

Московский государственный технический университет им. Н.Э. Баумана

Кафедра «Физическое воспитание»

«КОНТРОЛЬ ПРЫЖКОВОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ У
ВОЛЕЙБОЛИСТОК ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ В
СОРЕВНОВАТЕЛЬНОМ ПЕРИОДЕ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ
ЦИФРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»

01.07.2026



Нawk-Еye
(«Ястребиный глаз»)



Интерфейс ПО
DataVolley



**Data
Volley**

4



Радар для
измерения
скорости мяча
«скоростной
радар»



АКТУАЛЬНОСТЬ

Актуальность данной работы состоит в том, что нами впервые используется система контроля «VERT coach», для измерения показателей прыжковой подготовленности волейболисток высокой квалификации в соревновательном периоде

Имея эти показания, тренер может эффективно планировать и вносить корректировки в тренировочный процесс, направленный на развитие и поддержание уровня прыжковой подготовленности, оптимальной для соревновательного периода, как каждого игрока, так и команды в целом, в течение игрового сезона.



Цель работы - исследовать динамику прыжковой подготовленности волейболисток высокой квалификации, в соревновательном периоде, с использованием системы контроля «VERT coach».

Объект
исследования

- тренировочный и соревновательный
процесс в волейболе



Предмет
исследования

- методика контроля и анализа
прыжковой подготовленности
волейболисток высокой квалификации
в соревновательном периоде



Методы и организация исследования

«VERT coach» представляет собой уникальную систему контроля активности спортсмена: прыжков, приземлений, энергозатрат, интенсивности нагрузки.

«VERT» представляет собой небольшой прибор, оснащенный 3X гироскопом и 3X акселерометром, позволяющими измерять параметры прыжков спортсмена, а затем передавать информацию на мобильные устройства, значительно упрощая возможность анализа процесса тренировок и игр.



Рисунок 1. Измеритель параметров вертикального прыжка «VERT»

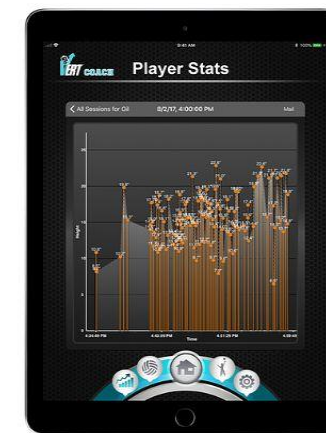


Рисунок 2. Домашний экран, приложения «VERT coach», список лидеров и график сессий



Амплуа игроков	№ игрока	рост (см)
«блокирующий»	1	193
	6	196
	22	187
«доигровщик»	7	188
	12	188
	17	192
«диагональный»	10	189
	18	199

Рисунок 3 – Амплуа нападающих игроков основного состава



РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

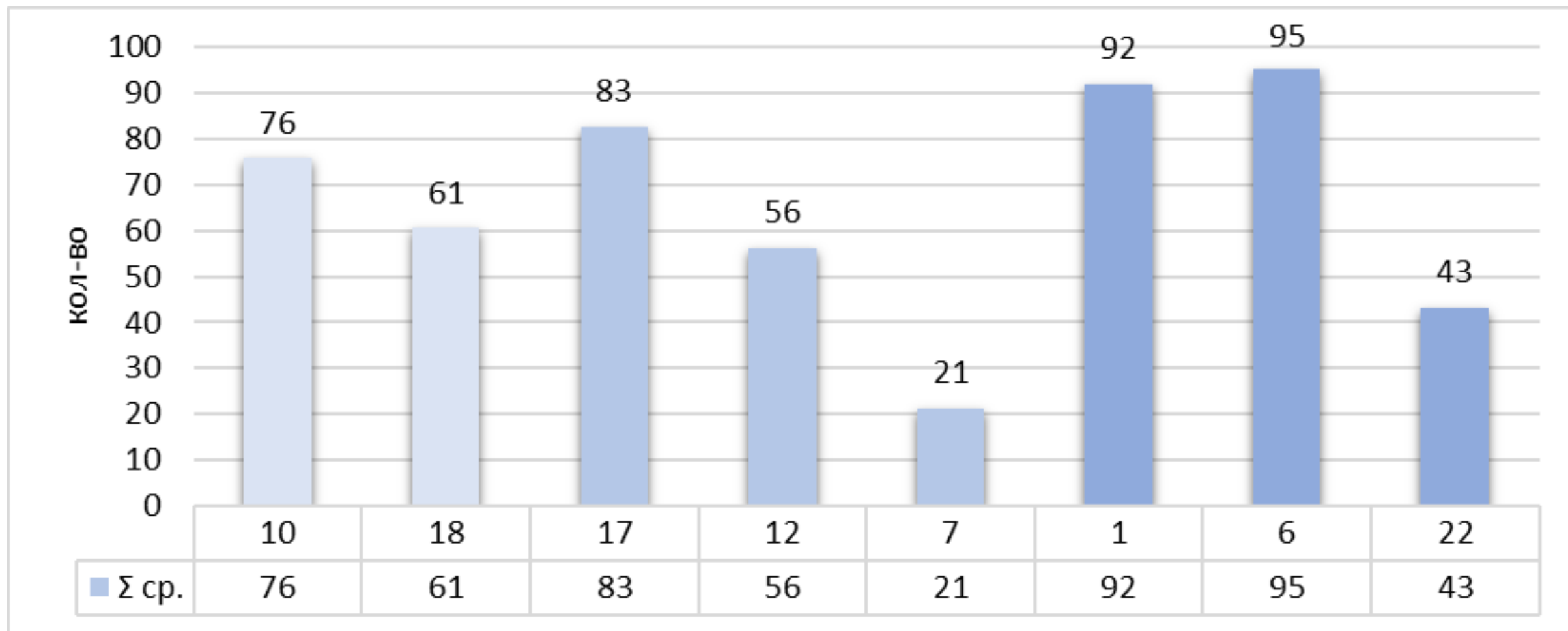


Рисунок 4. Средний показатель количества прыжков за игровой сезон волейболисток различного амплуа

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

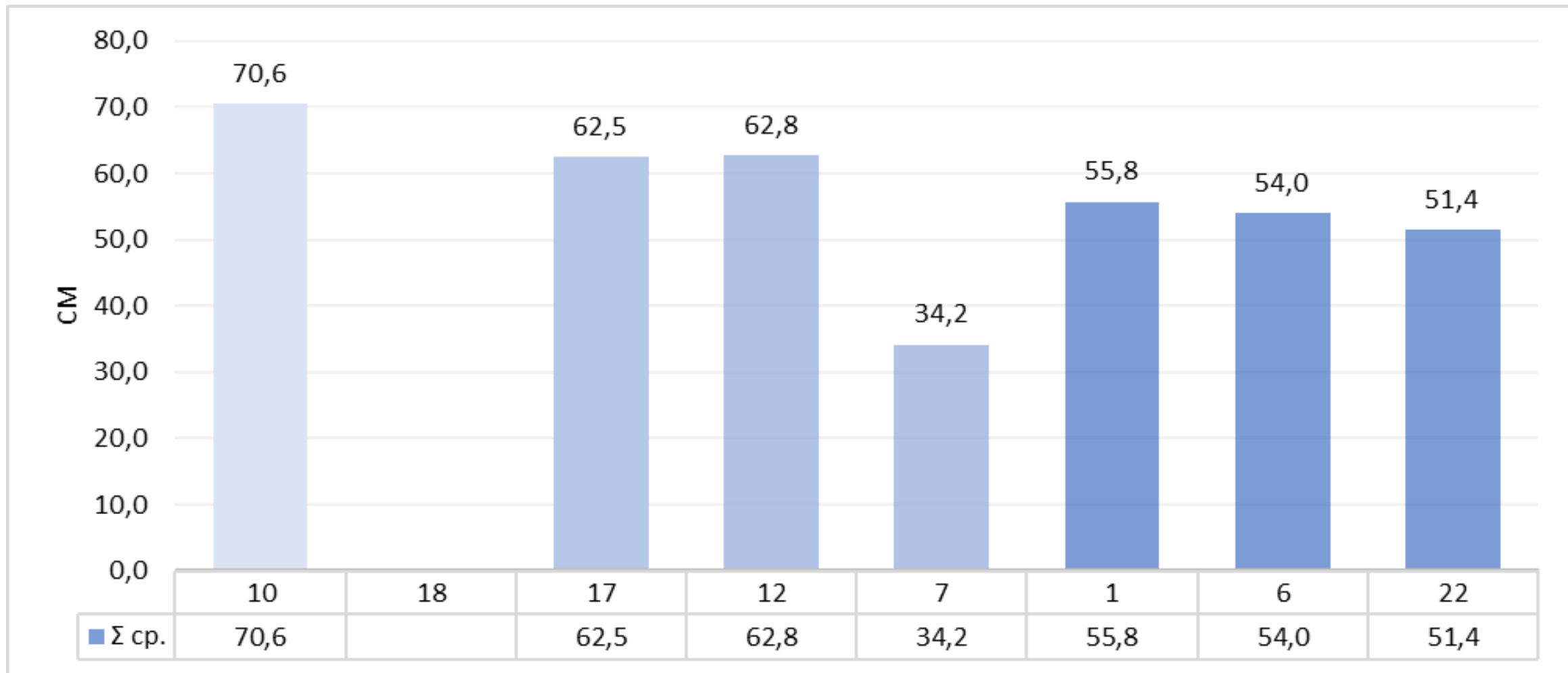


Рисунок 5. Средний показатель высоты прыжков за игровой сезон волейболисток различного амплуа (h ср.)

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

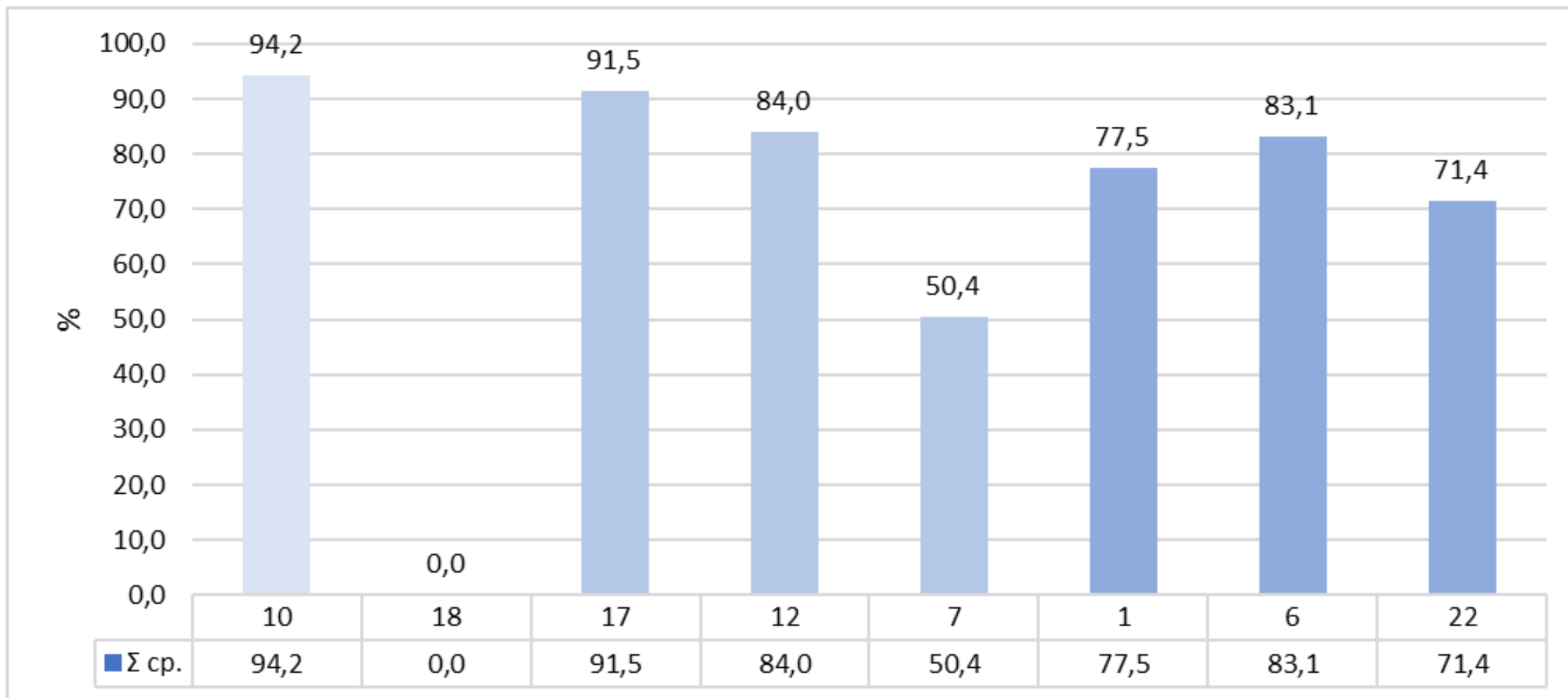


Рисунок 6. Средний показатель % соотношения от максимального прыжка за игровой сезон волейболисток различного амплуа

ВЫВОД

Таким образом, подводя итог вышесказанному, в ходе нашего исследования, мы выявили что динамика прыжковой подготовленности нападающих игроков исследуемого ВК, в течение всего игрового сезона находилась на стабильно высоком уровне, что доказывает рациональность и правильность планирования соревновательного периода, а именно подбора средств восстановления игроков и распределения нагрузки на протяжении ЧР 2023-2024 г.



Спасибо!

Белова Н.Ю.

