranking/2023> (дата обращения: 01.02.2024).

#### REFERENCES

1. Batueva D. V. (2022), "Women's volleyball", *Stars of student sports of VSGUT. 2012-2022, Ulan-Ude, East Siberian State University of Technology and Management*, pp. 26–46.
2. Kurochkina N. A. (2019), "Trends in the development of gaming activities in professional women's volleyball", *Proceedings of Tula State University. Physical Culture. Sport*, No. 10, pp. 80–87.
3. Mogilnikov Yu. V. (2023), "Investigation of the strength of the muscles of the upper extremities in volleyball players", *Scientific notes of the University named after P.F. Lesgafta*, No. 5 (219), pp. 273–276.
4. Mogilnikov Yu. V. (2020), "Research of speed and strength abilities of volleyball players", *Scientific notes of the University named after P.F. Lesgafta*, No. 10 (188), pp. 250–254.
5. Mogilnikov Yu. V. (2021), "Investigation of the influence of distance learning on the physical qualities of students of the Ural State University of Railway Engineering", *Scientific notes of the University named after P.F. Lesgafta*, No. 10 (200), pp. 231–236.
6. Simonova I. M. (2022), "Assessment of the functional state of students of a transport university during a pandemic", *Scientific notes of the University named after P.F. Lesgafta*, No. 1 (203), pp. 373–376.
7. Mishneva S. D. (2022), "Assessment of physical fitness of female students of a technical university", *Scientific notes of the University named after P.F. Lesgafta*, No. 12 (214), pp. 356–359.
8. Korshunova K. V. (2017), "Asymmetric load during sports as a factor contributing to the development of scoliosis and posture disorders", *Modern health-saving technologies*, No. 4, pp. 303–311.
9. Mogilnikov Yu. V., Kolesnichenko K. V., Vagapov D. A. (2018), "Research of functional asymmetry of athletes", *Physical culture and sport in the system of vocational education: experience and innovative technologies of physical education*, Ekaterinburg, pp. 91–95.
10. The best female volleyball players in 2023, URL: <https://women.volleybox.net/ru/players/ranking/2023> (date of application: 02/01/2024).

**Информация об авторе:** Могильников Ю.В., старший преподаватель кафедры «Физвоспитание», [yuram1987@list.ru](mailto:yuram1987@list.ru), <https://orcid.org/0000-0001-8070-1613>

Поступила в редакцию 15.02.2024.

Принята к публикации 15.03.2024.