

UDC 378

Technical and Tactical Training as One of the Components of 10–12 Year-old Tennis-players Integrated Training

¹Roman E. Petrunin²Vladimir Yu. Karpov

¹Sochi State University, Russia
26a, Sovetskaya st., Sochi, 354000
PhD student

E-mail: vu2014@mail.ru

²Sochi State University, Russia
26a, Sovetskaya st., Sochi, 354000
Dr. (Pedagogy), Professor
E-mail: vu2014@mail.ru

Abstract. Training and competitive processes reveal the level of tennis-player's fitness, tactics and technique, which are a kind of integrated beginning for an athlete's capabilities implementation.

Keywords: tennis; technical and tactical training; 10-12 year-old tennis-players; athletic technique; technical and tactical skill; integrated performance indicators.

Под спортивной техникой, следует понимать совокупность приемов и действий, обеспечивающих наиболее эффективное решение двигательных задач, обусловленных спецификой конкретного вида спорта [1, 2].

Техническая подготовленность - степень освоения спортсменом-теннисистом системы движений, соответствующей особенностям вида спорта и направленной на достижение высоких спортивных результатов [3, 4].

Техническую подготовленность нельзя рассматривать изолированно, а следует представлять как составляющую единого целого, в котором технические решения тесно взаимосвязаны с физическими, психическими, тактическими возможностями спортсмена, а также конкретными условиями внешней среды, в которой выполняется спортивное действие [2, 5].

Теория спортивной техники включает и рассматривает два принципиальных понятия: 1) спортивная техника и 2) технико-тактическое мастерство [6, 2].

Первое понятие - спортивная техника включает в себя:

- систему движений, присущих конкретному спортивному упражнению;
- двигательный состав и структуру, принадлежащие целиком биомеханике.

Для обоснования технического мастерства игрока в теннисе учитывают ряд показателей, качественно и количественно характеризующих состояние техники соревновательных действий, в том числе [7]:

- показателей общей результативности;
- эффективности и надежности техники соревновательных действий;
- объема и разнообразия совокупности технико-соревновательных навыков.

Показатели того, насколько техника соревновательных действий спортсмена-теннисиста результативна в целом и эффективна в деталях, соответственно подразделяют [8]:

1) интегральные показатели результативности (комплексно выраженные в спортивном результате);

2) дифференциальные (частные парциальные) показатели эффективности.

Второе понятие – технико-тактическое мастерство относится к методике тренировки и подразумевает умение спортсмена эффективно использовать моторный потенциал в условиях тренировки и соревнований.

Многие авторы, рассматривая понятие технико-тактическое мастерство понимают его не как состояние, которое может быть достигнуто однажды, а как текущий результат

непрерывного и нескончаемого движения от менее совершенного к более совершенному [9, 10, 11].

Тактика соревновательной деятельности – общие формы ее целесообразного построения в целом, последовательно объединяющие соревновательные действия в соответствии с замыслом и основными линиями поведения спортсмена на соревновании [12, 3].

Практически техника и тактика в реальной соревновательной деятельности спортсмена-теннисиста не существуют отдельно, так как предстают в виде совокупности технически и тактически упорядоченных действий.

Интегральные показатели результативности игрока определяют, обычно, путем сравнения количественных оценок спортивного результата, показанного при целостном выполнении соревновательных действий, с предположительно возможным результатом, который рассчитывается, (по уравнениям регрессии) на основе результата выполнения в контрольной «прикидке» тестовых упражнений, отличающихся от соревновательного действия менее сложной техникой [9].

Смысл такого сопоставления заключается в том, чтобы определить, насколько полно техника соревновательных действий, сформировавшаяся у спортсмена, позволяет реализовать двигательный потенциал, которым спортсмен располагает на данной ступени спортивного совершенствования.

При выявлении дифференциальных показателей эффективности спортивной техники оценивают и сопоставляют с некоторым условным эталоном отдельные ее черты, выделяемые, естественно, применительно к особенностям тенниса.

Показатели надежности сформировавшейся техники соревновательных действий складываются [13, 14, 15]:

- 1) из показателей ее стабильности в относительно стандартных условиях;
- 2) устойчивости по отношению к сбивающим факторам (внешним и внутренним помехам, способным внести искажения в технику движений);
- 3) целесообразной вариативности (оправданной изменчивости в деталях) в меняющихся условиях состязаний;
- 4) экономичности при многократном воспроизведении соревновательных действий непределельной интенсивности.

Конкретный выбор и способы оценки этих показателей зависят от особенностей видов спорта.

Так, в качестве одного из основных показателей надежности техники соревновательных действий, например, в видах спорта скоростно-силового типа используется соотношение удачных (приводящих к заданному результату) и неудачных попыток при неоднократном выполнении их в процессе состязания либо в условиях тренировочной «прикидки» [8].

В ряду названных показателей надежности техники соревновательных действий есть, казалось бы, несовместимые - стабильность и вариативность.

Однако, по сути, эти признаки – неотъемлемые свойства любого совершенного навыка (это физиологически подчеркивается понятием «динамическая стереотипия» функциональной основы навыка) [16, 17].

Целесообразная вариативность здесь выражается в изменении способа выполнения действий либо их технических деталей (главным образом в начальной, входной фазе действия по принципу так называемой воронки) применительно к меняющимся соревновательным ситуациям и внешним условиям состязания [18, 19].

Стабильность же действий выражается в единообразном воспроизведении их технической основы, а в относительно стандартных условиях состязания - и их деталей.

Надежность техники соревновательных действий как раз и гарантируется всегда определенным соотношением этих противоположностей - стабильности и вариативности. При этом конкретно-оптимальное соотношение их зависит, разумеется, от особенностей видов спорта.

В видах спорта, где соревновательные ситуации чрезвычайно изменчивы (спортивные единоборства и игры) моменты вариативности техники соревновательных действий значительно более выражены, чем в видах спорта, для состязаний в которых типичны

относительно стандартные условия (большинство видов легкой атлетики, тяжелая атлетика, спортивная гимнастика и др.) [20, 21].

Показатели объема и разнообразия совокупности навыков техничного выполнения соревновательных действий, сформировавшихся у спортсмена-теннисиста, это, иначе говоря, - показатели того, сколько таких навыков выработалось у него и какова степень их разнообразия [22].

Понятно, что эти показатели особенно значимы в тех видах спорта, соревновательная деятельность в которых включает множество разнообразных действий. Например, гимнастика, прыжки в воду, фигурное катание и др. и тем более в видах спорта, где соревновательная деятельность осложнена чрезвычайно варьирующимися и непредсказуемыми изменениями соревновательных ситуаций (спортивные единоборства, игры и др.) [23, 24].

Определенный запас соревновательных навыков помогает и в теннисе целесообразно варьировать способы соревновательных действий, когда в этом возникает необходимость (ввиду изменения соревновательной ситуации или внешне средовых условий, в частности погодных), расширяет возможности использования разных тактических вариантов ведения состязания в его различных стадиях (предварительные, финальные).

За время многолетних занятий теннисом техника соревновательных действий спортсмена, конечно, не остается неизменной, она формируется, преобразуется, обновляется в решающей зависимости от уровня развития его физических и психических качеств и способностей.

Существенно, что в игровых видах спорта техника соревновательных действий настолько тесно связана с тактикой конкретного состязания, что основными компонентами состава деятельности являются не сами по себе технические приемы, а технико-тактические действия, как органически слитые соединения технически и тактически сформированных операций [25, 26].

В наибольшей мере это характерно для соревновательных действий в спортивных играх. Сопряженность техники и тактика действий спортсмена, равно как и их зависимость от уровня развития его индивидуальных качеств, обязывают в процессе подготовки соблюдать единство всех ее сторон - физической, психической, технической и тактической.

Понятие спортивная тактика охватывает как мыслительные операции и конструкции (модели), определяющие стержневые линии поведения спортсмена-теннисиста в состязании, так и реализующие их практические формы его соревновательного поведения.

В этом плане, говоря о тактике соревновательной деятельности игрока, надо видеть связь ее мыслительных и практических форм, но в то же время и различать их [27].

Не замечать их различия недопустимо, хотя бы уже потому, что даже очень хороший тактический замысел нередко бывает практически реализован плохо либо вовсе не реализован, так же как потенциально имеющиеся у спортсмена-теннисиста возможности тактически целесообразного поведения бывают не использованы из-за неверного тактического замысла.

Мыслительную основу спортивной тактики составляют развивающиеся у спортсмена-теннисиста способности спортивно-специализированного тактического мышления, проявляемые в выработке целесообразного общего замысла и конкретного плана (или модели) соревновательного поведения, а также в принятии рациональных тактических решений по ходу состязания [28, 29, 30].

В оперативно тактических решениях наиболее динамично выражаются свойства технико-тактического мышления, где особенно важные для исхода состязания свойства отражаются в способностях спортсмена-теннисиста по ходу состязания [27, 31]:

- 1) срочно воспринимать, оценивать, выделять и перерабатывать текущую информацию, существенную для определения и решения частных тактических задач;
- 2) предвидеть намерения соперников;
- 3) быстро находить среди нескольких возможных вариантов решений такое, которое с наибольшей вероятностью вело бы к успеху своих действий.

От этих способностей, несомненно, зависит успех в любом виде спорта, хотя их вклад в спортивные достижения особенно велик в игровых видах спорта, где эти способности зачастую оказываются решающим фактором победы.

Результаты исследований показывают, что теннисист, обладающий высокоразвитой способностью предвидеть действия соперника, бывает победителем и в тех случаях, когда уступает конкурентам в уровне развития элементарных психомоторных способностей [30, 28].

Практические компоненты тактики соревновательного поведения спортсмена-теннисиста являются, с одной стороны, поведенческими формами воплощения заранее продуманной тактики состязания (так как она намечена в замысле, плане, модели).

С другой – деятельностными (выраженными в соревновательных действиях) способами реализации оперативных тактических решений, принимаемых спортсменом в процессе состязания.

К тактике соревновательного поведения относятся следующие компоненты [29, 32]:

1) формы сочетания и преобразования комбинации соревновательных действий, обусловленные логикой состязания и динамикой соревновательных ситуаций (например, комбинирование и варьирование защитных контратакующих и атакующих действий в единоборствах и спортивных играх);

2) способы рационального распределения сил в процессе развертывания соревновательной деятельности;

3) способы тактико-психического воздействия на соперников, могущие повлиять на их соревновательные намерения и поведение (в частности, демонстрация уверенности и высокой готовности к состязанию еще до начала его, в разминке, либо, напротив, маскировка своих возможностей вплоть до решающего момента, имитационные и пантомимические приемы во время поединка, дезинформирующие соперника, и др.).

Разумеется, состав и значимость перечисленных компонентов спортивной тактики не одни и те же в состязаниях по различным видам спорта, что во многом обусловлено особенностями типичных для них контактов соревнующихся.

Тактическое мастерство спортсмена-теннисиста базируется как на тактически существенных знаниях спортсмена и его способностях к спортивно-тактическому мышлению, так и на практических умениях и навыках выполнения тактически оправданных соревновательных действий.

Достаточно полных и строгих критериев технико-тактического мастерства пока не выработано и о них судят по комплексу субъективных и объективных показателей, включающих в себя [17, 18, 33, 34]:

- общую результативность соревновательного поведения спортсмена;
- широту и глубину освоенных спортсменом тактически существенных знаний (знаний о принципах и рациональных формах спортивной тактики» тенденциях ее развития, условиях, при которых те или иные варианты тактики состязаний оказываются наиболее эффективными и т. д.);
- объему и разнообразию индивидуального фонда тактических умений и навыков спортсмена,
- целесообразной вариативности форм его соревновательного поведения (оцениваемой экспертами), ряду других показателей.

Составляя суждение о совершенстве либо несовершенстве тактики спортсмена-теннисиста, надо помнить, что принципиально не может быть одного-единственного оптимального варианта тактики, наилучшего во всех случаях, поскольку она варьируется в зависимости от массы переменных [24, 34, 35, 36]:

- конкретных целевых установок,
- уровня подготовленности спортсмена,
- особенностей соперников
- масштаба и условий соревнований,
- динамики соревновательных ситуаций и т. д.

Отсюда следует, что попытки найти единственный тактический вариант, в основе своей несостоятельны. Это относится и к попыткам выделить один наиболее эффективный вариант тактики по какому-либо отдельному критерию.

Таким образом, в тренировочном и соревновательном процессе в технике и тактике спортсмена проявляются, так или иначе, все стороны его подготовленности, служащие своего рода интегрирующим началом в реализации его достиженческих возможностей.

Примечания:

1. Иванченко Е.И. Теория и практика спорта: учебное пособие; в 3-х частях. Ч. 2. Минск: Четыре четверти, 1997. 180 с.
2. Матвеев Л.П. Теория и методика спорта. М.: Физкультура и спорт, 1997. 416 с.
3. Макаров Ю.М., Чуркин А.А. Дидактические аспекты начальной тактической подготовки в спортивных играх: учебное пособие. СПб.: Олимп-СПб, 2008. 120 с.
4. Портнов Ю.М. Основы управления тренировочно-соревновательным процессом в спортивных играх. М.: VIR Print, 2008. 200 с.
5. Рыбаков В.В. Управление спортивной подготовкой: теоретико-методологические основания: монография / В.В. Рыбаков [и др.]. М.: СпортАкадемПресс, 2003. 480 с.
6. Донской Д.Д. Строение действия (биомеханическое обоснование строения спортивного действия и его совершенствование): учебно-методическое пособие. М., 1995. 70 с.
7. Булда И.В. Особенности совершенствования методики технико-тактической подготовки у юных теннисистов 11-13 лет / И.В. Булда, Б.П. Сокур // Проблемы совершенствования физической культуры, спорта и олимпизма: материалы Всерос. Науч.-практ. конф. молодых ученых, аспирантов, соискателей и студентов. Омск: СибГУФК, 2008. С. 169-172.
8. Боген М.М. Современные теоретико-методические основы обучения двигательным действиям: автореф. дис. ... д-ра пед. наук. М.: ГЦОЛИФК, 1989. 52 с.
9. Буланцов А.М. Взаимосвязь показателей технико-тактической подготовленности самбистов с результатом выступления на соревнованиях / А.М. Буланцов, С.Е. Табаков // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2011. № 5. С. 28-31.
10. Дорохов С.И. Методологические основы имитационного моделирования спортивных игр / С.И. Дорохов. – СПб.: Олимп, 2003. 32 с.
11. Кулаичев А.П. Методы и средства комплексного анализа данных: учеб. пособие / А.П. Кулаичев. – 4-е изд. перераб. и доп. М.: Форум – Инфра-М, 2010. 512 с.
12. Железняк Ю.Д. Систематизация технико-тактического содержания игровых видов спорта в многолетней подготовке спортсменов // Физическая культура и спорт в современных условиях: состояние, проблемы, модернизация: мат межд. науч.-практ. конф. М.: МГОУ, 2011. С. 141-145.
13. Голомазов С.В. Кинезиология точностных действий человека. М.: СпортАкадемПресс, 2003. 238 с.
14. Дмитриев С.В. Закономерности формирования и совершенствования систем движения в контексте проблем теории решения двигательных задач: автореф. дис. ... д-ра пед. наук. М.: ГЦОЛИФК, 1991. 54 с.
15. Евсеев С.П. Теория и методика формирования двигательных действий с заданным результатом: автореф. дис. ... д-ра пед. наук. М.: РГАФК, 1995. 52 с.
16. Павлов С.Е. Физиологические основы подготовки квалифицированных спортсменов: учебное пособие для студ. вузов физич. культуры. Малаховка: МГАФК, 2008. 88 с.
17. Усков В.А. Педагогическая технология программированной тактико-технической подготовки спортсменов в игровых видах спорта. М.: РГУФК, 2002. 56 с.
18. Самойлов А.Б. Оптимизация передвижений юного теннисиста – основа его результативности в соревновательной деятельности // Молодежь, здоровье, физическая культура и спорт в современных условиях: мат. Всерос. научн.-практ. конф. Смоленск: СГУ, 2008. С. 152-156.
19. Шлемин А.М. К обоснованию методологических основ теории обучения двигательным действиям // Теория и практика физической культуры, 1994. № 2. С. 46-47.
20. Антипов А.В. Диагностика и тренировка двигательных способностей в детско-юношеском футболе / А.В. Антипов, В.П. Губа, С.Ю. Тюленьков. М.: Советский спорт, 2008. 152 с.
21. Бернштейн Н.А. Физиология движений и активность; под ред. О.Т. Газенко. М.: Наука. 1990. 495 с.
22. Назаренко Л.Д. Стимулируемое развитие двигательных и координационных качеств // Теория и практика физической культуры. 2001. № 6. С. 62-64.
23. Sadowski J. Koncepcje przygotowania koordynacyjnego w sportach walki – zalozenia teoretyczne a rzeczywistosc // Rocz. Nayk. JWFIS Biala Podl., 1998. Tennis. May. 2000. S. 80.

24. Wutsherk H. Zum Normbegriff in der Anthropometric. Theorie und Praxis der Koperkultur, 1983, – N 5. – S. 5-10.
25. Метцлер П. Теннис / П. Метцлер; пер. с англ. В. Вашедченко, Ю. Яснева. М.: ФАИР, 1997. 336 с.
26. Przybylski W. Kontrola treningu i obciies treningowych w piice noinej, AWF Gdansk. 1997. 163 s.
27. Заборская Т.Е. Совершенствование процесса формирования представлений о двигательных действиях у мальчиков 11-12 лет групп начальной спортивной подготовки: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Омск: СибГУФК, 2004. 24 с.
28. Короткова Е.Л., Фомичева Н.В. Активизация мыслительной деятельности младших школьников в процессе обучения двигательным действиям // Теория и практика физической культуры. 2005. № 8. С. 34-36.
29. Маликов О.Б., Горкин О.В. Основные компоненты тактики поединка в спортивных единоборствах // Теория и практика физической культуры. 2009. № 2. С. 3-4.
30. Филатов Н.В., Дорохов С.И. Имитационная модель игровой деятельности в спорте и применение ее в учебно-тренировочной деятельности // Педагогика здоровья. 2009. № 2. С. 42-43.
31. Brown Jim M. Tennis. Steps to Success (Second Edition). Canada. PhD. 1995. 123 p.
32. Davidaviciene G. Apie moksleivin sveikata. Kn.: Socialiniai sveikatos aspektai. Vilnius-Kaunas LMS, 1992. P. 29-39.
33. Schnabel G. Methoden in sportlichen Training – Begriff, Bedeutung, Ordnung, Weiterentwicklung // Theorie und Praxis der Korperkultur. Berlin, 1989. N 4. S. 258-264.
34. Tennis Lehrpian. Deutscher Tennis Bund. Band I. Tecnik – Taktik. – Munchen, BVL Neuausg, 1995. 180 s.
35. Bodin D. Tennis de Table. Entrainement et planification. Paris: Edispon, 1995. 175 p.
36. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта. Киев: Олимпийская литература, 2002. 296 с.

УДК 378

Технико-тактическая подготовка как одна из составляющих интегративной подготовки юных теннисистов 10–12 лет

¹ Роман Евгеньевич Петрунин

² Владимир Юрьевич Карпов

¹ Сочинский государственный университет, Россия
354000, г. Сочи, ул. Советская, 26 а
Аспирант

E-mail: vu2014@mail.ru

² Сочинский государственный университет, Россия
354000, г. Сочи, ул. Советская, 26 а
Доктор педагогических наук, профессор
E-mail: vu2014@mail.ru

Аннотация. В учебно-тренировочном и соревновательном процессе в технике и тактике спортсмена проявляются все стороны подготовленности теннисиста, служащие своего рода интегрирующим началом в реализации его достиженческих возможностей.

Ключевые слова: теннис; технико-тактическая подготовка; теннисисты 10–12 лет; спортивная техника; технико-тактическое мастерство; интегральные показатели результативности.