

1038/19

Сван вей

книж

300 лр

т.iff

уб. опу-

шкал

Сум. 2 эк.

~~2 эк.~~

(По карт.

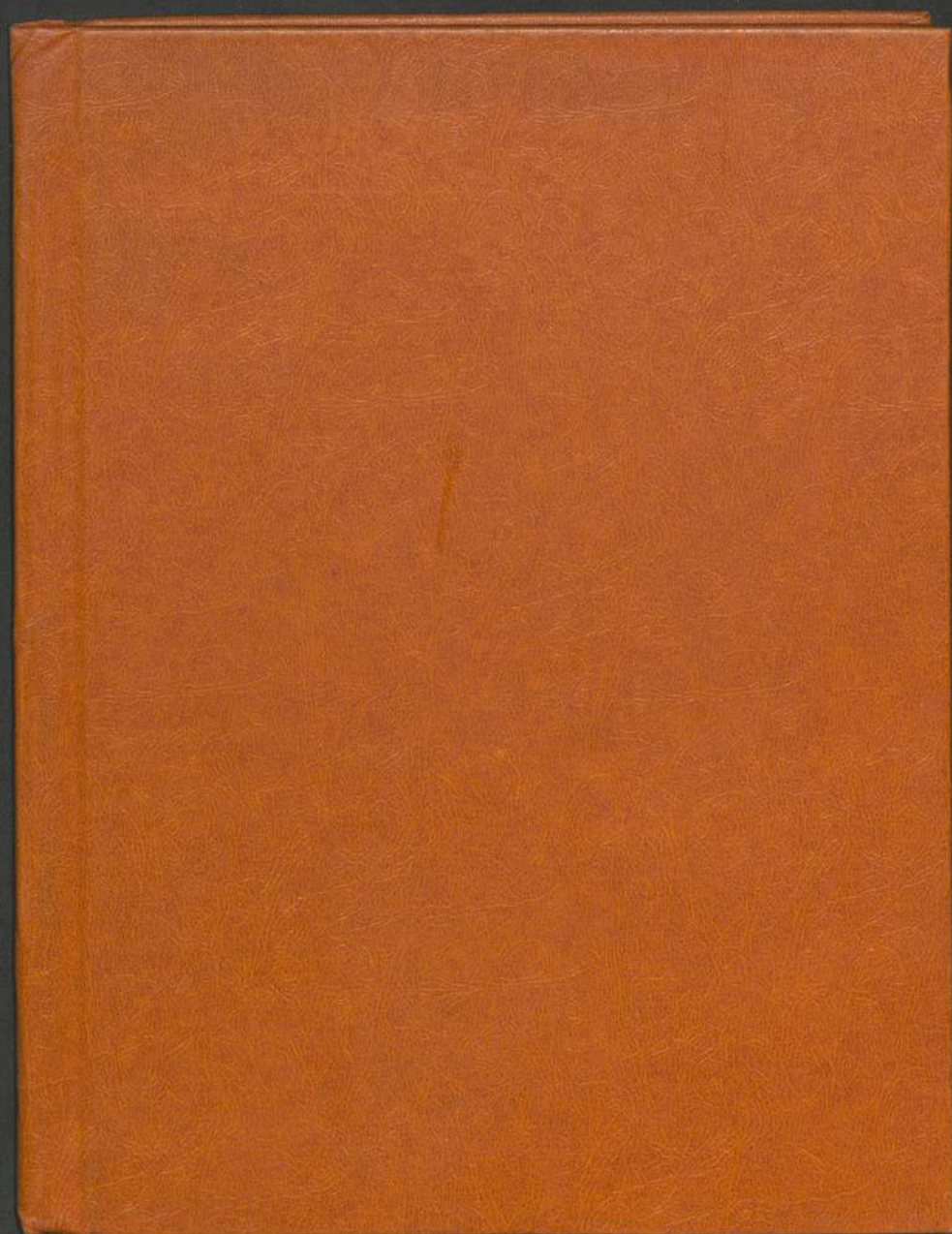
2 эк.)

(С концы.

6 эк.)

на пер.

6 эк.





ЕЖЕГОДНИ

1981

Заказ № 112 Пор. № 66

Журнал имеет: \_\_\_\_\_ стр. \_\_\_\_\_ иллюстр. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ табл. \_\_\_\_\_ карт

1981

№№ вып. \_\_\_\_\_

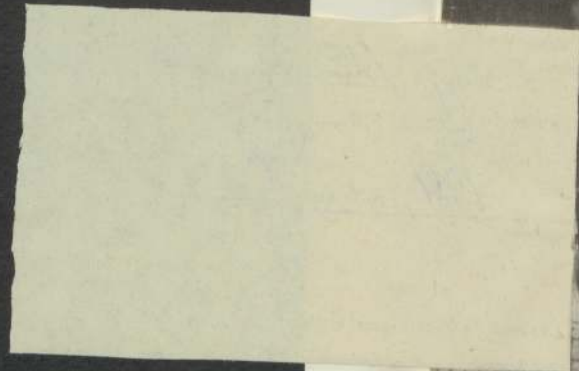
Примечания:

Расписка отв. за подгот. и перепл.

*Абрамца*

ЕЖЕГОДНИК

1981



На 1-й стр. обложки — чемпионы СССР 1980 г. заслуженные мастера спорта А. Метревели и О. Морозова.

Вверху — призер чемпионата Европы 1980 г. К. Пугаев, слева — чемпионка Европы 1980 г. Е. Елисеенко, справа — чемпион Европы 1980 г. В. Борисов.



п 41  
88

п 41  
88  
1981

# ТЕННИС

ЕЖЕГОДНИК

1981



МОСКВА  
«ФИЗКУЛЬТУРА И СПОРТ»  
1981

ББК 75.573  
Т33

Редакционная коллегия: А. Е. Ангелевич, С. П. Белли-Гейман, В. С. Вепринцев (составитель), И. В. Всеволодов, В. А. Голенко, Г. А. Кондратьева

Теннис: Ежегодник/Сост. В. С. Вепринцев; Редкол. А. Е. Ангелевич и др. — М.: Физкультура и спорт, 1981. — 72 с., ил.

Ведущие специалисты — тренеры, спортсмены, ученые, врачи выступают на страницах сборника с материалами о современной методике обучения, тренировки, о подготовке спортсменов к соревнованиям, о принципах планирования тренировочных нагрузок, об опыте своей работы. Рассказывают также о крупнейших соревнованиях, о подготовке теннисистов за рубежом.

Сборник выходит раз в год в адресован тренерам, спортсменам, преподавателям и студентам институтов и техникумов физической культуры, а также любителям теннисного спорта.

Т 60902-142 99-81 4202000000  
009(01)-81

ББК 75.573  
7А 8.4

© Издательство «Физкультура и спорт», 1981 г.

ГОС. ПУБЛИЧНАЯ  
БИБЛИОТЕКА  
№ 03 180  
330

## С ОТЧЕТНО-ВЫБОРНОГО ПЛЕНУМА ФЕДЕРАЦИИ ТЕННИСА СССР

Пленум проходил в октябре 1980 г. С отчетным докладом о работе президиума Федерации тенниса СССР выступил его председатель тов. Кулев И. А.

Отчитываясь о работе, проделанной президиумом Федерации, докладчик в первую очередь остановился на вопросах роста мастерства советских теннисистов, на работе со сборными командами страны и их резервами. В докладе говорилось также о росте массовости, развитии материально-технической базы тенниса и его пропаганде.

Вопросами совершенствования спортивного мастерства ведущих советских теннисистов и ближайшими резервами занимались Всесоюзный тренерский совет и Научно-методический совет, который был создан в 1979 г.

Было отмечено, что советскими теннисистами достигнуты определенные успехи на международной арене. Так, во всех лично-командных чемпионатах Европы наши спортсмены одержали победы в командном зачете, а на последнем завоевали и все личные награды. Кроме того, в розыгрыше командного первенства мира для женских сборных команд советские теннисистки дважды выходили в полуфинал, в розыгрыше подобных соревнований для девушек в 1978 г. были первыми, а в 1980 г. — третьими. Некоторый прогресс наметился в выступлениях наших юных теннисистов. Так, в розыгрыше Кубка Галя в 1980 г. наша команда была третьей, Кубка Софин в 1979 г. — также третьей и в 1980 г. — второй.

В то же время следует отметить неудачное выступление нашей команды в розыгрышах Кубка Девиса и «Кингс Кап». Причиной тому — очень медленный ввод в сборную команду теннисистов, способных по достоинству занять места А. Метрели и Т. Какулия.

Нельзя пройти мимо и откровенно слабого выступления молодых теннисистов в лично-командном первенстве Европы среди юношей и девушек, хотя в 1980 г. наша молодежная команда была первой.

Несмотря на отдельные хорошие результаты наших молодежных команд на международной арене, уровень мастерства в целом сборных юношеских команд не соответствует требованиям международного масштаба и был оценен как неудовлетворительный.

В целях повышения мастерства советских теннисистов Всесоюзный тренерский совет предлагает в дальнейшем:

создать стройную систему организации и управления в сборных командах, обеспечить четкое планирование деятельности команд в целом, каждого их подразделений и спортсменов, установить строгую персональную ответственность за определенные участки работы и достигаемые спортсменами результаты;

усилить партийно-политическое руководство командами, повысить политическую сознательность тренеров и спортсменов, обеспечить планомерную работу комсомольской организации команд, формирование целеустремленного, дисциплинированного, дружного коллектива, нетерпимо относящегося к недостаткам;

постоянно внедрять в практику новые средства и методы тренировки, решительно ориентировать всех членов команд на освоение передовой атлетической, универсальной игры;

привлекать к работе молодых тренеров и научных работников, способных поднять работу сборных команд на более высокий уровень, направить усилия научно-педагогического коллектива на разработку кардинальных проблем высшего спортивного мастерства.

Трудно представить себе решение поставленных вопросов без участия в этой работе Научно-методического совета. Научная работа за отчетный период концентрировалась вокруг вопросов, связанных с отбором перспективного контингента и прогнозированием потенциальных возможностей спортсменов. Внимание научных работников было приковано к проблемам модельных характеристик теннисиста будущего, оптимизации тренировочного процесса с использованием специальных технических средств и методикой их использования в подготовке юных теннисистов, истории развития отечественного и мирового тенниса и др.

В этот период времени были выпущены ряд методических писем для тренеров на местах, учебник по теннису для институтов физической культуры, пособие «Основы тенниса», новые правила соревнований по теннису.

Полезной была работа группы по научно-методическому обеспечению подготовки сборной команды СССР. И заслуга в этом — руководители группы А. П. Скородумовой. Работа группы стала теснее увязываться с непосредственной подготовкой сборной команды, результаты исследований стали быстрее внедряться в работу тренеров команды.

Не менее полезные для спортивно-педагогической практики исследования проводились на всех смотрях-конкурсах юных теннисистов.

Кафедрой тенниса ГЦОЛИФКа разработаны ряд новых приборов для оценки уровня физических качеств, тренажерные устройства для постановки и совершенствования техники.

К сожалению, общий уровень научно-методических материалов все еще нельзя признать удовлетворительным. Все еще крайне медленно внедряются в жизнь опробованные отечественные тренажерные устройства и технические средства.

Следует заметить, что вся научно-исследовательская работа в сборных командах ведется в основном усилиями только кафедры тенниса ГЦОЛИФКа, где имеется лишь 7 сотрудников, имеющих и тому же большую педагогическую нагрузку.

Очень важно шире использовать общественный актив любителей тенниса, работающих в различных научных учреждениях. Опыт использования таких специалистов имеется. Так, большую помощь специалистам по теннису оказывают математики-программисты М. Мазуров и В. Зак.

В настоящее время назрела необходимость создать научно-методические комиссии при федерациях тенниса союзных республик. Всесоюзному научно-методическому совету важно выработать координационную работу с местными комиссиями в соответствии с единым, утвержденным Спорткомитетом СССР, планом научных исследований.

Результаты научно-исследовательских работ быстрее вводили бы в практику, если бы в работе научно-методических комиссий активнее принимали участие тренеры. Тренеры должны стать не только потребителями результатов исследований, но и их участниками. Положительным примером в этом плане могут служить тренеры ЦСКА Н. С. Теплякова и В. Н. Янчук.

С вопросами научно-методической работы тесно связаны вопросы подготовки и повышения квалификации специалистов по теннису. За четырехлетний период физкультурными вузами страны подготовлено около 100 специалистов по теннису. Курс повышения квалификации кадров ГЦОЛИФКа прошли 22 преподавателя институты и 32 тренера.

Вместе с тем нельзя, к сожалению, не отметить, что ежегодный выпуск специалистов по теннису осуществляет пока еще единственный Московский институт. Этим институтом подготовлены новая учебная программа, комплексы лекций по основным темам, комплекты разнообразных наглядных пособий, в которых сделана попытка шире и глубже осветить прежде всего проблемы высшего спортивного мастерства, научно-методической работы.

Полезная инициатива — привлечение студентов институтов к работе научной бригады при сборной команде СССР, к проведению студенческих научно-исследовательских конференций. Ряд студентов-теннисистов ГЦОЛИФКа стали победителями ме-

ждународных и всесоюзных конкурсов на лучшие студенческие научно-методические работы.

Весьма положительным фактором является то, что темы работы аспирантов непосредственно связаны с подготовкой сборных команд.

Однако следует заметить, что в подготовке специалистов имеются существенные недостатки. Молодые специалисты недостаточно подготовлены к работе в области спорта высших достижений, не имеют достаточного опыта организационно-управленческой и научной работы. Вот почему на пленуме указывалось на необходимость усиления головной роли кафедры тенниса ГЦОЛИФКа в области руководства подготовкой специалистов в институтах физической культуры страны, больше оказывать им помощь, значительно расширить обмен опытом работы между преподавателями.

В отчетном периоде ежегодно проводились всесоюзные научно-методические конференции и сборы тренеров. В каждом из этих мероприятий участвовало 60—70 специалистов, как правило из всех союзных республик. Правда, хотелось бы, чтобы в дальнейшем подобные мероприятия проводились не в инструктивном плане, а в плане творческих дискуссий, обмена опытом работы.

Большое количество соревнований, организуемых за последние годы, требуют не только более четкого планирования по времени, но и распределения участников по турнирам. Имеются еще, к сожалению, случаи, когда в один и те же сроки проводятся несколько турниров, а зимние первенства республик проводятся одно за другим, практически в продолжение двух с лишним месяцев.

Задача Всесоюзного тренерского совета и Научно-методического совета — найти оптимальные варианты взаимосвязи участия в соревнованиях и тренировочных занятий. Пока такой взаимосвязи нет.

Анализ соревнований свидетельствует о том, что из года в год наблюдается тенденция к улучшению формулы проведения всесоюзных соревнований. Так, например, изменены условия проведения юношеского командного первенства СССР, с тем чтобы обеспечить участие в нем команд всех союзных республик без отборочных игр. Изменена также формула чемпионата СССР с целью повышения спортивного накала борьбы с первых дней соревнований.

Огромное количество соревнований стало возможным проводить благодаря появлению теннисных баз во многих городах страны. В настоящее время у нас, по существу, нет проблемы в организации любого соревнования ассоциативного и международного масштаба. Свидетельство тому — недавний командный чемпионат Европы для мужских национальных команд («Юнгс Кап»), проведенный в Москве, на Малой спортивной арене в Лужниках.

В то же время следует обратить внимание на довольно узкую географию мест проведения крупнейших всесоюзных соревнований. Одна из причин этого — малая активность местных федераций.

Организация всех всесоюзных соревнований осуществлялась президиумом Всесоюзной коллегии судей, который осуществлял подбор главных судейских коллегий, контроль за работами республиканских коллегий. Всесоюзная коллегия также принимала участие в выступлениях печати, в подготовке и выпуске правил соревнований по теннису.

В 1978—1979 гг. президиум Всесоюзной коллегии судей провел реаттестацию судей по теннису на местах. Это позволило на более высоком уровне подбирать судейские коллегии для всесоюзных соревнований.

Вместе с тем в отчетном периоде наблюдалось снижение активности судей по теннису на местах. Это объясняется большой занятостью людей на основной работе. Кроме того, необходимо рассмотреть возможность поощрения общественного актива как в моральном, так и в материальном плане. К тому же следует более широко использовать общественную аудиторию для поощрения судей, отличившихся при проведении всесоюзных, республиканских соревнований.

На пленуме отмечалось, что крайне важно чаще заслушивать отчеты президиумов коллегий судей о проделанной ими работе и принимать конкретные меры по дальнейшему повышению качества судейства соревнований по теннису.

Кропотливую и нелегкую работу проводила в течение отчетного периода классификационная комиссия, которая вела учет результатов международных, всесоюзных, республиканских и городских соревнований. Достаточно сказать, что в среднем обрабатывалось более 180 отчетов судейских коллегий. Соревнования взрослого контингента теннисистов, юношей и девушек учитывались по очковой системе, а соревнования детей — по системе побед и поражений. Опыт показал, что очковая система учета спортивных результатов достаточно объективно определяет действительное соотношение сил теннисистов страны. Комиссия предполагает в дальнейшем по этой системе оценивать результаты и детских соревнований.

Классификационная комиссия участвовала в подготовке календарных планов проведения всесоюзных соревнований, в разработке положений о проведении соревнований, вела учет и проверку выполнения спортсменами нормативов на присвоение званий «Мастер спорта СССР» и «Мастер спорта международного класса». В связи с этим следует подчеркнуть, что за истекший период выполнили нормативы мастеров спорта 92 спортсмена, среди них 80% молодежи.

Анализ классификационных списков сильнейших теннисистов страны позволяет сделать выводы о росте спортивного мастерства теннисистов отдельных союзных республик. Отрицательно отметить, что в десятке сильнейших теннисистов страны стали чаще попадать молодые спортсмены. Так, можно отметить Л. Макарову и А. Зверева из РСФСР, С. Лесноку из Белоруссии, Е. Елисееву с Украины, О. Зайцеву и Ю. Сальникову из Москвы. Близи по своим результатам к спортсменам

«десятки» москвички Кашева Ю. и С. Чернева, киевлянка Е. Рыжикова, минчане Тихонко И., Террин С. и А. Демиденко, которые за последнее время сделали значительный качественный шаг вперед.

Говоря об успехах молодых теннисистов Москвы, Украины, Белоруссии, Грузии, необходимо вновь упомянуть о недостаточном внимании к воспитанию молодых теннисистов со стороны спортивных и общественных организаций Ленинграда, Азербайджана, Киргизии и Туркмении. Вызывает, мягко говоря, удивление, что такой город, как Ленинград, где есть достаточные условия для развития тенниса, в течение многих лет не может как следует наладить подготовку высококлассных теннисистов.

Говоря о развитии тенниса на местах, нельзя не сказать о положении дел в ДСО и ведомствах. По-прежнему ведущими организациями в плане подготовки теннисистов высокого класса являются ДСО профсоюзов, ВФСО «Динамо» и Вооруженные Силы.

45% теннисистов в десятках сильнейших страны — спортсмены ДСО профсоюзов, 25% — Вооруженных Сил, 30% — спортсмены динамовцы.

Дальнейший рост спортивного мастерства советских теннисистов, место советского тенниса на международной арене по многом зависит от развития массового тенниса в стране. Воспитать теннисистов, которые смогли бы по-настоящему занять место А. Метревели и О. Морозовой в сборной команде страны, возможно только при хорошо развитом массовом теннисе.

В настоящее время комиссия по массовому теннису сосредоточила внимание на создании таких организационных форм работы, как теннисные клубы. Проводится работа по определению статуса теннисных клубов. Работа самих клубов, проведение соревнований и встреч между клубами — великолепная форма популяризации тенниса. Эта форма позволяет в значительной мере расширить круг людей, желающих заниматься теннисом.

Развитие массового тенниса, равно как и мастерства наших теннисистов, неразрывно связано с популяризацией этого вида спорта, с его пропагандой. Федерация тенниса СССР считает, что комиссия по пропаганде не использовала тех возможностей, которые могли бы улучшить работу в этом плане. По-прежнему мало материалов появляется в печати, а те, которые публикуются, как правило, носят информативный характер. Комиссия по пропаганде не смогла привлечь к работе ведущих спортсменов, тренеров, специалистов тенниса. Редко появляются в печати материалы, поднимающие принципиальные вопросы развития материальной базы, инвентаря, спортивной формы.

Одним из основных условий дальнейшего массового развития тенниса является строительство теннисных площадок при застройке жилых микрорайонов. Решению этой задачи способствует



и постановление Мосгорисполкома и президиума МГСФС «О мерах по дальнейшему развитию материальной базы тенниса в Москве».

За отчетный период в нашей стране осуществлялось строительство как крытых, так и открытых теннисных кортов. На этих спортивных базах можно проводить самые разнообразные всесоюзные и международные соревнования. Только в Москве введено в строй 5 демонстрационных залов с трибунами и 22 тренировочными залами при них. Здесь же завершено строительство крытого корта стадиона «Связист» с площадками из синтетического покрытия. Новые крытые корты построены в Киеве, Риге, Таллине, Минске, Тбилиси, Красноярске и других городах.

Появление новых кортов позволило провести первые всесоюзные соревнования в Красноярске, где до этого времени практически не выступали сильнейшие теннисисты страны.

Большая заслуга в введении в строй новых теннисных кортов принадлежит энтузиастам тенниса, которые вкладывают много энергии, труда в развитие материальной базы на местах.

Там, где общественность работает в тесном контакте с партийными и государственными органами, там, где она проявляет инициативу и разумную настойчивость, там появляются новые теннисные центры и создаются условия для массового развития тенниса в стране. Там же, где федерации бездействуют, а ждут лишь указаний «сверху», довольные тем, что имеют на сегодняшний день, не думают о будущем, там нет ни массовости, ни мастерства.

На пленуме был избран новый состав президиума Федерации тенниса СССР.

Председателем Федерации тенниса СССР избран летчик-космонавт СССР дважды Герой Советского Союза Б. В. Волынов.

И. А. Кулев, возглавлявший работу президиума Федерации тенниса СССР на протяжении многих лет, избран почетным председателем президиума Федерации тенниса СССР.

Заместителями председателя президиума Федерации тенниса СССР избраны С. И. Илларионов и Г. Г. Шах-Назаров.

Ответственным секретарем избран В. А. Голенко.

## ИТОГИ УЧАСТИЯ СОВЕТСКИХ ТЕННИСИСТОВ В МЕЖДУНАРОДНЫХ СОРЕВНОВАНИЯХ 1980 г.

*Г. А. Кондратьева, член президиума Федерации тенниса СССР*

В 1980 г. советские теннисисты выступали во всех личных и командных первенствах Европы: в лично-командном чемпионате среди взрослых и юниоров, в личном первенстве девушек и юношей до 18 лет по трем возрастным группам, в командном первенстве Европы («Кингс Кап»), кубках Суабо и Софин среди девушек, Галеа и Валерия среди юношей. Самые лучшие спортсмены страны участвовали также в розыгрыше Кубка федераций среди женщин и Кубка Дэвиса, а также в одном из турниров «Гран При» в Софии, где В. Борисов занял 2-е место, проиграв в финале шведу П. Херквисту.

В лично-командном чемпионате Европы наши спортсмены победили во всех разрядах. Впервые завоевала титул чемпионки Европы Е. Елисеева из Донецка, выигравшая в финале у О. Зайцевой (Москва). У мужчин чемпионом Европы второй год подряд стал Борисов. Он одержал победу в финале над Я. Навратилом (ЧССР). 3-е место занял К. Пугаев. Женские парные соревнования выиграли О. Морозова — О. Зайцева, мужские — Борисов — С. Леонюк и смешанные — Елисеева — Борисов.

В Кубке федераций советская команда в составе Морозовой, Зайцевой, Ю. Сальникова и Ю. Кашеваровой заняла 5—8-е места. Наша команда победила спортсменов Италии (2:1) и проиграла команде США (0:3), выигравшей Кубок в финале у

австралийских спортсменов (3:0). 3-е и 4-е места заняли спортсмены Чехословакии и ФРГ.

В розыгрыше Кубка Дэвиса наша команда в 1-м круге выиграла у команды Греции со счетом 5:0, но затем уступила французским спортсменам (2:3) и выбыла из соревнований.

В командном первенстве Европы «Кингс Кап» в 1980 г. советская команда заняла 4-е место, а зимой 1981 г. — 2-е. В высшей лиге кубка участвует 8 команд, разделенных на подгруппы «А» и «Б». В 1981 г. нашу команду представляли В. Борисов, К. Пугаев, А. Зверев и С. Леонюк. Они сыграли 6 встреч в подгруппе «Б» — по 2 встречи с командами Швеции, Венгрии и Великобритании — и заняли 1-е место (проиграли только одну встречу — 1:2 — шведским спортсменам в Калмере и затем выиграли у них — 3:0 — в Москве). В финальных играх со спортсменами ФРГ наши теннисисты одну встречу выиграли, другую проиграли с одинаковым счетом — 2:1. По соотношению выигранных сетов команда ФРГ получила преимущество, отнеся нашу команду на 2-е место.

Неплохо зарекомендовала себя наша молодежь на личном первенстве Европы среди юниоров, которое проводилось в Белграде параллельно с соревнованиями сильнейших. Ю. Сальникова и С. Тетерин заняли 2-е места в одиночном разряде, Ю. Сальникова — С. Чернева и Тетерин —

Г. Дзелле — 1-е в парных, и Ю. Сальникова — Тетерин — 2-е в смешанных соревнованиях. Чемпионами Европы в одиночных и смешанном соревнованиях стали М. Скузерка и М. Лалец (ЧССР).

В чемпионате Европы среди девушек и юношей (Нинья, Франция) довольно успешно выступили девушки старшего возраста (до 18 лет). Зайцева и Чернева заняли 1-е место в паре, Зайцева заняла 3-е место в одиночном разряде, проиграв в полуфинале победительнице соревнований Н. Шотте (Нидерланды). Чернева проиграла в 1-м круге сильной теннисистке из Швеции К. Лундквист.

В возрастной категории до 16 лет 2-е место заняла Ю. Сальникова. Участники младшего возраста (до 14 лет) И. Фишкина и Н. Быкова выступили в таком соревновании впервые и проиграли в 1-м и 2-м кругах.

Юноши на чемпионате Европы, к сожалению, не порадовали. В старшем возрасте выступали А. Демиденко и К. Рачковский, в следующем

(до 16 лет) — Л. Пикублик и Г. Чукарин и в младшем — С. Гримальский и А. Ольховский. И все они проиграли свои встречи в 1-м и 2-м кругах как в одиночных, так и в парных соревнованиях.

Думается, представляет интерес сравнение итогов выступлений нашей молодежи в европейских командных соревнованиях в 1979 и 1980 гг.

В 1978 г. блестящую победу на Кубке Суабо одержали Н. Чмырева и Е. Елисеева. А вот выступления наших девушек в этом командном первенстве в 1979 и 1980 гг. было значительно слабее.

В 1979 г. сроки проведения Кубка Суабо совпали со сроками Спартакиады народов СССР, и некоторые сильнейшие девушки — члены сборных команд республик не смогли участвовать в соревнованиях Кубка. Второй состав девушек (1960—1962 гг. рожд.) был еще недостаточно подготовлен для участия в соревнованиях столь крупного ранга. Поэтому для приобретения опыта в состав коман-



*Командное первенство Европы 1981 г. в Москве. Советские теннисисты С. Леонюк (слева) и В. Борисов со ст. тренером сборной СССР Ш. Тарпищевым*

ды для участия в розыгрыше Кубка были включены девушки 16—17 лет: Ю. Сальникова, Г. Рыжикова и С. Чернева. Конечно, на высокий результат юных дебютанток соревнований мало кто рассчитывал. Тем не менее юная команда вошла в финал, победив своих более старших соперниц из Венгрии (3:0) и ФРГ (3:0). В финальном круге наши девушки проиграли Швейцарии (0:3), одержали верх над командой Австралии (2:0), но уступили сильной команде голландских девушек (1:2), заняв в итоге 6-е место.

В 1980 г. команда девушек в составе О. Зайцевой, С. Черневой и Ю. Кашеваровой сыграла уже лучше, заняв 3-е место. Наши девушки выиграли в зоне у команды Норвегии (3:0) и, получив право играть в финале (в финал из зоны допускаются две команды), как и в предыдущем году, уступили (1:2) голландским девушкам. Финальные соревнования разыгрываются среди восьми команд — победителей четырех зон.

В финальном круге советские спортсменки победили команду Великобритании (2:1) и проиграли в полуфинале австралийским теннисисткам (1:2). Во встрече за 3-е место наши девушки выиграли у команды Швейцарии (2:1). Решающей оказалась парная встреча Зайцева—Чернева — С. Жолант — И. Виллингер, которую наши девушки выиграли со счетом 6:4, 4:6, 6:3. Это был реванш за проигрыши в полуфинальной встрече на Кубке Софии в 1979 г. и в финале 1980 г.

В командном первенстве Европы 1979 г. среди девушек до 18 лет — Кубке Софии — наша команда в составе О. Зайцевой, С. Черневой, В. Миклашевской и Ю. Сальниковой выступила впервые, и довольно удачно, заняв 3-е место. При этом в зоне была одержана победа над командами Бельгии (5:0) и Италии (4:1). В первом круге финала наши девушки уступили, как и в Кубке Суабо, команде испанских спортсменок (4:1). Выиграла Кубок чехословацкая команда (3:1). В 1980 г. советская команда заняла уже 2-е место. В составе нашей команды по сравнению с составом предыдущего года была лишь одна замена: вместо В. Миклашевской играла Ю. Кашеварова. Одержав в зоне победы над командами Румынии (5:0) и Швеции (4:1), в финальном этапе наши девушки победили (выиграли все одиночные встречи) команду Чехословакии (4:1). Это была памятная победа. Ведь чехословацкая команда — одна из самых сильных и перспективных команд Европы! В 1980 г. девушки из ЧССР выиграли Кубок Суабо.

В финальной встрече за обладание Кубком Софии повторить свой успех нашим девушкам не удалось: они проиграли постоянно встречающейся на их пути команде Швейцарии (2:3), которую они сумели обойти в этом году на Кубке Суабо.

В командном первенстве Европы среди юниоров — Кубке Галеа — за последние два года наши юниоры выступают очень слабо. В 1979 г. И. Пилипчук и С. Тетерин не попали в финал соревнований, заняв только 3-е место в зоне: они

проиграли в 1-м круге команде Аргентины (2:3), а во встрече за 3-е место победили венгерских юниоров (4:1).

В 1980 г. новый состав советских юниоров был значительно сильнее. Участники команды А. Зверев, С. Леонюк, И. Тихонко и С. Тетерин сделали за этот год заметный скачок в своем спортивном росте. Это не замедлило сказаться на результате их выступлений в Кубке Галеа. Они заняли 4-е место в финале. В зональных соревнованиях наша команда выиграла у команд Ирландии (5:0) и Норвегии (5:0), затем у ФРГ (4:1) и вырвала победу у сильной команды Австралии (3:2). В финальном круге нашим юниорам не удалось повторить свой успех; во встрече с испанскими соперниками они проиграли со счетом 2:3; Зверев — Тихонко выиграли в пяти партиях разную встречу, но из



Чемпионка Европы 1981 г. в парном разряде О. Зайцева

четырёх одиночных команда проиграла три. В борьбе за 3-е место наши юниоры проиграли (1:2) команде Аргентины, более слабой, чем австралийская.

1-е место в Кубке Галеа в 1980 г. заняла команда Франции, победив в финале (4:1) испанских теннисистов.

В Кубке Валерия 1979 г. — юниорском командном первенстве наши юниоры выступили несколько лучше, чем юниоры, они заняли 4-е место в финале, который разыгрывался в Австрии.

В зоне в первой же встрече команда СССР (С. Тетерин, А. Демиденко, К. Рачковский и Д. Ломанов) играла с сильной командой юношей ЧССР и победила со счетом 3:2. Выиграл первый номер команды С. Тетерин, четвертый номер Ломанов и пара Тетерин — Демиденко у сыгранной пары Э. Ял—Я. Честер (6:4, 3:6, 6:4). С таким же счетом наши юниоры лишили австрийскую команду возможности попасть в финал, а сами получили этот пропуск. Но на этом их победы закончились. В финальном круге они проиграли сначала команде ФРГ (1:4) — выиграл только самый младший участник команды, Ломанов, затем заняли 4-е место, проиграв в борьбе команде Франции (2:3). Рачковский (1961 г. рож.) в этих соревнованиях не привнес команде ни одной победы.

В 1980 г. выступление наших юношей (А. Демиденко, К. Рачковский, Д. Ломанов и Г. Делле) в Кубке Валерия было совсем неудачным — они не попали в финальные соревнования. В 1-м круге зоны наши юниоры победили венгерских спортсменов (4:1), но итальянские соперники оказались сильнее. Наши юниоры проиграли (2:3).

Какие же выводы можно сделать по результа-

там выступлений нашей молодежи в европейских личных и командных соревнованиях?

Сильнейшие юниоры и девушки из таких теннисных стран, как Чехословакия, Англия, ФРГ, Франция, Швейцария, Швеция, Голландия, Италия, достигают спортивного мастерства в более раннем, чем у нас, возрасте. Это наше отставание подтвердилось результатами наших молодых спортсменов в юниорских личных первенствах Европы 1979—1980 гг., где они в возрасте 13—14 и 15—16 лет, особенно юниоры и мальчики, оказались гораздо слабее подготовленными, чем их сверстники. Очевидно, что у нас хромает методика подготовки детей в младших возрастах.

Как следствие недоработок в детском возрасте, остаются недостатки в технике и тактике игры нашей молодежи. В мастерстве сильнейших юниоров, хотя они в основном играют в современном атакующем стиле, владеют в той или иной степени умением играть по всей площадке, недостает стабильности игры как в течение одной встречи, так и в целом в соревновании, умения приспособиваться к игре разных по стилю соперников, менять тактику игры в зависимости от того, на каком покрытии прохлдит соревнование.

Наши юниоры не оснащены достаточным разнообразием технических и тактических приемов, а многие имеют недостатки в технике исполнения некоторых ударов. Отсюда отсутствие точности в их исполнении. Некоторые девушки не обладают достаточной быстротой передвижения по площадке, не владеют завершающими ударами. Все эти недостатки надо тщательно устранять, хотя в более старшем возрасте это труднее делать, чем в детском.

## НАУКА — ПРАКТИКЕ

### НЕКОТОРЫЕ НОВЫЕ ПОДХОДЫ К ОПТИМИЗАЦИИ И СОВЕРШЕНСТВОВАНИЮ ТЕХНИКИ

С. Белиц-Гейман, председатель Научно-методического совета Федерации тенниса СССР, профессор

«Период переоценки ценностей» — так нередко называют последнее пятилетие развития мирового тенниса. Немало нового возникло в технике и тактике, осуществлялся энергичный и широкий поиск новых путей спортивного совершенствования с использованием самых современных данных науки.

В подготовке сильнейших теннисистов все отчетливее просматривается тенденция «всеобъемлющей активности», атлетизма, придания игре все более мощного, универсального и одновременно

творческого характера. Широкое применение мощных крученых ударов с тонко вариативными видами вращения мяча привело к усилению игры с задней линии, расширило возможности обводки при выходах противника к сетке. На развитие специализированной материальной базы, а в итоге и на развитие самой игры все большее влияние оказывает научно-технический прогресс. Хорошим примером в этом отношении может служить использование для крупнейших соревнований площадок с новыми синтетическими покрытиями,

каждое из которых отличается сугубо специфическим отскоком мяча. Это новшество с особой остротой ставит перед теннисистами вопрос о воспитании способности быстро адаптироваться к самым различным игровым условиям, очень тонко варьировать с их учетом технику и тактику.

Появление различных новшеств в мировом теннисе требует от советских специалистов всемерной активизации творческого поиска в области главных научно-методических проблем, и прежде всего в области оптимизации соревновательной деятельности и системы подготовки к ней. Совершенно естественно, что такой поиск должен осуществляться на основе единства теории и практики, опираться на самые современные научные данные. При этом важно, чтобы источниками научных данных служили не только давно сложившиеся традиции науки, но и новые научные дисциплины, такие, например, как общая теория тенденций, теория конфликтной деятельности, системно-структурный анализ. Примечательно, что советские специалисты по теннису, как и их отдельные коллеги по специальности в Чехословакии, ФРГ, США, Швейцарии, уже предприняли первые попытки рассмотреть ряд специализированных вопросов как бы через призму некоторых положений, выдвигаемых в перечисленных научных дисциплинах. В сборниках «Теннис» последних лет уже публиковались материалы некоторых исследований, подготовленных с использованием отдельных положений этих новых научных дисциплин, применительно к рассмотрению тенденций развития мирового тенниса.

В данной статье, которая носит методологический характер, говорится о дальнейшем развитии исследований в области оптимизации и совершенствования соревновательной деятельности, и прежде всего спортивной техники.

Сначала несколько вводных слов о теории конфликтной деятельности — новой научной дисциплине, которая, безусловно, может рассматриваться в качестве важного источника методологических рекомендаций для теории и практики спорта (соревновательную деятельность целесообразно рассматривать в качестве одной из форм конфликтной деятельности). Данная научная дисциплина рассматривает главным образом следующие проблемы: структуру, тенденции развития и основные характеристики эффективности деятельности, оптимизацию деятельности и управление ею, систему подготовки к деятельности (она широко использует системно-структурный анализ и многие положения общей теории тенденций). Отмеченные проблемы практически составляют предмет исследований и спортивной науки. С уверенностью можно предположить, что последняя обогатится, если специалисты в области спорта познакомятся с опытом своих «смежников».

Сначала разберем в самом элементарном плане отдельные структурные вопросы, имеющие наиболее близкое отношение к соревновательной дея-

тельности. При этом будем руководствоваться такой рекомендацией: всякое исследование должно начинаться с четкого определения предмета исследования, его структуры и места в системе, частью которой он является (применительно к данной статье это касается главным образом спортивной техники).

Прежде всего, теория конфликтной деятельности предполагает рассмотрение борьбы сторон в качестве целостной динамической системы с тремя структурными элементами (подсистемами) стратегией, тактикой и приемами деятельности (навыками и их связками), находящимися, с одной стороны, в теснейшей взаимозависимости, с другой — отличающимися и известной автономностью.

Один из видных специалистов в области теории конфликтной деятельности приводит образное сравнение: как в человеке, единой социально-биологической системе, всегда функционируют и тесно взаимодействуют нервная система, сердечно-сосудистая и дыхательная, так и в процессе конфликтной борьбы всегда должны присутствовать системы «союзники»: стратегия, тактика и приемы деятельности.

При определении каждого из структурных элементов надо учитывать их неразрывную связь в целостном процессе спортивной борьбы и специфические особенности в конкретном виде деятельности. С учетом этого подхода предлагается такое определение спортивной техники.

Техника — это комплекс двигательных приемов соревновательной деятельности — систем движений, оптимизируемых на основе критериев рациональности исполнения и стратегико-тактической результативности (совершенно очевидно, что такое определение может быть отнесено только к видам спорта типа спортивных игр и единоборств; оно не отражает в полной мере специфику многих других спортивных дисциплин, к примеру легкоатлетических прыжков и метаний, гимнастики).

Выраженный в этом определении подход к технике ориентирует на два важных вывода, имеющих прямое отношение не только к оптимизации техники, но и к ее постановке и совершенствованию. Во-первых, эффективной может быть признана только техника, позволяющая реализовывать передовые стратегико-тактические замыслы; во-вторых, оценка техники должна предусматривать единство критериев оптимальности исполнения и критериев стратегико-тактической эффективности. Это единство должно строго учитываться при обосновании техники с позиций биомеханики.

Для разработки проблем спортивной техники важно рассмотреть также структуру соревновательной деятельности с позиций состава ее действий, различаемых по уровню взаимосвязи и автономности, а также специализированную структуру самого действия.

В теории конфликтной деятельности предпологается выделение двух групп действий: односторонних, отличающихся высокой степенью самостоятельности, и действий, объединенных в «связки», называемые

«операциями» (примером односторонних действий в теннисе может служить нападающая подача, ориентированная на немедленный выигрыш очка, а примером операции — серии ударов, составляющие тактические комбинации). Здесь важно коснуться одной существенной структурной особенности. Связка действий не является простой суммой их составляющих. Объединяясь в комбинации, действия известным образом преобразуются с учетом решаемых задач, взаимного влияния. Сказанное ведет к существенному, чисто методического характера заключению, получившему солидное экспериментальное обоснование: главный упор при постановке и совершенствовании действий целесообразно делать на освоение связей, осуществляемых в условиях, моделируемых наиболее существенные, экстремальные ситуации борьбы.

Тут возникает и другой вопрос, который, если к нему подойти достаточно глубоко, имеет принципиальное, как мы увидим дальше, значение для оптимизации, постановки и совершенствования техники: является ли сам по себе прием техники в условиях соревновательной игры именно тем отдельным действием, которое составляет главную структурную единицу игры? Ответ может показаться на первый взгляд странным: и да и нет! Дело в том, что прием техники, выполненный у тренировочной стенки, по своей структуре, ряду важных особенностей отличается от своего собрата в условиях соревновательной игры. Этот собрат по своему уровню значительно выше, сложнее, он становится воплощением не только чисто «двигательного мастерства», но и тактики, а иногда и стратегии. Его уверенно можно назвать соревновательным действием, которое имеет более сложную структуру, принципиально отличную по ряду особенностей от той, которая характерна для приема техники, выполняемого вне условий непосредственной спортивной борьбы.

Теория конфликтной деятельности предусматривает выделение в действиях, осуществляемых в условиях непосредственной борьбы сторон, прежде всего следующие пять структур: 1) поиска и приема внешней информации, представляющей стратегико-тактическую ценность; 2) прогнозирования; 3) выбора и принятия решения; 4) двигательного выполнения решения; 5) «физического обеспечения» (выражается обусловленностью действий, использованием физических качеств).

Характерны ли действия теннисиста именно такой структурой? Чтобы ответить на этот вопрос, проанализируем наиболее характерные (ответные) действия теннисиста.

Перед ударом теннисист осуществляет избирательный поиск и прием ценной информации: на фоне общего восприятия игровой обстановки ищет в движениях соперника также обычно еле заметные детали движений, внешнего вида, поведения, которые рассматривали бы его намерения в первую очередь (куда и как будет направлен мяч, какую стратегико-тактическую направленность приобретает действие) и позволили бы осуществлять прогнози-

рование или, во всяком случае, как минимум наиболее быстрое реагирование на уже выполненный удар соперника.

Затем теннисист принимает решение о собственном ответе: какую стратегико-тактическую направленность ему придать и какой конкретно вариант удара использовать (очень сильный или средней силы, крученный или резаный, по восходящему мячу или по снижающемуся при отскоке, прямой или диагональный и т. д.). Тут же вступает в действие структура двигательного исполнения, характеризующаяся непосредственным выполнением комплекса движений для данного приема техники. Эта структура неразрывно связана со структурой «физического обеспечения», так как совершенно очевидно, что для выполнения отдельных движений необходимо проявление на определенном уровне физических качеств: силы, быстроты, гибкости, а также способности к расслаблению и др.

Приведенный чисто логический анализ позволяет утверждать: действия теннисиста по своей структуре типичны для конфликтной деятельности и поэтому в принципе могут подвергаться анализу и оптимизации на основе главных положений этой научной дисциплины. Понятно, что такое утверждение нельзя распространять на те виды спорта, где соревновательная деятельность не связана с непосредственной борьбой с «живым соперником». Так, например, в гимнастике и легкоатлетических метаниях практически отсутствуют главные элементы информационно-поисковой структуры, связанные с процессами стратегико-тактического прогнозирования и выбора решений в том виде, как это имеет место в спортивных играх и единоборствах. Забегая вперед, отметим, что один из наиболее существенных недостатков процесса постановки техники у теннисистов как раз и заключается в преимущественном использовании методических подходов, практически заимствованных из «неродственных» для тенниса видов спорта, не отражающих в полной мере особенности структуры действий теннисиста.

В дополнение к приведенным структурным подходам приведем основные характеристики деятельности, от которых в первую очередь зависит ее результат.

Наиболее прямое отношение к соревновательной деятельности имеют следующие характеристики:

1. Соответствие деятельности правильно выбранным стратегическим целям и тактическим задачам.

2. «Творческий потенциал» деятельности, выражающийся главным образом в выборе и реализации оптимальных стратегико-тактических решений.

3. Уровень активности, гибкости, вариативности и стабильности деятельности, а также использования в ней фактора неожиданности.

4. Качественный уровень приемов деятельности (навыков и их связей), характеризуемый в первую очередь критериями рациональности исполнения, стратегико-тактической эффективности, «мерой един-

ства» специализированных структур действий.

Примечательен такой факт. Ученые, изучавшие развитие в историческом плане различных форм конфликтной деятельности, единодушно пришли к заключению, что формирование передовых тенденций развития деятельности отличалось и отличается повышением значимости перечисленных характеристик. Отсюда вытекает важный в методологическом плане вывод: дальнейшую оптимизацию деятельности (в том числе и соревновательной) и системы подготовки к ней целесообразно ориентировать на все более прочное «внедрение» в нее этих характеристик.

А теперь посмотрим на сложившиеся подходы к оптимизации, постановке и совершенствованию техники как бы через призму приведенных выше структурных подходов и характеристик деятельности.

Прямо надо признать, что оптимизация техники тенниса все еще во многом носит изолированный характер по отношению к целостному, очень разнообразному и сложному процессу соревновательной игры, к стратегии и тактике и фактически сводится к поиску средних — годных для всех случаев «игровой жизни» — вариантов ударов и попыткам обосновать их особенности выполнения с биомеханических позиций, причем без учета их соответствия критериям стратегико-тактической эффективности.

Показать это можно на следующем примере. Немало наших теннисистов освоили модели техники с демаскирующими замыслами деталями движений, которые позволяют опытным соперникам свободно осуществлять прогнозирование. В результате эффективность действий значительно снижается из-за отсутствия в них очень важного стратегико-тактического фактора неожиданности. Так, с позиций «чистой» биомеханики совершенно очевидно, что при ударах справа и слева целесообразно как можно раньше как бы издавляя нацеливать все ударное движение строго в направлении, по которому намечается послать мяч. Однако по такому заранее «расскрепеченному», казалось бы, оптимальному ударному движению наблюдательный противник нередко получает возможность прогнозировать направление удара.

Примечательны в этом отношении следующие мысли двух ведущих теннисистов мира, шведа Б. Борга и американца Д. Макжироа, о связи техники с фактором неожиданности.

— При обходе соперников у сетки, — утверждал на одной из пресс-конференций Б. Борг, — я стремлюсь к максимальной неожиданности. Сначала стараюсь началом выноса ракетки на мяч показать сопернику, что готовлю удар в одном направлении, а затем быстро и неожиданно «преобразовываю» движение удара в другую сторону. Во время тренировок, в том числе и у тренировочной сетки, специально стараюсь закрепить такую подготовку к удару, которая по расположению ног и туловища затруднила бы сопернику разгадывать направление готовящегося удара. Я не боюсь в

соревнованиях жертвовать удобством выполнения удара ради преподнесения сопернику сюрпризов.

А вот слова Д. Макжироа о достоинствах его «известного соперника Б. Борга: «Для меня Б. Борг — постоянная загадка. Против него очень трудно действовать у сетки, так как никогда не знаешь, куда он сыграет. Его техника отличается поразительной способностью маскировать истинные замыслы».

Итак, образно выражаясь, техника с движениями под грифом «совершенно секретно» с точки зрения маскировки реализуемого с помощью удара замысла — вот одна из важнейших установок, которые должны лечь в основу оптимизации техники тенниса. Такой подход требует оценки техники с несколько необычной позиции — ее непосредственного зрительного восприятия противником. Примечательно в этом отношении замечание многократного чемпиона СССР А. Метревели: «Чтобы по-настоящему оценить технику теннисиста, нужно самому с ним хорошенько поиграть со счетом».

Очень часто при оценке техники забывают о критериях ее эффективности, концентрируя внимание только или преимущественно на критериях рационального выполнения движений. Особенности выполнения движений и результат следует рассматривать в единстве. Критерии рациональности исполнения выражают основные биомеханические особенности систем движений, определяющие в итоге высокую эффективность приема техники в конкретных условиях спортивной борьбы. Здесь очень важно подчеркнуть и суть нового подхода к биомеханическому обоснованию движений. Во многих видах спорта, в том числе и в теннисе, сложилась традиция поиска оптимального варианта удара в неких идеальных условиях, когда имеется реальная возможность как бы слить воедино движения всех частей тела и наиболее рационально, в определенной последовательности их использовать. К примеру, такой общепризнанный классический вариант движений при ударах справа и слева выглядит в общих чертах примерно следующим образом: прием техники выполняется в движении теннисиста на мяч; вынос руки с ракеткой для удара сочетается со свободным поворотом туловища вперед и работой ног «по хопу» удара; мяч отражается в «удобной» точке — примерно на высоте пояса, на достаточном расстоянии от туловища — сбоку и чуть впереди от него; «насливание» усилий при проведении ударного движения происходит по типу легкоатлетических метаний в такой последовательности: ноги — туловище — рука с ракеткой.

Такой классический вариант составляет основу начальной технической подготовки, и тренеры справедливо рекомендуют начинающим при первой возможности стараться выполнять удар в соответствии с идеальными предписаниями.

А что происходит с этим классическим вариантом в реальных условиях острой, соревнова-

тельной игры? Нередко он настолько изменяется, что его трудно узнать. Примечательны в этом отношении данные, полученные шведскими специалистами, которые провели специальную запись игры Б. Борга во время его пятисетового финального матча в Уимблдоне с Д. Макжироа в 1980 г. Оказалось, что Б. Борг только около 20% всех своих ударов по отскокшему мячу выполнял в классических положениях.

В настоящее время назрела необходимость перейти к следующему, более высокому этапу оптимизации техники тенниса, в основе которой лежат варианты ударов, отличающиеся различной тактической направленностью, выполняемые в различных игровых условиях, преимущественно в экстремальных, и отличающиеся различной степенью активного участия в ударах различных частей тела.

В спортивной практике нередко можно столкнуться с таким фактором. При наблюдении за теннисистом во время тренировки, когда практически отсутствуют экстремальные игровые условия, складывается самое приятное впечатление о его технике. Подавляющее большинство ударов он выполняет в удобных «классических», хорошо контролируемых положениях. Однако стоит такому теннисисту начать играть со счетом с сильным соперником, как впечатление сразу в корне меняется. В несложных игровых условиях он продолжает действовать успешно, но, как только игровые ситуации приобретают экстремальный характер, спортсмен оказывается просто беспомощным: стараясь каждый раз осуществить удар строго по всем академическим правилам, он практически не успевает выполнить весь привычный для него комплекс строго последовательных движений. В результате многочисленные ошибки. И вот что не менее примечательно. Такие теннисисты нередко являются учениками самых прилежных тренеров, которые буквально часами точно, безошибочно «подкидывают» мячи своим воспитанникам, создавая облегченные условия для многократного выполнения ударов.

Наблюдения за игрой сильнейших теннисистов мира и анализ материалов киносъемки их действий показывают, что одна из главных особенностей высокого мастерства — это сохранение высокой эффективности ударов именно в экстремальных условиях. Вот тут-то и возникает очень важный теоретический и практический вопрос: нужно ли специально исследовать и практически осваивать «неакадемические» варианты техники или они должны составлять так называемую естественную игровую импровизацию? Ответственный и зарубежный опыт, особенно последних лет, позволяет ответить на этот вопрос утвердительно.

Примем сильной очень косвой подачи, когда теннисист еле-еле успевает отразить мяч в далеком броске «стрелой» в сторону; прием сильной подачи, направленной прямо в игрока, когда последний еле-еле успевает увернуться от мяча, удары справа и слева в момент быстрого отступления — вот

отдельные примеры вариантов технических приемов, которые могут по особенностям выполнения не вписываться в привычную классическую схему движений, но требуют солидного теоретического обоснования и специального внимания в тренировке. Здесь же уместно будет привести такой совет: если игровые условия позволяют, целесообразно стараться выполнять удары по всем академическим правилам, однако при отсутствии таких условий надо смело идти на целесообразные отступления, не связывая себя строгой академической схемой.

В соревновательной игре, особенно в экстремальных ситуациях, многие удары как бы объединяются в своеобразные связки. Причем от того, чем характерно следующее звено связки, во многом зависит окончание удара. Так, при ударах справа и слева во время быстрого челночного передвижения из угла в угол площадки окончания ударов будут нацелены на быстрейший «выход» из удара, «поворот» всех движений в сторону передвижения в противоположную сторону. Аналогичным примером может служить и прием укороченного мяча в момент быстрого рывка к сетке с последующим быстрым отбеганием назад и выполнением удара над головой в прыжке вверх-назад.

Важно, чтобы в процессе совершенствования техники первостепенное внимание обращалось на связки ударов, которые используются в сложных, экстремальных соревновательных условиях.

Одно из главных методических предложений можно сформулировать так: от совершенствования академической техники как бы в чистом виде к совершенствованию прежде всего соревновательного действия, осуществляемого в условиях, максимально приближенных к обстановке напряженной борьбы, моделирующей экстремальные соревновательные ситуации.

Здесь важно подчеркнуть следующую, пожалуй главную, идею. Совершенствование действия рекомендуется осуществлять преимущественно в обстановке максимальной связи и активизации всех структур соревновательного действия, обращать особое внимание на связь первых трех структур, носящих психологический характер, с двумя последующими структурами — двигательной и «физического обеспечения».

Главным фактором неожиданности в действиях противника считается направление удара. Оно-то в первую очередь и подлежит прогнозированию, особенно в острых игровых ситуациях.

Представляют интерес в связи с этим экспериментальные данные, характеризующие особенности двигательных реакций теннисистов. При этом измерялась быстрота их простой и сложной реакции. Причем сложные реакции различались по числу так называемых факторов сложности — числу раздражителей от двух до шести. Был обнаружен феномен реакции теннисиста. Как известно, по мере усложнения реакции ее время возрастает. Однако у теннисистов при трехсложной и четырехсложной реакции это возрастание не

наблюдается вовсе или носит совсем незначительный характер.

Объяснение этому феномену нашли не сразу. Когда проанализировали экстремальные игровые ситуации, то выяснилось, что теннисист действует в условиях реагирования на три или максимум четыре фактора неожиданности направлений ударов противника (в игре у сетки: вправо — влево — в игрока — или через него «свечой»; в игре у задней линии: вправо — влево — в середину площадки — укороченным у сетки).

Эти данные целесообразно учесть при разработке предложений по совершенствованию техники. Прежде всего рекомендуется широко использовать игровые упражнения, в которых вводятся три-четыре фактора неожиданности и теннисисту дается задание по ним прогнозировать действия партнера по упражнению.

Представляют интерес и данные педагогических экспериментов, которые подтверждают взаимосвязь структур действий и возможность создания условий для их комплексной активизации, а значит, и для совершенствования.

У большой группы теннисистов-перворазрядников были замерены показатели быстроты трех-сложной и четырехсложной реакции и быстроты реакции прогнозирования. Затем часть группы продолжала совершенствовать технику по-старому — в условиях, когда «психологические структуры» практически были как бы в замороженном состоянии (в упражнениях отсутствовал комплекс факторов неожиданности). Другая часть группы совершенствовала технику преимущественно по-новому — в сложных игровых условиях при наличии трех-четырех факторов неожиданности.

Примерно уже через месяц занятий приборы показали улучшение показателей специализированных реакций у этой второй подгруппы, тогда как у занимающихся в первой подгруппе они оставались прежними.

Результаты этого эксперимента могут служить одним из подтверждений правильности вывода, сделанного специалистами в области теории кон-

фликтной деятельности: если в процессе совершенствования двигательного действия внимание обращается преимущественно на двигательную структуру и структуру «физического обеспечения», то тем самым наносится непоправимый вред развитию структур психологического характера, которые во многих ситуациях острого противоборства могут приобретать решающее значение.

В заключение приведем общие методические рекомендации:

1. Техническая подготовка (начальная и на этапе совершенствования) должна самым тесным образом увязываться с тактико-стратегической подготовкой, отражать передовые тенденции развития соревновательной деятельности, ее стратегико-тактические принципы.

2. Главное внимание целесообразно обращать на постановку и совершенствование целостных соревновательных действий при максимальной активизации всех их структур (а не отдельных приемов техники как бы в чистом виде, выполняемых в облегченных условиях при отсутствии полного комплекса основных факторов неожиданности).

3. Начиная с начального этапа подготовки надо осваивать и систематически совершенствовать широкий круг разнообразных вариантов приемов техники, используемых применительно к решению разнообразных тактических задач; отдельные приемы техники систематически объединять в связки, используемые в ситуациях, моделирующих наиболее сложные, экстремальные соревновательные условия.

4. Совершенствование техники целесообразно осуществлять с постоянной ориентацией на достижение высокого уровня мастерства как по критериям рациональности исполнения, так и по критериям стратегико-тактической результативности.

5. Одной из важных задач во время выполнения разнообразных игровых упражнений должно стать формирование психологических установок, соответствующих необходимой направленности и содержанию прогнозирования и быстрого реагирования.

## МАКСИМАЛЬНАЯ АНАЭРОБНАЯ МОЩНОСТЬ КАК ВАЖНЕЙШИЙ ПОКАЗАТЕЛЬ ВЫНОСЛИВОСТИ ТЕННИСИСТОВ

*Н. Ю. Верхошанская, аспирант ЦПОЛИФКа,  
А. М. Васильев, студент ЦПОЛИФКа*

алактатных анаэробных возможностей — максимальная анаэробная мощность.

Взаимосвязь этого показателя с такими качествами, как быстрота и скоростная выносливость, обуславливает его высокую значимость в таких

видах спорта, как легкая атлетика (спринтерский бег), футбол, хоккей, волейбол, баскетбол. Большое значение он должен иметь и для теннисистов, что объясняется особенностями игровой деятельности в теннисе.

Известно, что средняя продолжительность розыгрыша отдельного очка равна приблизительно 8—15 сек., пауза отдыха между ними длится около 12—15 сек., общая же продолжительность всего матча колеблется в больших пределах — от 40 мин. до 2—3 час., а в ряде случаев и более. Таким образом, игра в теннис представляет собой продолжительную прерывистую физическую нагрузку перемежаемой интенсивности.

Уже сравнительно давно было высказано предположение об одинаковой доле участия в этом процессе аэробных и анаэробных механизмов преобразования энергии.

Кратковременные периоды интенсивной деятельности (розыгрыши мяча) не могут обеспечиваться аэробным путем (за счет энергии, выделяемой при сгорании углеводов в присутствии кислорода), так как при этом не могут в необходимой степени активизироваться функции дыхания и кровообращения. В таких случаях организм использует в качестве источника энергии внутримышечные запасы вещества креатинфосфата. Энергия, которая образуется при распаде этого вещества, хватает на несколько секунд высоконтенсивной деятельности, после чего при дальнейшем ее продолжении наступает исчерпание запасов креатинфосфата и перекладывается на использование в качестве основного источника энергии другого вещества — мышечного гликогена. При разрывании этого процесса, называемого анаэробным гликолизом, происходит накопление в мышцах, а затем и в крови конечного продукта — молочной кислоты, или лактата, что влечет за собой нарушение кислотно-щелочного равновесия в организме — важнейшего условия его нормальной жизнедеятельности. При значительной концентрации молочной кислоты человек испытывает неприятные ощущения, которые приводят нередко к полному отказу от работы.

Устранение молочной кислоты происходит с помощью аэробных процессов в периодах восстановления и требует более продолжительного времени, чем его накопление во время работы (в зависимости от степени накопления лактата этот процесс может продолжаться от нескольких минут до получаса и более). Таким образом, очевидно, что тем 12—15-секундных перерывов, которые возникают в ходе встречи, не может хватить для восстановления, если в энергообеспечении розыгрыша очка основную роль будет играть гликоген, а постоянное недовосстановление приведет к тому, что спортсмен не сможет довести матч до конца. Вначале у него появятся на первый взгляд совершенно необъяснимые ошибки в игре, а затем и ощущение сильной усталости. Для того чтобы подобные явления не мешали теннисисту играть в современный скоростной теннис, ему нужно, во-первых, обладать таким «запасом» топлива, кото-

рый позволит ему «снизить себестоимость» каждого отдельного розыгрыша очка (т. е. затраты энергии на розыгрыш отдельного очка будут составлять меньший процент от максимальной мощности, которую может проявить спортсмен в условиях однократной кратковременной высоконтенсивной деятельности). И, во-вторых, необходимо как можно быстрее восстанавливаться в паузах отдыха. Первый фактор обусловлен наличием в организме спортсмена достаточных запасов доступного для использования креатинфосфата, второй — высоким уровнем развития аэробных возможностей. Таким образом, улучшение выносливости теннисистов может происходить как за счет первого фактора, так и за счет второго или обоих вместе. Последний вариант, по-видимому, наилучший, так как обеспечивает наивысшую степень развития специфической теннисной выносливости.

Результаты исследования, проведенного на кафедре тенниса ЦПОЛИФКа, показали, что у наших теннисистов с ростом мастерства не повышаются алактатные анаэробные возможности, если таковые и наблюдаются, происходит, по-видимому, за счет аэробных возможностей. Мастера спорта и члены сборной команды страны по величине максимальной анаэробной мощности ничем не отличались от спортсменов-второразрядников.

Столкнувшись со столь явным несоответствием между тем, что должно быть, и тем, что есть, в самом деле, и пытаясь найти причины, мы проанализировали характер тренировок обследуемых спортсменов. Результаты опроса показали, что подавляющее большинство из них не знает, как следует строить тренировки, направленную на развитие качества, обеспечивающих специальную выносливость в теннисе. И если некоторого повышения уровня аэробных возможностей можно достичь просто за счет увеличения объема тренировок, то даже для небольшого сдвига в уровне алактатных анаэробных возможностей необходима специально организованная тренировка.

Каковы же тренировочные методы, которые можно использовать для повышения уровня указанного показателя? Существует несколько видов упражнений, направленных на повышение уровня алактатных возможностей. Первый из них заключается в выполнении основного соревновательного упражнения с максимальной или околомаксимальной интенсивностью. Так, легкоатлеты-спринтеры пробегают 30-метровые отрезки с околомаксимальной скоростью сериями по 3—4 раза через 2 мин. отдыха между каждым пробегом и 10-минутным отдыхом между каждой серией. Всего в тренировке выполняется от 4 до 8 серий. Борцы классического стиля примерно в таком же режиме выполняют серии специальных упражнений — бросков чучела. Теннисисты, по-видимому, могут использовать серии игровых упражнений на площадке, моделирующие максимально возможную интенсивность игры.

Важное условие таких тренировок — получение информации об интенсивности выполнения упражнений (например, о максимальном количестве ударов, выполненных в одной серии). Если интенсивность в каждом новом повторении начинает снижаться, упражнение прекращается.

Смысл второго вида упражнений заключается в том, чтобы периодически добиваться наиболее значительного расхода адреналина резервов. С этой целью можно проводить 8—10-секундные пробежки (можно с утяжеленным поясом) в гору

или по крутой лестнице через две ступени, выполняемые с паузами 3 мин.

И, наконец, для повышения уровня адреналина возможностей можно использовать силовые и скоростно-силовые упражнения, которые позволяют повысить эффективность энергетических источников (методика использования упражнений описана в статье «Тренировочная программа для совершенствования скоростно-силовых качеств теннисистов»).

### ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ И ТЕСТЫ ДЛЯ ЕЕ ОПРЕДЕЛЕНИЯ

*А. П. Скородумова, кандидат педагогических наук, мастер спорта, М. И. Шмагина, тренер*

Разработка средств и методов педагогического контроля, применение которого позволило бы достаточно точно определять уровень развития физических качеств теннисистов, имеет большое значение для совершенствования тренировочного процесса в целом.

Прежде чем определять уровень развития физических качеств игроков, мы еще раз уточнили, какие физические качества необходимы современному теннисисту в большей степени. С этой целью был проведен опрос ведущих тренеров СССР. Мнения специалистов были достаточно единодушны. Об этом свидетельствует высокий коэффициент конкордации (согласованности), равный 0,74.

На основе результатов опроса были выделены следующие физические качества:

- I. Быстрота.
  - а) быстрота двигательной реакции,
  - б) быстрота одиночного движения,
  - в) быстрота набора скорости.
- II. Общая выносливость.
- III. Специальная выносливость.
- IV. Скоростно-силовые способности.
- V. Гибкость в сочетании с силовыми проявлениями.

VI. Координационные способности. Оценка уровня развития указанных качеств ведущих теннисистов проводилась после выполнения ими следующих двигательных заданий (тестов):

1. Скоростные способности:
  - а) быстрота реакции (м/сек),
  - б) бег на 6 м (сек.),
  - в) бег на 30 м (сек.).
2. Скоростно-силовые способности:
  - а) четверной прыжок способом тройной (м),
  - б) метание набивного мяча весом 1 кг (м),
  - в) выпрыгивание вверх по Абалакову (м).
3. Выносливость в различных проявлениях (скоростная выносливость, скоростно-силовая, выносливость в сочетании с гибкостью, общая выносливость):

а) вьукратное пробегание пяти 4-метровых отрезков, расположенных веером (сек.),

б) имитация игры с лета с доставанием набивного мяча в течение 1 мин (колич. раз),

в) прыжки «кенгуру» (колич. раз),

г) из исходного положения лежа перекрестное доставание локтем колена: мужчины — 26 раз/мин в стандартном темпе, женщины — 24 раз/мин (колич. раз),

д) тест Купера (модифицированный) — время бега 6 мин (м)

4.  $RWC_{170}$  (две трехминутные нагрузки различной мощности).

В табл. 1 представлены средние величины, полученные в данных тестах, их стандартные отклонения, коэффициенты надежности и информативности.

Результаты тестирования дают основание считать, что наиболее информативными тестами для оценки физических качеств теннисистов в настоящее время можно считать:

1. Тест для оценки быстроты двигательной реакции.

2. Бег на 6 м.

3. Бег на 30 м.

4. Двукратное пробегание пяти 4-метровых отрезков, расположенных веером.

5. Четверной прыжок способом тройной.

6. Метание набивного мяча движением подачи.

7. Из исходного положения лежа перекрестное доставание локтем колена.

8. Тест Купера (модифицированный).

9.  $RWC_{170}$ .

Подобные исследования широко проводятся за рубежом: в Чехословакии, Австрии, ФРГ и ряде других стран. Для нас безынтересны результаты, получаемые специалистами этих стран.

В специальном теннисном центре в Ганновере (ФРГ) было установлено, что для оценки уровня физической подготовленности теннисистов целесообразно применять следующие двигательные задания (тесты):

Таблица 1

Контрольные упражнения	Пол	$\bar{x}$	$\sigma$	$r_{надежн}$	$r_{информ}$
1. Быстрота реакции (м/сек.)	Муж	0,35	0,11	0,54	0,04
	Жен	0,32	0,03	0,59	0,69
2. Время бега на 6 м (сек.)	Муж	1,28	0,08	0,87	0,84
	Жен	1,32	0,07	0,57	0,14
3. Время бега на 30 м (сек.)	Муж	4,67	0,38	0,93	0,76
	Жен	5,05	0,17	0,86	0,04
4. Двукратное пробегание пяти 4-метровых отрезков (сек.)	Муж	27,47	1,82	0,72	0,64
	Жен	30,52	1,45	0,59	0,60
5. Имитация ударов с лета с доставанием предмета в течение 1 мин. (колич. раз)	Муж	61,31	3,77	0,45	0,05
	Жен	61,32	4,18	0,38	0,11
6. Четверной прыжок способом тройной (м)	Муж	9,51	0,86	0,89	0,77
	Жен	8,16	0,47	0,77	0,73
7. Метание набивного мяча весом 1 кг (м)	Муж	18,93	3,79	0,99	0,80
	Жен	12,91	1,42	0,67	0,67
8. Прыжки «кенгуру» (колич. раз)	Муж	58,25	16,40	0,93	0,41
	Жен	41,46	11,17	0,82	0,46
9. Из исходного положения лежа перекрестное доставание локтем колена в стандартном темпе	Муж	40,63	12,37	0,05	0,69
	Жен	54,31	14,04	0,35	0,31
10. Выпрыгивание вверх по Абалакову (м)	Муж	58,28	9,40	0,64	0,30
	Жен	41,27	5,77	0,74	0,35
11. Тест Купера, модифицированный (м)	Муж	1517,00	174,90	0,57	0,64
	Жен	1403,08	44,72	0,23	0,27
12. $RWC_{170}$ кГм/мин	Муж	21,72	1,35	0,54	0,63
	Жен	19,32	1,29	0,93	0,51

$\bar{x}$  — среднее значение;  $\sigma$  — среднее квадратичное отклонение от среднего;  $r_{надежн}$  — коэффициент надежности;  $r_{информ}$  — коэффициент информативности.

1. Бег 30 м. 2. Прыжки в стороны. 3. Метание набивного мяча. 4. Прыжки «кенгуру». 5. Тест для оценки специальной выносливости.

Специалисты Чехословакии применяют для оценки уровня физической подготовленности своих игроков тесты (см. табл. 1) № 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9. Для оценки выносливости применяется бег на 1000 м для мальчиков и на 800 м для девочек.

Двигательные задания (тесты), применяемые для оценки уровня физической подготовленности (кондиции) теннисистов как у нас в стране, так и за рубежом, имеют много общего.

Начало работы по подбору двигательных заданий было положено И. В. Всеволодовым в 60-х годах. С тех пор, проведя многочисленные исследования по отбору информативных тестов, И. В. Всеволодов создал комплекс упражнений (тестов), который, по существу, лег в основу системы контроля за физической подготовленностью советских и зарубежных теннисистов.

Сопоставив результаты по физической подго-

товленности ведущих советских юниоров 70-х годов с результатами, показанными ведущими юниорами в настоящее время, мы с сожалением должны констатировать, что за последние десятилетия наши спортсмены практически не улучшили, а в некоторых случаях даже ухудшили свою физическую подготовленность.

Для подтверждения сказанного приведем лишь один пример: результаты лучших 19-летних игроков 1967 и 1978 гг. (табл. 2).

Таблица 2

Двигательные задания	Юниоры 19 лет	
	1967 г.	1978 г.
1. Стартовая реакция (мсек)	0,29	0,36
2. Бег 6 м (сек.)	1,23	1,24
3. Бег 30 м (сек.)	4,42	4,40
4. Выпрыгивание вверх толчком двух ног (м)	0,62	0,57
5. Метание набивного мяча (м)	16,57	28,00

Таблица 3

Названия тестов	Юноши		Девушки	
	Возраст	Результаты в очках	Возраст	Результаты в очках
1. Бег 30 м	16—17 18	37 37,5	16—17 18	41 32,8
2. Бег, определяющий общую выносливость	16—17 18	15 8,6	16—17 18	25,6 12
3. Из исходного положения лежа перекрестное доставание локтем колена в стандартном темпе	16—17 18	17,6 32	16—17 18	54,8 41
4. Четверной прыжок способом тройной	16—17 18	56,8 36	16—17 18	28 21,8
5. Имитация ударов с лёта с доставанием предмета в течение 1 мин.	16—17 18	51 47,5	16—17 18	47,8 63
6. Прыжки «кенгуру»	16—17 18	85,8 91	16—17 18	94 92

Ухудшились показатели, характеризующие скоростно-силовую подготовленность. Увеличилось время двигательной реакции, а также время, необходимое для преодоления коротких отрезков. А это значит, что спортсмены значительно снизили свои возможности в отражении у сетки обводящих мячей. Снизились и способность добегать до мячей, посланных в сторону. Уменьшение высоты прыжка не может не сказаться на способности пробить смэш в прыжке, при продольных прыжках вдоль сетки, а также на подходе к удару и, что не менее важно, на выходе из удара.

Еще одним подтверждением низкого уровня развития основных физических качеств у ведущих юниоров страны могут служить результаты, представленные в табл. 3. Здесь дается оценка уровню развития физических качеств наших юниоров по очковой системе, предложенной чехословацкими специалистами. Чтобы рассчитывать на успех в мировом теннисе, надо стремиться достичь по каждому тесту результатов, оценка которых приближается к 100 очкам.

Мы полагаем, что подобная оценка интересна потому, что чехословацкие теннисисты добились сейчас больших побед на международной арене,

впервые в истории мирового тенниса выиграли Кубок Дэвиса.

Как же выглядит физическая подготовленность наших теннисистов? К сожалению, быстрота, скоростно-силовые качества и общая выносливость находятся на уровне ниже среднего. Нельзя не учитывать наметившуюся сейчас тенденцию игры по всей площадке, а у многих ведущих игроков мира — с задней линии, а также то, что сторонниками игры с задней линии был выигран Уимблдон в 1980 г. А на «быстром» покрытии решающим фактором в физической подготовленности становится именно быстрота во всех ее проявлениях, сохраненная в течение всего матча. Наши молодые игроки в настоящее время физически не готовы вести подобную борьбу.

Мы полагаем, однако, что существующее положение можно исправить. Для этого прежде всего необходимо внести коррективы в тренировочный процесс. Увеличить в разумных пределах объем и интенсивность тренировочной нагрузки. Применять адекватные средства и методы тренировки. А главное, использовать все, что к настоящему времени накоплено в теории спортивной тренировки, особенно советскими специалистами, и что так умело применяют наши соперники.

## ОТБОР ТЕННИСИСТОВ: ПРОБЛЕМЫ И СУЖДЕНИЯ

*Т. Иванова, кандидат педагогических наук,  
преподаватель ГЦОЛИФКа,  
Н. Рожкова, аспирантка ГЦОЛИФКа*

Лидеры современного спорта — личности исключительно яркие, способные волновать своим мастерством и вдохновением миллионы преданных поклонников. Богат такими личностями и теннис.

Если теннис выдвинул Б. Борга, Г. Виласа, Д. Конюраса, то и они, в свою очередь, обогатили его, дав толчок новому качественному и количественному росту.

Игровая деятельность лидеров всегда приводит к появлению плеяды молодых талантливых игроков. Однако наличие лидеров — необходимое, но недостаточное условие для роста юных мастеров. Нельзя забывать о значении игроков стабильных, серьезных, вызывающих уважение пусть не яркими победами, но отсутствием обидных поражений, тех спортсменов, во встречах с которыми крепнет мастерство потенциальных звезд.

Ждать, однако, когда в нашем теннисе появятся и те и другие, довольно долго — при этом можно потерять несколько поколений игроков! Видимо, целесообразно пойти по пути, который достаточно эффективно используется в других странах, в частности в Чехословакии, ФРГ, Италии.

Этот путь заключается в выборе наиболее перспективного контингента, создании для него централизованной тренировочной базы, что даст максимум возможностей для совершенствования. При этом в организацию тренировочного процесса вовлекаются лучшие тренеры страны.

В Италии подобная работа ведется с юными спортсменами централизованно с октября по май. В это время дети продолжают учиться в расположенной в спортивном центре общеобразовательной школе. В период с мая по октябрь они активно участвуют в соревнованиях.

Естественно, решение проблемы внутри каждой страны имеет свои особенности. Но в любом случае одной из важнейших задач становится необходимость выбора перспективного контингента.

Отбор теннисистов в сборную команду страны в отличие от отбора в ДЮСШ подразумевает поиск среди достаточно подготовленных спортсменов, хотя зачастую и совсем юных. Так, с 1981 г. в юношеском первенстве Европы будут участвовать теннисисты четырех возрастных групп — от 11 до 18 лет. Однако даже успешное выступление в юношеских соревнованиях не может быть конечной целью ни для тренера, ни для спортсмена. Привлекая 11—12-летних мальчика или девочку в сборную команду, необходимо представлять возможный уровень их спортивных достижений на 7—10 лет вперед.

Чтобы оценка перспективности была объективной (хотя в любом случае речь идет лишь о возможности достижения успеха, а не о самом успехе), обязательен учет большого числа факторов. К их числу относятся: уровень технико-тактической подготовленности — рациональность, стабильность и вариативность, уровень физической подготовленности и ее соответствие физическому развитию, уровень и динамика спортивных результатов. В настоящее время можно достаточно объективно оценивать параметры этих показателей, математическим путем обрабатывая результаты опроса экспертов и системные записи игр.

Поэтому обязательен учет индивидуальных особенностей юных спортсменов, их личности и организма, специальных способностей к теннису. В предыдущих статьях мы достаточно подробно останавливались на научно-методическом аспекте

этого вопроса. Отметим, что наши шестилетние исследования подтвердили возможности прогнозирования по показателям точности, простой реакции, скорости приема и переработки информации, быстроты распределения внимания, точности координации движений и некоторым другим показателям. Так, 6 лет назад среди своих сверстников, 14-летних теннисистов, по комплексной оценке прогностически значимых показателей ярко выделились Зверев, Пилипчук, Леонков. В возрасте 12—14 лет выделились по показателям специальных способностей и С. Грузман, О. Зайцева, Ю. и А. Сальниковы. Эти теннисисты в настоящее время стали основными членами сборной команды страны.

Это, конечно, не единственные, но наглядные примеры, иллюстрирующие правомерность использования выделенного комплекса показателей для прогноза будущих успехов спортсменов.

Итак, важно найти детей, способных к теннису, хорошо и всесторонне подготовленных. Однако первое (способности) претерпевает незначительные изменения в ходе спортивной подготовки. Второе же, наоборот, связано с рядом взаимно влияющих и обуславливающих друг друга причин (квалификация тренера, оснащенность базы, возможность регулярно участвовать в соревнованиях). Но даже при оптимальном сочетании этих компонентов мы не всегда можем гарантировать успех. Момент единоборства двух соперников часто приводит к неожиданным результатам. Разбирая причины, мы в первую очередь говорим о личности игрока и его состоянии в момент матча.

Ждать высокого результата можно лишь от спортсмена правильно мотивированного. Но верная мотивация поступков, как правило, не появляется сама по себе, а является результатом воздействия тренера, коллектива, среды, в которой воспитывается ребенок. Задача педагога, кем обязан быть каждый тренер, воспитывать высокие нравственные идеалы, возможность бороться до конца, стремиться к высоким результатам, постоянно успешная задача от этапа к этапу спортивной подготовки. Причем мотивация спортивной деятельности может быть несколько отличной у разных спортсменов (самоутверждение, лидерство, достижение высоких спортивных результатов, вознаграждение). Важно знание, понимание и умение воздействовать на эти мотивы.

Правильно мотивированный спортсмен обладает высоким уровнем притязаний, текущие неудачи его не останавливают, а лишь заставляют детальнее разбирать свои недостатки. К сожалению, большинство наших юных теннисистов рассматривают сам факт участия в крупных соревнованиях, таких, как, например, юношеское первенство Европы, уже как большое достижение, не ставя задачи показать высокий спортивный результат.

Однако и поставленные задачи часто не реализуются в связи с высокой тревожностью спортсмена, которая прежде всего проявляется в особенностях его психического состояния в ходе мат-

ча. При этом нужно различать личностную тревожность, являющуюся относительно устойчивой чертой личности, и состояние тревожности. Как черта личности тревожность характеризуется имеющими в каждом из нас склонности испытывать беспокойство, опасение, напряжение, сомнение в большинстве жизненных ситуаций. Причем у юной уровень личностной тревожности выше, чем у взрослого. Это объясняется тем, что в юношеском возрасте идет становление личности спортсмена. Высокая личностная тревожность молодого спортсмена может проявляться в излишней самоуверенности, неправильной самооценке, неумении найти контакт с товарищами по команде, тренером.

Ситуативная тревога (состояние тревожности) — это реакция человека на стрессовую ситуацию. При этом по уровню личностной тревоги можно предвидеть реакцию спортсмена в стрессовой обстановке. Чем выше личностная тревога, тем большей интенсивности будет ситуативная тревожность. Очень важно учесть тот факт, что ситуативная тревога сопровождается активизацией вегетативной и физиологических функций, влияя на качество деятельности. Но это не значит, что спортсмены с низким уровнем тревоги будут выступать стабильнее высокотренированных и наоборот. Для каждого спортсмена существует индивидуальный уровень тревоги, при котором спортсмен будет действовать эффективно. Зная его оптимальную зону функционирования, тренер может оптимизировать состояние спортсмена к соревнованию (Ю. Л. Ханин, журн. «Вопросы психологии», 1979, № 4). Интенсивность состояния тревоги может меняться в течение матча и зависит от уровня притязаний, самооценки спортсмена или его недооценки и значительности игры. Результат этого — повышение психической напряженности и снижение результативности игровых действий.

В течение 1980 г. проведена достаточно широкая работа по выявлению индивидуальных особенностей юных теннисистов, о которых говорилось выше. Обследования проводились в ходе всесоюзных юношеских соревнований в Витебске и Калининграде, смотра-конкурса в Северодонецке, тренировочного сбора в Раубичах (Минск).

Полученные результаты позволяют дать некоторые рекомендации. Для примера рассмотрим индивидуальные характеристики двух теннисистов.

Спортсменка 1966 г. рождения обладает высоким уровнем специальных способностей, хорошо физически подготовлена, обладает достаточно надежной и вариативной техникой. Она способна адекватно оценить соревновательную обстановку, свои возможности, относительно устойчива к стрессу. При этом неправильная мотивация, низкий уровень притязаний не позволяют реализовать имеющиеся возможности. Самоуверенная и самоуспокоенная спортсменка, попадая в ситуацию, требующую сконцентрировать все усилия, пускает ход матча на «самотек», предоставляя его исход воле случая. Несоответствие мотивации и притязаний возможностям теннисистки в дальнейшем станет

препятствием на пути роста ее спортивного мастерства.

В ходе подготовки для данной теннисистки необходимо формирование оптимальных мотивов спортивной деятельности и уровня притязаний через постановку конкретных задач и их постоянное усложнение, планирование перспективных задач на основе трезвого учета ее возможностей, формирование правильной самооценки и понимания значения своих действий.

Недостатки формирования личности спортсмена могут стать тормозом в выступлении на соревнованиях более высокого уровня. Для примера рассмотрим индивидуальные особенности личности молодой теннисистки, члена сборной команды страны. Она также обладает высоким уровнем специальных способностей. Для спортсменки характерны стремление к лидерству и высокий уровень притязаний. При этом заметна высокая чувствительность и личностная тревожность, низкая общая эмоциональная устойчивость, склонность ориентироваться на оценку и мнение окружающих. Высокая способность к самоконтролю сдерживает внешние проявления отрицательных эмоций и переживаний. Однако любое высказывание авторитетных для спортсменки людей будет вызывать у нее беспокойство, внутреннее напряжение. В ходе матча простая ошибка вызывает переживание, сужая объем внешнего внимания, переключая его на внутреннее. Это мешает правильно ориентироваться на площадке, вызывая неточность технико-тактических действий, усиливая стресс.

На основании этих особенностей должен строиться дальнейший тренировочный процесс. Спортивному росту данной спортсменки могут помочь такие рекомендации: создание благоприятной социальной микросреды, тактичное, внимательное отношение к спортсменке перед соревнованием, создание условий для реализации стремления к лидерству (выбрать капитаном команды), сужение круга значимых людей, на оценки которых ориентируется спортсменка, формирование оптимального уровня притязаний и проявленной самооценки, обучение методам регуляции эмоциональных состояний.

Выявление индивидуальных особенностей в ходе обследования позволяет выделить группу перспективных юных теннисистов. В эту группу входят: мальчики Волков А. (1967, Калининград), Шевчук Р. (1968, Донецк), Габричидзе А. (1968, Тбилиси), Чесноков А. (1967, Москва), Хурда В. (1965, Тбилиси), Чесноков А. (1966, Москва), Ольховский А. (1966, Москва), Паленов Д. (1969, Москва), Монапов О. (1970, Москва); девочки Савченко Л. (1966, Львов), Худа Т. (1968), Кевина И. и Ливина И. (1970, Рига).

Таковы основные направления и первые итоги научно-методической работы по отбору перспективного контингента теннисистов.

## АНАЛИЗ ИГРЫ

Г. К. Жуков, аспирант ГЦОЛИФКа,  
В. Высокая, студентка ГЦОЛИФКа

В статье «Итоги всесоюзного смотра-конкурса юных» (см. ежегодник «Теннис», 1980) была описана система педагогического контроля эффективности игровых действий. В данной статье будет рассказано о некоторых изменениях и дополнениях, которые позволят облегчить запись игровых действий. Кроме того, на примере нескольких наиболее интересных матчей, сыгранных ведущими советскими теннисистами в крупнейших соревнованиях прошедшего года, будут более полно освещены возможности использования предложенной ранее системы.

Как определить общую эффективность игровых действий. Для анализа игровых действий ранее были предложены три коэффициента: активность, надежность и целесообразность, которые характеризуют как бы различные стороны общей эффективности игры. А как же выявить эту общую эффективность? Какие показатели наиболее тесно связаны с результатом матча?

Исследование большого количества записанных соревновательных встреч показало, что ни один из названных выше коэффициентов не отражает в полной мере общую эффективность игры. Так, преимущество только в активности или надежности игры далеко не всегда приводит к победе в матче. Коэффициент же целесообразности игровых действий имеет лишь вспомогательное значение, и при анализе им можно просто пренебречь. А показателем, наиболее полно характеризующим общую эффективность игры, является, как свидетельствуют итоги наблюдений, суммарное значение коэффи-

циентов активности и надежности. В подавляющем большинстве изученных игр спортсмены, имевшие более высокие суммарные значения коэффициентов активности и надежности, выигрывали матч (о некоторых исключениях из этой общей закономерности будет сказано ниже). Таким образом, именно величина суммарного значения коэффициентов активности и надежности наиболее полно характеризует общую эффективность игровых действий. Что касается соотношения величины этого показателя со счетом во встрече, то закономерность здесь следующая: чем больше преимущество одного из соперников в величине показателя итоговой эффективности игровых действий (так в дальнейшем мы будем называть суммарное значение показателей активности и надежности игровых действий), тем значительнее его преимущество в счете матча.

Как сделать анализ игры достаточно полным и на что обратить особое внимание. Выявление итоговой эффективности игры в целом и даже каждого из ударов в отдельности еще не делает анализ достаточно полным, так как, по существу, позволяет лишь сравнить эффективность ударов, что за довольно непродолжительное время может сделать опытный тренер. Но и заключение об эффективности ударов (особенно в игре на земляных площадках) на основании такого поверхностного анализа не всегда обоснованно. Сделать анализ более полным и интересным позволит дополнительное изучение эффективности ударов в ситуациях, наиболее существенно влияющих на развитие процесса розыгрыша очка, а именно при

Таблица 1

Сравнительный анализ эффективности игровых действий

Игровые действия	Борисов В.			Битомов А.		
	Активность	Надежность	Эффективность	Активность	Надежность	Эффективность
Игра в целом	0,36	0,91	1,27	0,28	0,87	1,15
Удар справа с отскока	0,29	0,91	1,20	0,28	0,86	1,14
Удар слева с отскока	0,47	0,95	1,42	0,21	0,90	1,11
Удары с лёта	0,83	0,70	1,53	0,86	0,88	1,74
Прием подачи						
Ударом справа с отскока	0,20	0,92	1,12	0,29	0,90	1,19
Ударом слева с отскока	0,24	1,00	1,24	0,12	0,86	0,98
Обводка						
Ударом справа с отскока	0,63	0,79	1,42	0,50	0,55	1,05
Ударом слева с отскока	0,65	0,88	1,53	0,40	0,65	1,05
Подготовка выходов к сетке						
Ударом справа с отскока	0,92	0,76	1,68	0,50	0,74	1,24
Ударом слева с отскока	1,00	1,00	2,00	0,11	0,90	1,01



приемах подачи, обводках и подготовке выходов к сетке. Действия эти сложнее, чем простое удержание мяча в игре, и поэтому анализ эффективности действий именно в этих ситуациях особенно важен и существенно дополняет анализ эффективности ударов в целом. Поясним сказанное на примере анализа встречи между В. Борисовым и А. Богомоловым, записанной летом 1980 г. во время открытого первенства ДСО «Спартак» (табл. 1).

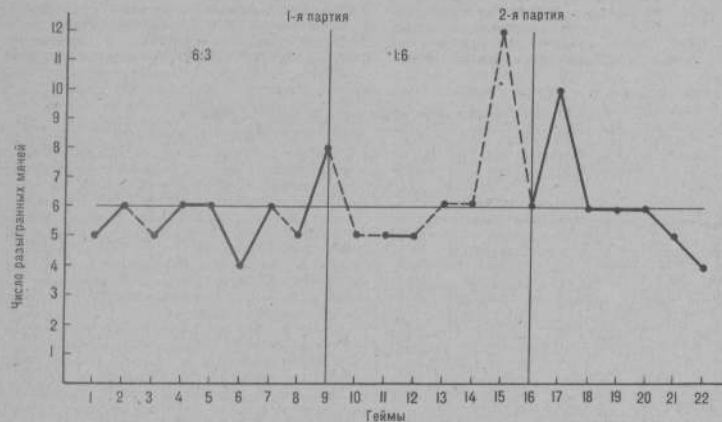
Если ориентироваться на верхнюю часть табл. 1, то можно предположить, что Борисов имел небольшое преимущество в счете (минимальное преимущество в эффективности удара справа с отскока, более значительное — в ударе слева с отскока и довольно ощутимый проигрыш своеобразной дуэли в игре с лета), а на площадке шла напряженная борьба, в итоге которой победу за счет более точной игры в отдельных эпизодах последника одержал Борисов. Однако победа досталась Борисову ценой далеко не максимального напряжения сил, о чем красноречиво говорит счет встречи — 6:3, 6:2. Внести ясность в возникшее затруднение поможет знакомство с нижней частью таблицы, содержащей дополнительный анализ эффективности игровых действий при приеме подачи, обводке и подготовке выходов к сетке. Здесь преимущество Борисова выглядит просто подавляющим. Таким образом, именно величина преимущества в эффективности действий в эти моменты игры и определила разницу в счете и именно значительное преимущество в эффективности действий, наиболее существенно влияющих на ход

розыгрыша счѐта, и предопределило более высокую эффективность игры Борисова в целом, а с ней и исход поединка.

Ценность дополнительного, более детального анализа состоит в том, что он позволяет дать сравнительную характеристику эффективности действий спортсменов в наиболее важных игровых ситуациях. И по существу ответить на вопрос, за счет преимуществ в каких наиболее важных компонентах игры спортсмен одержал победу или, наоборот, слабость в каких игровых действиях стала причиной его поражения в матче.

**О курьезах и некоторых исключениях из правила.** Очень часто борьба соперников складывается так, что никому из них не удается добиться преимущества ни в эффективности игры в целом, ни в эффективности большинства ее наиболее важных компонентов. В этом случае, чтобы определить факторы, решившие исход встречи, необходимо исследовать дополнительные аспекты процесса спортивной борьбы. Об одном из таких факторов будет рассказано на примере анализа встречи между О. Морозовой и Е. Патрулиной, записанной также во время открытого первенства ДСО «Спартак» летом 1980 г. (табл. 2).

Глядя на эту таблицу, трудно отдать предпочтение одной из соперниц. Победу же в трех партиях одержала О. Морозова — 6:3, 1:6, 6:0. Особенно удивляет ее огромное преимущество в счете в 3-й, решающей, партии. Где же искать причину несоответствия между показателями эффективности игры и счетом встречи? Судя по перепадам в



Динамика напряженности борьбы в ходе встречи О. Морозовой и Е. Патрулиной

Сравнительный анализ эффективности игровых действий

Таблица 2

Игровые действия	Морозова О.			Патрулина Е.		
	Активность	Надежность	Эффективность	Активность	Надежность	Эффективность
Игра в целом	0,37	0,86	1,23	0,35	0,87	1,22
Удар справа с отскока	0,44	0,85	1,29	0,31	0,85	1,16
Удар слева с отскока	0,22	0,83	1,05	0,34	0,91	1,25
Удары с лета	0,83	0,80	1,63	0,80	0,80	1,60
Прием подачи						
Ударом справа с отскока	0,29	0,90	1,19	0,43	0,86	1,29
Ударом слева с отскока	0,09	0,94	1,03	0,25	0,76	1,01
Обводка						
Ударом справа с отскока	0,67	0,86	1,53	0,63	0,62	1,25
Ударом слева с отскока	0,42	0,80	1,22	0,67	0,95	1,62
Подготовка выходов к сетке						
Ударом справа с отскока	0,67	0,69	1,36	0,50	0,87	1,37
Ударом слева с отскока	—	—	—	0,67	0,87	1,54

счете, — в нюансах психологической борьбы по ходу матча. Попробуем разобраться в них с помощью изображаемого на рисунке графика, иллюстрирующего динамику напряженности борьбы в ходе встречи. По горизонтальной оси обозначены порядковые номера геймов, по вертикальной — напряженность борьбы в соответствующих геймах (по количеству разыгранных в гейме мячей). Горизонтальная линия, пересекающая график, — линия среднематчевой напряженности гейма (отношение числа разыгранных в матче мячей к числу сыгранных геймов). Сплошной линией отмечены геймы, выигранные О. Морозовой, пунктирной — выигранные ее соперницей.

Первая партия протекает довольно спокойно. Лишь один раз в конце партии при счете 5:3 в пользу Морозовой Патрулина предпринимает попытку догнать соперницу, в результате чего борьба в гейме обострится, что хорошо видно на графике. Вторую партию Морозова начинает явно с проигрышей. Посмотрите, как легко она отдала сопернице два первых гейма. После выигрыша 3-го гейма Морозова вновь позволяет себе двухгеймовый «котлыш». Прогривая со счетом 1:4, она пытается переломить ход партии. На графике это отмечено резким повышением напряженности борьбы в гейме. Однако попытка оканчивается неудачей, и Морозова без борьбы отдает последний гейм 2-й партии. А события, по существу определившие судьбу матча, произошли в самом начале 3-го сета. График очень красноречиво говорит об этом: исключительно напряженная борьба за лидерство в 1-м гейме, после чего — резкое падение напряженности борьбы и дальнейшее ее снижение вплоть до самого конца матча. Что же произошло в гейме, столь существенно повлиявшее на весь дальнейший ход поединка?

Сначала Патрулиной удается добиться большого преимущества в счете — она ведет 40:15 на своей подаче. В этот момент она совершает двойную ошибку на подаче, затем ошибку в простейшей ситуации после защитного удара Морозовой, вслед за ней — еще одну двойную ошибку на подаче, через мяч — очередную доседую ошибку при завершении комбинации и заканчивает гейм атакующим ударом... в сетку. Нетрудно представить себе состояние Патрулиной в этот момент! Отдать практически выигранный гейм в начале решающей партии, уступить из рук инициативу исключительно из-за собственных ошибок, конечно, крайне досадно. И подавленное состояние соперницы незамедлительно использует Морозова. Она резко активизирует игру, чаще выходит к сетке, причем не особенно заботясь при этом о тщательной подготовке выходов. И если за весь матч Морозова вышла к сетке 26 раз, то 10 выходов приходится на 2—4-й геймы решающей партии. Активизация игры позволяет Морозовой добиться большого преимущества в счете, после чего ее соперница практически прекращает сопротивление. Так, не имея преимущества в эффективности игры, но грамотно используя состояние соперницы в ходе поединка, опытная спортсменка добилась победы в неудачно для нее складывавшемся матче.

Если рассмотренный случай представлял сложность в том плане, что во встрече ни одной из соперниц не удалось добиться сколько-нибудь значительного преимущества в эффективности игры, и для того чтобы найти причины, повлиявшие на исход матча, нам пришлось исследовать дополнительные аспекты процесса борьбы в поединке, то следующий случай, который мы проанализируем, на первый взгляд не поддается никакой логике и представляется просто парадоксальным.

Московские любители тенниса наверняка запомнят полнейший драматизм финальный матч первенства ДСО «Спартак» между О. Морозовой и Ю. Сальниковой. До сих пор как-то не верится, что опытная спортсменка, неоднократная чемпионка страны, имея 5 матчей (причем один из них — тройной), могла проиграть этот матч 16-летней сопернице.

Однако парадокс заключается совсем не в том, что Морозова проиграла этот матч, а в том, что в игре возникла ситуация, при которой более чем реально<sup>3</sup> стала возможность поражения... Сальниковой.

Сальникова действовала значительно эффективнее своей соперницы практически во всех компонентах игры и тем не менее была в этой встрече на грани поражения, проигрывая в решающей партии со счетом 4:5 и 0:40 на своей подаче. Как могло случиться, что значительное преимущество в эффективности игры в целом и важнейших ее компонентах не вылилось в соответствующее преимущество в счете? Дополнительное исследование записей игры показало, что причина столь странного явления — крайне неточная, небрежная игра молодой спортсменки в простейших игровых ситуациях.

Нередко, разыграв эффектную комбинацию и серией острых атакующих ударов поставив соперницу в тяжелейшее положение, Сальникова после защитного удара Морозовой посылала мяч в сетку или в аут.

Всего за игру она совершила более 30 подобных ошибок, а ее соперница — 15, т.е. в два раза меньше. Из-за неточной игры в завершающей стадии атак большое преимущество Сальниковой в активности и эффективности игры не привело к преимуществу в счете, а результатом непростительных ошибок стало то, что она оказалась в матче на волосок от поражения. Ошибки в простейших игровых ситуациях — довольно характерная черта игры Ю. Сальниковой.

Устранение этого недостатка — один из резервов дальнейшего роста спортивного мастерства юной теннисистки.

Таблица 4  
Распределение ошибок по видам игровых действий в матчах с различной психологической напряженностью (%)

Игровые действия	Борисов В.		Зверев А.		Морозова О.		Сальникова Ю.	
	Простые условия	Повышенная напряженность	Простые условия	Повышенная напряженность	Простые условия	Повышенная напряженность	Простые условия	Повышенная напряженность
Привем подачи	18	14,5	17	27	9	15,5	21	14
Обводка	19	20	21	36	5,5	21,0	30,6	37
Подготовка выходов к сетке	5,6	10	7	—	0	5,5	0	10,3

Таблица 3  
Распределение ошибок по видам игровых действий при игре на земляном и пластиковом покрытиях (%)

Игровые действия	Земляное покрытие	Пластиковое покрытие
Привем подачи	11,4	21,9
Обводка	22,0	24,0
Подготовка выходов к сетке	9,7	7,2

Использование данных наблюдений в тренировке. Как лучше распределить тренировочное время? Совершенствованию какого технического приема или вида игровых действий нужно уделить на тренировке особое внимание? Ответить на эти вопросы можно, если вести постоянное наблюдение за игровыми действиями ведущих спортсменов.

В табл. 3 и 4 представлены результаты длительных наблюдений за сильнейшими теннисистами СССР, в число которых вошли О. Морозова, В. Борисов, А. Зверев, С. Чериева, О. Зайцева, Ю. Сальникова, К. Пугачев, А. Метрелели, Д. Ламанов. Обратимся сначала к данным табл. 3. Не правда ли, довольно любопытные данные! И если факт увеличения ошибок на приеме подачи и в обводке при игре на пластиковом покрытии неожиданным не назовешь, то более высокий процент ошибок в подготовке выходов к сетке при игре на земляных площадках кажется по меньшей мере странным.

Известно, что наиболее точное представление о надежности того или иного технического приема или вида игровых действий можно сделать в результате анализа игры в поединке, характеризующемся повышенным уровнем психологической напряженности борьбы. В ходе работы мы получили ряд данных, которые также любопытны (см. табл. 4). Результаты, представленные в таблице, позволяют судить о том, совершенствованию каких

Таблица 4

элементов игры необходимо уделить особое внимание.

Как упростить запись игры. Опыт наблюдений показал, что самое сложное в записи игровых действий — успевать фиксировать знаками ход игры. Особенно трудно это делать при записи игр на площадках с «быстрым» покрытием. С учетом этого обстоятельства в систему записи были внесены некоторые изменения, позволившие сократить число знаков, необходимых для регистрации особенностей игровых действий, и, таким образом, упростить процесс записи. Вместо ранее применявшихся трех-четырёх знаков теперь запись можно осуществлять при помощи двух знаков, а иногда даже одного. Это упрощение достигнуто за счет того, что две особенности игрового действия — удар, которым оно выполнено (справа или слева), и направление полета мяча (кросс, линия, обратный кросс) — фиксируются одним знаком, а не двумя, как это было ранее (см. условные обозначения). А второй знак фиксирует тактическую направленность игрового действия в соответствии с ранее опубликованной статьей. Если действие не было активным или защитным, а представляло собою простое удержание мяча в игре в несложной игровой ситуации, запись действия производится с помощью только одного из предложенных условных знаков. В данном случае отсутствие второго знака указывает на то, что удар относится к разряду промежуточных действий. Также мы отказались и от фиксации вращения мяча.

Условные обозначения для записи игровых действий

Знак	Что означает
>	удар справа кроссом
^	удар справа по линии
+	удар справа обратным кроссом
<	удар слева кроссом
v	удар слева по линии
o	удар слева обратным кроссом

Обозначения перемещений и чистого выигрыва мяча остались прежними.

Учитывая, что некоторые встречи не представляют в спортивном плане большого интереса, для анализа можно использовать еще более упрощенный вариант записи игры — с помощью специальной таблицы (табл. 5).

Таблица 5  
Оперативный анализ эффективности игровых действий

Подача	Активные действия	Пассивные действия	Ошибки
--------	-------------------	--------------------	--------

В первую графу заносятся сведения, позволяющие установить стабильность первой подачи (процент попадания с первой подачи из общего количества попыток). Во второй графе указываются действия атакующего и контратакующего характера, а третьей — действия промежуточного и защитного характера, а в четвертой — ошибки. Чтобы полностью отразить интересующие нас особенности игровых действий, достаточно подставить в соответствующую графу таблицы только знак удара (например, «+» для удара справа с отскока, а «-» — для удара слева с отскока). Если же нужно отразить направление выполненных ударов, то можно воспользоваться предложенными здесь условными обозначениями. Чтобы полнее проанализировать игру, нужно делать дополнительные пометки с целью выделения приема подачи, обводящих ударов, а также ударов, после которых были совершены выходы к сетке. По окончании матча останется произвести несложные расчеты, используя для этого предложенные ранее формулы (см. сб. «Теннис», 1980), и через 10—15 мин. вы будете располагать достаточно обширной оперативной информацией об игре интересующего вас спортсмена.

В данной статье мы стремились более предметно познакомить читателя с используемым в настоящее время подходом к решению проблемы оценки эффективности игровых действий в теннисе, с первыми наиболее интересными итогами проведенных исследований. В настоящее время обещает новые интересные результаты, о которых мы надеемся сообщить в последующих выпусках ежегодника.

## ИТОГИ МЕЖДУНАРОДНОЙ НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ТЕННИСУ ЕВРОПЕЙСКИХ СТРАН

*С. Белли-Гейман, профессор, председатель Научно-методического совета Федерации тенниса СССР,  
А. П. Скородумова, ст. научный сотрудник, зам. председателя Научно-методического совета Федерации тенниса СССР*

Ежегодные международные научно-методические конференции специалистов по теннису европейских стран стали хорошей традицией. Последняя конференция, прошедшая в английском городе Торки, была по числу делегатов самой представительной. Общее число участников впервые приблизилось к шестидесяти.

Дальнейшее повышение научного уровня представленных в докладах работ — вот, пожалуй, главное, что отличало эту конференцию от аналогичных конференций предшествующих лет. Многие доклады основывались на материалах комплексных экспериментальных исследований, в которых принимали участие не только педагоги-тренеры, но и физиологи, медики, психологи. Отдельные исследования выполнены с привлечением современных инструментальных методов, обработаны методами математической статистики и хорошо интерпретированы. В олимпийских видах спорта подобное сотрудничество сложилось уже довольно давно. В теннисе же оно только налаживается.

Примечательно также, что и в докладах, посвященных узким практическим проблемам, делались попытки более глубоко, чем раньше, подойти к изучению и обобщению передового опыта.

Центральное место на конференции заняли четыре проблемы: тенденции развития мирового тенниса и модель теннисиста будущего; поиск талантов и их подготовка; оптимизация структуры тренировок; усовершенствованные методы тренировки.

Получили высокую оценку и вызвали большой интерес представленные Федерацией тенниса Франции четыре учебных фильма. Три из них были посвящены технике сильнейших теннисистов мира: Б. Борга, Д. Конторса и К. Эверта. В фильмах использованы оригинальные новые методы графического анализа движений. Четвертый фильм демонстрировал методы высокоинтенсивной игровой тренировки.

С докладами, посвященными первой проблеме, выступили представители Федерации тенниса СССР и Чехословакии. В докладе советского представителя были показаны наиболее существенные тенденции развития мирового тенниса, охватывающие все области подготовленности спортсмена, а также модельные характеристики перспективного теннисиста (значительная часть материалов этого

доклада была опубликована в изданном в 1980 г. сборнике «Теннис» и в методических письмах Федерации тенниса СССР). Многие положения доклада для участников конференции оказались принципиально новыми, в частности предложения по методологии рассмотрения тенденций развития соревновательной деятельности, а также рекомендации по использованию математических интегральных оценок модели перспективного теннисиста.

Представитель Федерации тенниса Чехословакии раскрыл значение разработки модели чемпиона будущего для перспективного планирования тренировки и для отбора талантливых спортсменов. К числу факторов, которые нужно прежде всего учитывать при подготовке спортсменов, докладчик отнес:

— рост популярности тенниса, значительное увеличение числа крупных соревнований и необходимость готовить к ним спортсменов с детского возраста;

— расширение круга значимых соревнований, что вызывает необходимость их ранжирования с целью упорядочения системы тренировки;

— разнообразие покрытий кортов и инвентаря: мячей, ракеток, струн;

— необходимость достижения высоких результатов в молодом возрасте;

— возрастающее значение индивидуализации техники и тактики на основе классической концепции;

— возрастающее значение физической подготовленности.

Докладчик отметил большое значение врожденных способностей для достижения высшего уровня мастерства и указал на необходимость их целенаправленного развития в условиях оптимальной окружающей среды при сознательном отношении к совершенствованию самого игрока.

В выступлении представителя Чехословакии подчеркивалось также значение хорошей научно-методической подготовленности тренера и свойств его личности.

Докладчик предложил при анализе подготовленности теннисистов высокого класса рассматривать 6 групп факторов: 1) антропометрические данные, 2) психофизиологическое развитие, 3) психические особенности, 4) физические качества,

5) техническую подготовленность, 6) тактическую подготовленность. При этом впервые было предложено рассматривать перечисленные группы факторов с учетом стиля игры спортсмена. Рекомендовано условно разделять игроков на 3 категории: А, В и С (табл. 1).

Таблица 1

Категория	Стиль игры
А	«Поддача-сетка» «Универсальный» (по всему корту) «У задней линии»
В	
С	

Примечательно следующие данные, полученные на основе анализа стиля игры ведущих игроков мира. Оказалось, что из тринадцати таких игроков в 1980 г. двое относятся к категории А, трое — к категории В, пятеро — к категории С, двое — к категории СВ и один — к категории АВ. Эти данные дают основание полагать, что основной тактической основой в настоящее время можно считать игру по всему корту и игру у задней линии.

Изменение стиля игры подтверждается сравнением концепций игры лучших теннисистов 1970 и 1980 гг. (табл. 2).

Таблица 2

Категория	1970 г.	1980 г.
А	2	2
В	7	3
С	1	5

Данные табл. 2 свидетельствуют о том, что в последние годы из десяти сильнейших увеличилось до пяти число игроков, придерживающихся игры с задней линии. Количество же действующих по принципу «поддача — сетка» осталось неизменным и составляет лишь 20%.

Докладчик подметил интересную особенность: спортсмены, придерживающиеся разных игровых концепций, отличаются и антропометрическими данными, прежде всего ростом (табл. 3).

Таблица 3

Категория	Средний рост (см)
А	185
В	182
С	176

Как видно из табл. 3, более высокоростные игроки придерживаются стиля игры «поддача-сетка», игроки сравнительно небольшого роста — игры с задней линии. Универсальный стиль характерен для спортсменов, занимающих по ростовым показателям промежуточное место.

Поскольку веление игры различными стилями требует специфического проявления различных качеств, можно предположить, что теннисисты разных категорий (А, В, С) будут отличаться и по своим функциональным возможностям.

В докладе подчеркивалось большое значение физической и психической подготовленности игроков для достижения высоких результатов, оптимальное использование средних и максимальных нагрузок. Чехословацкие специалисты, как можно было судить по докладу, вплотную подошли к проблеме тонкого варьирования нагрузок по величине и содержанию. В теории и методике спортивной тренировки данная проблема — одна из центральных. Советские специалисты по теннису также ведут большую исследовательскую работу по этой проблеме.

Заслуживает внимания постановка докладчиком вопроса о научно обоснованном регулировании выступлений ведущих спортсменов в условиях круглогодичного международного календаря соревнований. И у нас, безусловно, назрела необходимость строго ранжировать соревнования с учетом закономерностей фазового развития спортивной формы и разрабатывать стабильный календарь соревнований, учитывающий эти закономерности.

Что касается совершенствования техники, то, по мнению докладчика, будут проявляться различные тенденции, основанные на сверхкручении мяча и увеличении силы ударов. Удар слева двумя руками станет почти классическим.

Чехословацкий специалист справедливо отметил, что проблема модели теннисиста будущего требует постоянного теоретического изучения и экспериментального обоснования. Большую роль в решении этой проблемы должны сыграть:

а) систематический анализ профессионалам лучших игроков;

б) ежегодная оценка подготовленности молодых игроков на основе тестирования;

в) группировка игроков по категориям с учетом тактических концепций и определение важности для каждой из них различных особенностей подготовки;

г) использование прогностических данных в тренировочном процессе и при отборе спортсменов.

Доклад представителя Федерации тенниса ФРГ был посвящен проблеме поиска талантливых спортсменов и определения путей их дальнейшей подготовки. Докладчик указал, что разработка этой проблемы основывалась на определении антропологических данных игрока, способности его к обучению, уровня развития функциональных возможностей, мотивации, свойств личности, зависимости между состоянием здоровья теннисиста и его способностью выдерживать большие физические и психологические нагрузки.

Большое внимание западногерманский специалист уделял созданию оптимальной окружающей обстановки для игрока, что является, по его мнению, одним из решающих факторов успеха.

Докладчик поделился опытом работы теннисного центра Федерации тенниса ФРГ в Ганновере. В течение последних пяти лет здесь специально собирают 50 лучших молодых спортсменов на трехдневные сборы для прохождения обследования, которое включает: тестирование физической, функциональной и психологической подготовленности, определение состояния здоровья и получение антропометрических данных. Для оценки физической и функциональной подготовленности используются применимые и у нас тесты. Для оценки психологической подготовленности специалисты ФРГ применяют широкий круг тестов, еще не получивших у нас распространения, хотя и описанных в специальной литературе.

Спортсменов с лучшими данными тестирования оставляют тренироваться в центре.

Вот характерное содержание недельного цикла тренировки для отобранного контингента (подготовительный период).

#### Понедельник

9.00—9.30 — гимнастика.  
9.30—11.00 — специальная (теннисная) техническая подготовка.  
14.00—15.00 — техническая подготовка.  
15.00—17.00 — отдых.  
17.00—18.45 — игровые упражнения с акцентом на развитии быстроты передвижения, быстроты реакции и скоростной выносливости (анаэробного характера).  
18.45—19.00 — пробежка.

#### Вторник

9.00—9.30 — гимнастика.  
9.30—11.00 — техническая подготовка.  
14.00—15.15 — техническая подготовка.  
15.15—17.00 — отдых.  
17.00—18.45 — одиночная игра со счетом.  
19.30—21.00 — физическая подготовка, направленная на воспитание «быстрой» силы, силовой выносливости, скоростной выносливости.

#### Среда

9.00—9.30 — гимнастика, спринт.  
9.30—11.00 — техническая подготовка.  
14.00—15.30 — одиночная игра со счетом.  
15.30—16.30 — отдых.  
16.30—17.00 — физическая подготовка с акцентом на воспитание способности к расслаблению, гибкости, подвижности.  
17.00—18.00 — игровые упражнения с акцентом на воспитание общей (аэробной) выносливости.  
18.00 — массаж

#### Четверг

9.00—9.30 — гимнастика.  
9.30—11.00 — техническая подготовка.  
14.00—16.00 — одиночная и парная игры со счетом.  
16.00—16.15 — отдых.  
16.15—17.30 — физическая подготовка, направленная на воспитание аэробной выносливости средствами

бега или воспитание ловкости и силовой выносливости.

#### Пятница

9.00—9.30 — гимнастика.  
9.30—11.00 — техническая подготовка.  
14.00—15.15 — техническая подготовка.  
15.15—16.30 — отдых.  
16.30—17.45 — парная игра со счетом.  
17.45—19.00 — физическая подготовка с акцентом на воспитание быстроты реакции, координационных способностей, равновесия, способности к расслаблению, игра.  
19.00 — массаж.

#### Суббота и воскресенье

Бег на 4—6 км в замедленном темпе (примерно 2 часа).

Итак, предложенный специалистами ФРГ тренировочный микроцикл (МЦ) характеризуется семидневной продолжительностью; четырехразовыми тренировками в день, кроме одноразовых в субботу и воскресенье; общей продолжительностью ежедневной тренировки от 5 час. 15 мин. до 6 час. 15 мин.; недельной нагрузкой в объеме 30 час.; направленностью каждой тренировки на решение определенных задач (и в течение дня и по дням МЦ идет чередование задач, определяющих направленность тренировки). Именно такое построение тренировочного дня и тренировочного МЦ дает возможность спортсмену выполнять столь большой объем работы. Подобный подход используется и в работе советских специалистов, в частности тренерами сборной команды страны, а также Л. Преображенской (Москва) и Г. Авена (Рига).

Представитель Федерации тенниса ФРГ привел антропометрические данные ведущих теннисистов. По его мнению, оптимальный рост перспективных теннисистов составляет 186,7 см + 1,7 см (рост игроков дан без учета их игровой концепции и больше соответствует росту игроков категории А — «подача-сетка» по данным доклада чехословацкого специалиста).

Центральное место при обсуждении проблемы структуры тренировки занял второй доклад, представленный Федерацией тенниса СССР. Он посвящен теоретико-методическим подходам построения тренировочного процесса в микроциклах (значительная часть материалов данного доклада была уже опубликована в сборнике «Теннис»). Докладчик выразил основные взгляды по обоснованию содержания тренировочных занятий в микроциклах и сроков возобновления таких занятий с учетом хода восстановительных процессов. Была показана возможность проведения занятий на фоне неполного восстановления при условии оптимального чередования занятий разной направленности. Многие из выдвинутых докладчиком предложений по структуре тренировки подтверждаются, как выяснилось в процессе обсуждения, и последним опытом подготовки теннисистов в ФРГ.

Федерация тенниса Швейцарии выступила на конференции с двумя докладами. Один посвящен

путям совершенствования теннисиста, другой — значению для тренера знаний биомеханики.

В первом из этих докладов акцент был сделан на необходимости широкого применения высокоинтенсивных тренировок с высокой нагрузкой при использовании большого количества мячей (100—200 мячей), а также упражнений для совершенствования техники, в которых моделируются наиболее важные игровые ситуации. Примечательно, что дальнейшее улучшение подготовленности теннисистов связывалось в докладе не с освоением какой-то особой, новой техники, а с подготовкой высококвалифицированных тренеров, разработкой психологических проблем тренировки, нахождением оптимального режима, который позволил бы молодым спортсменам сочетать регулярные продолжительные тренировки с учебой.

Доклад, посвященный вопросам биомеханики, не содержал каких-либо принципиально новых, не известных советским специалистам данных. В нем в первую очередь оспаривалось значение знаний биомеханики для педагогической работы тренера. Интересно мысль докладчика о целесообразности разработки нескольких вариантов исполнения технических приемов, обоснованных с биомеханических позиций в зависимости от индивидуальных особенностей спортсменов. Обоснование индивидуально наиболее эффективных для всех стандартному во всех деталях варианту — тикова одна из главных рекомендаций докладчика. Советские специалисты, как известно, ведут поиск рациональных движений, тесным образом связывая их с достигнутым высоким показателем результативности приемов техники: оптимальных скоростей полета и вращения мяча, скрытности реализуемого с помощью удара тактического замысла и др. В докладе представителя Федерации тенниса Швейцарии также подчеркивалось большое значение длинной установки. Для ее подтверждения докладчик привел ряд примеров, показывающих, как отдельные выходящие теннисисты достигают высокой эффективности ударов за счет индивидуальной оригинальных движений, которые специально еще не изучались с научных позиций и не получили должного обоснования. Один из таких примеров — мощнейший удар слева двумя руками Д. Коппера (США), выполняемый в безупречном положении, когда он всего себя словно бросает на приближающийся мяч.

Заключившая внимание один из выдвинутых докладчиком комплексных качественных критериев оценки техники — сочетание естественности, свободы движений с высокой результативностью удара.

Видное место в докладе заняли подходы к оптимизации хватки ракетки. Рекомендовалось применять с учетом особенностей каждого удара такую хватку, которая обеспечивает наибольшую площадь захвата ручки ракетки и позволяет наилучшим образом использовать силовые возможности для сообщения мячу высокой поступательной и вращательной скорости. По мнению докладчика,

универсальная, так называемая континентальная, неизменная для всех ударов хватка не имеет каких-либо биомеханических преимуществ. Поэтому он выдвинул предложение применять для ударов справа и слева совершенно разные хватки.

Заметим, что целесообразность использования таких хваток подтверждается опытом развития мирового тенниса в последние годы.

Доклад представителя Федерации тенниса Австрии был посвящен психологическим аспектам тренировочного процесса. В нем отмечалось большое значение окружающей спортсмена среды, как фактора, формирующего человека и спортсмена, рассматривались требования, которые должны предъявляться к личности тренера, а также круг его обязанностей. Насколько можно судить по этому и другим докладам, профессиональная пригодность тренеров очень беспокоит представителей федераций тенниса многих стран. Тренера хотят видеть широкообразованным человеком, хорошо разбирающимся в вопросах тренировки, и дальнейший прогресс игроков связывают во многом с повышением квалификации специалистов.

Докладчик рассмотрел также психологические факторы, влияющие на уровень подготовленности спортсменов. Подробно были проанализированы правила этики теннисиста, непосредственно связанные с повышением мотивации, необходимой для высших достижений в спорте.

Представитель Федерации тенниса Югославии посвятил свой доклад второй подаче, как одному из очень важных элементов игры, эффективность которого в современном теннисе заметно возросла. Повышение нападающего потенциала и стабильности — вот главные, по мнению докладчика, тенденции, характерные для совершенствования этого приема техники. Югославский специалист рекомендовал особое внимание обращать на воспитание психологической уверенности при использовании второй подачи с помощью приемов аутогенной тренировки (самовнушения «оптимистического настроения») и введения в тренировочную игру со счетом специальных дополнительных ограничений, повышающих значимость каждой попытки введения мяча в игру. Одно из предложенных ограничений — предоставление подающему только одной попытки (известно, что данный подход использует в своей тренировке такой выдающийся теннисист, как Б. Борг). Ежедневно 150—200 тренировочных подач без игры со счетом — такое требование к тренировке перспективного теннисиста выдвинул докладчик.

Представитель Федерации тенниса Англии свое выступление посвятил проблеме, которую он назвал «конфликт» между естественным и программным теннисным обучением. Суть ее в следующем. В связи с повышением на международной арене игроков с оригинальной, далеко не классической техникой, которые не прошли курс традиционного, строго программного обучения, ряд тренеров начали пропагандировать так называемый естественный путь обучения игре в противное уже

сложившемуся положительному опыту. Такие тренеры ссылаются обычно на Б. Борга — как, в основном, на «игрока-самоучку», желая тем самым подчеркнуть необязательность тщательного изучения и кропотливого совершенствования каждого приема техники в соответствии с общепризнанными теоретическими и методическими положениями. Докладчик предостерегает от пренебрежительного отношения к этим положениям и от попыток слепого копирования опыта звезд мирового тенниса. Он сослался, в частности, на печальный прошлый опыт такого копирования в Англии, когда мировой теннис возглавлял выдающийся английский теннисист Ф. Перри, в мастерстве которого немало было сугубо индивидуального.

«Сдвинувшие» природных индивидуальных особенностей спортсмена с атлетизмом, постановка рациональной техники, развитие творческих способностей, формирование естественного для данного теннисиста стиля игры — таковы, по мнению докладчика, важнейшие задачи тренера. Одновременно докладчик предостерегает и от другой крайности:

настойчивого навязывания каждому игроку так называемой строго академической техники без учета его индивидуальных особенностей.

В заключение несколько слов о традиционном «соревновательном» способе, с помощью которого определяется программа каждой следующей конференции. Дело в том, что число выдвигаемых национальными федерациями докладов значительно превышает возможности вместить их в рамках одной конференции. Поэтому и используется своеобразное индивидуальное тайное голосование в форме разжиривания предложенных докладов, включенных в общий список: каждый участник конференции дает каждому докладу порядковый номер в соответствии с его личной оценкой значимости соответствия с его личной оценкой значимости комиссия «суммирует мнения» и по ним определяет программу конференции. Приятно отметить, что на этот раз, как и в прежние годы, выдвинутые на следующую конференцию докладов советских специалистов получили признание в процессе этого тайного голосования.

## МЕТОДИКА ТРЕНИРОВКИ

### ЭФФЕКТИВНОСТЬ ОСТРОТЫ ПЛАСИРОВКИ И ОТВЕТНЫХ УДАРОВ

М. Е. Мазуров, доцент МЭСИ,  
А. И. Шокин, доцент ГЦОЛИФКТА

Теннисный бум, охвативший в последние годы зарубежные страны, проявляется в расширении календаря соревнований для любителей и профессионалов, увеличении количества внутренних и международных турниров.

Теннисный бум вызвал массовое строительство кортов, открытых и закрытых помещений, сооружение целых теннисных центров, рассчитанных на огромное количество участников. Он способствовал производству большого количества различного теннисного инвентаря, тренажеров и синтетических покрытий кортов. Поддержанию этого бума на высоком уровне способствуют средства массовой информации (печати, радио и телевидения) и деятельность руководителей любительских и профессиональных теннисных федераций.

Насыщенный календарь, большое количество престижных соревнований заставляют любителей, профессионалов и их тренеров повысить требовательность к некоторым сторонам физической, технико-тактической, психологической подготовки. В частности, повышенное внимание уделяется ныне такому компоненту игры, как острота пласировки ударов.

Острая пласировка мяча и сила удара — одно из необходимых условий высшего теннисного образования. Даже владея в совершенстве всем арсеналом

современных требований, нельзя рассчитывать в игре на эффективность своих ударов при недостаточной остроте пласировки и силе.

Вспомним матч теннисистов СССР и США 1977 г., где встретились Е. Бирюкова и К. Шоу. «...Сильным, глубоким остропласированным ударом гости она не была готова что-либо противопоставить, кроме безраздельной откидки на середину площадки» — так характеризуют неэффективность ответных ударов Е. Бирюковой на острую сильную пласировку К. Шоу Ю. Жемужников и С. Илларионов в статье «Сильнейшие — вчера, сегодня, завтра» («Теннис», ФИС, 1978).

В игре теннисистов можно наблюдать такую картину: один из игроков сильным ударом направляет мяч на противоположную сторону площадки в пределах 1,5 м от задней (или боковой) линии, а соперник довольно свободно и эффективно отбивает такой мяч.

Другая картина: если при таком же по силе ударе мяч упал в пределах 1 или 0,5 м от линии, ответ соперника затруднен. Если мяч при таком же ударе попадет в площадку за 30—40 см от линии, то эффективно отбить его еще труднее, а если он приземлился в нескольких сантиметрах от линии, это будет исключительно трудный мяч для ответа.

Чем объяснить этот удивительный феномен



Рис. 1. Траектория полета мяча до удара о корт и после его отскока в зависимости от точки приземления

увеличения эффективности ударов в зависимости от расстояния приземления мяча от задней линии? На рис. 1 показана траектория полета мяча до удара о корт и после его отскока в зависимости от точки приземления мяча и при фиксированном положении теннисиста. По мере приземления мяча все ближе к задней линии отрезок траектории мяча после его отскока до ракетки теннисиста становится все более коротким. Время, необходимое теннисисту для принятия решения и осуществления удара, все более уменьшается. Поэтому возрастает трудность удара для соперника по мере приближения точки приземления мяча к задней линии. Точно так же все более затрудняется эффективность ответного удара.

Как оценить эффективность ударов в зависимости от места попадания на корте? Это можно сделать, измеряя точность ответных ударов теннисиста, набрасывая с определенной «дозированной» силой мячи на различном расстоянии от заданной линии. Такую наброску мячей можно выполнить с помощью теннисной пушки или опытного спарринг-партнера.

Результативность ударов резко возрастает по мере попадания мяча все ближе к задней линии. При этом результативность крученого удара выше, чем плоского. Это объясняется тем, что скорость крученого удара после отскока выше, поэтому времени на принятие решения и обработку мяча у теннисиста меньше, чем при плоском ударе.

Если же удар к задней линии резаный, то его эффективность меньше. Это объясняется тем, что скорость резаного мяча после отскока меньше, чем при плоском ударе, и времени на его обработку у теннисиста больше.

Пожокая картина наблюдается, если мяч приземляется ближе к средней линии корта.

Чем ближе приземляется мяч к боковой линии и чем ближе к средней, тем больше расстояние от исходного положения теннисиста до точки, с которой он производит удар. Это положение видно на рис. 2, где показаны удары, для которых точка приземления мяча располагается все ближе к боковой линии. Чем ближе удар к боковой линии, тем более длинный путь пробегает теннисист до точки удара. К тому же возрастает угол между направлением движения теннисиста и направлением ответного удара. Это приводит к дополнительным трудностям при ответном ударе.

Важным моментом являлась разработка методики оценки результативности ударов в зависимости от места попадания мяча на корте. Оценка

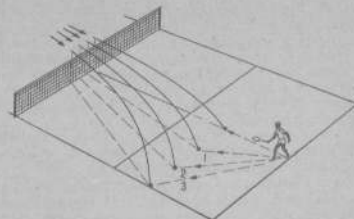


Рис. 2. Результативность удара в зависимости от точки приземления мяча

эффективности производилась по ухудшению точности попаданий при ответном ударе теннисиста. Оценка точности производилась путем оценки ухудшения кучности попаданий при заданной точке или линии приземления.

Теннисисту ставилась задача после попадания мяча в заданную точку на корте произвести удар в заданную точку корта на стороне соперника. При этом исходным положением теннисиста являлось его положение у «уса» непосредственно за задней линией. Точность попаданий оценивалась по величине осей эллипса рассеивания. Эллипсом рассеивания, как это принято в теории стрельбы, называется такой эллипс, в который попадает половина от общего числа ударов теннисиста. Экспериментально установлено, что отношение величин большой оси эллипса рассеивания к малой приблизительно равно 2 : 1 и остается примерно постоянным при различных по силе ударах справа и слева (методика оценки точности ударов по величине эллипса рассеивания описана в ежегоднике «Теннис», 1979, с. 25).

Практическая оценка эффективности ударов в зависимости от места попадания на корте была проведена на группе теннисистов 1 разряда и мастеров спорта. Оценка производилась с помощью описанной ранее методики. По результатам экспериментов были построены графики для оценки эффективности остроты пласировки в зависимости от места попадания на корте.

Результаты экспериментов оказались в соответствии с ожидаемыми теоретическими выводами. Так, например, результативность ударов увеличивается по мере приближения точки попадания к задней и боковым линиям. Было обнаружено, что при изменении исходного положения теннисиста все показатели результативности ударов смещаются пропорционально смещению исходного положения теннисиста. Поэтому, в частности, положение теннисиста на расстоянии, например,  $\frac{1}{4}$  длины корта, а не у «уса» задней линии, значительно осложняет прием после отскока мячей, попадающих на расстоянии  $\frac{1}{4}$  длины корта.

Эффективность точности, а также и силы ударов изучалась в ряде работ. Были предложены различные методики для оценки эффективности ответных ударов теннисиста. Интересная методика оценки эффективности игры теннисиста была предложена в сборнике «Теннис», 1974, с. 24. Эффективность игры оценивалась по точности и силе ударов в баллах.

Улучшение остроты пласировки ударов различных видов требует разработки специальных методик для совершенствования этого компонента техники теннисиста. Специальные записи и экспериментальные данные, полученные с помощью экспериментальной аппаратуры, показывают, что советские теннисисты пока еще уступают сильнейшим зарубежным игрокам в остроте пласировки и силе ударов.

Одним из ведущих направлений техники тенниса сегодняшнего и будущего является высокая точность, сочетающаяся с оптимальной силой для конкретной игровой ситуации. Поэтому в начальном периоде обучения нужно осваивать не

только точные удары, но и удары различной силы в трех точках по высоте.

Обучая, надо строго дозировать силу в сочетании с точностью, избегая злоупотребления сильными ударами в ущерб точности.

Совершенствование ударов на точность следует проводить не только на различных покрытиях в тренировках, но и в играх со счетом, используя различные горизонтальные и вертикальные мишени.

Необходимо варьировать удары по особенностям вращения и направления в разнообразных условиях при различных сбивающих факторах и тем выработать устойчивость к выполнению острой пласировки.

Больших успехов в остроте пласировки и эффективности ответных ударов можно добиться только тогда, когда коррекция будет производиться ежедневно, настойчиво, а результаты будут контролироваться с помощью специально разработанных приборов и методик.

## ТОЧНОСТЬ УДАРОВ В ТРЕНИРОВКЕ

В. П. Жур, тренер

Мастерство теннисиста растет медленно: вначале появляется умение перебивать мяч в площадку; через 1—2 года занятий занимающийся уже в состоянии перебивать 20—30 раз; на 3—4-м году обучения появляется умение направлять мяч в мишени, размеры которых постепенно уменьшаются — 3×3, 2×2, 1×1 м и т. д. Не обладая способностью попадать 5—7 раз подряд в мишень размером примерно 1×1 м, трудно рассчитывать на успех в теннисе. Неумение направлять мяч близко к линиям делает комбинации теннисиста малоопасными для соперника, так как, направляя мяч близко к центру, игрок не может создать выигрышную ситуацию или сделать эффективный выход к сетке.

Точность необходима при выполнении всех ударов. Теннисист, играющий даже очень мощно, но не точно и допускающий много ошибок, как правило, уступает сопернику с более точной, хотя и мягкой, игрой.

Главная цель данной статьи — показ упражнений, выполнение которых может способствовать повышению точности ударов. Предлагаемые упражнения объединены в комплексы. Составлены они таким образом, что спортсмен имеет возможность тренировать удары как с лёта, так и с отскока, используя удары по линиям и по диагоналям. Вначале, при игре с отскока, теннисист находится в облегченных условиях, выполняя резаные удары (мяч при этом летит не очень быстро). Комплексы могут также служить своеобразным индикатором технической подготовленности.

На выполнение каждого задания занимающему-

ся дается три попытки, и лучшая из них оценивается по пятибалльной системе. Таким образом, получается ряд оценок, анализ которых позволяет сделать вывод о том, выполнение какого удара вызывает затруднения. При игре на оценку для теннисистов низших разрядов надо подбирать более подготовленных партнеров, которые сами не выполняют задание, а только «подбрасывают». Подготовленные теннисисты могут выполнять задания комплекса на оценку одновременно, считая только свои ошибки.

Выполнение упражнений комплекса втроем кроме работы над точностью позволяет создать высокую интенсивность тренировки. При выполнении упражнений нужно попадать в определенное место площадки: коридор от боковой линии до центра площадки. Ошибкой при выполнении задания считается удар в сетку и «за».

Если задания выполняются легко, без напряжения, то для отработки точности ударов можно использовать мишени. Они повышают психическую нагрузку теннисистов, приучают к обстановке соревнования.

Комплекс 1 включает в себя удары по диагоналям с лёта и с отскока, которые начинающие теннисисты, как правило, выполняют более уверенно. Если эти удары производятся достаточно свободно и четко, следует переходить к комплексу 2, который состоит из ударов по линиям.

### Комплекс 1

Оба партнера выполняют удары с лёта:

- 1) слева и справа,
- 2) слева под удар слева,

3) справа под удар справа.  
Партнер играет с лёта, выполняющий — с отскока:

- 4) справа и слева,
- 5) слева под удар слева,
- 6) справа под удар справа.

Партнер играет с отскока, выполняющий — с лёта:

- 7) справа и слева,
- 8) слева под удар слева,
- 9) справа под удар справа.

Оба партнера выполняют удары с отскока:

- 10) справа и слева,
  - 11) слева под удар слева,
  - 12) справа под удар справа,
- Выполняющий подает 10 подач:  
13) в первый квадрат,  
14) во второй квадрат.

Выполнение ударов с лёта и с отскока оценивается следующим образом: 7 попаданий — удовлетворительно, 10 — хорошо, 15 — отлично. При подаче: 7 попаданий из 10 — удовлетворительно, 9 — хорошо, 10 — отлично.

Комплекс 2, так же как и комплекс 1, выполняется любыми ударами, так как занимающиеся на данном этапе еще не в совершенстве овладели всеми разновидностями ударов. Продолжительность работы по заданиям комплекса в тренировке (особенно на этапе начальной подготовки) не должна быть чрезмерно длительной.

### Комплекс 2

Оба партнера выполняют удары с лёта:

- 1) слева под удар справа,
- 2) справа под удар слева.

Партнер играет с лёта, выполняющий — с отскока:

- 3) слева под удар справа,
- 4) справа под удар слева.

Партнер играет с отскока, выполняющий — с лёта:

- 5) слева под удар справа,
- 6) справа под удар слева.

Оба партнера выполняют удары с отскока:

- 7) слева под удар справа,
- 8) справа под удар слева.

Выполняющий пробивает 10 ударов над головой:

- 9) в левый угол,
- 10) в правый угол.

Оценка ударов над головой: 7 попаданий — удовлетворительно, 9 — хорошо, 10 — отлично.

Комплекс 3 состоит из ударов с отскока. Его назначение — научиться выполнять различные удары (крученые, резаные) по линиям и диагоналям. Знание, каким ударом будет играть партнер, облегчает действия выполняющего задание. Кроме того, игра по резаному крученому, спортсмен имеет возможность тренировать активные удары; выполнение крученого удара по крученому помогает тренировать как активные, так и менее активные (защитные) удары.

## Комплекс 3

Оба партнера выполняют удары с отскока.

Выполняющий играет слева по линии:

- 1) крученым по резаному,
- 2) крученым по крученому,
- 3) резаным по крученому,
- 4) резаным по резаному.

Выполняющий играет справа по линии:

- 5) крученым по резаному,
- 6) крученым по крученому,
- 7) резаным по резаному,
- 8) резаным по крученому.

Выполняющий играет справа под удар справа:

- 9) крученым по резаному,
- 10) крученым по крученому,
- 11) резаным по резаному,
- 12) резаным по крученому.

Выполняющий играет слева под удар слева:

- 13) крученым по резаному,
- 14) крученым по крученому,
- 15) резаным по резаному,
- 16) резаным по крученому.

Оценки за выполнение те же, что и в комплексе 1.

Комплекс 4 отличается от предыдущего тем, что партнер играет любыми ударами, а это предъявляет к выполняющему задание повышенные требования, так как ему приходится определять тип каждого удара и соответствующим образом к нему готовиться.

## Комплекс 4

Оба партнера выполняют удары с лёта:

- 1) «восьмерка» по линиям,
- 2) «восьмерка» по диагоналям.

Выполняющий играет с лёта, партнер — с отскока:

- 3) резаным слева под удар слева,
- 4) крученым слева под удар слева,
- 5) резаным справа под удар справа,
- 6) крученым справа под удар справа,
- 7) резаным слева под удар справа,
- 8) крученым слева под удар справа,
- 9) резаным справа под удар слева,
- 10) крученым справа под удар слева.

Оба партнера выполняют удары с отскока, выполняющий играет:

- 11) резаным слева под удар справа,
- 12) крученым слева под удар справа,
- 13) резаным справа под удар слева,
- 14) крученым справа под удар слева,
- 15) резаным слева под удар слева,
- 16) крученым слева под удар слева,
- 17) резаным справа под удар справа,
- 18) крученым справа под удар справа.

Выполняющий подает 10 сильных подач:

- 19) в первый квадрат,
- 20) во второй квадрат.

Оценки при ударах с лёта, с отскока и при подаче те же, что и в комплексе 1.

Выполнение комплекса 5 требует не только технической, но и специальной физической подготовки, так как удары приходится выполнять в

разные углы площадки, из разных углов, с места и в движении. Выполняя данный комплекс, следует играть с отскока более эффективными, т. е. круче-ными, ударами, которые обеспечивают высокий темп и надежность.

#### Комплекс 5

Партнер играет с лёта, выполняющий — с отскока:

- 1) «треугольник» слева и справа под удар слева,
- 2) «треугольник» слева под удары слева и справа,
- 3) «треугольник» справа и слева под удар справа,
- 4) «треугольник» справа под удары слева и справа.

Оба партнера выполняют удары с отскока; выполняющий играет:

- 5) «треугольник» слева и справа под удар слева,
- 6) «треугольник» слева под удары слева и справа,
- 7) «треугольник» справа и слева под удар справа,
- 8) «треугольник» справа под удары слева и справа.

Партнер играет с отскока, выполняющий — с лёта:

- 9) «треугольник» слева и справа под удар слева,
- 10) «треугольник» слева под удары слева и справа,
- 11) «треугольник» справа и слева под удар справа,
- 12) «треугольник» справа под удары справа и слева.

При выполнении ударов с отскока против партнера, играющего с лёта, следует чаще выполнять крученый удар; против партнера, играющего с отскока, можно использовать любой удар.

Комплекс 6 является одним из наиболее трудных в связи с тем, что задания выполняются против двоих партнеров, которые играют с места и имеют возможность обеспечить лучшую плавировку мяча.

### ТРЕНИРОВОЧНАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ КАЧЕСТВ ТЕННИСИСТОВ

Н. Ю. Верхожанская, ГЦОЛИФК\*

В ежегоднике «Теннис» за 1980 г. вниманию читателей была представлена статья «Скоростно-силовая подготовка теннисистов и пути ее совершенствования». На основе положений, изложенных в статье, и с учетом специфики игровой деятельности в теннисе была составлена тренировочная программа, предназначенная для теннисистов — старших юношей и взрослых. Целью про-

#### Комплекс 6

Выполняющий играет против двоих партнеров; партнеры играют с лёта:

- 1) слева и справа по линиям,
- 2) слева и справа по диагоналям,
- Партнеры играют с лёта, выполняющий — с отскока:

- 3) слева и справа по линиям крученым,
- 4) слева и справа по диагоналям крученым,
- 5) слева и справа по линиям любым ударом,
- 6) слева и справа по диагоналям любым ударом.
- Выполняющий играет с лёта, партнеры — с отскока:
- 7) слева и справа по линиям любым ударом,
- 8) слева и справа по диагоналям любым ударом.

Оценки при выполнении ударов с отскока как в комплексе 1, с лёта — как в комплексе 2. Комплекс 7 состоит из «восьмерки». Выполняется он уже достаточно подготовленными спортсменами, поэтому целесообразно применить мишени для увеличения психической нагрузки.

#### Комплекс 7

Оба партнера выполняют удары с лёта:

- 1) «восьмерка» по линиям,
- 2) «восьмерка» по диагоналям.

Один партнер выполняет удары с лёта, второй — с отскока:

- 3) «восьмерка» по линиям,
  - 4) «восьмерка» по диагоналям,
  - 5) «восьмерка» по линиям,
  - 6) «восьмерка» по диагоналям.
- Оба партнера выполняют удары с отскока:
- 7) «восьмерка» по линиям,
  - 8) «восьмерка» по диагоналям.
- Оценки: 2 повторения «восьмерки» — удовлетворительно, 4 — хорошо, 6 — отлично.

Выполнение заданий комплексов требует от спортсменов постоянной собранности, сосредоточенности, дает возможность систематически контролировать свою техническую подготовку. Использование в тренировке комплексов способствует также повышению плотности занятий; занимающиеся четко знают стоящие перед ними задачи (получение наивысших оценок) и видят пути к их выполнению (больше времени уделять тренировке определенных заданий комплексов).

граммы являлось в кратчайший срок (2,5 месяца) поднять уровень скоростно-силовой подготовленности теннисистов, не обладающих достаточной скоростью перемещений по площадке.

\* В подборе материалов для данной статьи принимали участие студенты кафедры тенниса ГЦОЛИФКа А. Васильев, И. Ромко и аспирант М. Морозов.

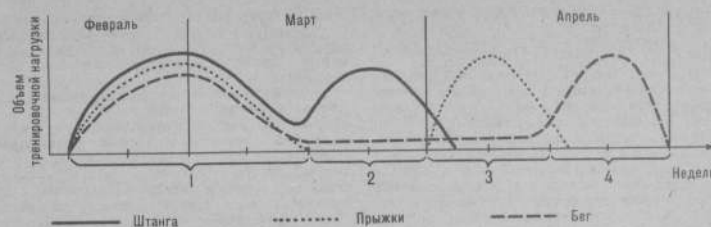


Рис. 1. Схема тренировочной программы

В период с февраля по май 1980 г. тренировочная программа была апробирована в условиях педагогического эксперимента при участии группы испытуемых — студентов кафедры тенниса ГЦОЛИФКа. Программа предусматривала проведение три раза в неделю специально организованных занятий по физической подготовке. Для тренирующихся два раза в день они проводились в часы вечерней тренировки. Весь тренировочный 10-недельный этап разделялся на четыре периода (см. рис. 1 и таблицу):

- 1) общеподготовительный (4 первые недели, 12 занятий),
- 2) силовой (2 недели, 6 занятий),
- 3) скоростно-силовой (2 недели, 6 занятий),
- 4) скоростной (2 недели, 6 занятий).

Общеподготовительный период предназначался для подготовки опорно-мышечного аппарата испытуемых к предстоящим силовым и прыжковым нагрузкам. Он характеризовался большим объемом работы, постепенным нарастанием от начала к середине периода (от 60 до 120 мин.).

В тренировку включались беговые, прыжковые и силовые упражнения.

Беговые упражнения (бег с высоким подниманием бедра, с забрасыванием голени назад, с подскоками на каждой ноге, длинные ускорения) в виде 60—100-метровых пробежек выполнялись вполсилы с акцентом на технически правильное выполнение движения.

Прыжковые упражнения включали прыжки на двух ногах (через высокие барьеры, через гимнастическую скамейку с передвижением вдоль нее), многоскоки с ноги на ногу типа тройного, выполняемые сериями по 10—15 раз. Со второй недели в тренировку включались многоскоки типа «левой-левой-правой-правой» и «три на левой — три на правой».

Силовые упражнения общеподготовительного периода включали: приседания со штангой весом 10ПМ\*, поднимания на носки со штангой весом

\* Вес 10ПМ (двукратный максимум) соответствует тому весу, который может быть поднят всего 10 раз, вес 20ПМ — 20 раз (у испытуемых это соответственно составляло 30—35 и 15—20 кг).

10ПМ, выпрыгивания из полного приседа со штангой весом 20 ПМ. Напомним, что все упражнения со штангой выполнялись до отказа. Между каждой серией силовых упражнений выполнялись легкие беговые ускорения и упражнения для брюшного пресса в висе на шведской стенке и перекладине.

Каждое занятие общеподготовительного периода строилось следующим образом: подготовительная часть (легкий разминочный бег) — 10 мин., общеразвивающие упражнения и упражнения на гибкость, беговые упражнения — 20—30 мин., прыжки и многоскоки — 20 мин., упражнения со штангой — 15—20 мин. Перед упражнениями со штангой проводилась 10-минутная дополнительная разминка, в которую включались наклоны и вращения туловищем с 10—15-килограммовым блином от штанги в руках. Занятие заканчивалось 10-минутной пробежкой.

Второй период (силовой) был целиком посвящен силовым упражнениям: приседание со штангой весом 3ПМ и подниманием на стопе с весом 5ПМ. Переход от штанги весом 10ПМ к весу 3ПМ осуществлялся постепенно от первого до третьего занятия второго периода. Между сериями силовых упражнений делались легкие пробежки и висы. Длительность занятий силового периода была небольшой — до 40 мин., продолжительность разминки увеличивалась до 20 мин. В одной тренировке выполнялось от 3 до 5 подходов к штанге.

Третий период (скоростно-силовой) был посвящен преимущественно прыжковым и беговым упражнениям. Упражнения со штангой в этом периоде не выполнялись. Прыжковые упражнения выполнялись с акцентом на интенсивном отталкивании вперед-вверх (в отличие от прыжков первого периода, выполняемых вполсилы и на технику с задачей набрать больший их объем). Прыжки на двух ногах выполнялись сериями по 10 прыжков на лучшее время преодоления 10 барьеров или на лучшее время выполнения 10 прыжков «кенгуру» (по 5—6 серий в одном занятии). Прыжки с ноги на ногу типа тройного выполнялись с задачей покрыть большее расстояние в каждом многоскоке (тройном, пятерном, десятирном). Из беговых упражне-

ний в тренировку включались длинные ускорения в полную силу, короткие (до 10—12 м), высокие и низкие старты (от 15 до 20 стартов в одном заятии).

Четвертый период (скоростной) был посвящен преимущественно беговым упражнениям. Помимо беговых упражнений, применявшихся в третьем периоде, выполнялись также низкие старты из различных исходных положений: сидя на корточках спиной, боком и лицом к направлению движения, а также челночные перемещения 6×8 и 12×4 м. При выполнении беговых упражнений ставилась задача: во-первых, показать лучшее время или (при использовании соревновательного метода) прийти к финишу первым; во-вторых, пауза между пробежками должна быть достаточной для полного восстановления. Если в каждой новой пробежке результат переставал улучшаться или снижался, то увеличивалась пауза отдыха или выполнение упражнения вообще прекращалось.

В конце третьего периода включаются в трени-

ровку на теннисной площадке упражнения, максимально приближенные к игровым. При этом ставится задача выполнить как можно больше ударов за 10—15 сек. Пауза между упражнениями не менее 3—4 мин.

При использовании данной программы надо учитывать следующее обстоятельство: так как объемные силовые нагрузки отрицательно влияют на скорость движений и мышечно-двигательные ощущения, не следует в период выполнения силовых упражнений включать в тренировку скоростные упражнения и проводить длительные и напряженные игры соревновательного характера. Объем и интенсивность утренней тренировки (при двухразовых тренировках) целесообразно снизить.

Применение данной программы позволило значительно улучшить скоростно-силовые показатели испытуемых, а также скорость перемещений. Характер изменения силы и быстроты соответствовал ожидаемому: временное снижение всех показателей ко второму периоду сменялось их

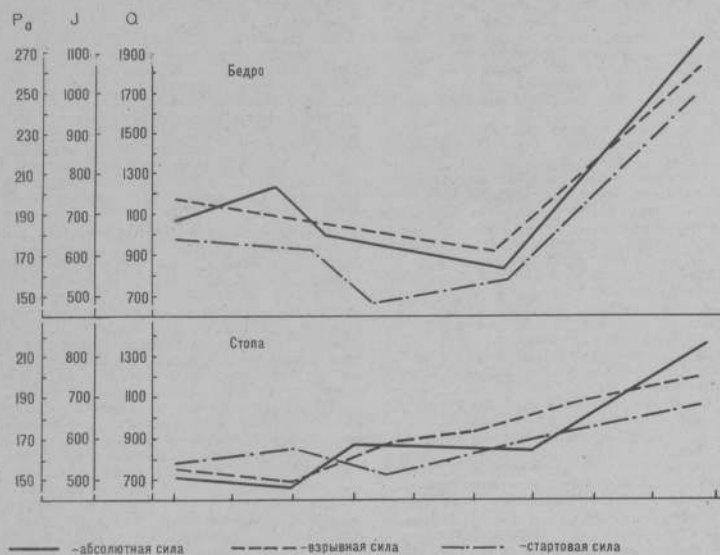


Рис. 2. Динамика изменения основных показателей силы в зависимости от объема и направленности тренировочной нагрузки

Таблица  
Схема распределения тренировочных средств по основным периодам

Тренировочные средства	Период			
	общеподготовительный	силовой	скоростно-силовой	скоростной
Упражнения со штангой	Приседания со штангой весом 10ПМ Выпрыгивания из полного приседа с весом 20ПМ Поднимание на стое с весом 10ПМ	Приседания с весом 3ПМ Поднимание на стое с весом 5ПМ	—	—
Прыжковые упражнения	Прыжки на двух ногах: а) напрыгивания, б) серии прыжков через низкие барьеры и гимнастическую скамейку. Многоскоки с ноги на ногу типа тройной (тройной, пятерной и десятиерной)	—	Прыжки на двух ногах: а) 5 серий через 10 высоких барьеров, б) 5 серий по 10 «кенгуру» Многоскоки — серии по 50 м на время. Многоскоки (тройной, пятерной и десятиерной)	—
Беговые упражнения	Бег с высоким подниманием бедра, с забрасыванием голени, с подскоками Ускорения 100—120 м. Все в $\frac{3}{4}$ и $\frac{1}{2}$ силы	Беговые упражнения. Легкие ускорения между подходами к штанге	Беговые упражнения. Ускорения в полную силу. Высокие и низкие старты по 20—30 м	Низкие и высокие старты 10 м из различных положений. Челночные перемещения. Игровые упражнения

интенсивным приростом к концу программы, значительно превышающим исходный уровень (30—50%). Положительное воздействие тренировочной программы, по субъективным оценкам

испытуемых, проявилось в игровых условиях при выполнении таких действий, как доставание укороченного мяча и выход к сетке, и в целом на «работе ног» во время игры.

### АТАКУЮЩИЙ УДАР СПРАВА С ОТСКОКА С ВЫХОДОМ К СЕТКЕ

О. Кустов

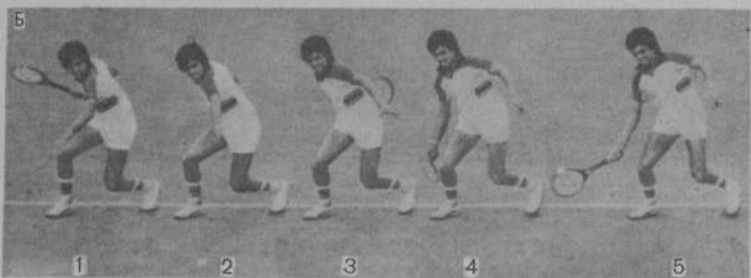
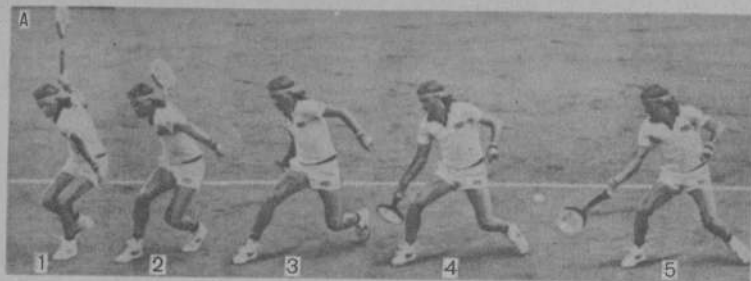
Одна из наиболее заметных тенденций развития тенниса последних лет — активизация игры с задней линии площадки. Достигается она за счет увеличения силы и точности ударов, широкого использования сильного верхнего вращения мяча, ударов по восходящему мячу и ударов с хода.

Удары с хода представляют вдвойне грозное оружие: во-первых, потому, что позволяют нане-

сть очень мощные удары (за счет активного участия в ударе туловища), а во-вторых, потому, что позволяют в ходе удара не замедлять движения и быстро занимать позицию у сетки. Рациональное использование этих ударов в розыгрыше очка доставляет массу неприятностей даже самым грозным соперникам.

В техническом отношении удар с хода сложнее,





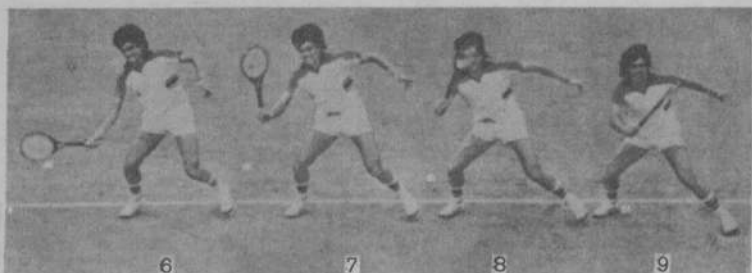
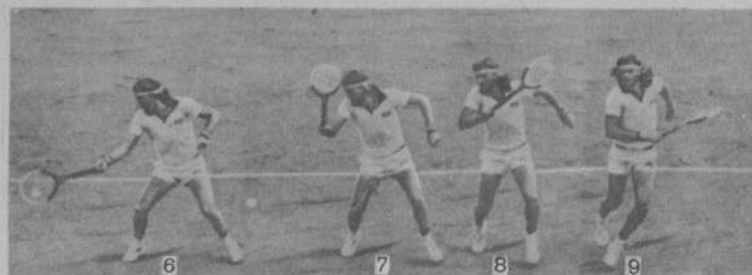
Атакующий удар справа — Б. Борг (А) и В. Пекки (Б)

чем простой удар с места. Целый ряд отличий имеют технические приемы, выполняемые с дополнительной установкой на быстрый выход из удара. О наиболее важных из них будет рассказано на примере анализа кинограмм атакующего удара справа с отскока в исполнении многократного победителя Уимблдонского турнира шведа Б. Борга и парагвайского теннисиста В. Пекки.

Итак, оба теннисиста выполняют атакующий крученый удар справа с отскока, после которого выходят к сетке. Первое, что бросается в глаза, — не совсем обычный подход к мячу и работа ног непосредственно во время выполнения удара. И в самом деле, даже начинающему любителю тенниса хорошо известно правило выполнения ударов с отскока: повернуться к мячу боком, выставить вперед разноименную удару ногу (левую для удара справа с отскока и наоборот), а уже непосредственно в ходе удара на выставленную вперед ногу

нужно перенести вес тела, чтобы вложить развиваемую туловищем энергию в удар. Если же судить по кинограмме, то оба теннисиста этим правилом откровенно пренебрегают. Посмотрите на кадры А3—А6 и Б3—Б6: у обоих теннисистов выставляется вперед правая нога, через которую они и выполняют удар. При подобной постановке ног крайне сложно «вложить» в удар вес тела. Более того, на кадрах А5 и Б5 можно заметить, что спортсмены начали «выходить из удара» раньше, чем мяч соприкоснулся со струнной поверхностью ракетки.

На первый взгляд запечатленные на кинограмме удары не выдерживают никакой критики. Однако не будем спешить с выводами. Вспомним, что оба спортсмена после выполнения удара собираются выйти к сетке. Выйти к сетке им нужно как можно быстрее, чтобы соперник не смог послать мяч в ноги. Поэтому перед спортсменами стоят как



бы две взаимоисключающие задачи: с одной стороны, нужно выполнить удар возможно сильнее и точнее, чтобы максимально затруднить обводный удар соперника. Для этого необходимо руководствоваться теми правилами, о которых мы упоминали выше. С другой же стороны, надо быстро «выйти из удара» и начать движение вперед. Быстро «выйти из удара», если вперед будет выставлена левая нога, если осуществлено энергичное сопровождение мяча в направлении выполненного удара, невозможно, так как направление полета мяча в обоих случаях не совпадает с направлением движения спортсменов к сетке. Именно эта противоречивость игровых задач обусловила появление целого ряда отклонений от «классического» способа выполнения удара, которые в совокупности образуют новый вариант техники выполнения удара, отвечающий требованиям сложившейся игровой ситуации.

Здесь вполне закономерен вопрос следующего содержания: а почему спортсмены не пытаются просто завершить розыгрыш очка максимально сильным и точным ударом? В этом случае отпала бы надобность выходить после удара к сетке, вносить в свой удар целый ряд коррективов, связанных с необходимостью выходить к сетке, которые в конечном итоге снижают эффективность удара. Ведь, судя по кадрам А1 и Б1, спортсмены находятся в довольно несложной игровой ситуации.

Ни Борг, ни Пекки не пытаются мгновенно выиграть мяч по двум причинам. Первая из них та, что играют они на «медленном» грунтовом покрытии, где даже очень сильный удар не дает того эффекта, как при игре на «быстрых» покрытиях. Вторая и наиболее важная причина заключается в том, что спортсменам приходится бить по мячу в низкой точке (удар наносится на высоте ниже уровня сетки), и поэтому выполнение максимально

мощного удара практически невозможно. Необходимо поднять мяч над сеткой, т. е. ударить его в направлении снизу вверх, и одновременно придать ему большую скорость, неминуемо приведет к тому, что мяч уйдет за пределы площадки. В силу этих причин спортсмены и прибегают к своего рода компромиссному решению — наносят не очень сильный, но точный крученный удар, затрудняющий ответный обводный удар соперника, и быстро выходят к сетке.

Было бы ошибкой полагать, что выполненный ими удар представляет собой медленную полусвечку. То обстоятельство, что спортсмены не переносят веса тела на впереди стоящую ногу, совершенно не означает, что удар производится лишь за счет энергии махового движения руки. Хотя и не в полной мере, но в ударе участвует туловище спортсменов. Известно, что ударное движение теннисистов начинается с наиболее массивных звеньев тела. Энергия их движений передается расположенным выше более легким звеньям, которые, в свою очередь, отдают запас энергии системе рука — ракетка, завершающей удар. А сам процесс передачи энергии напоминает бег волны при шелчке кнута. На кадрах А2—А5 и Б2—Б5 очень хорошо виден активный поворот туловища справа налево. Вот этот поворот и передает звену рука — ракетка дополнительную энергию, которая затем будет сообщена прилетающему мячу.

Умелое использование в ударе энергии поворота туловища позволяет спортсменам внести в свой удар еще одно изменение, облегчающее выход к сетке. На кадрах А8—А9 и Б8—Б9 можно заметить отсутствие выполняемого всей рукой столь привычного для нас «сопровождения» мяча в направлении его полета. У Борга на кадре А8 мы видим руку согнутой в локтевом суставе и почти прижатой к туловищу, в то время как удар он выполнил по линии. А Пекии выполнил удар кроссом и также не повел ракетку вслед за мячом. Движение ее остановилось как бы на середине туловища. Дело в том, что, выполняя удар, спортсмены не били мяч всей рукой. И этот факт легко объяснить. Если бы Борг и Пекии активно ударили мяч всей рукой, то им пришлось бы пройти за мячом в противоположную движению к сетке сторону и тем самым замедлить свое продвижение вперед по центру площадки.

Еще одна маленькая, но очень важная деталь: у обоих спортсменов левая рука отведена в сторону и служит своеобразным тормозом, предохраняющим их от чрезмерного поворота туловища влево. Теперь мы можем выделить те отклонения от «классического» способа выполнения удара, или, точнее говоря, те особенности техники выполнения удара, которые проинтерпретированы необходимостью быстро «выйти из удара» и начать продвижение к сетке. Во-первых, это выполнение удара через выставленную вперед одноименную удару ногу; во-вторых, раннее начало выхода из удара; в-третьих, менее активное (в случае несоответствия направления

удара с направлением движения выхода к сетке) участие в ударе верхней части руки-плеча.

Вместе с тем техника ударов Борга и Пекии имеет целый ряд различий. Первое различие легко обнаружить, сопоставив кадры А5 и Б5. Заключается оно в положении головы и плеч игроков в момент, непосредственно предшествующий удару по мячу. У Борга плечи расположены на одном уровне, голова повернута вправо, и впечатление такое, что подбородок прижат к правому плечу. У Пекии же правое плечо опущено явно ниже левого, голова сохраняет свое естественное положение. Сопоставляя отмеченные различия с направлением выполненных ударов (Борг выполнил удар по линии, а Пекии — кроссом), мы невольно наталкиваемся на интересный вопрос: а не является ли положение головы и плеч игроков тем признаком, по которому можно предугадать направление выполняемого соперником удара? Но ответить на этот вопрос в рамках данной статьи, конечно, затруднительно, так как для этого требуется очень тщательный анализ большого количества иллюстративного материала.

Второе различие связано с техникой подкрутки мяча. Шведский теннисист придает мячу вращение следующим образом: подводит ракетку к мячу снизу (А4—А5), после чего за счет пронации (поворота внутрь) накрывает струнную поверхность головки ракетки и сгибает руку в локтевом суставе (А7—А8), т. е. крутит мяч в основном благодаря активной работе предплечья. А вот Пекии придает вращение мячу в основном в результате активного приведения кисти в лучезапястном суставе. Если сравнить кадры Б6 и Б7, то нетрудно заметить разницу в положении кисти парагвайского теннисиста: на кадре Б6 оно напоминает положение кисти руки, протянутой для рукопожатия, а на следующем — положение кисти, держащей молоток или древоко знамена. Резкое изменение положения кисти и способствует приданию мячу вращения. Однако следует заметить, что данный способ подкрутки мяча применяется редко, в основном когда нужно послать мяч очень коротко или очень косо. При обмене мощными ударами с отскока он не используется.

Третье различие относится к технике работы ног при выполнении удара. Учитывая, что оба спортсмена решают одинаковую игровую задачу, можно легко сравнить рациональность движения их ног в этом ударе. Критерий, по которому мы будем сравнивать технику движения ног теннисистов, вытекает из стоящей перед ними дополнительной игровой установки: быстро занять выгодную позицию у сетки. Поэтому показателем, характеризующим эффективность работы ног теннисистов, будем считать быстроту начала их движения к сетке.

Если исходить из этого критерия, то преимущество, несомненно, следует отдать Боргу: достаточно сравнить последние кадры кинограмм. Борг уже устремился вперед, а Пекии как бы замер на месте, он только готовится начать движение.

Почему же шведскому теннисисту удалось начать движение вперед быстрее парагвайского спортсмена? Для ответа на этот вопрос сравним еще несколько ударов на кинограммах.

Сначала обратимся к кинограмме Борга. Он сделал широкий последний шаг к мячу, далеко вперед выставил правую ногу, через которую он в дальнейшем выполнит удар (А3). Правая нога у него служит очень надежной опорой. Большое расстояние между стопами Борга делает площадь опоры теннисиста большой, а его положение весьма устойчивым. Опираясь на правую ногу в начальной части удара, в дальнейшем Борг одновременно с выносом ракетки к мячу выводит вперед и левую ногу (сравните разницу в положении левой ноги теннисиста на кадрах А3—А6). Вынос вперед левой ноги позволяет Боргу довольно быстро перенести на нее часть собственного веса, что, в свою очередь, облегчит отталкивание правой ногой, начало которого видно на кадре А5, а в конечном итоге ускорит начало выхода к сетке. На кадре А7 видно, что сразу после ухода мяча со струнной поверхности, ракетки Борг начал движение вперед.

Пекии в этой ситуации действовал несколько иначе. Последний шаг подхода к мячу он сделал не такой большой, как Борг (Б2—Б3). Практически в течение всего удара не изменяется положение его левой ноги (Б2—Б6). Именно эти незначительные на первый взгляд детали и не позволяют ему

быстро начать движение вперед. И даже наоборот — задерживают его на месте. А весь цикл работы ног Пекии как бы повторяет работу ног Борга, но только в обратной последовательности (посмотрите на кадры А4 и Б4 и сравните их с кадрами А8 и Б8). Пространные комментарии здесь просто излишни. В самом конце удара парагвайский теннисист оказался точно в таком же положении, из которого швед начал вынос ракетки к мячу.

Таким образом, Борг, ни на мгновение не задерживаясь на месте, очень технично выполнил удар с хода, а Пекии представившаяся ему возможность для быстрого выхода к сетке использовал нерационально.

На примере проведенного анализа хорошо видно, что в тех случаях, когда технический прием в теннисе выполняется с дополнительной установкой на быстрый выход из удара техника его отличается целым рядом особенностей, позволяющих максимально адекватно решать возникающую двигательную задачу. В этом случае можно даже говорить о том, что дополнительная установка на быстрый выход из удара обуславливает появление нового варианта выполнения технического приема.

Умение уверенно выполнять удары с хода, а также удары с дополнительной установкой на «быстрый выход» крайне важно в современном теннисе, и совершенствованию этих ударов в тренировке нужно уделять особое внимание.

## ДЕТСКИЙ ТЕННИС

### ВПЕЧАТЛЕНИЯ ОТ ПРОСМОТРА ЮНОШЕСКОГО ПЕРВЕНСТВА ЕВРОПЫ ПО ТЕННИСУ 1980 г.

*Т. Иванова, кандидат педагогических наук, преподаватель ГЦОЛИФКА*

В июле 1980 г. из олимпийской Москвы мы попали на теннисный праздник в столицу французского Лазурного берега — Ниццу.

В составе нашей специализированной туристической группы были тренеры, административные и научные работники из разных республик и городов страны. Все, так или иначе связанные с юношеским теннисом, глубоко в нем заинтересованные. Тем не менее встреча с юными надеждами теннисной Европы многих ожидала впервые.

В Ницце мы оказались к началу четвертьфинальных встреч. К сожалению, большинство наших спортсменов, за исключением О. Зайцевой, Ю. Сальниковой и Е. Рыжиковой, к этому времени уже выбыли из борьбы за личное первенство и продолжали играть в утешительных турнирах.

Отметим отличительную и, надо сказать, почетную особенность этих соревнований: выбывшие из основной сетки теннисисты продолжали

состязаться, получали большую игровую нагрузку, разыгрывали первенство в ряде параллельных турниров, которые составлялись из проигравших в разных кругах. Это давало возможность накапливать столь необходимую юным спортсменам соревновательный опыт, чувствовать себя вовлеченными в орбиту соревнований до последнего дня. И, что немаловажно для любого игрока, вступившего в борьбу, получить награду. Ведь победителей утешительных турниров также ждали хоть и «малые», но медали всех достоинств.

Немного о спортивной базе, где проводился столь крупный по значению и широкий по размаху турнир. Теннисный клуб Ниццы насчитывает 28 площадок с синтетическим покрытием, большинство из которых аналогично кортам на стадионе «Чайка» в Москве. Зрительские трибуны расположены только вокруг центрального корта с тартановым покрытием. Однако местоположение клуба

позволяет использовать в качестве естественных травин зеленые склоны гор, примыкающих к площадкам. Они полностью были заполнены зрителями во время финальных встреч.

Теннисный стадион имеет все необходимое для современной организации тренировок, соревнований и отдыха спортсменов и просто любителей этой замечательной игры. С террас клубного здания, выходящих на противоположные стороны стадиона, можно одинаково успешно наблюдать ход встреч на нескольких площадках одновременно, любоваться горными пейзажами. В залах клуба можно увидеть новые фильмы, рассказывающие о теннисе. Все это впечатляет, и сразу мысленно ищешь аналоги у нас в стране. Ведь у нас тоже есть хорошие теннисные базы! Но что им мешает превратиться в подлинно теннисные клубы в широком смысле слова, в культурно-спортивные центры города!

Организаторы позаботились о том, чтобы многочисленные любители тенниса, пришедшие на стадион, были хорошо осведомлены о ходе соревнований. С этой целью ежедневно выпускался специальный бюллетень — журнал, включавший все необходимые для спортсменов, тренеров и зрителей сведения: результаты встреч, заполненные сетки соревнований всех возрастных групп, расписание встреч с указанием номера корта, ежедневные итоги командной борьбы.

В дни соревнований проходил конгресс Европейской федерации тенниса. Членам нашей группы и тренерам сборной команды СССР была предоставлена возможность встретиться с президентом Федерации тенниса Италии, который рассказал об основных проблемах итальянского тенниса. Интерес к теннису в Италии значительно вырос в последнее время, что связано с теннисным бумом, переживаемым во всем мире. Государством отпущены значительные средства для его развития. Руководители итальянского тенниса видят путь к успеху в концентрации всех наиболее перспективных молодых спортсменов на одной базе и централизованной их подготовке ежегодно в течение 5—6 месяцев.

Думается, что такой подход, который уже успешно используется в ряде других европейских стран, в частности в Чехословакии и ФРГ, заслуживает внимания и наших тренеров.

В этих заметках не ставится задача детально проанализировать выступления советских и зарубежных теннисистов, что, на наш взгляд, необходимо сделать тренерам сборной команды, но на некоторых особенностях игры и поведения спортсменов все-таки хочется остановиться.

Игра лидера современного тенниса Б. Борга, бесспорно, наложив отпечаток на игру большинства участников первенства, в особенности юных шведов, которые явно доминировали в турнире юниорской всех возрастных групп. Мощные и разнообразные по вращениям удары, в основном с задней линии, не слепили игру бесцветной в тактическом отношении, а, на мой взгляд, полностью раскрыли

возможность проявления индивидуальных особенностей. Чтобы победить при достаточно трудном розыгрыше очка, нужно обладать рядом с высокой физической и функциональной подготовкой высокоразвитыми психическими качествами, которые формируют игровые способности теннисиста. К их числу относятся оперативное мышление, сосредоточенное и устойчивое внимание, тонкие мышечные ощущения, способность к вариативным действиям, эмоциональная устойчивость и некоторые другие.

Большинство наших ребят не смогли выдержать борьбы с игроками такого стиля. Под стилем понимается не только техническое своеобразие выполнения приема, а общая структура владения игрой. Конечно, игра «под Борга» находит и найдет еще немало приверженцев и у нас в стране, и это естественно. Но думается, что будущее не в манере, пусть даже яркой, выполнения отдельных ударов, а в слиянии индивидуально рациональной техники с высоким пониманием игры. Пример тому в большом теннисе — игра Макнэро, а среди участников юниорского первенства Европы — игра Юлии Сальниковой, которая, играя в классической манере, заняла 2-е место среди девушек 15—16 лет и продемонстрировала гибкую разнообразную тактику, воплощенную в жизнь за счет эффективной классической техники.

Пожалуй, Ю. Сальникова и О. Зайцева наиболее ярко выделялись тонкостью игры. Но если игра других спортсменов была менее тонка, то во многом более надежна. Лидером турнира, теннисистов Швеции и Франции, отличал высокий профессионализм в лучшем смысле этого слова.

Соревнования проходили в жаркую погоду. Наиболее ответственные встречи, как правило, проводились в самый солнцепек, в разгар дня. К тому же наши юные спортсмены были изолированы от тренеров в течение матча. Это вызвало дополнительные трудности. Как оказалось, многие из наших ребят не были привычны самостоятельно оценивать ситуации, варьировать свои действия в ходе матча, хотя, несколько пообвыкнув, наши спортсмены играли зачастую свободно, без лишней нервозности. Думается, что было бы полезным приучать юных спортсменов и их тренеров к самостоятельности и ответственности и на некоторых внутрисюжных турнирах.

Показательны в этом смысле финальные встречи юниорской младшей и старшего возрастов. 14-летние шведы Эдберг и Свенсон, проведя три исключительно напряженных сета, до последнего момента исключали собранию, сдержанно, по мужски. Они не тратили сил на характерные для многих наших игроков всплески отрицательных эмоций. Лишь по окончании матча, превратившись в обыкновенных мальчишек, дали волю своим чувствам.

Финалисты турнира среди юниорской старшего возраста швед Симонсон и француз Туласи доставили много приятных минут многочисленным зрителям. Конечно, огорчительно было французскому теннисисту проиграть у себя дома, в Нише. Но уже

через несколько минут он вновь вышел на корт... на тренировку, как делал после всех предшествующих встреч. Этот эпизод говорит о многом, и, в частности, о высоком уровне притязаний. Спортсмен не оплакивает поражение, а рассматривает его как этап на пути к новым успехам.

Такой взгляд на выступления в соревнованиях необходимо формировать с детства. Тогда для юного спортсмена не будет самоцелью просто попасть в число участников турнира. Каждый будет стремиться от соревнования к соревнованию показывать все более высокие результаты, ставя перед собой большие цели.

Для членов советской команды, особенно для дебютантов, первенство Европы — хорошая школа. Но участвуют в таких ответственных соревнованиях не только для приобретения опыта, а главным образом для завоевания высоких мест. Поэтому многие проблемы, с которыми наши теннисисты столкнулись в Нише, необходимо решать дома, в ходе тренировочной работы и внутрисюжных соревнований.

Существует много объективных трудностей, связанных с несовершенством соревновательного календаря, низким качеством и нехваткой теннис-

ного инвентаря и т. д. Но есть проблемы, связанные с педагогическим воздействием тренера, над решением которых надо работать постоянно. Надо формировать игрока как личность, способную бороться и побеждать в исключительно напряженных условиях современного теннисного матча. Результаты такой работы могут стать особенно значительными при привлечении объективных научных данных, полученных на материале тенниса.

Следует максимально приблизить тренировочное занятие по физической и психологической нагрузке к соревнованию, моделировать ситуации, соответствующие по сложности игровым или превосходящие их, что позволяет формировать в ходе тренировки именно те свойства и качества личности, от которых зависит успех в соревнованиях, создавая здоровую конкуренцию, и не только в соревнованиях, но и в тренировках, привлекая к ним независимо от принадлежности к спортивному обществу спортсменов высокого класса.

Просмотр первенства Европы среди юниорской не оставил равнодушными никого из членов туристической группы, вызвал дискуссии, творческие споры, что, несомненно, даст хорошие плоды в дальнейшей работе.

## ТЕМПОВЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ИГРЫ ЛУЧШИХ ТЕННИСИСТОВ НА ЮНОШЕСКОМ ЧЕМПИОНАТЕ ЕВРОПЫ 1980 г.

Г. Аюна, тренер Латвийского республиканского совета «Динамо»

Чемпионат Европы 1980 г. среди юниорской 14, 16 и 18 лет проводился во французском городе Нише в начале августа. В каждой возрастной группе было 32—38 участников из 23 стран. Советский Союз представляли А. Демиденко, К. Рачковский (18 лет); Г. Чукарин, Л. Пикулик (16 лет), А. Ольховский и С. Гримальский (14 лет).

Соревнования проводились в одиночных и парных разрядах с командным зачетом. Система проведения соревнований — олимпийская, с утешительными турнирами. Проигравшие в первом круге основного турнира играли между собой. Победители первого круга утешительного турнира встречались с проигравшими во втором круге основного турнира и разыгрывали утешительный турнир по олимпийской системе. Проигравшие в первом и втором кругах утешительного турнира разыгрывали отдельно турнир «Последняя надежда». При такой системе проведения соревнований каждый игрок участвовал не меньше чем в трех играх.

Во всех возрастных группах лучше выглядели теннисисты Франции, Швеции, ФРГ, а также отдельные игроки Италии и Дании. Сильные крутые удары с задней линии, мощные подачи, хороший прием подачи, великолепную, быструю, с точным подходом к любому мячу и быстрым

«выходом из удара» работу ног и нападение с задней линии, а часто у сетки демонстрировали юниоры во всех возрастных группах.

В игре советских спортсменов характерными недостатками были: недостаток гибкости и подвижности работы ног и неумение противостоять многократным крутым ударам, что и приводило к частым ошибкам в игре. Ни одному из советских юниорской не удалось занять призовое место ни в одиночном, ни в парных разрядах.

При наблюдении игр нами были записаны и проанализированы темповые показатели игры юниорской, вошедших в «четверки» во всех возрастных группах. Записывалось количество ударов и время каждого розыгрыша очка, после чего определялся темп игры:

$$T = \frac{n}{t} \cdot 60$$

где  $T$  — темп игры (ударов/мин);  
 $n$  — количество ударов при одном розыгрыше очка;

$t$  — время розыгрыша очка.

Из полученных расчетов составлены гистограммы для игроков различных возрастных групп,

которые характеризуют направленность игры этих спортсменов.

Анализ игры 18-летних игроков (Симонсон и Гунарссон — Швеция, Леконт и Туласк — Франция) показывает, что 21,6% очков разыгрывалось в темпе 20—21 удар/мин и 67,8% очков — в темпе 18—23 удара/мин. Этот темп характерен для игры на задней линии. При этом  $\frac{2}{3}$  очков (при игре на задней линии) были разыграны в темпе 20—23 удара/мин. Этот показатель дает конкретную возможность контролировать и сравнивать игроков в период тренировок и соревнований и прогнозировать их готовность к выступлению в соревнованиях. В темповой зоне 18—19 ударов/мин, где разыгрывалось 25,4% очков, среднее время розыгрыша одного очка составляет 19,6 и 17,4 сек., максимальное — 35,3 и 40,8, количество ударов в среднем 12 и 11, а максимальное достигает 22 и 26 ударов. В темповой зоне 20—23 удара/мин разыгрывается 42,4% (!) очков, при среднем времени 11,6, 7,8, 7,3 сек и максимальном — 35, 14, 15 сек и соответственно количество ударов в среднем от 5 до 8 и максимальном от 10 до 24 ударов при одном розыгрыше очка. Эти цифры достаточно убедительно характеризуют ту большую нагрузку, которую выдерживает спортсмен в ходе поединка. Поскольку эти удары выполняются с сильным вращением, которое снижает скорость полета мяча и, следовательно, темп игры, приходится прикладывать огромное усилие в каждом ударе, чтобы игра была достаточно скоростной, т. е. темповой (23 удара/мин). Такая игра требует от игрока хорошей физической подготовки, включающей такие качества, как скоростная и силовая выносливость (высокие показатели МПК и  $RWC_{170}$ ).

В игре применяются и выходы к сетке (темп игры 26 ударов/мин и выше). Любой выход к сетке и игра у сетки требуют от спортсмена высоких скоростных качеств. Это предъявляет еще большие требования к физической готовности спортсмена: успешно действовать на высоких скоростях уставший или не имеющий достаточно высоких скоростных возможностей спортсмен не может.

Анализ игры ведущих юных теннисистов континента свидетельствует о том, что необходимо серьезно задуматься над подготовкой наших юно-

шей — членов сборной команды. Чтобы успешно бороться со своими соперниками, они должны быть готовы к жестким игровым условиям.

Анализ игры 16- и 14-летних юношей показывает, что больших отклонений от основных принципов игры старших юношей нет. Наблюдается лишь незначительная разница в количестве разыгранных очков в сторону снижения темпа и несколько меньшее среднее и максимальное время розыгрыша очка при соответственно меньшем количестве ударов, в том числе с лёта. Это свидетельствует о том, что основная подготовка спортсмена ведется целенаправленно уже в детском возрасте, а когда он достигает возраста старших юношей, его можно считать практически сложившимся игроком.

Может возникнуть вопрос: почему спортсмены играют на задней линии и не стремятся выйти к сетке? Это происходит потому, что они владеют хорошим приемом подачи и выход к сетке сразу после подачи становится слишком рискованным и бесперспективным. В ходе игры, обмениваясь сильными кручеными ударами с достаточно высоким отскоком, игроки не подпускают соперника к сетке. Выход к сетке тщательно готовится, и только в этом случае игрок занимает позиции у сетки. Еще раз хочется подчеркнуть значение крученых ударов. Верхнее вращение вынуждает игрока, выходящего к сетке, принимать мяч ударом с лёта в наиболее низкой точке. Хорошо владея крученым ударом, можно варьировать высоту полета над сеткой и даже высоту отскока мяча. Таким образом, прием подачи и обводящие удары с верхним вращением стали сильным оружием, затрудняющим выход к сетке.

Наши игроки недостаточно овладели этим техническим приемом, и в «быстрой» игровой ситуации, когда этот удар должен выполняться сильно и точно, им часто не хватает или силы, или точности.

Этот небольшой анализ темповых показателей лучших молодых игроков нашего континента должен помочь тренерам ориентироваться в подготовке своих воспитанников, контролировать тренировочный процесс и прогнозировать результаты в ответственных международных соревнованиях.

### СООТНОШЕНИЕ ВИДОВ ОБЩЕЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ В ТРЕНИРОВКЕ ЮНЫХ ТЕННИСИСТОВ (7—8 ЛЕТ)\*

Е. В. Волнистова, тренер,  
Х. Х. Саердинова, тренер ДЮСШ, ДСО «Труд»

а) этап предварительной спортивной подготовки;  
б) этап начальной специализации.

\* Работа проведена под руководством и при участии канд. пед. наук А. П. Стороумовой.

Таблица 1

Темпы развития физических качеств (мальчики и юноши)

Качества	Возраст										
	7—8	8—9	9—10	10—11	11—12	12—13	13—14	14—15	15—16	16—17	17—18
Быстрота движений ног и туловища	++	++									
Общая выносливость		++		++							
Гибкость позвоночного столба			++								
Силовая выносливость (динамическая) сгибателей туловища					++	+					
Статическая выносливость сгибателей рук							+	++			++
Сила разгибателей туловища											++

Примечание: «++» — наиболее высокие темпы развития, «+» — высокие темпы.

II. Максимальная реализация спортивных возможностей:

- предкульминационный этап;
- этап высших достижений.

III. Спортивное долголетие:

- этап сохранения достижений;
- этап поддержания общей тренированности.

Этапы и стадии многолетней тренировки не имеют строго фиксированных сроков, так как это зависит не только от календарного возраста, но и от индивидуальных особенностей спортсмена, специфики спортивной деятельности, тренировочного стажа и условий организации спортивной деятельности.

Большое значение для достижения высоких результатов в будущем имеет характер тренировочной работы, выполняемой на стадии базовой

подготовки. Именно на этой стадии обеспечивается всестороннее гармоническое развитие ребенка, повышается общий уровень его функциональных возможностей, осваиваются им разнообразные двигательные навыки и умения. На этапе предварительной спортивной тренировки самый разумный путь — «предоставить начинающему спортсмену возможность испробовать свои силы в различных спортивных упражнениях и лишь затем определить предмет его дальнейшей специализации» (Матвеев Л. П.).

На этом же этапе целесообразно использовать так называемые чувствительные периоды возрастного развития организма, т. е. периоды, во время которых организм особенно легко поддается тренировочным воздействиям.

Если упустить «чувствительный возраст», то понадобится затратить значительно больше време-

Таблица 2

Темпы развития физических качеств (девочки и девушки)

Качества	Возраст										
	7—8	8—9	9—10	10—11	11—12	12—13	13—14	14—15	15—16	16—17	17—18
Быстрота движений ног и туловища	++	++	+	++			++				
Скоростно-силовые качества разгибателей ног и туловища			++	++	++						
Статическая выносливость сгибателей рук	+		++	+				+			
Силовая выносливость (динамическая) сгибателей туловища			+	++	++	+					++
Сила разгибателей туловища				++	++						++
Общая выносливость			+		++			++			++
Гибкость позвоночного столба				+	+						

ни, чтобы получить необходимые сдвиги в физических качествах. А иногда нужный прирост качества можно не получить вовсе.

В табл. 1 и 2 приводятся опубликованные в 1980 г. данные, касающиеся физических качеств и периодов повышенных темпов их развития (по А. А. Гужаловскому, 1980 г.).

В теннисе этап начальной специализации, как правило, начинается с 7-летнего возраста и длится около 5 лет (7—12 лет).

В это время девочки наиболее чувствительны к развитию таких физических качеств, как быстрота движений ног и туловища, скоростно-силовые качества разгибателей ног и туловища, статическая выносливость сгибателей рук, общая выносливость.

Мальчики наиболее чувствительны к развитию таких качеств, как быстрота движений ног и туловища, общая выносливость, гибкость позвоночного столба.

Решить задачу воспитания этих качеств только средствами тенниса не представляется возможным. Для воспитания быстроты передвижений, скоростно-силовых качеств, гибкости и т. д. необходим строго определенный подбор упражнений, повторных определенное количество раз после регламентированных в каждом отдельном случае пауз. Теннис же в силу своей вариативности таких условий создать не может.

Наблюдения за игрой наших ведущих теннисистов, анализ результатов общей физической подготовки детей и ведущих игроков дают основание полагать, что уровень развития основных физических качеств оставляет желать много лучшего. В связи с этим большой интерес представляет собой процесс тренировки теннисистов 1—2-го года обучения в детских спортивных школах.

Наблюдения за тренировочным процессом в ДЮСШ Москвы показали, что тренеры стремятся как можно быстрее обучить своих воспитанников игре в теннис. Однако вопросам общей физической подготовки уделяют очень мало времени. Из 360 часов, отводимых на тренировку на 1-м году обучения, 50 часов идет на занятия по общей подготовке, что составляет только 14% общего времени.

По-иному решают данную проблему наши коллеги из Чехословакии. А к их опыту следует присмотреться внимательнее. Распределение средств общей и специальной подготовки у занимающихся 1-го года составляет соответственно 80 и 20%; второго года — 70 и 30%.

Чехословацкие специалисты, видимо, считают, что общая подготовка имеет большое значение на стадии базовой подготовки и поэтому включение больших объемов общей подготовки в тренировку юных теннисистов может быть залогом их будущего мастерства.

В связи с этим мы поставили перед собой следующую задачу: выявить влияние тренировки с повышенным соотношением средств общей подготовки в общем объеме тренировки на уровень

физической и игровой подготовленности юных теннисистов. Для этого по результатам тестирования были сформированы две группы: экспериментальная и контрольная. В первой, экспериментальной, 70% времени отводилось занятиям по общей подготовке, а 30% — занятиям по специальной подготовке. В свою очередь, в контрольной группе 40% времени отводилось занятиям по общей подготовке, а 60% — занятиям по специальной подготовке. Тестирование проводилось с использованием стандартных заданий, многие из которых применяются для оценки физической подготовленности ведущих юниоров-теннисистов. Двигательные задания определяли уровень развития быстроты, силы и выносливости (общей и специальной).

С этой целью применялись следующие задания: для определения уровня развития быстроты — быстрота набора скорости (резкость) — бег 20 м (сек); силы — выпрыгивание вверх (м) и метание набивного мяча (м); выносливости — общей — тест Купера (модифицированный) — 6 мин (м), специальной — многоскоки (м), прыжки «кенгуру» (колич. раз), имитация ударов с лета за 1 мин. (колич. раз), лежа на спине, попеременное перекрестное касание локтями коленей (колич. раз), двукратное прохождение пяти 4-метровых отрезков, расположенных веером (сек).

В экспериментальной группе для воспитания быстроты применялись следующие упражнения:

- 1) бег скрестным шагом;
- 2) бег со сменой направлений по зрительному сигналу;

- 3) бег приставными шагами;
- 4) бег с поворотами вправо и влево;
- 5) зигзагообразный бег с обеганием предметов;
- 6) скоростной бег.

Все беговые упражнения проводились на отрезках 3, 6, 8, 10, 20, 30, 60 м.

Для воспитания силы:

Для воспитания скоростной выносливости:

Длительность упражнений 2—5 — от 20 сек. до 3 мин.

Для воспитания общей выносливости использовались кроссы по спиллопересеченной местности, причем подъемы преодолевали с ускорениями, на спусках замедляли темп, чередуя с прыжками.

Для воспитания гибкости применялись:

- 1) наклоны вперед, касаясь ладонями пола;
- 2) наклоны в стороны, назад с доставанием руками пятки (все виды наклонов иногда выполнялись с небольшими отягощениями и при активной помощи партнера);

Воспитание у детей физических качеств с использованием данных упражнений рекомендуют В. П. Филин, Н. А. Фомин, С. С. Грошеков, Г. В. Васильев, В. М. Дячков и др. Конечно, это далеко не полный перечень средств, которые в данном случае можно использовать.

В результате проведенного эксперимента, длившегося шесть месяцев, были получены следующие результаты.

В семи тестах из девяти средние показатели теннисистов экспериментальной группы оказались лучше, чем соответствующие показатели спортсменов контрольной группы. В трех случаях различия были достоверны.

Статистически существенная разница отмечалась:

В экспериментальной группе в восьми тестах из девяти показатели улучшились, причем в трех случаях изменения были статистически достоверными. Наибольший статистически достоверный прирост наблюдался в проявлении качества выносливости.

Исследования последних лет показывают, что именно в детском возрасте целесообразно воспитывать выносливость. Так, Т. Кьюртон (США),

изучая работоспособность мальчиков, пришел к выводу, что начиная с 12 лет многие из них могут проявить очень высокую выносливость в плавании, беге. М. Реве, исходя из возможностей детского организма выполнять в благоприятных условиях работу большого объема, считает, что в центре внимания планирования содержания тренировки юной и особенно детей должно стоять воспитание выносливости. Думается, что это целесообразно учитывать и в тренировке юных теннисистов.

Итак, в целом физическая подготовленность юных теннисистов в экспериментальной группе возросла в большей степени, чем в контрольной группе.

Для того чтобы исследовать влияние тренировки с увеличенной долей времени, отводимого на общую подготовку, на игровую работоспособность детей на стадии базовой подготовки, были проведены соревнования между детьми контрольной и экспериментальной группы. Общий счет матча — 5 : 3 в пользу юных теннисистов экспериментальной группы. Далее мы проанализировали выступления юных теннисистов обеих групп на первенстве Москвы.

Юные теннисисты экспериментальной группы, по мнению экспертов, выполнили удары и вели розыгрыш очка не хуже спортсменов контрольной группы. Кроме того, они лучше двигались по площадке, подходили к мячу не натываясь на него. Лучше отражали мячи в трудных, порой неудобных, положениях и, что самое главное, выходили победителями в длительных матчах. Представители экспериментальной группы заняли места более высокие, чем теннисисты контрольной группы.

Эти факты позволяют сделать вывод о том, что распределение средств общей и специальной подготовки с преимуществом общей подготовки не только не тормозит освоение основных технических приемов, но во многом способствует их лучшему совершенствованию на стадии базовой подготовки.

Подводя итоги полученных результатов, мы можем сделать вывод, что использование тренировки с соотношением средств общей и специальной подготовки 70—30 соответственно позволило улучшить в целом уровень физической подготовленности юных теннисистов и улучшить уровень игровой подготовленности.

Тренировка с преобладанием средств физической подготовки в общем тренировочном объеме может стать хорошей основой будущих успехов теннисистов

## ЧТО ПОКАЗАЛ СМОТР (К ИТОГАМ XII ВСЕСОЮЗНОГО СМОТРА-КОНКУРСА ЮНЫХ ТЕННИСИСТОВ)

Т. С. Иванов, кандидат педагогических наук,  
преподаватель ГЦОЛИФКА,  
Г. К. Жуков, аспирант ГЦОЛИФКА,  
И. А. Розжова, аспирантка ГЦОЛИФКА

Каждый смотр-конкурс имеет свою отличительную черту, которой он наложило запоминается участникам и специалистам. У нынешнего смотра, прошедшего с 11 по 17 декабря в гостеприимном Северодонецке, таких ярких черт две. Во-первых, это небывало активное участие в его работе представителей молодой теннисной науки. Во-вторых, неоднозначность его итогов, которые наряду с достижениями нашего детского тенниса высветили целый ряд негативных явлений и проблем.

Сначала несколько слов о работе научной бригады, которую на смотре представляли авторы этой статьи. Присмотр и специальные записки контрольных игр, выступления перед тренерами на научно-методической конференции, проходившей одновременно со смотром-конкурсом, специальное обследование всех участников смотра, обработка и анализ собранных материалов, индивидуальная работа с тренерами и спортсменами — такая объемная работа была проведена научной бригадой. Результатом ее стало то, что впервые за более чем десятилетнюю историю смотров-конкурсов всем спортсменам была дана комплексная оценка, состоявшая из оценки технико-тактической и игровой подготовленности, а также из оценки уровня развития специальных качеств, лежащих в основе «теннисных» способностей и влияющих на возможность достижения высоких спортивных результатов в теннисе.

Оценивая итоги смотра, мы задавали себе прежде всего самый важный вопрос: а сделал ли за прошедший год наш детский теннис хотя бы маленький шаг вперед? Но однозначного ответа на поставленный вопрос дать не могли. И вот почему.

Первый же день обследования участников смотра-конкурса дал интересные результаты. Так, выяснилось, что старшие участники его, несмотря на то что были на год моложе своих прошлогодних предшественников, превосходили их по уровню развития качеств, лежащих в основе успешного применения технических элементов в ходе ведения игры с задней линии площадки.

Прежде всего это было заметно в тонкости мышечно-двигательных ощущений и точности дифференцировки мышечных усилий, устойчивости внимания. Подобная же картина наблюдалась и у спортсменов более младших возрастных групп. Факт этот довольно скоро нашел свое объяснение. В контрольных играх со счетом участники нынешнего смотра-конкурса практически не выходили к сетке и не использовали удары с лёта. И если в

прошлом году игры исключительно с задней линии площадки придерживалась лишь группа участников, то в этом году подавляющее большинство спортсменов (90 из 96 человек) абсолютно не использовали игру с лёта.

Примечательна и такой факт: во второй день смотра-конкурса в 33 сыгранных в этот день контрольных встречах спортсмены сделали в общей сложности лишь 5(!!!) выходов к сетке, причем два из них были вынужденными, т. е. последовали после укороченных ударов соперников. В массовые теннисисты стали увереннее играть с задней линии площадки. На протяжении всего смотра мы не увидели ни одного спортсмена, использующего лишь плоский удар справа с отскока и примитивный «резанку» слева. А широкое использование удара слева двумя руками и сильного верхнего вращения мяча заметно активизировали игру с отскока, сделали ее более мощной и надежной.

Активизацию игры с отскока у юных теннисистов можно приветствовать. Настораживает же другое. Бросилось в глаза, что довольно часто сильное верхнее вращение мяча использовалось совершенно нерационально. Приведем конкретный пример. В результате разыгранной комбинации спортсмену удалось острым ударом выбить соперника из площадки. Последний, едва дотянувшись до посланного мяча, с трудом полусечкой отбивает его. И в этот момент, вместо того чтобы активно пойти на мяч и возможно быстрее, не дожидаясь, пока соперник «вылетит из удара», плоским или слегка резанным ударом направить мяч в незащищенную часть площадки, спортсмен зачем-то ждет, пока мяч опустится в удобную для нанесения крученного удара точку и лишь после этого выполняет привычный для себя удар. В результате потеряны драгоценные доли секунды, упущена возможность завершить начатую комбинацию одним ударом, а соперник успел вернуться в исходное положение и отбить посланный мяч. В этом случае использование сильного верхнего вращения мяча, весьма рациональное при решении конкретной игровой задачи, превратилось попросту в самоцель, что и абсолютно неоправданно. К сожалению, описанная ситуация была довольно характерна для контрольных игр нынешнего смотра. Игра с задней линии площадки должна быть и активной, и универсальной. Понятия эти ни в коем случае не следует ограничивать использованием исключительно сильно крученных ударов.

Овладение несколькими разновидностями вра-

щения мяча, умение уверенно выполнять в разных по высоте точках удары с места и с хода, а в целом гибкое использование всего многообразия технических приемов в зависимости от требовавшей игровой ситуации, от особенностей возникающих игровых задач — вот в чем сущность этих понятий при игре с задней линии площадки. И именно на универсализм и активность такого рода нужно ориентировать игру юных теннисистов.

Крайне неправильно и то, что теннисисты велут игру только с задней линии площадки. Такая односторонняя направленность игровых действий юных теннисистов чревата в будущем серьезнейшими отрицательными последствиями. Ведь с возрастом от юных спортсменов обязательно потребуются умение играть разнообразно и надежно и с задней линии площадки, и у сетки. Возрастет темп игры в соревнованиях, значительно увеличится в матчах количество быстротечных комбинаций, которые заставляют действовать в условиях жесткого лимита времени. Можно будет подправить технику ударов с лёта, а время, наиболее благоприятное для развития именно тех качеств, которые лежат в основе способности эффективно действовать в быстро меняющихся условиях игры, увы, пройдет.

На нынешнем смотре-конкурсе у ребят был отмечен довольно низкий уровень показателей важнейших качеств, позволяющих успешно действовать в условиях «теннисного цейтнота»: по сравнению с более ранними обследованиями оказались хуже показатели реакции на время, на движущийся объект, скорости переработки информации. Лишь у единиц в ходе обследования обнаружена способность к вероятностному прогнозированию, т. е. способность предвидеть действия соперника. Эти факты — прямое следствие односторонней направленности игры юных теннисистов.

После знакомства тренеров с результатами проведенных обследований нам были заданы вопросы: «А нужно ли именно сейчас развивать у спортсменов качества, отмеченные нами? Ведь теннисисты — участники смотра так малы! Может быть, в будущем удастся ликвидировать наметившееся отставание?» Ответ на это один и вполне определенный. Да, работать над совершенствованием качеств, лежащих в основе способности к быстрым действиям, нужно именно сейчас. Дело в том, что возраст до 12—13 лет наиболее благоприятный период для их развития. В более старшем возрасте наступает стабилизация указанных качеств, и никакие, самые энергичные, усилия уже не помогут компенсировать упущенное ранее. Кроме того, величина прироста показателей развития указанных качеств ограничена даже при целенаправленной работе в период до 12—13 лет. Поэтому пропустить это время — двойное зло. Что же касается средств, с помощью которых можно развивать эти важные качества, то они достаточно детально описаны в сборнике «Теннис», 1979 г. (статья «Комплексная методика развития специальных качеств теннисистов»).

Заметим, что игра у сетки — одно из наиболее эффективных средств для работы над совершенствованием скоростных качеств теннисистов.

Односторонняя ориентация на игру с задней линии площадки обусловила также явное ослабление внимания тренеров к совершенствованию подачи. Во время проверки техники более чем у половины участников были отмечены серьезные ошибки в выполнении этого технического приема. Ошибки встречались и в подборе мяча, и непосредственно в ударном движении быстрой руки. В контрольных же играх подача в большинстве случаев использовалась, не как мощное средство нападения, а лишь как средство введения мяча в игру.

Универсализм — вот оружие, которое позволит нашим теннисистам штурмовать самые высокие теннисные вершины. Овладение универсальной манерой игры по всей площадке, основанной на мощной игре с задней линии и уверенной игре с лёта, должно быть сейчас первоочередной задачей для юных теннисистов. Но, как показал смотр, задача эта решается в лучшем случае лишь наполовину.

Все описанные нами негативные явления не секрет и для самих тренеров. Но объяснение им почти все они дают одно: отсутствие условий для работы с детьми. Конечно, нельзя сбрасывать со счетов тот факт, что зачастую молодым тренерам приходится заниматься со своими воспитанниками далеко не в идеальных условиях. Однако первопричина этих явлений, на наш взгляд, совершенно иная. Это — недостаточная гибкая оценка тренерами некоторых тенденций развития современного тенниса, нашедшая свое отражение в построении учебно-тренировочных занятий со спортсменами и, естественно, проявившаяся в игре юных теннисистов. Поэтому откровенная игра только с задней линии площадки, неоправданное использование в ряде случаев сильно крученных ударов с отскока, неумение теннисистов активно и надежно подавать — все это результат далеко не идеальной попытки копирования манеры игры ряда выдающихся теннисистов современности, о нецелесообразности чего уже говорилось на страницах сборника «Теннис», 1980 г. (см. статью Г. К. Жукова «Итоги Всесоюзного смотра-конкурса юных»).

В связи с изложенным мы считаем, что необходимо прежде всего тренеров на местах детально ознакомить с современным теннисом, игрой сильнейших теннисистов мира, наиболее важными и перспективными тенденциями развития игры. Думается, что целесообразно ввести на определенное время на смотрах-конкурсах и нескольких крупных всесоюзных соревнованиях для теннисистов младших возрастных групп правила, стимулирующие активную игру по всей площадке с выходами к сетке.

Были на смотре-конкурсе и теннисисты, чья игра не страдала односторонней направленностью и являлась приятным исключением из общей массы. Это О. Майнапов (Москва), М. Слышов (Сочи), С. Севоржян (Ереван), Г. Кожара и Э. Бокучава

(Тбилиси), В. Брук (Рига), Э. Давиденко (Северодонецк). Не беда, что не всем им на этот раз улыбнулось спортивное счастье — кто-то был вторым, кто-то не попал в число призеров. Главное, что они на правильном пути. Все эти теннисисты стали лауреатами смотра-конкурса. Лауреатами стали также мальчики 11 лет — М. Козлов, В. Брагин, Е. Мелюмов, А. Проскурин, Д. Тамбовский, А. Решетов, Девочки 11 лет — Е. Кислуха, О. Кашчалова, Н. Козлова, М. Виноградова. Мальчики 10 лет — В. Петрушенко, Ю. Гонтар, С. Геворкян, Б. Куркин, С. Скаку, Ю. Карлов, Н. Галжинский, Девочки 10 лет — А. Ищенко, И. Канторова, девочки 9 лет — Н. Шаманова, Н. Медведова, Е. Брюховец, О. Курлова, Н. Хижа, Мальчики 8 лет — С. Пономарев.

А вот еще некоторые интересные результаты проведенного обследования. Сравнение групповых особенностей мальчиков и девочек показало, что игра девочек базируется либо на хороших психофизиологических, либо на физических возможностях. Так, И. Канторова (Харьков) имеет хорошо развитые и улучшающиеся в динамике (обследования в июне 1980 г. — Калининград и декабре 1980 г. — Северодонецк) психофизиологические показатели, но плохо передвигается (результаты в беге на 6 и 30 м соответственно 1,55 и 5,69 сек.). А вот ленинградка Н. Хижа имеет очень хорошие задатки в области развития физических качеств, но недостаточно развитые показатели, связанные со способностью быстро и правильно оценивать игровые ситуации, что обедняет и делает однообразной игру этой юной спортсменки. Высокие показатели по комплексной оценке имеют В. Брук, Н. Шаманова (Рига), С. Скаку (Минск), О. Манналов (Москва).

Не менее интересные результаты принесло анкетирование участников. Им было предложено заполнить специальную анкету, содержащую 10 вопросов, из которых 2 были направлены на выявление особенностей мотивации в занятиях теннисом, 3 — широты и устойчивости интересов, 3 — уровня притязаний и 2 — способности к самооценке.

Как свидетельствует проведенное анкетирова-

ние, большинство участников смотра-конкурса занимаются теннисом 2—3 года; почти все выступали в соревнованиях и становились их победителями или призерами. Несмотря на это, у части спортсменов нет широкого и устойчивого интереса к теннису. Основная масса ребят начала заниматься теннисом под влиянием семьи (кто-то из членов семьи занимается теннисом или в семье просто любят этот вид спорта). Лишь 5—7 человек из всех участников смогли назвать больше двух крупных международных соревнований. Выступая разница и в мотивах занятий теннисом. В основном для юных спортсменов характерно стремление стать лидером и добиться больших спортивных результатов. Однако группа участников в качестве главного мотива занятий теннисом назвала только стремление стать здоровыми, сильными и ловкими. Практически всем опрошенным присущи высокий уровень притязаний и неправильная самооценка. В этом возрасте спортсмены еще не могут реально оценить свои возможности, выявить трудности, стоящие на пути к успеху, и поставить последовательные, достижимые задачи. Однако уже в этом возрасте нужно вести целенаправленную работу, ориентированную на формирование этих свойств личности.

Ниже дана таблица средних результатов, показанных участниками в беге на 6 и 30 м и в прыжках «кенгуру».

Подведем некоторые итоги. За прошедший год в нашем детском теннисе произошел ряд изменений. Как положительное явление можно характеризовать некоторую активизацию игры с задней линии площадки. Как явления негативные — явное злоупотребление в использовании сильного верхнего вращения мяча в ущерб гибкому применению всего многообразия технических приемов при игре с задней линии площадки; ведение игры исключительно с задней линии площадки без использования выходов к сетке и ударов с лета, снижение активности и стабильности подачи у юных теннисистов.

Что касается организационных вопросов, думается, что совмещение по срокам смотра-

конкурса и научно-методической конференции, как это было в 1980 г., оказалось полезным, так как молодые тренеры получили возможность познакомиться с самыми последними достижениями теннисной науки. Единственно, что хотелось бы

пожелать в этом плане на будущее, — чтобы в работе подобных конференций приняли участие и ведущие тренеры страны, которым наверняка есть что сказать своим молодым коллегам.

## ТЕННИС ЗА РУБЕЖОМ

Советским любителям тенниса хорошо известно имя выдающегося шведского теннисиста Бьёрна Борга — пятикратного победителя Уимблдонского турнира. О феномене Борга много пишут, в зарубежной печати появляются многочисленные статьи, рассказывающие об игре и

жизненном пути спортсмена. В данной публикации использованы материалы из специальных теннисных изданий: «Теннис», «Уорлд Теннис» (США), «Теннис уорлд» (Англия), а также из ряда газет: «Интернэшнл геральд трибюн», «Гардиан», «Обсервер», «Санди таймс».

## БЬЁРН БОРГ И ЕГО ИГРА

В. Янчук  
Г. Дашкевич

В детстве, как и многие мальчишки в Седертелье, Борг играл в хоккей с шайбой. Его извечной мечтой было войти в сборную команду городского спортивного клуба, а затем в сборную Швеции. Когда ему было девять лет, произошло событие, которое сам Борг называет поворотным в его жизни. «Мой отец, в прошлом один из лучших игроков страны по настольному теннису, принес домой ракетку для большого тенниса, которую получил в качестве приза. Мне дали ее скорее ради забавы, но, так как мы жили неподалеку от теннисных кортов, расположенных в парке, мне

неудержимо захотелось сразу же попробовать играть в теннис. На следующий день Бьёрн пошел в теннисный клуб Седертелье и попросил записать его в группу начинающих. Там ему ответили отказом, ссылаясь на переполненность групп. Однако он не уныл духом и, вернувшись домой, стал играть у стенки гаража во дворе своего дома. Так он упражнялся с утра до вечера в течение трех или четырех недель, стараясь как можно дольше держать мяч в игре. Для того чтобы сделать многочасовые занятия у стенки более интересными и содержательными, мальчик придумал своеобразный матч со стенкой между командами «Швеция» и «США». «Если мне удавалось набить определенное количество раз о стенку без ошибок, очко выигрывала команда «Швеция», которую я представлял, если же я ошибался, очко выигрывала команда «США».

Вскоре Боргу представилась возможность заниматься в теннисном клубе Седертелье. Остаток лета он проводил на теннисных кортах с семи часов утра и до позднего вечера, пока родители не забирали его домой. «Мои родители заняли правильную позицию в отношении тенниса. Они помогали мне во всем и в то же время не вмешивались в мои занятия теннисом. Если бы у них не хватило понимания и такта, если бы они стали вмешиваться в мои занятия теннисом, я быстро бы утратил интерес к тренировкам и к теннису вообще».

На следующее лето, когда Боргу исполнилось десять лет, он повстречался с Перси Росбергом, лучшим тренером Швеции, который приехал в Седертелье в поисках перспективных ребят. Бьёрну удалось поиграть с ним на корте. Тренер, казалось, не был в восторге относительно удара справа мальчика, который тот выполнил с использованием



Б. Борг со своим тренером Л. Бергелином

Итоговая таблица результатов в контрольных упражнениях

Вид упражнения	11 лет		10 лет		9 лет		8 лет	
	Девочки	Мальчики	Девочки	Мальчики	Девочки	Мальчики	Девочки	Мальчики
Бег 6 м (сек.)	1,44	1,40	1,47	1,41	1,51	1,43	—	1,53
Бег 30 м (сек.)	5,31	5,08	5,33	5,29	5,61	5,29	—	5,48
Прыжки «кенгуру» (колич. раз)	35	48	34	35	34	42	—	23

западной хватки ракетки. Борг потом объяснял, что эта хватка несколько передавалась ему от отца, игравшего в настольный теннис. Вместе с тем тренер увидел, что Бьёрн мог отбивать почти все мячи, и пригласил его тренироваться в Стокгольме в теннисном клубе «Солж-Клуб». Борг с радостью принял это предложение. Ежедневно в течение пяти лет он ездил на тренировки поездом в Стокгольм сразу же после окончания уроков, затрачивая на дорогу в один конец полтора часа. Родители сразу же после окончания уроков, затрачивая на дорогу в один конец полтора часа. Родители ездили за ним на машине, но даже с их помощью Бьёрну не удавалось добраться домой раньше десяти часов вечера.

Интересно, что в течение двух лет с начала занятий теннисом Борг выполнял все удары двумя руками. Дело в том, что его ракетка была слишком тяжелой. В теннисном клубе Седертелье все настойчиво советовали мальчику изменить способ выполнения ударов и играть одной рукой. В конце концов он стал выполнять удары справа одной рукой, однако этого оказалось недостаточно. «Они хотели, — вспоминает Борг, — чтобы я выполнял удары слева также одной рукой. В клубе сердились на меня за то, что я так и не последовал их совету. Сейчас я могу сказать, что поступил тогда правильно, не изменив привычного удара слева, — это явилось одной из причин, способствовавших моим дальнейшим успехам. В оценке своих ударов и исходил прежде всего из собственных ощущений, а они приносили мне удовольствие. Я уверенно отражал мячи справа и слева и, будучи совсем юным, выигрывал у достаточно хороших игроков. Тогда, сознавая необходимость своей техники, отдавая дань мнению окружающих, я говорил ребятам, что когда-нибудь перейду на удар слева одной рукой, однако в глубине души я знал, что никогда этого не сделаю».

Борг выиграл свой первый турнир в одиннадцать лет, выступая на чемпионате Сормленд Кантти. В финале его соперником был Ларс Горман Найман. На следующее лето он выиграл первенство шведской национальной школы среди своих сверстников. В возрасте тринадцати лет Бьёрн отправился в город Мален, на юге Швеции, для участия в юношеском первенстве Швеции и стал победителем в двух возрастных группах — среди юношей тринадцати и четырнадцати лет.

#### Представитель Швеции

Когда Боргу исполнилось четырнадцать лет, он получил право представлять Швецию на юношеском международном турнире в Берлине. К тому времени он уже сделал выбор. «Я окончательно связал свою судьбу с теннисом и, осознавая всю серьезность моих намерений, не без труда вынужден был оставить хоккей. К этому моменту я проделал колоссальную работу на площадке и добился заметных успехов, которые открывали меня».

В марте 1972 года Борг отправился в Мадрид для участия в турнире «Гран При». Там он одержал самую большую в тот период победу (6 : 3, 6 : 2) над теннисным героем Швеции Яном Эриком

Лундквистом, уже сходящим с большой спортивной арены. По итогам соревнований в Мадриде Борга включили в команду Кубка Дэвиса, которая должна была играть в мае против команды Новой Зеландии. Встречу с первой ракеткой Новой Зеландии Они Паруном Борг запомнил навсегда: «Игра была напряженной и трудной. Я проиграл первых два сета и проигрывал в третьем 3 : 1. При смене сторой при счете 3 : 2 наш капитан Леннарт Бергелин посмотрел на мою ракетку и сказал: «Боже, да она тяжелая!» — и дал мне взамен другую. Я выиграл гейм на приеме подачи, взял пять геймов подряд, а затем и следующие два сета. Моя тактика тогда была такой же, как и сейчас: держать мяч в игре и не делать ошибок. Постепенно Парун начал терять сосредоточенность, и через два часа его игра полностью расстроилась. Мне удалось сначала сравнять счет, а затем выйти вперед и одержать победу в пяти сетах (4 : 6, 3 : 6, 6 : 3, 6 : 4, 6 : 4). Таким образом, я стал самым молодым игроком в истории розыгрыша матчей на Кубок Дэвиса, одержавшим победу».

Именно тогда, после матча с Паруном, о нем заговорили как об игроке с незаурядной выдержкой и самообладанием. Пресса свидетельствует, что в пятом сете судья допустил явную ошибку, на которую Борг не прореагировал. Позднее он сказал представителям прессы, что его не беспокоят ни судьи, ни ошибочные решения — он просто концентрирует свое внимание на результате следующего очка, отгоняя все другие мысли. Это был ответ, который вызвал шведской прессе впервые затворить о железном характере Борга и его ледяном спокойствии, хотя на самом деле он далеко не всегда был таким.

#### Отношение к судьям

По мнению Борга, самым важным в его выступлениях на Кубок Дэвиса явился тесный контакт с тренером и капитаном команды Леннартом Бергелином. Однако добрые, доверительные отношения у них сложились не сразу. В начале их совместной работы произошел случай, который явился для юного спортсмена серьезным уроком и помог ему критически подойти к собственным недостаткам. «В период подготовки к соревнованиям на Кубок Дэвиса, — вспоминает Борг, — я проиграл контрольный матч Суну Бенгсону. В ходе игры я трижды оспаривал решения судьи, роль которого исполнил Леннарт Бергелин. В пылу отчаяния и даже назвал его обманщиком, что привело Бергелина в неоправданную ярость. Он с силой толкнул меня так, что я перелетел через скамейки, и швырнул в меня ракетку. Я закончил матч в слезах и не появлялся на тренировки два дня». В тот период пресса критиковала Леннарта за чрезмерную требовательность к игрокам, за жесткую (как писали, чрезмерно жесткую) дисциплину. Но он включил Борга в состав команды. Борг считает, что возраст 15—16 лет наиболее трудный период в становлении характера у многих игроков. Во всяком случае, для него он был не из легких.

С чувством стыда он вспоминает, как месяцем позже инцидента с Бергелином недостойно держал себя соревнованиях на Кубок, играя против Лейфа Юханссона — слотах у соперника и земляка из Седертелье. На глазах у многочисленных зрителей, перед телевизионными камерами Борг оспаривал решение судьи, перешел на сторону Лейфа и очертил место приземления мяча. Решение судьи было не в его пользу, плачевным оказался и исход всего матча. Пресса задавала вопрос: «Не стал ли Борг терять свой бойцовский характер?» Вообще, Борг считает, что вопросы судейства нуждаются в решении. «В подавляющем большинстве случаев, я считаю, судьи справляются со своими обязанностями. Меня раздражают их явные промахи, но если принимать во внимание продолжительность всего матча, никаких претензий к судейству у меня нет. Я никогда не стал под сомнение объективность судьи, хотя знаю, что многие игроки не доверяют арбитрам».

Как мне кажется, единственный выход, устраивающий всех, — установить на корте специальную электронную аппаратуру, которая контролировала бы попадания в линию. В Швеции уже создается экспериментальная и пока еще засекреченная установка, облегчающая работу судей. Она проходит испытания на закрытом для посторонних глаз корте, который группа шведских инженеров построила в одном из лесных массивов в южной части страны. Все линии поджигаются к специальной аппаратуре, и судья на вышке — единственный из всей судейской бригады — имеет на голове наушники и «слышит», попадает ли мяч в линию или же уходит в аут. Согласно традициям, сложившимся на Уимблдоне, только судьям, которые достигли пожилого возраста, доверяют обслуживание центрального корта. А ведь хорошо известно, что они никогда не меняют своего решения».

В 16 лет у Борга отмечалось не только первое поведение на площадке, но и нестабильность спортивных результатов. Он победил Суна Бенгсона в финале первенства Швеции и стал самым молодым чемпионом страны. Но, пожалуй, его самым удачным выступлением следует признать игру с Роем Эмерсоном на открытом первенстве США, где юноша проиграл знаменитому австралийцу в четырех сетах в упорной борьбе.

В спортивном сезоне следующего, 1973 года все еще невозможно было делать какие-либо прогнозы относительно будущего Борга, но теперь надежды приобрели определенную форму. На первенстве Франции за несколько недель до того, как Бьёрну исполнилось 17 лет, он обыграл селмного «севиного» в турнирной таблице игрока Клифа Ричи в первом круге (6 : 3, 6 : 2). Затем он выиграл у другого известного американского игрока, члена национальной сборной команды США на Кубок Дэвиса Дика Стоктона (6 : 7, 7 : 5, 6 : 2, 7 : 6). Следует заметить, что американцы вообще неудачно выступают в Париже. Последним спортсменом, которому удалось выиграть первенство Франции, был Тони Трабрет, причём это было в 1955 го-

ду. Борг считает: «Причина заключается в том, что покрытие французских кортов более «медленное», чем американских. Выдержка и терпение при игре на «медленных» кортах приносит большой результат, нежели мощная подача и удары с лёта, которые свойственны игре Дика Стоктона».

Игра с итальянской звездой Адрианом Панатта за выход в восьмерку сильнейших протекала под знаком преимущества итальянца. Этот опытный спортсмен прекрасно знал особенности европейских кортов. Хотя Борг, по свидетельству прессы, играл очень хорошо, Панатта выиграл в четырех сетах (7 : 6, 2 : 6, 7 : 5, 7 : 6). Спустя несколько недель он отправился на Уимблдонский турнир, который обычно собирает весь шест мировой тенниса. Однако в этот год состав участников был ослаблен из-за бойкота турнира рядом сильнейших игроков — членом ассоциации профессиональных теннисистов, проявивших свою солидарность с дисквалифицированным югославским теннисистом Пиличем. Последний был наказан Международной федерацией за отказ участвовать в розыгрыше Кубка Дэвиса за свою страну. Борг был заявлен на игру и «попоя» в таблице пятым номером. По регламенту соревнований его первый матч против ирландского теннисиста Према Лала проходил на знаменитом центральном корте. Год назад ему довелось играть здесь же в финале юношеского Уимблдонского турнира. Борг выиграл и на этот раз (6 : 3, 6 : 4, 9 : 8). Он пишет о своих чувствах: «Никогда не забуду ощущения своего счастья. Я играл и выиграл свой первый матч Уимблдона-1973 на самом знаменитом корте мира». В следующих двух кругах Бьёрн нанес поражение Карлу Майлеру из ФРГ и венгру Бараньи в пяти сетах и вышел в четвертьфинал, где должен был играть с англичанином Тейлором Роджером. Пресса на все лады расписывала успехи юноши, хотя они были не столь большими, учитывая ослабленный состав участников турнира. Наиболее запоминающаяся из статей тех десяти дней, появившаяся в газете «Дейли Миррор», называлась так: «Звезда — это Бьёрн». И все же он проиграл Тейлору в пяти сетах.

Позднее, летом 1973 года, Борг одержал победу над Кеном Розуоллом за выход в 1/4 финала открытого первенства Канады (2 : 6, 6 : 1, 7 : 5). Кен, несмотря на свои 38 лет, занимал в то время третье место в мировой классификации. Однако Бьёрн сумел одержать победу, проигрывая в третьем, решающем, сете со счетом 5 : 3. Он проиграл в 1/4 финала Мануэлю Орантеу из Испании (7 : 5, 7 : 6).

Пока Боргу не удавалось выиграть ни одного турнира. И в то же время по количеству и значимости побед над вышестоящими в классификации теннисистами он установил своеобразный рекорд. Борг почувствовал, что подошел к такому состоянию, при котором мог одерживать несколько побед подряд в течение недели. Наиболее неожиданная и почетная победа в сезоне пришла к нему спустя дней спустя после турнира в Канаде на открытом первенстве США в Форест-Хиллсе. В одном из



последних розыгрышей, который проводился на травяном покрытии, Бьерн выиграл в третьем круге у Артура Эша, опытного спортсмена, одинаково хорошо играющего на любом покрытии (6 : 7, 6 : 4, 6 : 4, 6 : 4). Он вспоминает: «Я в первый раз победил очень сильного игрока на траве, хотя до начала встречи не верил в успех: моя подача была слабой, а игра с лета очень нестабильной. Меня выручили удары по отскокнувшему мячу, которые я мог выполнять безошибочно целый день, а также обводящие удары сзади».

В 1974 году Борг впервые участвовал во всех значительных турнирах. В начале мая, две недели спустя после проигрыша финала мирового командного первенства Джону Ньюкомбу в четырех сетах, будучи семнадцатилетним юношей, он стал самым молодым теннисистом, выигравшим первенство Италии. Пресса писала, что Борг действовал на корте стремительно, безудержно и вдохновенно, выиграв последние три матча у Орантеса, Виласа и Настасе. Недели спустя, уже в возрасте восемнадцати лет, он стал самым молодым теннисистом, выигравшим открытое первенство Франции. Он одержал победы над Рамиресом, Соломоном, над Орантесом — в финале (последнему Борг проигрывал первые два сета).

Затратив огромные усилия на предыдущих соревнованиях, он чувствовал себя опустошенным и физически, и психологически к тому времени, когда пришла пора играть в Уимблдонском турнире. Немудрено, что в третьем круге Бьерн легко проиграл Эл-Шафеху (6 : 2, 6 : 3, 6 : 1). Однако после Уимблдона, немного оправившись, Борг выиграл крупный турнир в Бастаде в финале у Панатта, а также профессиональный турнир в Бостоне у Колена и Оккера и к концу 1974 года был поставлен третьим номером в мировой классификации сильнейших теннисистов.

Наиболее серьезными успехами Борга в турнирах 1975 года были победы на открытом первенстве Франции, в профессиональном турнире в США (второй год подряд), а также в финальном круге Кубка Дэвиса. Вместе с тем он потерпел поражение от Артура Эша в 1/4 финала Уимблдонского турнира. В тот год Эш стал чемпионом Уимблдонского турнира. И все же это был для Борга неплохой год: он закончил спортивный сезон, занимая третье место в мировой классификации. В этот же год Борг переехал из Стокгольма в Монако вместе со своими родителями, с тем чтобы укрыться от налогов (90%), которыми государство облагало призовые деньги. Вместе с тем он признает, что переезд не прошел бесследно для многочисленных болельщиков: «Люди меня проклинали за то, что я уехал из Швеции. Меня называли в шведской прессе эгоистом и рвачом, обделенным чувством патриотизма. Единственным объективному, которое сдерживало прессу от совершенно уничтожающих нападок на меня, была победа команды Швеции в соревнованиях на Кубок Дэвиса». Борг выиграл двенадцать одиночных матчей, выступая против команд Польши, За-

падной Германии, Испании, Чили, Чехословакии, СССР, не проиграв ни одной встрече, что было своеобразным рекордом в соревнованиях на Кубок Дэвиса. Он проиграл последний раз, выступая за команду Швеции в 1975 году, когда ему было шестнадцать лет. Тогда выиграл лидер испанской команды Орантес (6 : 1, 6 : 2, 6 : 1).

Кубок Дэвиса для Борга — особое соревнование: «Я испытываю чувство радости и гордости за то, что могу представлять сборную команду Швеции на Кубок Дэвиса, несмотря на огромное психологическое напряжение. Кстати, наша команда могла бы выступить лучше, если бы кто-нибудь из игроков специально готовился для парной игры. Я не очень хорошо играю в паре, но на данный момент мы с Белгсоном выигрываем парные соревнования в Швеции».

С 1976 г. Бьерн начал выигрывать турниры почти по желанию. За исключением первенства США, Франции и Швеции ему удалось выиграть большинство крупных турниров: открытое первенство Западной Германии, первенство США среди профессионалов и, конечно же, Уимблдонский турнир, на котором он не проиграл ни одного сета. Немалую роль, по мнению Борга, сыграла работа над подачей. «Я приобрел мощь в подаче, изменил положение левой ноги так, что подборос стал правильным. Я почувствовал ритм, стабильность, мощь и могу бить по мячу далеко впереди себя. Я не стал копировать никого из игроков, обладающих эффективной подачей, а просто отработывал движения ежедневно в течение одного или двух часов, до тех пор, пока не добился хороших результатов. До 1976 года я этим не занимался».

В конце года Борг поднялся в мировой классификации на второе место. В течение следующего года его игра была исключительно стабильной. Хотя у него и были отдельные поражения, в том числе на открытом первенстве США, процент выигранных был высок (выиграл 71 матч и проиграл 6). Это своего рода мировой рекорд. Уимблдонский турнир был для Бьерна волнующим испытанием, в финале которого он достойно завоевал высочайший титул в напряженнейшей пятисетовой борьбе против Джимми Коннора. По итогам соревнований и сумме набранных очков Джимми Коннор был вынужден передвинуться с первого места в мировой классификации.

В розыгрыше мирового командного первенства Борг выступал за команду Кливленд Нетс в течение 16 недель. Однако, по его мнению, соревнования мирового командного первенства, хотя и длятся 16 недель, представляют наибольший интерес для представителей старшего поколения, таких как Лейвер, Розуэлл, Ньюкомб.

Для прогрессирующего молодого турнирного игрока требования к объему и интенсивности нагрузок должны быть более высокими.

1978 год начался для Борга серией побед в открытых первенствах: Италии, Франции и на Уимблдонском турнире. За всю историю мирового тенниса таких достижений теннисист добивался во

второй раз. Однако открытое первенство США так и осталось для него недостижимым. Борг проиграл в финале Джимми Коннору, и в итоге его место в мировой классификации профессиональных теннисистов стало снова третьим.

#### Первое место в мировой классификации

Год 1979-й был первым годом, когда Борг начал и закончил спортивный сезон, занимая первое место в мировой классификации. Его шестью лучшими турнирами, безусловно, были: Большой шлем фирмы «Пепси-Кола», открытое первенство Франции, Уимблдонский турнир, открытое первенство Канады, токийский турнир «Гран При» и «Мастерс». Он выиграл турнир «Пепси» третий год подряд, на этот раз в финале у Коннора (6 : 2, 6 : 3). Затем Бьерн второй раз выиграл два турнира подряд: первенство Франции и Уимблдонский турнир.

Это не удавалось прежде никому: чрезвычайно трудно переходить с грунтового покрытия на травяное в течение двух недель, не снижая самого высокого уровня игры.

По свидетельству прессы, финал Уимблдонского турнира против Роску Таннера был исключительно напряженным. Соперник имел большие шансы на успех. Прежде Борг никогда так не нервничал во время игры, как в этот раз. До финального матча все сходилось на том, что он должен выиграть четвертый раз подряд звание чемпиона Уимблдонского турнира. И это оказывало на Борга сильное психологическое давление. Когда началась встреча, он играл хорошо, однако не настолько, чтобы создать ощутимое преимущество. Соперник подавал необычайно сильно и точно, набирая очки. Таннер был вплотную к победе, однако в конце концов счастье оказалось на стороне Борга — ему удалось выиграть матч в пятом, решающем, сете (7 : 5). Затем он взял продолжительный отдых, проводил время то на море, то в разъездах по Европе с показательными выступлениями.

Борг вернулся на корт для того, чтобы играть в открытом первенстве Канады, в финале которого он выиграл удивительно легко у Джона Макхирю. Но это обстоятельство не помогло ему при выступлении в открытом первенстве США. Несмотря на регулярные пятничасовые тренировки Борга в Витасом Герулайтисом в течение восьми дней перед соревнованием, Таннеру удалось взять реванш над ним. Борг так объяснил свое поражение: «Я хорошо играл до того, как включили свет; не умаляя достоинства Таннера, могу сказать, что его подача становится эффективней на 30 процентов при искусственном освещении».

В этих условиях я просто был не в состоянии во время подставить ракетку под мяч». Затем последовал ряд показательных выступлений в течение нескольких недель, после чего — в январе 1980 года участие в розыгрыше Челленджер в Монреале и «Гран При».

Оба соревнования Боргу удалось выиграть.

Борг предпочитает не говорить много о себе, если не считать, конечно, стандартных сведений о том, например, что явилось поворотным моментом в матче против Коннора или как он играл против Макхирю. Бьерн признается: «Я не любитель давать интервью репортерам. Большинство статей, написанных обо мне, появились после шумных, беспорядочных пресс-конференций, которые традиционно устраиваются после матчей. По идее такого рода конференции имеют смысл, но практически вопросы, которые мне часто задают, поверхностны и шаблонны. «Как вы чувствовали себя после выигрыша первого Уимблдонского турнира, второго, третьего, четвертого, пятого?», «Когда вы подумали, что выигрываете матч?», «Как вы играли сегодня?», «Сколько вам лет?», «Какая степень натяжки струн на вашей ракетке?» Это далеко не полный перечень вопросов, задаваемых мне. Вопросы о моем возрасте и степени натяжки струн особенно раздражают меня, потому что они широко освещались средствами массовой информации. Постановка этих вопросов указывает на недостаточно добросовестную подготовку репортеров к пресс-конференции».

Я не даю никакой другой информации, кроме той, что затрагивается в вопросах. Видимо, поэтому меня журналисты прозвали «молчаливым сфинксом». Впрочем, если бы я мог говорить на своем родном языке, наверное, я оказался бы более разговорчивым».

Известно, что Борг не проявляет эмоций на корте и не выходит из себя по поводу ошибочных решений судьи. В действительности ему далеко не безразличны судейские ошибки, но он не показывает виду, переживает внутри. Борг вспоминает: «Когда мне было 12 лет, я себя не сдерживал, бросал ракетку через всю площадку, обманывал соперника при определении места приземления мяча, спорил с судьей, с досады бросал мячи через заградительную сетку, т. е. делал все, что делают плохие спортсмены. Мои родители стали стыдиться моего поведения на площадке и в конце концов отказались ходить на встречи с моим участием. Однажды, совершенно неожиданно для меня, я был наказан шведской федерацией и отстранен от соревнований на полгода. Я жил в очень маленьком городке, и новость о моем наказании быстро распространилась среди жителей. Люди за моей спиной шептались, что я плохой спортсмен, позоривший шведский теннис. Я воспринял их осуждение очень близко к сердцу. Это был жестокий и очень поучительный для меня урок, который до сих пор перед глазами, как будто происходил вчера. Сейчас я не говорю ни слова с судьей, если мой соперник спорит или если выносятся неверное решение, хотя в глубине души я могу сказать все что угодно».

Я знаю: стоит мне вступить в пререкания с судьей, и сильное возбуждение совершенно выбьет меня из колеи, я сильно покраснею и почувствую себя крайне неловко. Поэтому я решил никогда этого не делать».

Борг довольно легко переживал проигрыши, считая их неизбежным явлением в спортивной жизни наряду с другими, более приятными событиями. Вместе с тем он не упивается победами. По его мнению, раз теннисный матч окончен, значит, он окончен. Бьери не испытывает мучительной душевной боли или чрезмерной радости в течение длительного времени.

С тех пор как Борг начал развезать по всему свету, выступая в многочисленных турнирах, в теннисе, по его мнению, произошли значительные изменения. Одно из них заключается в спортивной подготовке игроков, в явном улучшении качества их игры. Пять лет назад он играл подряд почти все турниры в поисках признания у зрителей и организаторов турниров. Сейчас Бьери играет выборочно наиболее значительные соревнования, так как все турниры он считает в равной степени напряженными и требующими максимальной отдачи сил, независимо от их масштаба. Тщательно подбирая подходящий для себя календарь соревнований, Борг думает, что сможет активно выступать на большой арене не менее пяти лет. Случается, что один-два раза в год он проигрывает игрокам, которые стоят в классификации гораздо ниже его. В таких случаях болельщики обвиняют Борга в небрежности и зазнайстве. Однако сам спортсмен придерживается другого мнения: «В 1979 году на соревнованиях «Палмс Спрингс Гран При» я был «посевной» в турнирной таблице под № 1, но проиграл в первом же круге Друссу Менсену. Я бы хотел объяснить случившееся. Закончил играть в воскресенье поздно вечером соревнования Большой шлем фирмы «Пенен» во Флориде, я полетел на следующий день в Калифорнию на соревнования «Палмс Спрингс». Самолет покрыл расстояние 3000 км, разделявшее места проведения соревнований, за 6 часов и уже пошел на посадку, как неожиданно изменил курс и направился в Хьюстон из-за плохой погоды на месте приземления. Ночь в ожидании рейса была беспокойной и долгой. Только во вторник после обеда наш самолет приземлился в Палмс Спрингс, и через 45 минут я вышел на корт. Мой соперник Менсен играл на подьеме. Я тоже пытался играть, но усталость сковала меня настолько, что мне было уже все равно, проиграю я или выиграю. Другой случай произошел, когда я проиграл Раулю Рамиресу (6:0, 6:1) в 1978 году на соревнованиях «Гран При» в Тегеране. Рамирес — талантливый игрок, так что, в принципе, он мог бы обыграть меня в любое другое время, но счет 6:0, 6:1 в сетах указывает на то, что я был и неощущал физически от путешествия и большого количества игр. Тогда мне очень хотелось уехать домой. Это не оправдание, а скорее объяснение того факта, что мой стиль игры преимущественно с задней линии требует максимальной концентрации внимания и терпения. Очень трудно играть с высокой интенсивностью в течение всего года без каких-либо спадов и отдыха».

#### 60 ракеток за две недели

56-летний тренер Борга Леннарт Бергелли на 31 год старше своего выдающегося ученика. Он женат и имеет троих детей, которые далеки от большого спорта. В отличие от своих детей Леннарт Бергелли всю свою жизнь посвящал теннису. Он дважды становился чемпионом Швеции и в течение восьми лет был великим игроком национальной команды в розыгрыше Кубка Дэвиса. В 1951 году Бергелли выиграл открытое первенство ФРГ на глинобетонных кортах. С 1970 по 1975 год он совмещал обязанности тренера и капитана шведской команды Кубка Дэвиса, но в 1976 году отказался от этой работы и стал личным тренером Бьери Борга.

У наставника и его ученика сложились очень близкие, доверительные отношения, основанные на взаимной привязанности. Бергелли можно смело назвать и отцом, и братом, и другом Борга. Но в их взаимоотношениях отсутствует излишняя эмоциональность людей, связанных родственными узами. Борг считает, что его успехи во многом зависят от Бергелли.

«До тех пор пока я буду играть в теннис и стремиться быть первым, Леннарт всегда должен быть рядом, — говорит Борг, — и хотя он сопровождает меня не во всех моих поездках, на самых крупных выступлениях его присутствие обязательно. Наше совместное турне начинается в январе, когда мы отправляемся в Нью-Йорк на турнир «Мастерс», и завершается в сентябре после открытого первенства США. Все это время я не могу обойтись без Леннарта. Он фактически берет на себя все организационные заботы. Он следит буквально за всем, создавая тем самым идеальные условия для моей подготовки к выступлениям. К Леннарту не раз обращались с просьбой взять себе новых учеников. Об этом его умоляли родители многих молодых теннисистов, официальные представители ряда стран и даже сами игроки, но все напрасно. Он считает, что не может этого сделать, так как «я не оставляю ему времени для других».

В одном из интервью Борг рассказал о том, какие еще заботы ложатся на плечи Бергелли:

«Если вы думаете, что тренер, опекающий звезду тенниса, купается в лучах славы и его жизнь легка и беззаботна, то вы глубоко заблуждаетесь. Меня охватывает нервная дрожь при одной мысли о том, сколько времени Леннарт тратит на такую, казалось бы, незначительную деталь моего теннисного существования, как натяжка ракеток. В 1979 году на открытом первенстве Франции я за две недели 60 раз порвал струны. Только представлять себе — 60 ракеток! В 1975 году во время одного из этапов мирового теннисного чемпионата, который проходил в Сан-Паулу, я за шесть дней сменил 28 ракеток. На ракетках, которыми я играю, струны должны быть натянутыми буквально на пределе, с усилием в 40 кг (другие профессионалы натягивают ракетки примерно с усилием в 30 кг), все моих

ракеток — 14% унци, окружность ручки — 11,75 см. Обычно я играю ракетками фирмы «Донней», но до 1980 года у меня был подписан контракт с фирмой «Банкрофт», по которому я обязан был выступать в Японии, Канаде и Соединенных Штатах с их ракетками.

Безусловно, подготовка достаточного числа ракеток к каждому турниру превращается в довольно сложную проблему. Во всем мире есть только один человек, которому я могу доверить

натяжку струн, швед Мэтс Лафман из Стокгольма. Все мои ракетки проходят через его руки.

Еще несколько лет назад Леннарт своими советами помогал мне овладеть различными ударами, обучал стратегии и тактике, но в последнее время он больше опекает меня как отец. Теперь я сам прекрасно разбираюсь в том, как надо играть и что делать на корте. Мы никогда не ведем с ним серьезных бесед о теннисе, так как оба считаем, что сейчас это уже бесполезно».

## ИЗ ИСТОРИИ ТЕННИСА

### ЗНАМЕНИТЫЕ МУШКЕТЕРЫ

А. Ангелевич

1922 год — завершился чемпионат мира в Брюсселе. Огромные заголовки в газетах: «Подобного еще не бывало!» Что случилось? Sensational успех французского тенниса: пять побед в финале, пять чемпионских титулов, завоеванных представителями одной страны!

В одиночном мужском разряде 21-летний Коше в пяти сетах одолел испанца Гомара. Сюзанна Ленглен буквально растерзала американку Руан — 6:3, 6:2. Коше—Боротра — победители среди мужских пар, Ленглен—Руан — среди женских, и, наконец, в миксте чемпионского звания добиваются Ленглен—Коше.

1922 год знаменует собой появление новой волны французского тенниса: Боротра, Коше и Брюсьон доминируют на чемпионате Франции, а на крупных международных турнирах начинает сверкать звезда Лакоста. Мушкетеры — такое название по аналогии с героями Александра Дюма получила эта великолепная четверка. Им суждено было написать замечательные страницы в истории мирового тенниса. Их имена стали легендой. В их честь два года назад Французская теннисная федерация выпустила юбилейную медаль, запечатлев на ней профили отважных рыцарей теннисной ракетки.

Кто же они, эти мушкетеры?

#### Жан Боротра

Жан Боротра — сказочная фигура мирового тенниса. Это был отчаянно смелый боец, готовый победить любого из чемпионов прошлых лет. Трудно поверить, но ведь это факт, что в довольно преклонном возрасте он мчался по корту, прыгал, подсакивал, бросался вперед, отбегал назад... А в пятьдесят лет он выиграл чемпионат Англии на закрытых площадках.

В 1922 году Боротра впервые вышел на корты Уимблтона, а в 1924-м стал победителем этого турнира, фактически чемпионом мира на открытых площадках. Причем своей игрой он заслужил такое уважение и такую любовь англичан, что в

Лондоне имела хождение следующая шутка: когда играет Боротра, то членов палаты лордов нужно искать не на заседаниях, а в теннисном клубе.

В 1925 году Боротра вносит решающий вклад в победу Франции в Кубке Дэвиса.

Что было характерным для Боротра? Скажем сразу, что стиль его не был классическим, особенно удар слева. Он так держал ракетку, выставив вперед локоть, что создавалось впечатление, что он бьет той же стороной ракетки, что и при ударе справа. Но Боротра наносил сильнейший удар, особенно при приеме подачи. Мяч очень низко отскакивал и был весьма неудобен для приема. Боротра же оказывался в удобной позиции для атаки.

Особенно эффективен был его удар с лёта. Сколько очков этот, можно сказать, сабельный удар приносил ему в самых разнообразных матчах! Удар с лёта Боротра наносил с очень короткого замаха, проводя ракетку сверху вниз, подрезая мяч. Но кроме экономичности и четкости движений при совершении этого удара у Боротра было удивительное умение передвигаться по площадке. Быстрота, с которой он приближался к сетке, давала ему огромное преимущество: он всегда был готов отразить удар соперника и не дать ему возможности занять выгодную позицию. Эти постоянные выходы к сетке во время матча означали километры пробежек и бескомпромиссные прыжки. Все это в основе своей имело выдающуюся физическую готовность. Создавалось впечатление, что спортсмен ни секунды не стоит на месте, что его силы неисчерпаемы, что он всегда вовремя окажется у мяча, и именно в той точке, откуда лучше всего нанести удар с лёта.

Смеш Жана Боротра был идеален, чего нельзя сказать о подаче. Но, несмотря на это, после подачи он устремлялся к сетке. То, что для другого было равносильно самоубийству, ему приносило успех благодаря отменной реакции и удивительной скорости бета.

Было бы легкомысленным думать, что его прыжки, падения, кульбиты рассчитывались на

завоевание расположения публики. Это был здравый расчет человека, не жалующего физических сил для достижения победы. Случалось, правда, что в порыве борьбы Боротра совершал какой-нибудь эффектный прыжок, хотя можно было бы просто вытянуть руку и ударить мяч. Но сколько страсти было в этом прыжке! К тому же в тяжело складывавшихся матчах Боротра весьма умело сохранил силы и варьировал тактику игры.

Будучи искусным тактиком, Боротра, несмотря на ярко выраженный наступательный стиль, тщательно изучал противника, искал его слабые места. Изучил их, он вел игру спокойно, не показывая, что знает недостатки соперника, и лишь в решительные моменты матча проводил серии атак, направляя их в самые уязвимые места.

Ляког рассказывает, что однажды во встрече с Боротрой у него раздался резаный удар слева. Но Боротра не использовал эту слабость соперника до тех пор, пока счет не стал 4:4. Затем при приеме подачи четыре раза послал мяч влево, а в последнем гейме вновь перенес атаки в левую сторону. То же самое он сделал и во втором сете. Когда же Ляког несколько приоткрылся к такой тактике Боротра следующие два сета, оставаясь на задней линии (что для него было необычно), все удары посылал под правую руку. И лишь в пятом сете перенес все атаки налево и серией блестящих ударов с воздуха добился победы со счетом 6:2.

Другими словами, Ляког начал встречу с неотрегулированным ударом, закончил ее с тем же недостатком, а Боротра за два часа так и не дал ему возможности устранить эту слабость.

При всех обстоятельствах Жан Боротра прекрасно умел использовать чередование ритмов: атаковать два гейма, перейти на мягкую игру, чтобы нарушить сложившийся ритм и обескуражить соперника.

Когда Боротра появлялся у сетки, для соперника было ясно, что негнучо отбить мяч или послать его слишком высоко — значит проиграть очко. Нужно было обладать точнейшими обводными ударами или же послать мячи так, чтобы они падали непосредственно у сетки, чтобы Боротра не успел нанести свой сокрушительный удар с лета. Победить его, атакуя у сетки, было пустой затеей. А вот точно выверенные свечи приносили успех; из-за своего стремительного бега к сетке он был к ним чувствителен. Именно так Тильден, который удивительно точно укрощал мячи, добивался побед.

Боротра много времени отдавал совершенствованию своих ударов. Зная, что подача его слабое место, он мог часами отрабатывать этот удар.

Когда одного из крупных английских теннисных специалистов спросили: «Если бы вам сказали, что вы имеете право посетовать в жизни лишь одного теннисиста, кого бы вы избрали?» — он без колебаний ответил: «Боротра».

Жан Боротра приезжал в нашу страну и, хотя ему было за пятьдесят, показал на закрытых площадках прекрасный теннис, блеснул отточенным мастерством в парных играх.

В 1980 году, когда решался вопрос о розыгрыше Кубка Боротра — чемпионата Европы среди мальчиков не старше 15 лет, автор этих строк беседовал с присутствующим на заседании ветераном тенниса. И Жан Боротра сказал, что он с большой теплотой вспоминает турнир в Москве, где был покерен радушием и теплотой советских любителей тенниса.

#### Рене Ляког

Французского журналиста Альбаррана, крупного авторитета в области тенниса, пригласили однажды в «Спортклуб», находившийся на улице Соссюр в Париже, и показали худенького, бледного парнишку лет шестнадцати. Он держал ракетку посередине ручки, носился по корту, словно заяц, и отбивал мячи с точностью метронома. Парень произвел впечатление на «экзаменационную комиссию». Альбарран вспоминает, что все были едины в своем мнении: этому молодому человеку предстоит хорошее будущее, но никому и в голову не приходила мысль, что буквально через несколько лет Ляког (а это, как вы догадались, был он) станет «несокрушимым чемпионом».

Какой потрясающий путь он прошел! Какую волю и упорство проявил в изурительных тренировках этот юноша, которому отныне в пятнадцать лет рекомендовал оставить спорт, считая, что у его сына наистот отсутствуют способности! В двадцать лет Ляког стал настоящим атлетом, способным тренироваться три часа утром, а во второй половине дня сражаться еще три часа (по тем временам это было необычно), напоминая своей игрой отлично отрегулированный, не дающий перебоев механизм.

Казалось, что в области подготовки к соревнованиям Ляког переходил границы возможного. Он занимался упражнениями для развития силы мышц, бегал и работал со скакалкой, чтобы сделать эластичными мышцы ног, играл в хоккей на траве для развития скорости и регулировки дыхания, совершал длительные прогулки или играл в гольф, чтобы успокоить нервную систему.

Часами мог наблюдать Ляког за игрой своих соперников и готовить тактический план встречи, записывая в блокнот все свои замечания (один американский журналист предлагал ему однажды за этот блокнот небольшое состояние). А еще больше времени проводил с ракеткой в руках, исправляя свои ошибки, совершенствуя удары. Стена его дома ежегодно требовала ремонта, ибо он основательно портил ее многочисловыми ударами. Как только Ляког замечал у себя самые незначительные погрешности, то начинал буквально терять своих товарищей, заставляя их играть и уже в игре тщательно отрабатывать неудачношедшие удары.

Дома Ляког довольно часто имитировал движения перед зеркалом. Одно время такая привычка чуть было не сыграла с ним злую шутку, когда он стал исправлять подачу. Боюсь зацепить висящую люстру, он слишком сильно стибал

правую руку и стал подавать на корте все хуже и хуже. К счастью, позволив ошибку он заметил на фотографии, люстра, конечно, была вдребезги разбита, но нужное движение при подаче было найдено... Все это звучит как анекдот, но капитан команды Франции все же старался всегда поселять Лякога в комнату без люстры.

Отдавая теннису все свое свободное время, подчиняя ему всю свою волю, Рене Ляког сумел стать потрясающим «механизмом», направляющим мяч в нужную точку. Уверенность в ударах была нечеловеческой. Он был одним из немногих игроков мира, способных практически всегда направить мяч именно в то место, в которое хотелось. Он видел перед собой только мяч и корт и ни о чем другом не думал, кроме матча.

В 1925 году Ляког завоевал сначала звание чемпиона Франции на закрытых кортах, а затем и на открытых, не проиграв в ходе турнира ни одного сета и победив в финале Боротра со счетом 7:5, 6:1, 6:4. Закономерность успеха он подтвердил месяц спустя в Уимблдоне, вновь победив в финале Жана Боротра в четырех партиях. В следующем году Ляког впервые наносит поражение Тильдену в играх Кубка Дэвиса, а затем, выиграв открытый чемпионат Америки, встает в ряды лучших игроков мира. Это место он сохраняет в течение года, а потом состояние здоровья вынуждает его постепенно отойти от участия в крупных турнирах.

Игра Лякога была впечатляющей. Он не потрясал соперника мощью своих ударов, а как бы постепенно душил его. Это был своеобразный спектакль. Ляког вводил мяч в игру не очень сильной, но прекрасно нацеленной подачей к самой боковой линии, тем самым с первого же удара выбывая соперника из площадки. Следующий мяч направлялся в противоположный угол. И начиналась несомнимая «прогулка». Через несколько геймов сбивалось дыхание, а через два сета противник уже не чувствовал ног и совершенно выбывал из сил. Чтобы избежать такого давящего все время пресса, нужно было отвечать безошибочными ударами. Легко сказать! Это было под силу таким теннисистам-гигантам, как великий Тильден, или гениальный Коше, или же непревзойденный боец Боротра. Те же, игра которых была далека от мирового класса, буквально через час после начала матча отправлялись в раздевалку, задыхаясь и обессиленные, тогда как Ляког, казалось, только-только вошел в ритм матча и способен играть достаточно долго.

Игра Лякога была присуща удивительная гармония, удары его были точными, чистыми и выполнялись в классическом стиле. Особенно хороши были его удары слева, необычайно уверенный и точный. Практически Ляког не имел слабых мест. Укороченные мячи и свечи никогда не были для него самоцелью, но когда обстоятельства этого требовали, он безошибочно применял их, и весьма успешно.

Как никто другой, Ляког умел извлекать уроки из своих поражений.

Против великого Тильдена обычная тактика Лякога успеха не приносила, и в первую очередь из-за мощных драйвов американца. Ляког начал посылать ему медленные и длинные удары, чтобы иметь время и занять нужную позицию. Такие мячи были очень неудобны для Тильдена, который любил наносить удар в высшей точке отскока. Они удерживали Тильдена в глубине корта и ставили его перед выбором: совершать чудеса, чтобы выиграть очко, уменьшив процент совершаемых ошибок, или же принять изурительный обмен ударами с противником на одиннадцать лет моложе себя. И начиная с 1926 года Ляког одерживал решительные победы над своим грозным соперником.

А вот Боротра чаще всего оказывался победителем. Ибо он владел именно той игрой, которая была неудобна Лякогу.

Боротра устремлялся вперед и буквально повисал на сетке, как правило, в первом, третьем и пятом сетах, давая себе необходимый отдых во втором и четвертом.

Ляког добивался победы лишь тогда, когда был в ударе, находился в отличной спортивной форме и мог посылать свечи под самую заднюю линию. В этом случае Боротра уже не мог играть у самой сетки (к чему он привык), а Ляког успевал обводить его сильными ударами справа и особенно слева, посылая мячи над самой сеткой. Эта тактика приносила успех в игре с Боротрой, который, однако, всегда оставался одним из самых трудных соперников Лякога.

Что же касается Коше, то Ляког не строил никаких иллюзий и сам говорил, что своей естественной тактикой, когда он посылал мячи к задней линии, ничего добиться нельзя. Единственный способ взять верх над Коше для Лякога (впрочем, как и для других игроков) — нанести сильнейшие удары и мгновенно выходить вперед, до того, как это сделает Коше. Тут требовался огромный риск, и далеко не всегда это удавалось. Играть же против Коше мягко и медленно было равносильно самоубийству.

Ляког являл собой пример беззаветного служения теннису, необычайной целеустремленности и воли в достижении поставленных перед собой задач.

#### Анри Коше

Чемпионат Франции в мужском одиночном разряде... Проходят финальные встречи... Но что это? Публика, наблюдавшая за игрой двух ведущих теннисистов Гобера и Самазейя, покидает трибуны и перемещается на соседний корт: прошел слух, что рядом встречаются два молодых игрока, оспаривая победу в так называемом критериуме — турнире «Надеж» и что там идет редкая по своему накалу борьба. Вскоре трибуны центрального корта опустели, а зрители собрались вокруг решеток вспомогательной площадки и... не ошиблись. Какой блестящий поединок! Конечно, в игре юношей было много ошибок, технического брака, но сколько страсти, азарта вкладывалось в ро-

зыгрши каждого мяча! Елиная — и единственная — тактика: вперед, поскорее вперед, чтобы занять место у сетки! И какая скорость! Незабываемый матч между Коше и Боротра. Победу в пяти сетах держал Коше (в последующем он еще не раз побеждал «летающего баска»). Вот как Коше двигался по классификационной лестнице: 1920 год (ему 19 лет) — игрок 2-серии, 1921 год — №5 в 1-й серии, 1922 год — №1 в национальном списке игроков.

...Анри Коше подавал мячи в теннисном клубе Лиона и там же делал первые шаги как игрок. А в 1922 году на кортах Брюсселя завоевывает три титула чемпиона мира: в одиночном разряде, в парном с Ж. Боротра и в смешанном с С. Ленглен. Вскоре после этого молодой чемпион мира в составе национальной команды участвует в розыгрыше Кубка Дэвиса. Во встрече с австралийцами он приносит французской команде единственное очко, достойно завершая свой первый международный сезон.

На кортах того времени царствовал Тильден, могучий американский атлет, которого и сейчас считают одним из сильнейших игроков в истории мирового тенниса. Победить Тильдена стало главной целью Коше. На одном из турниров, пытаясь экспериментировать с ударами, Коше проиграл свою встречу. На вопрос: «Почему ты так плохо играл?» — он ответил, что работает над ударами, чтобы победить Тильдена. Такой ответ юноного игрока, заманувшегося на самого «Большого Билла», свидетельствовал, по крайней мере, о глубокой вере в свои силы. Коше отдал несколько лет реконструкции своей игры, и его усилия увенчались успехом. В 1926 году он впервые победил Тильдена и в скором времени добился того, что уже никогда ему не проигрывал.

В 1924 году в финале Олимпийских игр Коше уступает в пятом сете американцу Ричарду. Однако тот матч был демонстрацией удивительного прогресса француза за два года. Он много потерпел из своего поражения и в 1926 году взял реванш, разгромив Ричарда в чемпионате Франции (так же как и Лякоста) — 3 : 0. В финале Уимблдона Коше проигрывает в пяти сетах Лякосту, но в Форест-Хилле спустя два месяца впервые побеждает Тильдена в четвертьфинале чемпионата США.

И вот 1927 год. Коше в полуфинале Уимблдона против разгневанного Тильдена, который не успел случая объявить, что возьмет реванш. Американец действительно показывает высокий класс и, выиграв первые два сета, ведет в третьем — 5 : 1 и 30 : 0. Но тут Коше продемонстрировал, пожалуй, ценнейшее свое качество: умение безошибочно играть в самые важные, самые напряженные моменты матча. Внешне как будто ничего не изменилось: тот же ритм, те же самые удары. Но, хладнокровный и сосредоточенный, он разгадывает все намерения соперника. Тильдену никак не удается создать ситуацию для выигрыша очка. Сам же Коше пользуется малейшей неточностью соперника, чтобы выйти к сетке и закончить розыгрыш

мяча ударом с воздуха. И происходит невероятное: Тильден, только что полный хозяин положения, волнуется, бесполодно рискует, и вот уже счет 5 : 5. Коше выигрывает подряд 17 (!) очков, не потеряв ни одного. Он выигрывает третий сет, а затем просто, без затруднений, два следующих у деморализованного Тильдена.

Подробности этого удивительного матча рассказаны здесь потому, что он явился поворотным моментом карьеры Анри Коше. Это была не первая его победа над знаменитым американцем, но, без сомнения, впервые Тильден предстал растерявшимся, сомневающимся в своей силе. Добавим, что только два игрока в мире были способны побеждать Тильдена: Лякост и Коше.

Итак, в 1927 году Коше выиграл Уимблдон. В финале он выступил против Боротра, победа над которым далась после восьми матчей. А спустя два месяца команда Франции выиграла Кубок Дэвиса. Лично Коше поставил победную точку во встрече с американцем Джонсоном: самый прекрасный матчбол в его жизни: «Игра, сет, матч и... Кубок Дэвиса!»

Конечно, эту победу ждали, да и сам Коше, без бахвальства, был уверен в успехе. Джонсон проигрывает два сета из трех, но при счете 2 : 5 в четвертом в каком-то порыве спасает несколько важных мячей, делает 3 : 5 и под крики американской публики берет 6-ой подряд. Счет 4 : 5 и 30 : 0! Еще два очка, и Коше может уступить все! Но, проявив удивительное самообладание, он восстанавливает пошатнувшееся было равновесие и завоевывает нужные для победы очки.

С этого времени начинается знаменитая карьера Коше. Небольшого роста, превосходно физически подготовленный, с отлично отрегулированным дыханием, он играл так естественно, как никто другой. И, как никто другой, создавал впечатление, что для того, чтобы играть в теннис, вполне достаточно взять в руки ракетку и начать бить по мячу. Конечно, у него были некоторые погрешности. Он не владел мощной подачей. Действительно, при выполнении им удара слева, Коше слегка подрезал мяч, но зато прекрасно контролировал траекторию его полета, в частности против игроков-сеточников, направляя мяч точно в заданное место.

Как и Боротра, Коше весьма умело пасировал мяч при подаче, придавая ему различные вращения, заставляя очень низко отскакивать, чем затруднял сопернику прием мяча. В отличие от теннисистов, сильно подающих и уделяющих главное внимание силе подачи, Коше главным считал длину и место приземления, т. е. пасировку.

Сильной стороной Коше был удар справа, один из лучших когда-либо введенных в теннисистов. Выполнялся он просто, с коротким замахом, позволявшим варьировать и скрывать направление полета мяча. Мяч с огромной скоростью летел вдоль боковой линии, после чего Коше устремлялся к сетке. И если сопернику удавалось отбить этот

мяч, то отбегать было настолько слабым, что Коше не составляло труда кручным ударом с лета послать мяч в противоположный угол корта вне пределов досягаемости... лучших бегунов.

У Коше был выдающийся смех. Кое-кто более сильно выполнял этот удар, но мало кто обладал при этом такой уверенностью, умением расслабиться, фантастической гибкостью. И все это вместе взятое позволяло Коше почти никогда не давать захватить себя врапплюх.

Технический арсенал Коше дополнялся лишь ему присущим ударом с полета. Его реакция, железная кисть придавали этому удару, мало пригодному для простого смертного, такую мощь, что он являлся исключительно эффективным оружием контратаки.

Редкое чувство мяча и потрясающая реакция, которая никогда его не обманывала, приводили Коше в нужное место на корте раньше, чем туда прыгнулся бы соперник. Вот почему, обороняясь, он мог выдерживать любое давление, а наступая, преследовать противника в скорости. Он чувствовал место, куда стоит направить мяч, чтобы поставить игрока на другой половине корта в трудное положение.

Все эти качества создавали иллюзию колдовства на корте. Остается добавить, что Анри Коше дважды приезжал к нам в Советский Союз, чтобы поделиться своим опытом, давал уроки многим нашим впоследствии замечательным теннисистам, в том числе Н. Н. Озерову, С. С. Андрееву.

#### Жак Брюньон

Жак Брюньон, четвертый из мушкетеров, самый старший из них, всегда был главной опорой для своих товарищей. Скромный, сдержанный, он в одиночной игре не смог раскрыть всего того, на что был способен. И это очень жаль, ибо его разнообразная и привлекательная игра ставила серьезные проблемы перед соперником самого высокого класса. Лякост, например, чувствовал себя весьма неууютно, сталкиваясь со всегда неожиданными ударами Брюньона, а Тильден для достижения

победы должен был полностью выкладываться. Его удар справа, очень быстрый и очень индивидуальный, выполнялся коротким замахом, благодаря чему тщательно маскировалось направление полета мяча. Неожиданный эффект отскоку мяча придавала его необычайно крепкая кисть. В частности, знаменитая крученая свеча Брюньона, низкая и быстрая, выполняемая таким же движением, как и обычный удар справа, осталась эталоном до сих пор.

По натуре своей командный игрок, верный товарищ, Брюньон особенно блистал в парной игре. И Коше, и Боротра не раз говорили, что лучшего партнера, чем Брюньон, сыскать трудно. Стабильный игрок, он так хорошо проводил подготовительную работу при розыгрыше мяча, что партнеру оставалось лишь одним ударом выиграть очко. Из всех мушкетеров у Брюньона была лучшая подача. Он мог подать мяч к любой линии квадрата поачи, да еще такой мяч, который трудно было отбить, так что Коше или Боротра, прекрасные сеточники, без особых осложнений перехватывали удары противника. Когда же мяч не летел очень высоко, Брюньон использовал свой знаменитый удар справа в качестве удара с воздуха, и получалось то, что любители тенниса окрестили «пошечной».

Если ко всему этому добавить характер исключительно командного бойца, умение поддерживать товарища, подбодрить его, полное отсутствие так называемого дурного настроения, что так мешает в парной игре, то станет ясно, почему Брюньон четырежды побеждал в паре в Уимблдоне и бесчисленное количество раз во Франции и других странах.

Внимательность, отзывчивость, простота следовали Тото, как лякосту его называли друзья, очень популярным. Он всегда был готов прийти на помощь товарищу, дать полезный совет, подбодрить. Поэтому трудно переоценить большую роль, которую играл Брюньон в победах французской команды периода «четырёх мушкетеров».

## В ФЕДЕРАЦИИ ТЕННИСА СССР

### АВАНГАРД ТЕННИСИСТОВ

*Г. А. Кондратьева, председатель классификационной комиссии Федерации тенниса СССР*

В последние годы заметно изменился состав сильнейших теннисистов СССР. Новая волна молодого поколения смело вытесняет на пути к вершинам мастерства своих старших соперников. Этому содействует увеличивающееся из года в год число международных, всесоюзных и республиканских соревнований. Так, в 1980 г. классификация состав-

ляла по результатам 203 соревнований, в том числе 30 международных: наши спортсмены участвовали в 25 соревнованиях за рубежом (в 18 странах) и в пяти — в Советском Союзе.

В классификацию сильнейших теннисистов вошли 100 женщин (в том числе 25 девушек 1962—1965 гг. рожд.) и 136 мужчин (в том числе 19





Чемпион СССР 1980 г. в парном разряде Е. Бобоев

шего в 1980 г. таких сильных теннисистов, как Е. Бобоев, А. Колыскин, П. Лапи и др., и подвизавшегося по классификации с № 29 на № 16.

Медленнее, чем хотелось бы, растет спортивное мастерство у безусловно перспективных юнишей 1963 г. рожд., несколько повысивших свои места в классификации: Д. Ломанова, Москва (с № 47 на № 38), Г. Дзелде, Рига (№ 43), Д. Костина, Харьков (№ 58), Д. Белова, Сочи (№ 60) — и более юных: В. Хурды, 1965 г. рожд., Тбилиси (№ 71), А. Долгополова, 1964 г. рожд., Киев (№ 75), В. Бакулева, 1965 г. рожд., Москва (№ 86), С. Баква, 1965 г. рожд., Киев, и др.

Путь наших юнишей к «десятке» сильнейших по уровню их спортивного мастерства пока еще очень далек, хотя для них открыта «зеленая» улица на все соревнования взрослых сильнейших теннисистов. По своим результатам наши юниши пока еще значительно отстают от своих зарубежных сверстников. Третий год сильнейшие юниши слабо выступают в юношеских личном и командном первенствах Европы (Кубок Валерия).

За последние годы моделью сильнейшего теннисиста мира стал пятикратный чемпион Уимблдона Б. Борт, который редко применяет выход к сетке с подачи, играет мощными, кручущими ударами с задней линии и обладает точной обводкой. Но ведь наша молодежь, не приобретя еще мощности и точности в ударах по отскокнувшему мячу, стала уделять меньше внимания совершенствованию тактического приема выхода к сетке с подачи, техника исполнения которой у многих юных теннисистов очень несовершенна!

Увлечение игрой на задней линии заметно отразилось на подготовке самых юных теннисистов. На последнем смотре-конкурсе в Северодонецке и в Москве техническое исполнение его участниками подачи, ударов с лёта и над головой было на низком уровне, а в соревновательных условиях участники смотра совершенно не применяли выход к сетке с подачи и с подготовительных ударов.

Думается, что для наших тренеров и спортсменов моделью сильнейшего теннисиста может стать

игра Рода Лейвера, который в годы своих высших достижений владел и тонкими ударами по отскокнувшему (часто по восходящему) мячу, и мощной разнообразной подачей, позволявшей ему успешно выходить к сетке и завершать розыгрыш очком совершенными по технике ударами с лёта. Лейвера не пугала обводка соперника сечкой, так как удар над головой был его коронным ударом, который он исполнял безошибочно и точно из любого места площадки.

Коротко остановимся на расстановке сил по итогам соревнований 1980 г. между спортсменами союзных республик, Москвы и Ленинграда. Изменилась ли она по сравнению с прошлыми годами?

Взрослые теннисисты участвовали только в одном командном соревновании — розыгрыше Кубка СССР, проводившемся в три этапа: сначала в республиках, затем по зонам и, наконец, в финале 11—17 сентября в Тбилиси среди восьми выявленных в зонах сильнейших команд.

У женщин Кубок СССР выиграли москвички (О. Морозова, О. Зайцева, Ю. и А. Сальниковы) в финальной встрече с командой Украины (Г. Бакшеева, М. Крошина, Е. Рыжикова, В. Соколова) со счетом 3 : 2. Решающее, третье, очко завоевала для команды пара О. Морозова — О. Зайцева, победившая Г. Бакшееву — М. Крошину — 6:3, 6:4. Команда Белоруссии (Н. Бородиня, С. Корзун, С. Черковская, Н. Дроздова) заняла 3-е место, одержав победу над эстонскими теннисистками (3 : 2).

Среди мужских команд Кубок СССР впервые завоевали спортсмены РСФСР (А. Зверев, Е. Бобоев, А. Загородний, Р. Сафиуллин), в финальной встрече победившие москвичей (А. Волков, К. Пугаев, А. Боммер, Д. Ломанов) — 3 : 1. 3-е место заняла ровная молодежная команда Белоруссии (С. Леонюк, С. Тетерин, И. Тихонко, А. Демиденко), легко обыгравшая (4 : 1) также молодую команду Грузии (Г. Элердашвили, В. Бакиш, В. Хурда, М. Сагаралде). В команде Грузии впервые не принимали участия сильнейшие теннисисты страны А. Метрели и Т. Какулия, много лет приносившие грузинской команде победу в этом соревновании.

В змных всесоюзных командных соревнованиях среди юнишей и девушек сильнейшими были украинские спортсмены. 1-е место заняла команда Украины-I, победившая в финале команду Москвы-I со счетом 6:5. 3-е место завоевала Украина-II, с таким же счетом обыгравшая Москву-II. Исход этих встреч решался в смешанных парных соревнованиях, в которых москвичи потерпели поражения. Команда Грузии, победившая команду РСФСР 6:4, заняла 5-е место. Распределение первых четырех мест в этом году было повторением змных командных встреч 1978 г.

В летних всесоюзных юношеских соревнованиях сборная команда Москвы взяла реванш у украинских спортсменов и с тем же счетом (6 : 5) вырвала в финале победу. Решающее, шестое, очко принесли своей команде в парной встрече Д. Ломанов

и В. Бакулев, победившие К. Рачковский и Г. Чукарина (6 : 4, 2 : 6, 7 : 5). 3-е место заняли грузинские юниши и девушки — победители прошлогодних летних командных соревнований, обыграв команду РСФСР (7 : 3). Во встрече с грузинскими спортсменами москвичи достигли победы со счетом 6 : 5 только в решающей смешанной парной игре: А. Сальникова — Д. Ломанов победили К. Петросян — В. Хурду (6 : 3, 6 : 4).

Призовые места на чемпионате СССР, который проводился в Ташкенте, заняли: у женщин — О. Морозова, Л. Макарова, Ю. Кашеварова (1963 г. рожд.); у мужчин — А. Метрели, К. Пугаев, А. Зверев. 3-е место Ю. Кашеваровой — это большой успех, так как на пути к полуфиналу она сумела победить Н. Бородиню, Е. Елисееву и С. Корзун, а во встрече за 3-е место — Г. Бакшееву. В Борисов проиграл в четвертьфинале С. Грузману (4 : 6, 0 : 6) и занял только 5-е место.

Призовые места в парных соревнованиях распределились так: чемпионками СССР у женщин стали О. Морозова — О. Зайцева, 2-е место — Е. Елисеева — Г. Бакшеева, 3-е место — Н. Бородиня — Л. Макарова; у мужчин чемпионы — А. Метрели — Е. Бобоев, 2-е место — К. Пугаев — А. Зверев, 3-е — Ю. Филев — В. Карпов; в смешанных парах чемпионы — Е. Елисеева — В. Борисов, 2-е место — Н. Бородиня — С. Леонюк, 3-е — О. Морозова — А. Зверев.

Змнее личное всесоюзное первенство среди девушек проходило без участия сильнейших: О. Зайцевой, С. Черновой, А. и Ю. Сальниковых, Ю. Кашеваровой и Е. Рыжиковой. Не были допущены к соревнованиям и способные грузинские спортсменки К. Петросян и М. Малашидзе, так как они не сдали нормативов по физической подготовке.

Призовые места в старшем возрасте (17—18 лет) заняли С. Царикова (Ленинград), Л. Николаева (Алма-Ата) и Е. Чистякова (Моск. обл.).

У юнишей 1-е место занял К. Рачковский (Киев), 2-е — Д. Ломанов (Москва) и 3-е — В. Перко (Минск).

В летних личных всесоюзных соревнованиях у девушек повторилась та же картина. По разным причинам, и прежде всего из-за участия в международных турнирах. Поэтому состав девушек старшего возраста был очень слабым. Соревнования в этом возрасте разыгрывались только между четырьмя спортсменками.

Чемпионкой всесоюзного личного первенства стала С. Чернева (Москва), 2-е место у С. Цариковой и 3-е — у Л. Николаевой.

В юношеских личных соревнованиях 1-е место занял А. Демиденко (Минск), 2-е — В. Маркин (Ташкент), 3-е — К. Рачковский (Киев).

Совпадение сроков всесоюзных юношеских соревнований с международными происходит уже второй год подряд. Видимо, Всесоюзной федерации

и руководителям тенниса Спорткомитета СССР следует подумать о том, чтобы это вновь не повторялось. Очевидно, при совпадении сроков всесоюзных юношеских и международных соревнований нужно своевременно переносить сроки, предусмотренные заранее Всесоюзными календарным планом.

Итак, изменилось ли соотношение сил между спортсменами союзных республик по итогам соревнований 1980-го?

Среди взрослых теннисистов передовые позиции продолжают занимать москвичи, за ними идет Украина. Большой скачок в росте спортивного мастерства сделали за последние два года юниоры Белоруссии. В РСФСР — крепкий состав мужчин, но среди женщин нет достаточно подготовленной молодежи.

У юнишей и девушек впереди идут спортсмены Украины, за ними — москвичи, прежде всего потому, что юниши Украины сильнее московских. Результаты выступлений москвичей в этом году значительно выше, чем у украинских спортсменов. Грузинские юниши и девушки за последние два года заметно повысили класс своей игры, обогнали сверстников из других республик и идут по результатам своих выступлений следом за спортсменами Украины и Москвы.

#### СИЛЬНЕЙШИЕ ТЕННИСИСТЫ

(на 1 января 1981 г.)

Женщины	
1. змс	Морозова О. В., 1949 г., Москва, ЦСКА
2. змс	Макарова Л. И., 1957 г., РСФСР, «Зенит»
3. змс	Бородиня Н. В., 1953 г., БССР, «Кр. звезда»
4. змс	Бакшеева Г. П., 1945 г., УССР, «Зенит»
5. змс	Гвишия Е. Г., 1957 г., Ал. ССР, «Буревестник»
6. змс	Елисеева Е. П., 1959 г., УССР, «Локомотив»
7. змс	Сальникова Ю. С., 1964 г., Москва, «Динамо»
8. змс	Зайцева О. В., 1962 г., Москва, ЦСКА
9. змс	Чмырева Н. Ю., 1958 г., Москва, «Динамо»
10. змс	Крошина М. В., 1953 г., УССР, «Локомотив»
11. змс	Кашеварова Ю. О., 1963 г., Москва, «Спартак»
12. змс	Крысько А. Г., 1948 г., Ленинград, «Динамо»
13. змс	Чернева С. Г., 1962 г., Москва, ЦСКА
14. змс	Нурме Л. А., 1950 г., Эст. ССР, «Динамо»
15. змс	Рыжикова Е. А., 1964 г., УССР, ДЮСШ «Динамо»
16. змс	Полкова Е. П., 1957 г., Москва, «Спартак»
17. змс	Махлашевская В. А., 1961 г., Москва, «Спартак»
18. змс	Корзун С. А., 1956 г., БССР, «Динамо»
19. змс	Шенченко В. В., 1955 г., УССР, «Зенит»
20. змс	Патрушина Е. П., 1955 г., Москва, «Спартак»
21. змс	Мизалева И. А., 1955 г., Ленинград, «Динамо»
22. змс	Охрименко Л. В., 1953 г., Москва, «Буревестник»
23. змс	Соколова В. О., 1960 г., УССР, Вооруж. Силы
24. змс	Лавина Е. В., 1953 г., Эст. ССР, «Динамо»
25. змс	Емел Е. А., 1957 г., УССР, «Зенит»
26. змс	Овсепян Л. В., 1961 г., Арм. ССР, «Буревестник»
27. змс	Авчинникова В. И., 1960 г., Ал. ССР, «Динамо»
28. змс	Сальникова А. С., 1964 г., Москва, «Динамо»
29. змс	Тхачанко М. Б., 1959 г., Кав. ССР, «Локомотив»
30. змс	Рева Н. В., 1965 г., Москва, «Динамо»
31. змс	Изопайтас Е. А., 1950 г., РСФСР, «Зенит»
32. змс	Черковская С. М., 1958 г., БССР, Вооруж. Силы
33. змс	Гунаш Л. В., 1960 г., Кав. ССР, Вооруж. Силы
34. змс	Бондаренко Н. В., 1960 г., УССР, «Динамо»
35. змс	Ещенко М. М., 1961 г., УССР, «Динамо»
36. змс	Дергачева О. А., 1954 г., Тадж. ССР, Вооруж. Силы

\* Классификация составлена Г. А. Кондратьевой, И. В. Хрущевой и С. И. Воеводинским при участии Н. М. Поветкиной и Г. А. Подольской.

17. мс Зинина Т. В., 1954 г., УССР, «Колос»
18. мс Петрова Л. И., 1950 г., УССР, «Динамо»
19. мс Султанов Е. В., 1941 г., РСФСР, «Спартак»
40. мс Огарев Н. Я., 1956 г., Ленинград, «Труда»
41. мс Князиковна С. В., 1939 г., РСФСР, «Динамо»
42. мс Нурулхамедов Н. В., 1957 г., Кирг. ССР, «Спартак»
43. мс Алдияр К. П., 1961 г., Эст. ССР, «Динамо»
44. мс Валтова А. И., 1954 г., БССР, «Зенит»
45. мс Петросов К. Р., 1962 г., Груз. ССР, «Гантвалди»
46. мс Любков Н. Т., 1953 г., Ленинград, «Буревестник»
47. мс Сафилова Т. Ю., 1964 г., Москва, ЦСКА
48. мс Булганин Т. В., 1964 г., УССР, ДЮСШ «Буревестник»
49. мс Лифанова О. Н., 1965 г., Москва, ЦСКА
50. мс Максимова Е. А., 1960 г., УССР, «Динамо»

Примечание. При участии в соревнованиях мима Бирюкова Е. Ю., 1952 г. рожд., Аз. ССР, «Буревестник», должна быть поставлена за № 7 перед № 8 по классификации; мима Граматурова Е. Г., 1953 г. рожд., Москва, ЦСКА — за № 9 перед № 10, мима Шевченко Н. К., 1956 г. рожд., Латв. ССР, «Дугава», — за № 14 перед № 15 (доска змиего класса соревнований — по второму очку).

**Мужчинам**

1. мима Борисов В. В., 1955 г., Москва, «Спартак»
2. мима Пугачев Е. П., 1955 г., Москва, ЦСКА
3. мс Метрелии А. И., 1944 г., Груз. ССР, «Динамо»
4. мима Зверев А. М., 1960 г., РСФСР, Вооруж. Силы
5. мима Левков С. Н., 1960 г., БССР, «Кр. знамя»
6. мима Волков А. Ф., 1948 г., Москва, ЦСКА
7. мс Азмеров Р. З., 1953 г., Аз. ССР, «Буревестник»
8. мс Грузман С. Г., 1958 г., УССР, «Динамо»
9. мс Богомолов А. С., 1954 г., Москва, «Динамо»
10. мс Славков В. В., 1953 г., Ленинград, «Динамо»
11. мс Тихоно Н. М., 1960 г., БССР, «Зенит»
12. мс Филев Ю. Н., 1957 г., УССР, Вооруж. Силы
13. мс Завгородний А. А., 1957 г., РСФСР, «Динамо»
14. мс Лавин Э. М., 1951 г., Эст. ССР, Вооруж. Силы
15. мима Рабосов Е. В., 1947 г., РСФСР, Вооруж. Силы
16. мс Демидченко А. В., 1962 г., БССР, «Кр. знамя»
17. мс Васильевский С. Ф., 1954 г., Ленинград, «Динамо»
18. мс Тетерин С. С., 1961 г., БССР, «Кр. знамя»
19. мс Богданов С. В., 1951 г., Ленинград, «Динамо»
20. мс Колесник А. Н., 1952 г., УССР, «Локомотив»
21. мс Розенталь М. И., 1953 г., Латв. ССР, Вооруж. Силы
22. мс Котелько А. Е., 1956 г., УССР, «Локомотив»
23. мс Шварц В. Ф., 1947 г., РСФСР, «Спартак»
24. мс Аксолов П. С., 1954 г., БССР, «Зенит»
25. мс Бузмаков Б. В., 1947 г., УССР, «Спартак»
26. мс Кипельзон А. Х., 1955 г., БССР, «Динамо»
27. мс Золушкин А. С., 1959 г., УССР, «Динамо»
28. мс Копель Н. А., 1958 г., БССР, «Динамо»
29. мс Мияя А. А., 1957 г., Эст. ССР, «Динамо»
30. мс Авдеев Г. В., 1959 г., УССР, Вооруж. Силы
31. мс Эвроджидиани Г. А., 1958 г., Груз. ССР, «Динамо»
32. мс Карпов П. П., 1960 г., УССР, Вооруж. Силы
33. мс Лапч П. В., 1944 г., Эст. ССР, Вооруж. Силы
34. мс Славов Л. Ц., 1950 г., Тадж. ССР, Вооруж. Силы
35. мс Колесниченко В. И., 1954 г., Удм. ССР, «Буревестник»
36. мс Поздников Е. А., 1952 г., Москва, ЦСКА
37. мс Рачковская К. Я., 1962 г., УССР, «Динамо»
38. мс Ляманов Д. А., 1963 г., Москва, ЦСКА
39. мс Дригун В. В., 1949 г., БССР, Вооруж. Силы
40. мс Беккер А. С., 1960 г., Москва, «Труда»
41. мс Князиков Т. Р., 1952 г., Эст. ССР, «Динамо»
42. мс Павленко В. Ю., 1956 г., УССР, «Зенит»
43. мс Давид Г. В., 1963 г., Латв. ССР, «Динамо»
44. мс Карапетян Г. А., 1956 г., Арм. ССР, «Буревестник»
45. мс Чеботарев Ш. Р., 1951 г., Уз. ССР, «Буревестник»
46. мс Сафурдин Р. Х., 1959 г., РСФСР, «Зенит»
47. мс Воробьев В. К., 1952 г., Тадж. ССР, «Локомотив»
48. мс Сууртала А. М., 1959 г., Эст. ССР, «Динамо»
49. мс Понуркина А. И., 1955 г., Москва, «Буревестник»
50. мс Дергачев А. А., 1952 г., Тадж. ССР, Вооруж. Силы

Примечание. При участии в соревнованиях мс Гаврилова О. В., 1950 г. рожд., УССР, должен быть поставлен на № 15 перед № 16 по классификации на 1/1 1941 г. (доска змиего класса соревнований — по второму очку).

**Сильнейшие игроки в нарах по результатам соревнований 1960 г. (по очковой системе)**

**Женщинам**

1. зме Морозова О. В.
2. зме Зайшова О. В.
3. зме Елизарова Е. П.
4. зме Бородина Н. В.
5. мс Чернова С. Г.
6. мс Миланова Л. Н.
7. мс Милановская В. А.
8. зме Краско А. Г.
9. зме Башкина Г. П.
10. мс Тишина Е. Г.

**Мужчинам**

1. мсма Борисов В. В.
2. мсма Леонков С. Н.
3. мсма Зверев А. М.
4. зме Пугачев Е. П.
5. зме Метрелии А. И.
6. мсма Тетерин С. С.
7. мсма Филев Ю. Н.
8. мсма Богомолов А. С.
9. змема Азмеров Р. З.
10. мсма Грузман С. Г.

**Девушки 1965—1966 гг. рожд.**

1. мс Салыникова Ю. С., 1964 г., Москва, «Динамо»
2. мсма Зайшова О. В., 1962 г., Москва, ЦСКА
3. мсма Кашаверова Ю. О., 1963 г., Москва, «Спартак»
4. мсма Чернова С. Г., 1962 г., Москва, ЦСКА
5. мсма Рахимова Е. А., 1964 г., УССР, ДЮСШ «Динамо»
6. мс Салыникова А. С., 1964 г., Москва, «Динамо»
7. мсма Реза Н. В., 1965 г., Москва, «Динамо»
8. мсма Петросов К. Р., 1962 г., Груз. ССР, СДЮШОР «Гантвалди»
9. мсма Сафилова Т. Ю., 1964 г., Москва, ЦСКА
10. мсма Булганин Т. В., 1964 г., УССР, ДЮСШ «Буревестник»
11. мсма Лифанова О. Н., 1965 г., Москва, ЦСКА
12. мсма Сиврилонова В. О., 1964 г., Аз. ССР, ДЮСШ «Буревестник»
13. мсма Царькова С. Н., 1962 г., Ленинград, «Труда»
14. мсма Малишова М. Н., 1963 г., Груз. ССР, «Динамо»
15. мсма Курева В. В., 1964 г., Москва, «Динамо»
16. мсма Кригер А. Э., 1964 г., Тадж. ССР, «Жалялстан»
17. мсма Чулкина Н. В., 1962 г., УССР, «Локомотив»
18. мсма Николаева Л. Л., 1963 г., Каз. ССР, «Локомотив»
19. мсма Кулишова М. С., 1963 г., БССР, «Зенит»
20. мсма Василькина Н. В., 1962 г., УССР, «Спартак»

**Девушки 1965—1966 гг. рожд.**

1. мсма Реза Н. В., 1965 г., Москва, «Динамо»
2. мсма Лифанова О. Н., 1965 г., Москва, ЦСКА
3. мсма Быхова Н. В., 1966 г., Москва, ЦСКА
4. мсма Малашица И. П., 1965 г., Груз. ССР, «Динамо»
- 5—8. мсма Филова И. В., 1967 г., РСФСР, «Динамо»
- 5—6. мсма Филкина И. Е., 1967 г., Москва, «Труда»
7. мсма Матязова О. Л., 1966 г., УССР, ДЮСШ
8. мсма Юрченко С. Р., 1965 г., Уз. ССР, «Динамо»
9. мсма Климов Л. Ф., 1965 г., РСФСР, «Динамо»
10. мсма Зотолюкина Г. В., 1965 г., РСФСР, «Динамо»
11. мсма Бурин Е. М., 1966 г., УССР, ДЮСШ «Буревестник»
12. мсма Савченко Л. И., 1966 г., УССР, «Динамо»
13. мсма Кузьмина А. А., 1967 г., Москва, «Динамо»
14. мсма Иванова О. И., 1966 г., Ленинград, «Динамо»
15. мсма Антонова И. И., 1967 г., Груз. ССР, СДЮШОР «Динамо»
16. мсма Старжинская И. В., 1965 г., РСФСР, «Труда»
17. мсма Мильяндская В. М., 1967 г., Москва, «Спартак»
18. мсма Погодова А. А., 1966 г., Груз. ССР, «Динамо»
19. мсма Метрелии Н. П., 1965 г., Груз. ССР, СДЮШОР «Динамо»
20. мсма Михайлова О. В., 1966 г., Москва, «Динамо»

**Девочки 1967—1968 гг. рожд.**

- 1—2. мсма Фатеева И. В., 1967 г., РСФСР, «Динамо»
- 1—2. мсма Филкина И. Е., 1967 г., Москва, «Труда»
3. мсма Кузьмина А. А., 1967 г., Москва, «Динамо»
4. мсма Антонова И. И., 1967 г., Груз. ССР, СДЮШОР «Динамо»

5. мсма Мильяндская В. М., 1967 г., Москва, «Спартак»
6. мсма Молдабаев Г. С., 1967 г., Каз. ССР, «Локомотив»
7. мсма Трушина М. В., 1967 г., Москва, «Спартак»
8. мсма Асфуриева О. П., 1968 г., Тадж. ССР, СДЮШОР
9. мсма Враско Е. В., 1967 г., БССР, «Зенит»
10. мсма Траншале Х. Т., 1967 г., Груз. ССР, «Динамо»
11. мсма Гуткина Л. М., 1967 г., УССР, «Зенит»
12. мсма Далатын А. А., 1967 г., Арм. ССР, СДЮШОР «Спартак»
13. мсма Мелья Д. Г., 1968 г., Груз. ССР, СДЮШОР «Гантвалди»
14. мсма Худя Т. В., 1968 г., УССР, «Спартак»
15. мсма Волкова С. В., 1968 г., БССР, «Динамо»
16. мсма Копоть У. Л., 1968 г., УССР, ДЮСШ
17. мсма Кисова С. В., 1968 г., Москва, «Динамо»
18. мсма Ялалова Р. И., 1967 г., Уз. ССР, «Буревестник»
19. мсма Чурбакова Е. Л., 1967 г., УССР, «Динамо»
20. мсма Родионова Д. С., 1967 г., Латв. ССР, «Динамо»

**Девочки 1969—1970 гг. рожд.**

1. мсма Соколова В. В., 1969 г., Москва, «Динамо»
2. мсма Гордица И. Г., 1969 г., Груз. ССР, СДЮШОР «Динамо»
3. мсма Калакова Н. В., 1969 г., БССР, «Кр. знамя»
4. мсма Хмельская М. В., 1969 г., БССР, Вооруж. Силы
5. мсма Погорелова Е. А., 1969 г., Москва, ЦСКА
6. мсма Муха Е. В., 1969 г., УССР, «Зенит»
7. мсма Кириллова А. А., 1969 г., УССР, ДЮСШ «Динамо»
8. мсма Васильева О. В., 1969 г., УССР, ДЮСШ «Спартак»
9. мсма Кашаверова О. А., 1969 г., УССР, «Кр. знамя»
10. мсма Попова Э., 1969 г., Каз. ССР, «Локомотив»
11. мсма Колесникова Т., 1969 г., Груз. ССР, СДЮШОР «Гантвалди»
12. мсма Крылова Т., 1969 г., УССР, ДЮСШ
13. мсма Нозникова Н., 1969 г., РСФСР, ДЮСШ
14. мсма Подольская А., 1969 г., Москва, «Динамо»
15. мсма Волкова М., 1969 г., Москва, «Спартак»
16. мсма Крупиц Н., 1969 г., УССР, «Зенит»
17. мсма Булатова Л., 1969 г., РСФСР, ДЮСШ
18. мсма Тохидова Э., 1969 г., Груз. ССР, СДЮШОР
19. мсма Пехкина Е., 1969 г., РСФСР, «Динамо»
20. мсма Морязова Г., 1969 г., Уз. ССР, «Динамо»

**Юноши 1962—1964 гг. рожд.**

1. мсма Демидченко А. В., 1962 г., БССР, «Кр. знамя»
2. мсма Рачковская К. Я., 1962 г., УССР, «Динамо»
3. мсма Ломанов Д. А., 1963 г., Москва, ЦСКА
4. мсма Давид Г. В., 1963 г., Латв. ССР, «Динамо»
5. мсма Перко В. А., 1962 г., БССР, «Зенит»
6. мсма Каспалов И. В., 1962 г., Москва, «Динамо»
7. мсма Костин Д. О., 1963 г., УССР, ДЮСШ «Буревестник»
8. мсма Маркин В. Л., 1962 г., Уз. ССР, «Динамо»
9. мсма Белов Д. А., 1963 г., РСФСР, «Динамо»
10. мсма Карякин Р. К., 1962 г., Эст. ССР, «Динамо»
11. мсма Хурда В. И., 1965 г., Груз. ССР, «Динамо»
12. мсма Исакули Ф. Ф., 1962 г., Молд. ССР, «Динамо»
13. мсма Донгозови А. Я., 1964 г., УССР, «Зенит»
14. мсма Потанико В. А., 1964 г., РСФСР, «Буревестник»
15. мсма Чуварян Г. П., 1964 г., УССР, «Динамо»
16. мсма Пакулин Д. В., 1964 г., БССР, «Динамо»
17. мсма Пикар Р. Р., 1962 г., Эст. ССР, «Динамо»
18. мсма Поворожиков И. Я., 1963 г., БССР, «Динамо»
19. мсма Бакулев В. И., 1965 г., Москва, ЦСКА
20. мсма Павлов В. И., 1964 г., УССР, «Локомотив»

**Юноши 1965—1966 гг. рожд.**

1. мсма Хурда В. И., 1965 г., Груз. ССР, «Динамо»
2. мсма Бакулев В. И., 1965 г., Москва, ЦСКА
3. мсма Байка С. В., 1965 г., УССР, «Зенит»

4. мсма Овсладу А. К., 1965 г., Эст. ССР, «Динамо»
5. мсма Фелдманс П. Я., 1965 г., Латв. ССР, «Динамо»
6. мсма Афонин Е. Ю., 1965 г., РСФСР, ДЮСШ
7. мсма Фелоров Д. А., 1965 г., РСФСР, «Спартак»
8. мсма Чесноков А. Э., 1966 г., Москва, «Спартак»
9. мсма Орловский А. С., 1966 г., Москва, ЦСКА
10. мсма Гримельсон С. В., 1966 г., УССР, «Зенит»
11. мсма Волков А. В., 1967 г., РСФСР, «Спартак»
12. мсма Нязимов Г. И., 1965 г., Уз. ССР, «Буревестник»
13. мсма Эвроджидиани Г. А., 1965 г., Груз. ССР, «Буревестник»
14. мсма Метрелии Р. Г., 1965 г., Груз. ССР, «Гантвалди»
15. мсма Фастови А. М., 1965 г., УССР, «Спартак»
16. мсма Петерсон М. Э., 1965 г., Эст. ССР, «Калево»
17. мсма Ряткен Т. И., 1965 г., Эст. ССР, «Калево»
18. мсма Нагорнов В. В., 1965 г., Каз. ССР, «Спартак»
19. мсма Фелдманс К. Я., 1965 г., Латв. ССР, «Динамо»
20. мсма Ножников А. О., 1965 г., УССР, ДЮСШ «Буревестник»

**Мальчики 1967—1968 гг. рожд.**

1. мсма Волков А. В., 1967 г., РСФСР, «Спартак»
2. мсма Шваляев А. Э., 1967 г., Арм. ССР, СДЮШОР
3. мсма Авняев С. В., 1967 г., Москва, «Динамо»
4. мсма Чернышев А. А., 1967 г., УССР, «Динамо»
5. мсма Филдманс А. В., 1968 г., Латв. ССР, «Динамо»
6. мсма Метрелии И. А., 1967 г., Груз. ССР, «Динамо»
7. мсма Бузунский Д. А., 1967 г., РСФСР, «Динамо»
8. мсма Чесноков А. А., 1967 г., Москва, ЦСКА
9. мсма Петренко А. А., 1967 г., БССР, «Динамо»
10. мсма Клешиков Н. А., 1967 г., БССР, «Кр. знамя»
11. мсма Протасов А. А., 1967 г., Москва, ЦСКА
12. мсма Сиврилонов С. Л., 1967 г., Москва, «Динамо»
13. мсма Бобков И. И., 1967 г., УССР, «Прометей»
14. мсма Жолуб А. А., 1967 г., УССР, «Локомотив»
15. мсма Лескин О. В., 1967 г., УССР, ДЮСШ «Буревестник»
16. мсма Райварус С. С., 1967 г., Эст. ССР, ДЮСШ
17. мсма Габриэлидзе В. Е., 1968 г., Груз. ССР, «Динамо»
18. мсма Кромко И. И., 1968 г., УССР, ДЮСШ
19. мсма Костяков С. Л., 1967 г., Аз. ССР, «Нефтян»
20. мсма Буденный Н. Н., 1967 г., РСФСР, ДЮСШ

**Мальчики 1969—1970 гг. рожд.**

1. мсма Самсонов Е. И., 1969 г., УССР, ДЮСШ
2. мсма Павлов Д., 1969 г., Москва, ЦСКА
3. мсма Кашираев Д. Р., 1969 г., Груз. ССР, СДЮШОР «Гантвалди»
4. мсма Зитоватов А., 1969 г., РСФСР, «Динамо»
5. мсма Черкасов А., 1970 г., РСФСР, «Буревестник»
6. мсма Матвеев В., 1969 г., Москва, ЦСКА
7. мсма Богачев С., 1969 г., Латв. ССР, «Динамо»
8. мсма Мамаев А., 1969 г., РСФСР, «Динамо»
9. мсма Слышев М., 1969 г., РСФСР, «Динамо»
10. мсма Решетов А., 1969 г., РСФСР, «Динамо»
11. мсма Иванюк Ю., 1969 г., Москва, ЦСКА
12. мсма Черемушкин А., 1969 г., УССР, ДЮСШ
13. мсма Лебед П., 1969 г., Уз. ССР, «Динамо»
14. мсма Харченко Ю., 1969 г., УССР, «Динамо»
15. мсма Мелкумов Е., 1969 г., Каз. ССР, «Локомотив»
16. мсма Ступин Э., 1969 г., Латв. ССР, «Жалягирис»
17. мсма Мулуки А., 1969 г., Арм. ССР, «Буревестник»
18. мсма Кварцелия Д., 1969 г., Груз. ССР, СДЮШОР «Гантвалди»
19. мсма Тамбовский Д., 1969 г., Аз. ССР, «Нефтян»
20. мсма Колдов М., 1969 г., РСФСР, СДЮШОР

## СИЛЬНЕЙШИЕ В ЗИМНЕМ СЕЗОНЕ

Во всесоюзных соревнованиях на закрытых площадках 1981 г. среди победителей и призеров появляются все новые имена из представителей молодого поколения. Успешнее других среди женщин выступили Ю. Сальникова, Е. Елисеев и Н. Чмырева.

Игра Ю. Сальниковой отличалась уверенностью, смелостью, незаурядными волевыми качествами, особенно в наиболее напряженные моменты встреч. Она стала победительницей трех соревнований в одиночном разряде и заняла два первых места в парном разряде. В течение зимнего цикла Ю. Сальникова проиграла только своей сестре Алле в финале московской школьной спартакиады.

Е. Елисеев хорошо подготовился к зимним соревнованиям: улучшила технику подачи, мощнее и точнее стал ее удар справа. В зимнем цикле она сыграла шесть турниров, одержав победы над соперницами, стоящими выше ее по классификации: О. Морозовой, Г. Бакшеевой, Н. Бородиной, Л. Макаровой. Она заняла три первых и два вторых места в одиночных и парных разрядах, однако проиграла дважды Ю. Сальниковой — в финалах первенства Москвы и московского международного турнира и в четвертьфинале зимнего первенства страны — Алле Сальниковой. К сожалению, в ответственных встречах донецкая спортсменка играла недостаточно активно, чему способствовала, видимо, недостаточная уверенность в себе.

Н. Чмырева, победительница всесоюзного зимнего первенства, наконец-то обретает спортивную форму. Она участвовала в пяти соревнованиях и в каждом постепенно улучшала свою игру.

Обладая хорошей техникой, более собранно и смело заиграла А. Сальникова. Бесспорно успешным является ее выступление в таком ответственном соревновании, как зимнее первенство СССР, где она впервые заняла 2-е место. По результатам выступлений в зимнем цикле А. Сальникова поднялась с 28-го на 7-е место в «десятке». К сожалению, по болезни выбыла из зимних соревнований О. Морозова. Начинают набирать спортивную форму Е. Бирюкова и Е. Гранатурова, не участвовавшие в соревнованиях летнего сезона 1980 г. из-за травм. По итогам зимних соревнований они вошли во вторую «десятку» сильнейших. Слабее, чем в прошлом году, выступили Н. Бородин, Л. Макарова, О. Зайцева, М. Крошина и Ю. Кашеварова.

Среди старших девушек добились некоторых успехов В. Киреева, Т. Сафонова, Н. Рева, О. Лифанова, а среди пятнадцатилетних — Н. Быкова и О. Матюхнок. Первая победила на зимнем первенстве СССР Л. Овсейян (№ 26) и В. Авчинникову (№ 27), а вторая одержала победы на первенстве УССР над Е. Рыжиковой (№ 15), О. Дергачевой (№ 36) и М. Ткаченко (№ 29).

Г. Кондратьева

По итогам зимних соревнований «вертушка» мужской «десятки» распределилась согласно классификации на 1 января 1981 г. Впереди идут В. Борисов, К. Пугаев и А. Зверев — участники европейского командного первенства — «Кингс Кап», в котором они заняли 2-е место. Это соревнование проводилось с 11 января по 7 февраля 1981 г. Поэтому почти в течение месяца спортсмены не смогли принять участие в нескольких всесоюзных турнирах, которые проводились в эти сроки.

Борисов выступил только в двух турнирах — московском международном и всесоюзном зимнем первенстве, где занял соответственно 1-е и 2-е места. Пугаев и Зверев выступали в четырех турнирах. Пугаев выиграл зимнее первенство Советского Союза, победив в финале Борисова (3 : 6, 7 : 6, 6 : 4, 1 : 6, 10 : 8). Зверев в московском международном турнире занял 3-е место, а на всесоюзных зимних соревнованиях, в ходе полуфинальной встречи, получил серьезную травму и, очевидно, в течение длительного срока не сможет ни тренироваться, ни выступать.

Довольно успешно выступали зимой А. Богомолов (№ 4), Ю. Филев (№ 5), А. Залужный (№ 8).

Богомолов выиграл турнир в Таллине, занял 2-е место в московском международном турнире и еще два вторых места на первенстве Москвы и ЦС «Динамо». Он выступал стабильно, без срывов, которые были свойственны его игре в предыдущие годы.

Филев начал новый сезон с того, что на турнире ЦС «Красное знамя» в первом круге проиграл В. Перко (№ 55) и занял 19-е место. А уже через неделю выиграл открытое первенство Москвы, одержав в финале победу над Богомоловым. Затем он занял 2-е место на первенстве УССР и в итоге поднялся с 12-го на 5-е место в «десятке». Можно сказать, что этот безусловно способный спортсмен — загадка. Иногда он играет так плохо, допуская серии ошибок с легких мячей, что удивляешься, как он может обыгрывать сильных теннисистов, а когда он побеждает сильных, поражаясь, как он может проигрывать слабым соперникам.

Лучше, чем в прошлом году, выступал Залужный — победитель зимнего первенства ЦС «Динамо» (с 27-го места он поднялся на 8-е).

С. Тетерин занял 1-е место в первенстве ВС ДСО профсоюзов и 4-е в ленинградском турнире. Но наряду с успешными выступлениями (победы над Л. Волковым и дважды над С. Грузманом) он закончил сезон тем, что на всесоюзном зимнем первенстве проиграл в первом круге К. Рачковскому (№ 32), затем А. Беккеру (№ 40) и занял 24-е место. Тем не менее ряд успешных выступлений позволили ему подняться с 18-го на 9-е место.

Леонюк (№ 6) и Грузман (№ 7) выступили на уровне своих результатов прошлого года.



Эстафета поколений: О. Морозова поздравляет победительницу открытого первенства Москвы 1981 г. Ю. Сальникову

Слабо выступали еще три спортсмена из «десятки»: Р. Ахмеров (опустился с 7-го места на 15-е), Волков (с 6-го на 10-е) и В. Садков, впервые вошедший в «десятку» по итогам 1980 г. (с 10-го на 16-е место).

Чемпион СССР 1980 г. А. Метревели в зимних соревнованиях участия не принимал.

Среди юниоров можно выделить смелую, активную игру Рачковского, одержавшего победы над Загородным, Залужным, Тетерным и другими опытными теннисистами; по очкам он с № 37 поднялся на № 13.

Юниор Демиденко играет на уровне прошлого года, никаких сдвигов вперед. В его игре недостает активности. Кроме того, видимо, мало совершенствуется он в технике и тактике игры.

На первенстве ВС ДСО профсоюзов сенсаци-

онно выступил А. Долгополов (1964 г. рожд.), занявший 2-е место в одиночном мужском разряде. В этом одном соревновании он выполнил норму мастера спорта (что бывает в теннисе очень редко), победил Г. Авдева (№ 30), И. Тихонко (№ 11) и А. Костеню (№ 22) и обогнал по очкам своих соперников: Д. Ломанова, Г. Дзепле и других, мастерство которых повышается медленно. В их игре недостаточно смелости, активности, юношеского злорада.

О перспективности наших молодых теннисистов свидетельствует победа юниоров Тетерина — Демиденко на зимнем первенстве СССР в парном разряде, где они в полуфинале в пяти сетах (11 : 9 в решающем) обыграли нашу сильнейшую пару Борисов — Леонюк, проигравшую после этого в борьбе за 3-е место паре Рачковский — Белов (6 : 3, 4 : 6,



4 : 6). Юноши Дюелде — Ломанов заняли в парном разряде 2-е место, победив в первом круге сильную пару Грузман — А. Коляскин (7 : 6, 6 : 4) и в полуфинале Рачковского — Белова.

В то же время проигранные наших сильнейших спортсменов юниорам говорят о том, что подготовке сильных парных комбинаций у нас не уделяется должного внимания. По существу, мы не располагаем ни одной стабильной сыгранной парой. В разных соревнованиях спортсмены играют с разными партнерами и не особенно хотят участвовать в соревнованиях пар, стремясь ограничиться одиночными встречами. Специалисты знают, как важны в парной игре сыгранность и взаимопонимание партнеров, которые достигаются только в результате совместных выступлений в течение длительного времени.

Недостаток высокого спортивного мастерства и сыгранности в парных соревнованиях у наших сильнейших теннисистов: Борисова, Пугаева, Зверева и Леонова — явился одной из причин проигрыша в финале «Кингс Кап» команде ФРГ. Стоит ли говорить о том, как важно подготовить сильную сыгранную пару, а лучше две, без чего нельзя рассчитывать на успешные выступления в розыгрыше Кубка Дэвиса и «Кингс Кап»!

В заключение приведем списки «дескток» у женщин и мужчин по итогам зимнего сезона:

Женщины	Мужчины
1. Сальникова Ю.	1. Борисов В.
2. Елизаров Е.	2. Пугаев К.
3. Чмырева Н.	3. Зверев А.
4. Гизлик Е.	4. Богомолов А.
5. Бакишева Г.	5. Филев Ю.
6. Бородин Н.	6. Леонов С.
7. Сальникова А.	7. Грузман С.
8. Макарова Л.	8. Задужный А.
9. Нурме Л.	9. Терпан С.
10. Зайцева О.	10. Волков А.

Победителя и призера всесоюзных зимних соревнований 1980—1981 гг.

*Турнир в Красноярске (2—7 XII 1980)*  
 1. Зайцева О., П. Лафанова О., Ш. Сафонова Т.  
 1. Пугаев К., П. Тихонко И., Ш. Зверев А.  
 1. Зайцева О. — Лафанова О., Зверев А. — Тихонко И., Зайцева О. — Пугаев К.

*Турнир ЦС «Красная знамя» (Минск, 22—28 XII 1980)*

1. Елизаров Е., П. Бородин Н., Ш. Сальникова А.  
 1. Зверев А., П. Драгу В., Ш. Пугаев К.  
 1. Елизаров Е. — Зайцева О., Борисов В. — Тихонко И., Бородин Н. — Терпан С.  
*Зимнее первенство Москвы (9—16 I 1981)*  
 1. Сальникова Ю., П. Елизаров Е., Ш. Морозова О.  
 1. Филев Ю., П. Богомолов А., Ш. Данг Э.  
 1. Морозова О. — Зайцева, Данг Э. — Тихонко И., Рыжикова Е. — Рыжковский К.  
*Первенство Ленинграда (3—9 I 1981)*  
 1. Гизлик Е., П. Крыско А., Ш. Авдеев И.  
 1. Василевский С., П. Богданов С., Ш. Ахмеров Р.  
 1. Крайко А. — Корзув С., Ахмеров Р. — Василевский С.

*ЦС «Динамо» (Москва, 16—23 I 1981)*  
 1. Сальникова Ю., П. Рыжикова Е., Ш. Рева Н.  
 1. Задужный А., П. Богомолов А., Ш. Загородный А.  
 1. Сальникова Ю. — Сальникова А.; Богомолов А. — Садков В.; Сальникова Ю. — Богомолов А.

*Первенство ВС ДСО профкозов (Днепропетровский, 19—25 I 1981)*

1. Елизаров Е., П. Бакишева Г., Ш. Крошина М.  
 1. Терпан С., Ш. Долгополов А., Ш. Костенко А.  
 1. Бакишева Г. — Елизаров Е., Ахмеров Р. — Тихонко И., Елизаров Е. — Костенко А.

*Зимнее первенство УССР (Киев, 26 I—1 II 1981)*  
 1. Елизаров Е., П. Нурме Л., Ш. Шевченко В.  
 1. Грузман С., Ш. Филев Ю., Ш. Подляцкий Е.  
 1. Елизаров Е. — Бакишева Г., Рыжковский К. — Карпов В., Бакишева Г. — Саурлак О.

*Первенство Эстония (Таллин)*  
 1. Чмырева Н., П. Нурме Л., Ш. Бородин Н.  
 1. Богданов А., Данг Э., Ш. Волков А.  
 1. Нурме Л. — Лафанова Е., Суурлак А. — Исак Я., Нурме Л. — Милк А.

*Первенство РСФСР (Чебоксары, 26 I—4 II 1981)*  
 1. Сафонова Т., П. Кандыкова С., Ш. Крайко Л.  
 1. Павлов В., Ш. Барсков Е., Ш. Сафулкин Р. X.  
 1. Сафонова Т. — Павлов И.; Сафулкин Р. — Барсков Н.; Сафонова Т. — Звигальни А.

*Московский международный турнир (9—15 II 1981)*  
 1. Сальникова Ю., П. Елизаров Е., Ш. Бакишева Г.  
 1. Борисов В., Ш. Богомолов А., Ш. Зверев А.  
 1. Бакишева Г. — Макарова Л.; Эмиров Т. (ГДР) — Бедия Я. (ЧССР); Зайцева О. — Путиев К.

*Всесоюзное зимнее первенство СССР (Минск, 21 II—1 III 1981)*  
 1. Чмырева Н., П. Сальникова А., Ш. Макарова Л.  
 1. Пугаев К., 2. Борисов В., Ш. Леонов С.

1. Гранатурова Е. — Черняк; Терпан С. — Демьяненко А.; Зайцева О. — Леонов С.  
 2. Елизаров Е. — Зайцева О.; Дюелде Г. — Лимапин Д.; Чмырева Н. — Грузман С.

## СЛАВНЫЙ ЮБИЛЕЙ

26 февраля 1981 г. исполнилось 60 лет заведующему кафедрой тенниса в настольного тенниса ГЦОЛИФКа профессору Семену Павловичу Белиц-Гейману.

Вот уже почти 40 лет Семен Павлович ведет многогранную педагогическую, научно-исследовательскую, методическую, общественную и партийную работу, отдавая все силы, свой богатый опыт, обширные знания, всю свою увлеченность и неиссякаемую энергию развитию советского тенниса!

Семен Павлович — воспитанник ГЦОЛИФКа, участник Великой Отечественной войны, мастер спорта, многократный чемпион СССР по теннису.

Своей многолетней научно-исследовательской и методической работой Семен Павлович внес большой вклад в теорию и спортивно-педагогическую практику тенниса. Его научные работы по истории спорта, системно-структурному анализу процесса спортивной борьбы, оптимизации стратегии, тактики и техники, системе спортивной подготовки имеют большое теоретическое и практическое значение и получили широкое признание. Он является автором двух монографий, нескольких учебных пособий, основных учебно-методических материалов для учебных программ, методических разработок. Созданный и возглавляемый им кафедра, являющаяся единственной в стране самостоятельной кафедрой тенниса и настольного тенниса, стала главным педагогическим и научно-исследовательским центром. Помимо специализированной подготовки студентов здесь ведется большая работа по важнейшим проблемам развития отечественного тенниса, научно-методическому обеспечению подготовки сборных команд, повышению квалификации тренеров в масштабе страны.

Много сил и энергии отдает Семен Павлович подготовке и проведению всесоюзных научно-методических конференций и семинаров по теннису.

За время работы в ГЦОЛИФКе Семен Павлович вместе со своими коллегами подготовил и осуществил много «выпусков» специалистов по теннису. Под его научным руководством подготовлена также большая группа аспирантов, успешно защитивших кандидатские диссертации и в настоящее время ведущих педагогическую и научно-исследовательскую работу.

За большую работу в этом направлении Белиц-Гейману было присвоено звание заслуженного тренера СССР. В настоящее время он возглавляет Всесоюзный научно-методический совет по теннису, является членом редакционных коллегий журнала «Спортивные игры» и научно-методического сборника «Теннис».

С. П. Белиц-Гейман избран председателем научно-методической комиссии Международной Федерации тенниса, активно участвует в проведении международных методических конференций.

Редакционная коллегия сборника «Теннис» от имени многочисленных читателей сердечно по-

здравляет Семена Павловича с юбилеем и желает ему крепкого здоровья и дальнейших успехов в его большой, многогранной деятельности по развитию советского тенниса!



СОДЕРЖАНИЕ

	С отчетно-выборного пленума Федерации тенниса СССР	3
	Итоги участия советских теннисистов в международных соревнованиях 1980 г. Г. А. Кондратьева	6
НАУКА — ПРАКТИКЕ	Некоторые новые подходы к оптимизации и совершенствованию техники. С. Белли-Гейман	9
	Максимальная анаэробная мощность как важнейший показатель выносливости теннисистов. Н. Ю. Верхошанская, А. М. Васильев	14
	Физическая подготовленность и тесты для ее определения. А. П. Скородумова, М. И. Шмагина	16
	Отбор теннисистов: проблемы и суждения. Т. Иванова, Н. Рожкова	18
	Анализ игры. Г. К. Жуков, В. Высоцкая	21
	Итоги международной научно-методической конференции специалистов по теннису европейских стран. С. Белли-Гейман, А. П. Скородумова	26
МЕТОДИКА	Эффективность остроты пласировки и ответных ударов. М. Е. Мазуров, А. И. Шокин	30
ТРЕНИРОВКИ	Точность ударов в тренировке. В. П. Жур	32
	Тренировочная программа для совершенствования скоростно-силовых качеств теннисистов. Н. Ю. Верхошанская	34
	Атакующий удар справа с отскока с выходом к сетке. О. Кустов	37
ДЕТСКИЙ ТЕННИС	Впечатления от просмотра юношеского первенства Европы по теннису 1980 г. Т. Иванова	41
	Темповые характеристики игры лучших теннисистов на юношеском чемпионате Европы 1980 г. Г. Авена	43
	Соотношение видов общей и специальной подготовки в тренировке юных теннисистов (7—8 лет). Е. В. Волнистова, Х. Х. Садердинова	44
	Что показал смотр (к итогам XII Всесоюзного смотра-конкурса юных теннисистов). Т. С. Иванова, Г. К. Жуков, Н. А. Рожкова	48
ТЕННИС ЗА РУБЕЖОМ ИЗ ИСТОРИИ ТЕННИСА В ФЕДЕРАЦИИ ТЕННИСА СССР	Бьери Борг и его игра. В. Янчук, Г. Данкевич	51
	Знаменитые мужкетеры. А. Ангелевич	57
	Авангард теннисистов. Г. А. Кондратьева	61
	Сильнейшие теннисисты (на 1 января 1981 г.)	65
	Сильнейшие в зимнем сезоне. Г. Кондратьева	68
	Славный юбилей	71

ТЕННИС

Ежегодник, 1981

Составитель *Вадим Сергеевич Вепринцев*

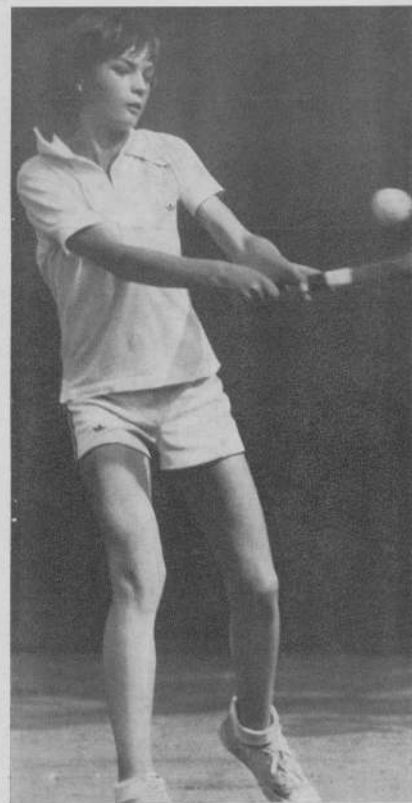
Заведующий редакцией *А. Ю. Гришатов*. Редактор *Л. С. Борисова*. Художник *Ю. А. Глацер*. Художественный редактор *Ю. В. Архангельский*. Технический редактор *Т. Ф. Есенина*. Корректор *З. Г. Симмелина*

ИБ № 1050. Сдано в набор 28.05.81. Подписано к печати 29.10.81. А10108. Формат 70 × 90/16. Бумага — типограф. 2. Гарнитура «Литературная». Офсетная печать. Усл. п. л. 5,265. Усл. кр.-отг. 5,83. Уч.-изд. л. 9,38. Тираж 35 000 экз. Издат. № 6728. Зак. 385. Цена 50 коп.

Орден «Знак Почета» издательство «Физкультура и спорт» Государственного комитета СССР по делам издательства, полиграфии и книжной торговли. 101421. Москва, К-6, Калужская ул., 27.

Ярославский полиграфкомбинат Союзполиграфпрома при Государственном комитете СССР по делам издательства, полиграфии и книжной торговли. 150014, г. Ярославль, ул. Свободы, 97.

Сильнейшие юные теннисисты по итогам 1980 г.: слева — Н. Быкова [1966 г. рожд.], справа — А. Волков [1967 г. рожд.].

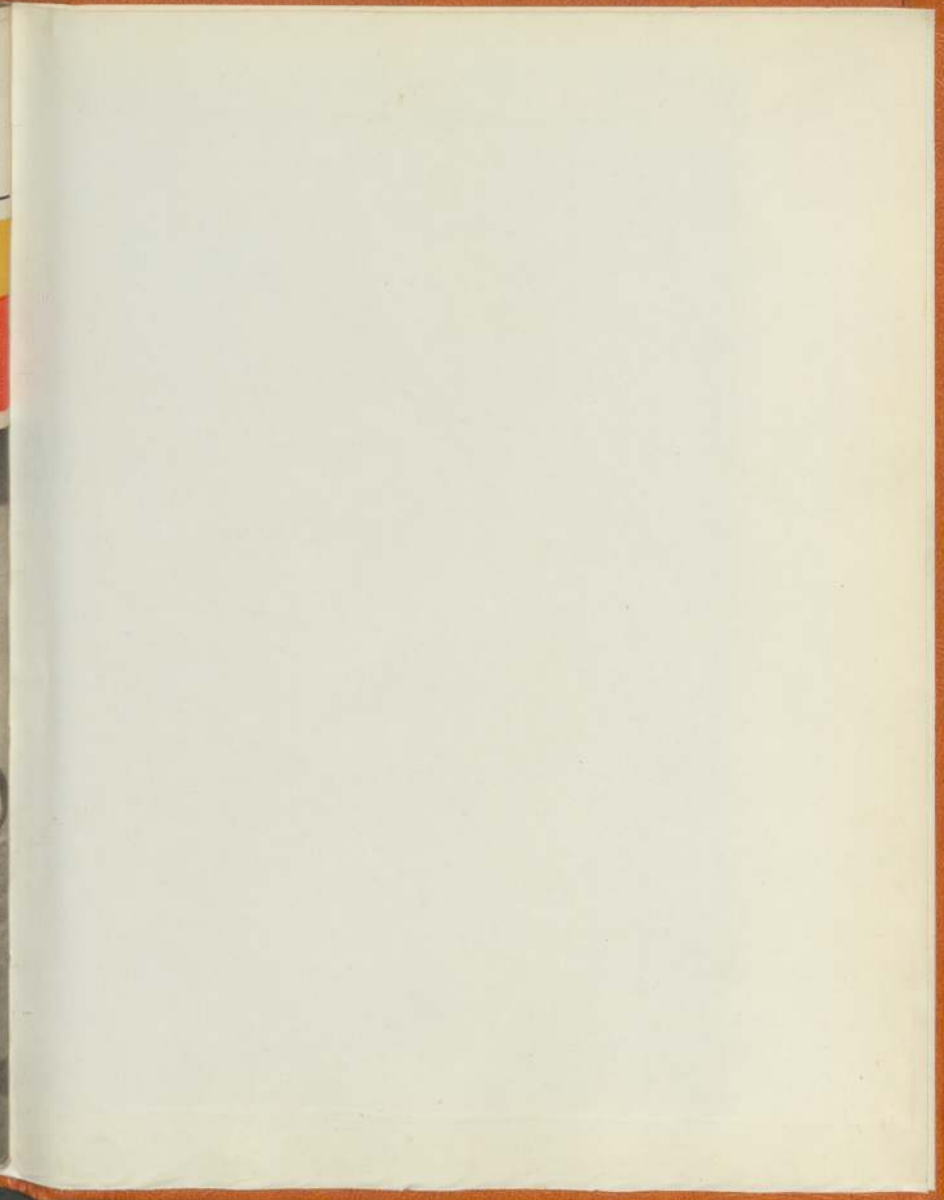
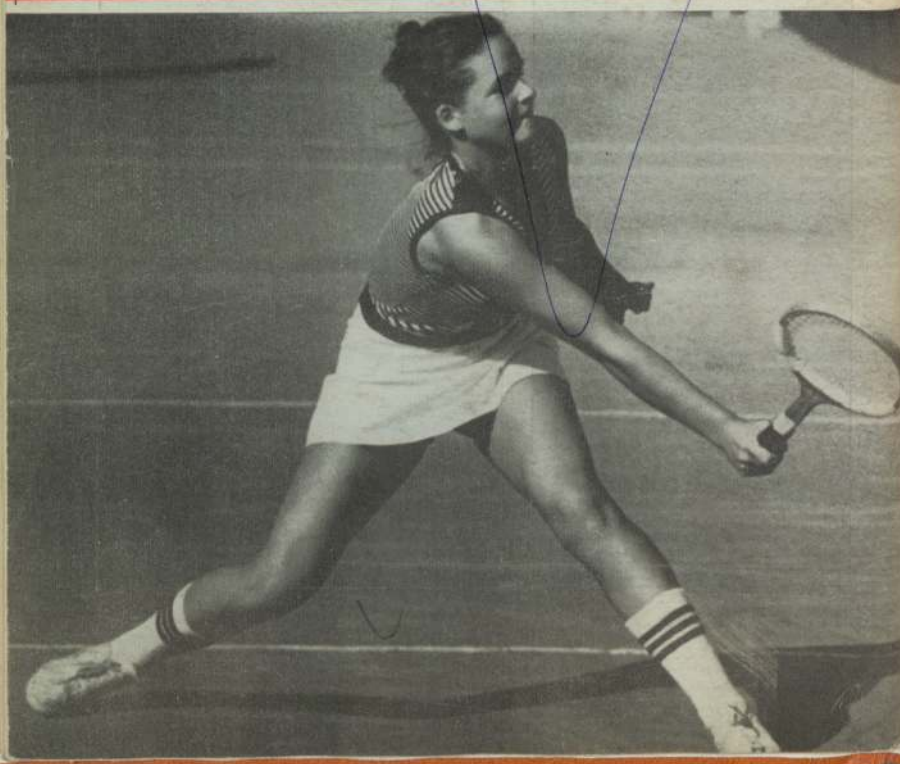
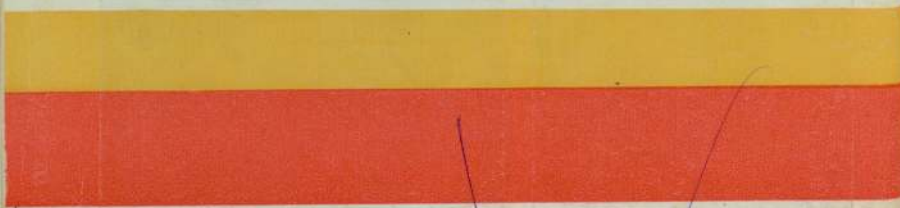


82-02072/1  
50 коп.

На 4-й стр. обложки чемпионка Европы 1980 г. в парном разряде среди юниорок Ю. Сальникова.

П 41  
88

1179 1981



P/a 1111

41

1981

88