

Зміна рівня показників техніко-тактичної підготовленості у тенісистів на етапі попередньої базової підготовки

Олег Шевченко

Харківська державна академія фізичної культури,
Харків, Україна

Мета: дослідити зміни рівня показників техніко-тактичної підготовленості тенісистів на етапі попередньої базової підготовки підготовчого періоду макроциклу.

Матеріал і методи: у дослідженні брали участь 8 тенісистів у віці 11–13 років, що тренуються в групі базової підготовки тенісного клубу "Парк" м. Харкова. Використовувалися наступні методи: аналіз науково-методичної літератури, педагогічне тестування, методи математичної статистики.

Результати: отримано достовірні зміни показників рівня техніко-тактичної підготовленості у вправах: "удар зльоту через сітку" на 19,6%; "удар з відскоку через сітку" на 2,2%; "удар після відскоку м'яча від стінки" на 10,4%; "подача через сітку в мішень" на 1,8%.

Висновки: юні тенісисти групи базової підготовки покращили рівень показників техніко-тактичної підготовленості у підготовчому періоді макроциклу у виконанні точної спрямованої подачі, активних і стабільних ударів на задній лінії та ударів зльоту біля сітки.

Ключові слова: тенісисти, техніко-тактична підготовленість, показники.

Вступ

Техніко-тактична підготовка – це один з самих важливіших видів підготовки в тенісі. Дослідженнями техніко-тактичної підготовленості тенісистів займався багато фахівців тенісу. В роботах М. Креспо (2013), Н. Боллеттьєри, (2003), М. В. Ібраїмової, О. В. Ханюкової (2013) та ін. визначається, що техніко-тактична підготовка при роботі з тенісистами займає одне з найважливіших місць, оскільки вона означає навчання вмінню грати. Основу гри в тенісі становить здатність володінням ракеткою, тобто техніка, а вміння розпорядитися нею є не що інше як тактика. Як визначають у своїх роботах С. П. Белиц-Гейман (2003), Ю. Чуньгуан, В. Л. Бочковская, С. С. Аганов (2018), L. Crognier, Y. Firy (2005), С. Triolet, N. Benguigui, С. Runigo, А. М. Williams (2013) та багато інших авторів, у тенісі необхідно вибрати спосіб, місце і час дії, швидко і правильно реагувати на м'яч і дії противника, вміти та усвідомлено направити м'яч у корт для перемоги в розіграшах і в цілому матчі.

Таким чином, проблема підвищення рівня техніко-тактичної підготовленості в тренувальному процесі юних спортсменів є однією з актуальних задач в підготовці тенісистів.

Зв'язок дослідження з науковими програмами, планами, темами. Дослідження проводилося відповідно до теми плану НДР Харківської державної академії фізичної культури "Психо-сенсорна регуляція рухової діяльності спортсменів ситуаційних видів спорту" (2016–2018 рр.)

Мета дослідження: дослідити зміни рівня показників техніко-тактичної підготовленості тенісистів на етапі попередньої базової підготовки в підготовчому періоді макроциклу.

Завдання дослідження:

1. Аналіз науково-методичної літератури щодо удосконалення техніко-тактичної підготовленості тенісистів у тренувальному процесі.

2. Дослідити зміни рівня показників техніко-тактичної підготовленості на етапі попередньої базової підготовки тенісистів у підготовчому періоді макроциклу.

Матеріал і методи дослідження

У дослідженні брали участь 8 тенісистів у віці 11–13 років, що тренуються в групі базової підготовки тенісного клубу "Парк" м. Харкова.

Методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, педагогічне тестування, методи математичної статистики.

Тестування показників техніко-тактичної підготовленості проводилося за вправами:

"Удари по м'ячу після відскоку від стінки" – пропонувалося без зупинки виконати максимальну кількість ударів з відскоку об стінку. На відстані 1,2 м від підлоги проводилася "лінія сітки". Рахувалися тільки ті удари, що потрапили вище "лінії сітки". На виконання вправи давалося 2 спроби. Зараховувалася краща.

"Удар по м'ячу з відскоку через сітку з кошиком" – необхідно виконати 16 ударів справа і зліва з відскоку по діагоналі (по лінії) по зручно накинутому тренером м'ячу в означений "коридор" (1,5x1,5 м), темп ударів по м'ячу – 16 разів за 1 хвилину. На виконання вправи давалося 2 спроби. Зараховувалася краща.

"Подача через сітку в мішень" – необхідно було виконати 10 подач – 5 ударів у перше поле подачі і 5 ударів – у друге поле подачі без перерв. На виконання давалася 1 спроба.

"Удар зльоту через сітку в коридор". Випробуваному необхідно виконати 10 ударів зльоту по зручно накинутому тренером м'ячу по діагоналі в означений "коридор" (1,5x1,5 м.). На виконання давалося 2 спроби. Зараховувалося краща.

У підборі вправ для тестування керувалися дослідженнями авторів (С. П. Белиц-Гейман, 2001; М. В. Ібраїмова, 2012).

Педагогічне тестування проходило в три етапи: у листопаді 2017 року та січні і квітні 2018 року, що дозволило визначити та оцінити показники рівня техніко-тактичної підготовленості юних тенісистів у тренувальному процесі. Тестування проводилося з метою оперативного контролю показників.

Результати дослідження

Аналіз досліджень показує, що низка фахівців займається визначенням зв'язків між показниками фізичної та технічної підготовленості тенісистів (С. Pereira and others, 2017), інші виявляли ефективність техніко-тактичних дій у змагальній діяльності (М. Креспо, 2013; В. І. Мужичук, О. О. Шевченко, 2017; Ю. Чуньгуан, В. Л. Бочковская, С. С. Аганов, 2018; L. Crognier, Y. A. Firy, 2005), оцінкою показників подачі в тенісі (А. Ahmadi, D. Rowlands, D. A. James, 2009). У даному дослідженні виявлялися зміни показників техніко-тактичної підготовленості тенісистів у підготовчому періоді макроциклу.

На первинних тестуваннях в листопаді 2017 року високого балу не отримав ні один спортсмен. Визначилися такі контрольні оцінки за вправи: "удар зльоту через сітку" – оцінку "4" отримали 25% тенісистів, оцінку "3" – 25%, "2" – 50% спортсменів; "удар по м'ячу після відскоку від стінки" – оцінки "3" та "2" отримали по 50% тенісистів; "удар з відскоку через сітку" – "3" – 12,5%, "2" – 25%, "1" – 62,5%; "подача через сітку в мішень" – оцінку "3" – 12,5%, "2" – 75%, "1" – 12,5% спортсменів. Такі результати можна пояснити закінченням спортивного сезону та зниженням спортивної форми.

Аналізуючи зміни результатів техніко-тактичної підготовленості за період з листопаду 2017 року по січень 2018 року, можна відзначити, що результати кілька підвищилися, але не мали достовірної різниці. На другому контрольному випробуванні, що проходило в січні 2018 року, юні тенісисти незначно поліпшили середню кількість влучань у вправі "удар зльоту через сітку" – на 1,13 рази, що складає 0,9%; в "ударі по м'ячу з відскоку від стінки" середня кількість влучань збільшилася на 0,13 рази, що складає 0,13%; в "ударі з відскоку через сітку" середня кількість влучань підвищилася на 0,5 рази, що складає 0,47%; у "подачі в мішень" кількість влучань збільшилася на 0,88 рази, що складає 0,7%.

Розглядаючи результати, отримані у квітні 2018 року, можна відзначити, що показники контрольних тестувань

значно поліпшилися, порівнюючи з січнем 2018 року (табл. 1).

Так, в "ударі зльоту через сітку" середня кількість влучань збільшилася на 2,3 рази, що складає 1,7%; в "ударі по м'ячу з відскоку від стінки" додали 15,1 рази в середній кількості влучань, що складає 10,4%; в "ударі з відскоку через сітку" середня кількість влучань збільшилася на 2,35 рази, що складає 1,9%; в "подачі в мішень" середня кількість влучань зросла на 2,92 рази, що складає 1,8%.

Аналіз результатів дослідження, які отримані у листопаді 2017 року, з показниками результатів, які отримали у квітні 2018 року, виявив достовірні зміни (табл. 1).

Показники у вправі "удар зльоту через сітку" підвищилися на 3,35 рази, що складає 19,6% ($t=4,4$; $P<0,01$);

У показниках "удар по м'ячу після відскоку від стінки" середня кількість влучань збільшилася на 15,15 рази, що складає 10,4% ($t=3,3$; $P<0,05$).

Середня кількість влучань у вправі "удар з відскоку через сітку" збільшилася на 2,85 рази, що складає 2,2% ($t=3,3$; $P<0,05$).

У показниках "подача через сітку в мішень" середня кількість влучань підвищилася на 3,8 рази, що склало 1,8% ($t=6,8$; $P<0,001$).

Аналіз отриманих оцінок в тестуваннях показав позитивні зміни результатів у кінці підготовчого періоду макроциклу. У тестуванні в квітні 2018 року високого балу "5" отримали за вправу "удар зльоту через сітку" – 3 спортсмени та у вправі "подача через сітку в мішень" – 3 спортсмени. Оцінка "4" у вправі "удар зльоту через сітку" отримали 50% тенісистів, оцінку "3" – 12,5%. У вправі "удар по м'ячу після відскоку від стінки" оцінку "4" отримали 25%, оцінку "3" – 75%, в ударі з відскоку через сітку оцінку "4" отримали 25% тенісистів, оцінку "3" – 37,5%, оцінку "2" – 37,5%. У вправі "подача через сітку в мішень" оцінку "4" отримали 37,5%, оцінку "3" – 37,5% тенісистів (табл. 2).

Висновки / Дискусія

Аналіз науково-методичної літератури показав, що успішне використання основ техніко-тактичної підготовки дозволить спортсменам перемогти в матчі і закладає міцний фундамент у підготовці юних тенісистів до участі в професійних турах.

Первинне педагогічне тестування показників виявило низький рівень показників техніко-тактичної підготовленості. Жоден спортсмен на контрольних тестуваннях ви-

Таблиця 1
Зміни показників техніко-тактичної підготовленості підчас дослідження (Листопад 2017 – Квітень 2018), (n=8)

Тест	Кількість влучань, $\bar{X} \pm t$			Достовірність змін		
	Листопад, 2017	Січень, 2018	Квітень, 2018	Листопад – Січень	Листопад – Квітень	Січень – Квітень
				t P	t P	t P
Удар зльоту через сітку	4,75±0,56	5,88±0,52	8,1±0,52	1,5 >0,05	4,4 <0,01	3 <0,05
Удар після відскоку м'яча від стінки	33,25±2,2	33,38±1,88	48,4±3,97	0,05 >0,05	3,3 <0,05	3,4 <0,05
Удар з відскоку через сітку	8,25±0,59	8,75±0,65	11,1±0,52	0,57 >0,05	3,6 <0,05	2,8 <0,05
Подача через сітку в мішень	3,5±0,33	4,38±0,42	7,3±0,45	1,6 >0,05	6,8 <0,001	4,7 <0,01

Таблиця 2

Результати оцінювання показників техніко-тактичної підготовленості тенісистів, n=8

Оцінки	Удар зльоту через сітку						Удар по м'ячу після відскоку від стінки						Удар з відскоку через сітку						Подача через сітку в мішень											
	листопад		січень		квітень		листопад		січень		квітень		листопад		січень		квітень		листопад		січень		квітень							
	кіль-ть оцінок	%	кіль-ть оцінок	%	кіль-ть оцінок	%	кіль-ть оцінок	%	кіль-ть оцінок	%	кіль-ть оцінок	%	кіль-ть оцінок	%	кіль-ть оцінок	%	кіль-ть оцінок	%	кіль-ть оцінок	%	кіль-ть оцінок	%	кіль-ть оцінок	%						
1													5	62,5	4	50					1	12,5								
2	4	50	1	12,5			4	50	2	25			2	25	2	25	3	37,5	6	75	5	62,5								
3	2	25	5	62,5	1	12,5	4	50	6	75	6	75	1	12,5	2	25	3	37,5	1	12,5	1	12,5	3	37,5						
4	2	25	2	25	4	50					2	25					2	25			2	25	3	37,5						
5					3	37,5																			2	25				

сокого балу не отримав.

Отримані достовірні зміни показників рівня техніко-тактичної підготовленості у вправах: "удар зльоту через сітку" – на 19,6%; "удар з відскоку через сітку" – на 2,2%; "удар по м'ячу після відскоку від стінки" – на 10,4%; "подача через сітку в мішень" – на 1,8%.

У кінцевому тестуванні високого балу "5" отримали за вправи "удар зльоту через сітку" 3 спортсмени, що складає 37,5%, та у вправі "подача через сітку в мішень" 2 спортсмени, що складає 25%. Оцінка "4" була визначена у вправах: "удар зльоту через сітку" – у 50% тенісистів, "удар по м'ячу після відскоку від стінки" – у 25%, "удар з відскоку через сітку" – у 25% тенісистів, "подача через сітку в мішень" – у 37,5%.

Таким чином, можна стверджувати, що юні тенісисті групи базової підготовки покращили рівень показників техніко-тактичної підготовленості в підготовчому періоді макроциклу у виконанні точної спрямованої подачі, активних та стабільних ударів на задній лінії та ударах зльоту

біля сітки.

Отримані результати підтверджують дані досліджень інших авторів (Креспо, М., 2013; Triolet, С., Benguigui, N., Le Runigo, С., & Williams, А. М., 2013, Боллетьери, Н., 2003; Белиц-Гейман, С. П. (2001), доповнюють роботи Ібраїмова, М. В. & Ханюкова, О. В., 2013, Crognier, L., & Fйгу, Y. А., 2005.

Аналіз отриманих показників показує, що в тренувальному процесі був зроблений напрям на удосконалення атакуючих ударів у нападі з точною спрямованою подачею, активною та стабільною грою на задній лінії та виходами до сітки для гри зльоту. Подальший тренувальний процес необхідно спрямувати на ефективне застосування технічних прийомів в навчальних іграх та змаганнях.

Перспективи подальших досліджень. Виходячи з вищенаведеного, подальші дослідження планується проводити у напрямку підвищення ефективності рівня техніко-тактичної підготовленості в змагальній діяльності тенісистів групи базової підготовки.

Конфлікт інтересів. Автор заявляє, що немає конфлікту інтересів, який може сприйматися таким, що може нанести шкоду неупередженості статті.
Джерела фінансування. Ця стаття не отримала фінансової підтримки від державної, громадської або комерційної організації.

Список посилань

1. Белиц-Гейман, С.П. (2001), *Теннис. Учебное пособие для ВУЗов физ. культуры*, Москва.
2. Боллетьери, Н. (2003), *Теннисная академия*, Москва.
3. Ібраїмова, М.В. (2012), *Теніс: Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю*, Київ.
4. Ібраїмова, М.В., Ханюкова, О.В. (2013), *Сучасні тенденції техніко-тактичної підготовки юних тенісистів 6-7 років*.
5. Креспо, М. (2013), *Подготовка юных теннисистов: учебно-методическое пособие для тренеров*, Валенсия.
6. Мужичук, В.І., Шевченко, О.О. (2017), "Зміни рівня ефективності техніко-тактичних дій в змагальній діяльності тенісистів 13-14 років", *Спортивные игры*, № (3), С. 25-28.
7. Ханюкова, О.В. (2015), "Аналіз впливу методики планування навчально-тренувального процесу на рівень оволодіння технічними навичками тенісистів першого року навчання", *Науковий часопис НПУ імені МП Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*, № (11), С. 156-160.
8. Чуньгуан, Ю., Бочковская, В.Л., Аганов, С.С. (2018), "Характеристика показателей эффективности деятельности теннисистов в игре", *Ученые записки университета им. ПФ Лесгафта*, № 3, С. 157.
9. Ahmadi, A., Rowlands, D., & James, D.A. (2009), "Towards a wearable device for skill assessment and skill acquisition of a tennis player during the first serve", *SportsTechnology*, No. 2(3-4), pp. 129-136, doi:10.1080/19346182.2009.9648510.
10. Crognier, L. & Fйгу, Y.A. (2005), "Effect of tactical initiative on predicting passing shots in tennis. *Applied Cognitive Psychology*", *The Official Journal of the Society for Applied Research in Memory and Cognition*, No. 19(5), pp. 637-649.
11. Pereira, C., Nakamura, F.Y., de Jesus, M.T., Vieira, C.L., Misuta, M.S., de Barros, R.M. & Moura, F.A. (2017), "Analysis Of The Distances Covered And Technical Actions Performed By Professional Tennis Players During Official Matches", *Journal of Sports Sciences*, No. 35(4), pp. 361-368, doi:10.1080/02640414.2016.1165858.
12. Triolet, С., Benguigui, N., Le Runigo, С. & Williams, А.М. (2013), "Quantifying the nature of anticipation in professional tennis", *Journal of Sports Sciences*, No. 31(8), pp. 820-830, doi:10.1080/02640414.2012.759658.

Стаття надійшла до редакції: 17.01.2019 р.
 Опубліковано: 28.02.2019 р.

Аннотация. Олег Шевченко. Изменение уровня показателей технико-тактической подготовленности у теннисистов на этапе предварительной базовой подготовки. Цель: исследовать изменения уровня показателей технико-тактической подготовленности теннисистов на этапе предварительной базовой подготовки. **Материал и методы:** анализ научно-методической литературы, педагогическое тестирование, методы математической статистики. В исследовании принимали участие 8 теннисистов в возрасте 11–13 лет, которые тренируются в группе базовой подготовки теннисного клуба "Парк" г. Харьков. **Результаты:** получены достоверные изменения показателей уровня технико-тактической подготовленности в упражнениях: "удар с лета через сетку" на 19,6%; "удар с отскока через сетку" на 2,2%; "удар после отскока мяча от стенки" на 10,4%; "подача через сетку в мишень" на 1,8%. **Выводы:** юные теннисисты группы базовой подготовки улучшили уровень показателей технико-тактической подготовленности в подготовительном периоде макроцикла в выполнении точной направленной подачи, активных и стабильных ударов на задней линии и ударов с лету около сетки.

Ключевые слова: теннисисты, технико-тактическая подготовленность, показатели.

Abstract. Oleg Shevchenko. Changes in the level of technical-tactical readiness indicators of tennis players at the stage of preliminary basic training. Purpose: investigate changes in the level of technical-tactical readiness indicators of tennis players at the stage of preliminary basic preparation of the preparatory period of the macrocycle. **Material & Methods:** the study involved 8 tennis players aged 11–13 years who were training in the basic training group of the Park Tennis Club in Kharkiv. The following methods were used: analysis of scientific and methodological literature, pedagogical testing, methods of mathematical statistics. **Results:** reliable changes in the indicators of the level of technical-tactical readiness in the exercises "shot through the net" by 19,6% were obtained; "shot from rebound through the net" by 2,2%; "shot after the ball bounces off the wall" by 10,4%; "serve through the net to the target" by 1,8%. **Conclusion:** young tennis players of the basic training group improved the level of technical-tactical readiness indicators in the preparatory period of the macrocycle in the execution of an accurate directional serve, active and stable back line shot and one timer shot at the net.

Keywords: tennis players, technical and tactical readiness, indicators.

References

1. Belits-Geyman, S.P. (2001), *Tennis. Uchebnoe posobie dlya VUZov fiz. Kultury* [Tennis. Textbook], Moscow. (in Russ.)
2. Bolleter, N. (2003), *Tennisonaya akademiya* [Tennis Academy], Moscow. (in Russ.)
3. Ibraimova, M.V. (2012), *Tenis: Navchalna prohrama dlia dytiachyho-iumatskykh shkyl olimpiiskoho rezervu, shkyl vyshchoi sportyvnoi maisternosti ta spetsializovanykh navchalnykh zakladiv sportyvnoho profilu* [Tennis: A training program for children's and youth sports schools, specialized children's and youth schools of the Olympic reserve, schools of higher sporting skills and specialized educational institutions of sports], Kyiv. (in Ukr.)
4. Ibraimova, M.V. & Khaniukova, O.V. (2013), *Suchasni tendentsii tekhniko-taktychnoi pidhotovky yunykh tenisystiv 6-7 rokiv* [Modern tendencies of technical and tactical training of young tennis players 6-7 years]. (in Ukr.)
5. Krespo, M. (2013), *Podgotovka yunykh tenisystiv: uchebno-metodicheskoe posobie dlya trenerov* [Training young tennis players: a teaching aid for coaches], Valencia. (in Russ.)
6. Muzhychuk, V.I. & Shevchenko, O.O. (2017), "Changes in the level of effectiveness of technical and tactical actions in the competitive activity of tennis players 13-14 years old", *Sportyvnye yhry*, No. (3), pp. 25-28. (in Ukr.)
7. Khaniukova, O.V. (2015), "Analiz vplyvu metodyky planuvannia navchalno-trevalnoho protsesu na riven ovodolinnia tekhnichnykh navychkamy tenisystiv pershoho roku navchannia", *Naukovyi chasopys NPU imeni MP Drahomanova. Seriya 15: Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport)*, No (11), pp. 156-160. (in Ukr.)
8. Chunguan, Yu., Bochkovskaya, V.L. & Aganov, S.S. (2018), "Characteristics of the performance indicators of tennis players in the game", *Uchenye zapiski universiteta im. PF Lesgafta*, No. 3, p. 157. (in Russ.)
9. Ahmadi, A., Rowlands, D., & James, D.A. (2009), "Towards a wearable device for skill assessment and skill acquisition of a tennis player during the first serve", *Sports Technology*, No. 2(3-4), pp. 129-136, doi:10.1080/19346182.2009.9648510.
10. Crognier, L. & Firy, Y.A. (2005), "Effect of tactical initiative on predicting passing shots in tennis. Applied Cognitive Psychology", *The Official Journal of the Society for Applied Research in Memory and Cognition*, No. 19(5), pp. 637-649.
11. Pereira, C., Nakamura, F.Y., de Jesus, M.T., Vieira, C.L., Misuta, M.S., de Barros, R.M. & Moura, F.A. (2017), "Analysis Of The Distances Covered And Technical Actions Performed By Professional Tennis Players During Official Matches", *Journal of Sports Sciences*, No. 35(4), pp. 361-368, doi:10.1080/02640414.2016.1165858.
12. Triolet, C., Benguigui, N., Le Runigo, C. & Williams, A.M. (2013), "Quantifying the nature of anticipation in professional tennis", *Journal of Sports Sciences*, No. 31(8), pp. 820-830, doi:10.1080/02640414.2012.759658.

Received: 17.01.2019.

Published: 28.02.2019.

Відомості про авторів / Information about the Authors

Шевченко Олег Олександрович: к. фіз. вих., доцент; Харківська державна академія фізичної культури: вул. Клочківська, 99. м. Харків, 61058, Україна.

Шевченко Олег Александрович: к. физ. восп., доцент; Харьковская государственная академия физической культуры: ул. Клочковская, 99, г. Харьков, 61058, Украина.

Oleg Shevchenko: PhD (physical education and sport), Associate Professor (Assosiate Professor); Kharkiv State Academy of Physical Culture: Klochkivska str. 99, Kharkiv, 61058, Ukraine.

ORCID.ORG/0000-0002-2856-9640

E-mail: Shevchenko777oleg@ukr.net