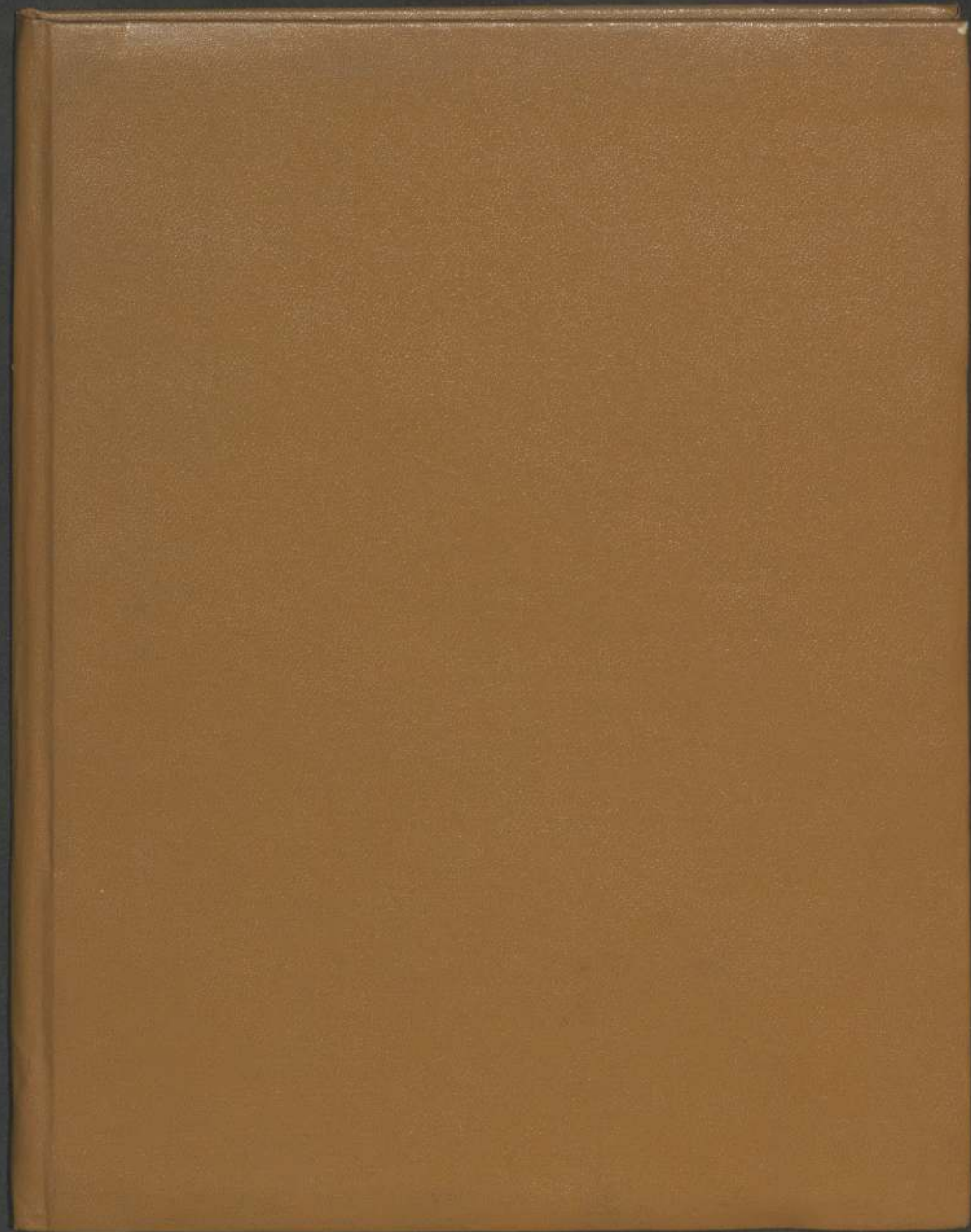


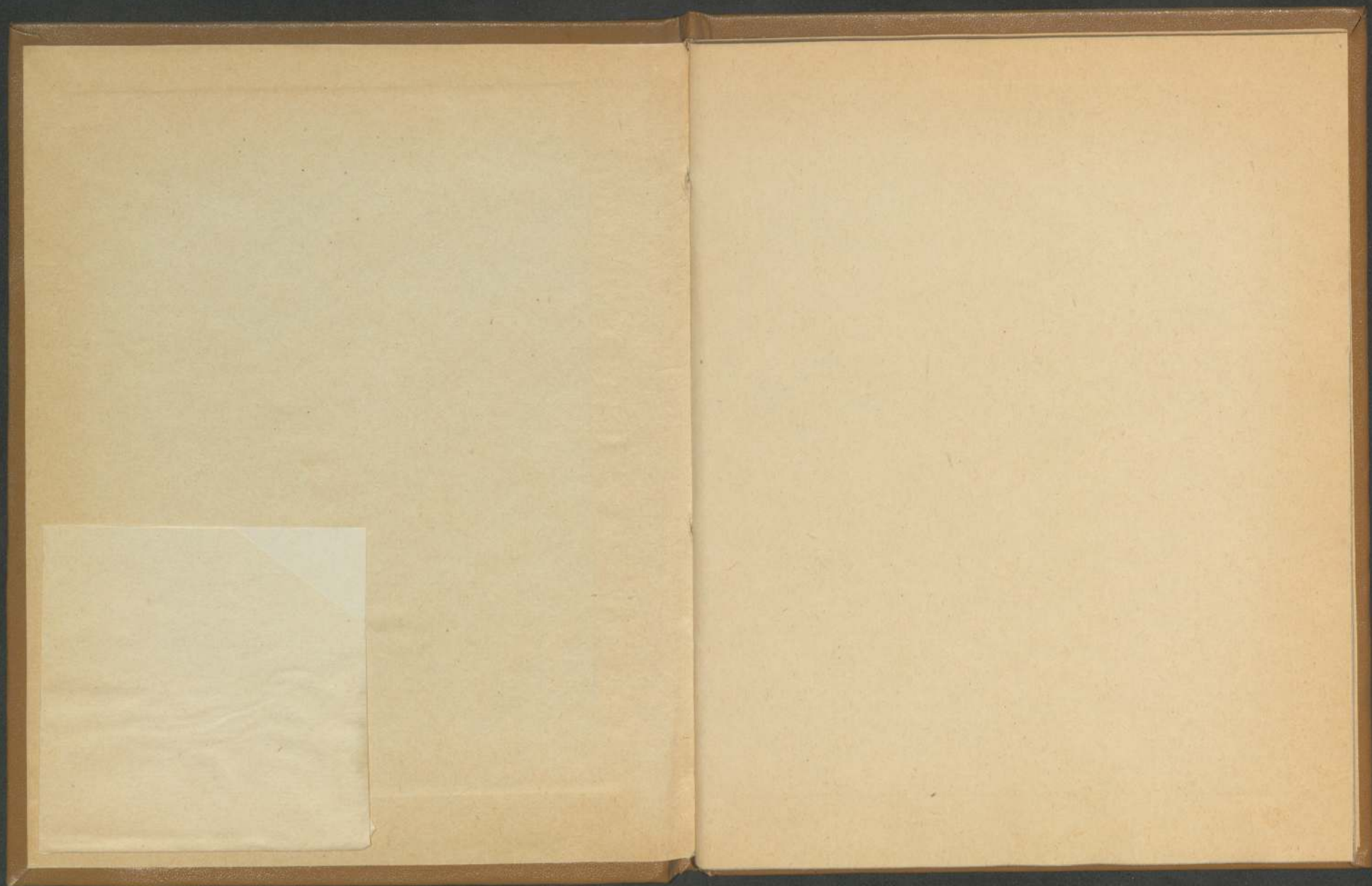
1038/20
Сканвеев
Крун
ЗООПИ
Тиф
УБ.

Организация
Тем. Зак.
(По картам
УБ.)

(Самые
в УБ.)

Адрес
в ирб.





ЕЖЕГО

1982

1 Заказ № 55 Пор. № 45
Книга имеет: стр. иллюстр.
. табл. карт.

Примечания: 1982 год

Расписка отв. за подгот. в перепл. *M*

ГПБ. 8.105Т.20000

ЕЖЕГОДНИК

1982

Handwritten signature



На 1-й странице обложки — чемпионка Европы 1980 и 1981 гг. в одиночном разряде Е. Елисеенко.
Вверху: призеры чемпионата СССР 1981 г. в смешанном разряде — в центре Е. Елисеенко и В. Борисов, слева — Н. Чмырева и Э. Ланге [2-е место], справа — Е. Гишиян и А. Зверев [3-е место]; внизу: чемпионы СССР 1981 г. в одиночном разряде А. Зверев [слева] и М. Крошина



41
88

П41
88
1982

ТЕННИС

ЕЖЕГОДНИК

1982



МОСКВА
«ФИЗКУЛЬТУРА И СПОРТ»
1982

ББК 75.577
Т33

Редакционная коллегия: А. Е. Ангелевич, С. П. Белиц-Гейман,
В. С. Вепринцев, И. В. Всеволодов, В. А. Голенко, Г. А. Кондратьева

Теннис: Ежегодник/Сост. В. С. Вепринцев; Редкол.
Т33 А. Е. Ангелевич и др. — М.: Физкультура и спорт, 1982. —
72 с., ил.

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

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

Т 60902—221 110—82
009(01)—82

ББК 75.577
7А8.4

© Издательство «Физкультура и спорт», 1982 г.

ГОС. ПУБЛИЧНАЯ
БИБЛИОТЕКА
Универсальная

Учб.

ПЛЕНУМ ФЕДЕРАЦИИ РЕШАЕТ

В. А. Голенко, начальник Управления
спортивных игр Спорткомитета СССР

В феврале 1982 г. в Москве состоялся пленум Федерации тенниса СССР, на котором обсуждались результаты проделанной за год работы, были намечены пути решения задач, стоящих перед местными Федерациями тенниса в связи с решением Исполкома МОК о включении тенниса в программу олимпийских игр.

Пленум отметил, что вопросы развития тенниса стали предметом внимания со стороны партийных и государственных органов. Это позволяет создать условия для улучшения учебно-тренировочной работы и проведения соревнований любого уровня в Москве, Таллине, Минске, Кишиневе, Ереване, Душанбе, Тбилиси, Красноярске, Днепродзержинске и других городах страны.

Дальнейший рост мастерства советских теннисистов находится в прямой зависимости от широкого развития массового тенниса в стране. Только так можно найти и вырастить спортсменов, которые могли бы на равных вести борьбу с сильнейшими зарубежными мастерами.

Не секрет, что в настоящее время массовый теннис у нас в стране развивается в основном в крупных городах. А вот после постановления ЦК КП Узбекистана о развитии тенниса в республике имеются сообщения о строительстве теннисных кортов не только в Ташкенте и Самарканде, но и в областных центрах и даже в некоторых колхозах Узбекистана. Это, безусловно, отличное начинание.

Каковы же наши позиции в развитии тенниса?

Сборные команды страны успешно выступают в лично-командных чемпионатах Европы. Однако, несмотря на отдельные успехи, советские теннисисты на международной арене не добились ведущих позиций. Начинать надо с работы, связанной с детьми и юношеством. Здесь много нерешенных вопросов.

Члены молодежных и юношеских команд все еще отстают по своему спортивно-техническому уровню от сверстников в ведущих теннисных странах. Низкий уровень спортивного мастерства юных теннисистов объясняется недостаточным вниманием к развитию юно-

шеского тенниса. Только за 1980 г. количество школьников, занимающихся теннисом, сократилось на 6%.

Назрел вопрос об улучшении работы олимпийских центров подготовки и центров олимпийского резерва. Видимо, при Федерации тенниса пора создать комиссию, которая контролировала бы эти центры. Необходимо пересмотреть нормы наполняемости групп, штатное расписание теннисных отделений ДЮСШ, разработать календарь соревнований, который способствовал бы повышению мастерства теннисистов.

Подготовку олимпийских резервов следует вести планомерно и организованно, под руководством опытных специалистов. Для этого наиболее одаренные юные теннисисты после подготовки на местах периодически должны собираться на сборы и работать под руководством тренеров сборных команд СССР.

Говоря о важнейших проблемах современного тенниса, участники пленума указывали и на причины, мешающие решать эти проблемы.

Так, местные спортивные организации часто не в состоянии удовлетворить потребности теннисистов из-за недостаточного количества теннисных площадок. В то же время имеются факты, когда местные организации безответственно относятся к уже имеющимся теннисным кортам, когда с появлением новых баз приходят в негодность некогда отличные теннисные корты, такие, например, как «Труд» (Сочи), «Спартак» (Калининград), «Пахтакор» (Ташкент).

Имеются и такие факты, когда крытые теннисные корты с уникальным покрытием используется не для тенниса (универсальный спортивный зал «Дружба» в Москве, Дворцы тенниса в Ташкенте и Минске).

Рост мастерства ведущих советских теннисистов тормозится также потому, что профессиональный уровень тренеров по теннису часто не отвечает требованиям сегодняшнего дня, уровень их организационно-методической работы продолжает оставаться низким.

Особые надежды в решении названных задач возлагаются на кафедру тенниса ГЦОЛИФКа, которая является основным и,

по существу, единственным центром научно-методической работы по теннису. Следует отметить, что коллектив кафедры достаточно активен. Здесь систематически разрабатываются методические материалы, издаются методические письма, проводятся научно-методические конференции и смотры-конкурсы молодых дарований. Кафедра оказывает постоянную помощь сборной команде СССР в проведении учебно-тренировочных сборов. Однако уровень требований к научно-методическому обеспечению сборных команд страны существенно вырос. Поэтому есть необходимость создать комплексную научную группу по теннису, аналогичную тем, какие имеются в других олимпийских видах спорта.

Большое внимание в работе пленума обращалось на пропаганду тенниса. Нужно улучшить пропаганду тенниса на Всесоюзном радио и Центральном телевидении. Гораздо больше внимания следует уделять привлечению зрителей на соревнования по теннису, используя для этого наглядные средства агитации, местную прессу, радио и телевидение, чаще организовывать перед началом соревнований по теннису и в перерывах выступления ведущих тренеров, спортсменов и судей.

Особое внимание на пленуме было уделено строительству и реконструкции теннисных центров, в которых в настоящее время испытывается острая необходимость. Речь шла о завершении строительства плоскостных сооружений ЦОЛИФКА и реконструкции теннисного городка Центрального стадиона им. В. И. Ленина, на которых можно было бы проводить крупнейшие всесоюзные и международные соревнования на открытом воздухе.

Пленум отметил большую и полезную работу комиссии по материально-техническому обеспечению, связанную с развитием материальной базы тенниса и производством теннисного инвентаря. Однако вопросы увеличения производства теннисных мячей (Миннефтехпром СССР и Миндлегпром РСФСР) решаются очень медленно.

Хотелось бы ускорить работу по завершению строительства цеха в Тарту, где будут выпускаться высококачественные ракетки, по улуч-

шению качества натуральных теннисных струн (Миниясомолпром СССР), по выпуску качественной теннисной формы.

Значительную роль в развитии массового тенниса в стране могли бы сыграть теннисные клубы, созданные на кооперативных началах. Опыт создания таких клубов имеется в Белоруссии. Решение этой проблемы повсеместно позволило бы привлечь к активной деятельности многочисленных любителей тенниса, которые могли бы участвовать в превращении теннисных баз в истинно культурные центры, где можно провести встречи с интересными людьми и, конечно же, поиграть в теннис на ухоженных кортах.

В заключение пленум принял решение:

— объединить усилия местных спортивных организаций с федерациями тенниса для увеличения числа занимающихся теннисом в коллективах физкультуры предприятий, учреждений, высших и средних учебных заведений;

— привести в образцовое состояние имеющиеся теннисные базы, ускорить строительство новых теннисных сооружений;

— форсировать создание теннисных клубов на кооперативных началах при спортивных базах и стадионах, с абонементными группами для различных возрастных групп;

— улучшить систему соревнований по теннису;

— улучшить работу судейских коллегий на местах, более широко привлекать к судейству участников соревнований, организовать курсы по подготовке высококвалифицированных судей из числа спортсменов, закончивших активные выступления;

— изыскать возможности для изготовления на базе местной промышленности теннисной формы;

— рекомендовать строительство теннисных кортов в санаториях и домах отдыха, в парках культуры и местах массового отдыха.

Участники пленума подчеркнули, что для выполнения поставленных задач необходима активная организаторская работа, в которой большая роль отводится президиуму Федерации тенниса СССР, местным федерациям тенниса.

НАУКА — ПРАКТИКЕ

АНАЛИЗ И ОЦЕНКА СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТЕННИСИСТА

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

Как анализировать и оценивать соревновательную деятельность? Ответ на этот вопрос интересен не только с чисто научно-методических позиций. Он — «хлеб насущный» и для тренеров и для спортсменов. Ведь совершенно очевидно, что результаты подготовки должны регулярно проверяться по главным модельным характеристикам соревновательной деятельности. Показатели по таким характеристикам — это и своего рода педагогические ориентиры, и рычаги педагогического воздействия на спортсменов, и средства самоконтроля спортсменов. В качестве модельных целесообразно избрать в первую очередь те характеристики, которые оказывают решающее влияние на исход соревновательной борьбы, показывают меру соответствия соревновательной деятельности передовым тенденциям ее развития и могут объективно, точно оцениваться, причем как в отношении соревновательной деятельности в целом, так и по каждому виду используемых действий.

К таким модельным характеристикам соревновательной деятельности предлагается отнести: результативную активность, результативную вариативность, стабильность, надежность.

Для понимания существа двух первых характеристик очень важно обратить внимание на слово «результативная». Ведь не случайно говорят, что активность активности рознь. Можно играть очень активно, но безнадежно проигрывать. В связи с этим подлинным оружием победы можно считать только ту активность, которая обеспечивает победный результат. Такую активность и можно рассматривать в качестве модельной характеристики. Аналогичный подход необходим и к вариативности. Не случайно это качество некоторые специалисты называют «палкой о двух концах» и правильный подход к нему показывают на примере особенностей игры двух ведущих теннисистов мира — Б. Борга и Д. Макинроя. Швед — живое воплощение установки «лучше меньше, да стабильнее». Его игру отличает исключительная стабильность, но при очень ограниченной вариативности действий, вариативности ударов.

Д. Макинрой, наоборот, явно отдает предпочтение вариативности и во многом именно поэтому одерживает выдающиеся победы, в том

числе и над Б. Боргом (общий счет их матчей в различных соревнованиях за последние годы 8:7 в пользу Макинроя). Однако это происходит лишь тогда, когда вариативность удается сочетать со стабильностью ударов. «Нарушение баланса» между этими игровыми качествами, по признанию Макинроя, служит обычно причиной его поражений.

Данные примеры говорят о том, что и вариативность следует рассматривать через призму результативности, в тесной взаимосвязи с другими модельными характеристиками.

Каждая модельная характеристика должна получать количественную оценку. Только в этом случае тренер и спортсмен могут не «пасть глазок», а глубоко, на основе объективных данных анализировать и оценивать соревновательную деятельность. Систематическое накопление таких данных позволит оценивать действия теннисистов как бы в динамике и вносить в тренировку необходимые коррективы.

Примечательно в этом отношении первые попытки качественной и количественной оценки соревновательной деятельности спортсменов на крупнейших международных соревнованиях 1982 г., которую начали осуществлять специально выделенные представители судейских коллегий. Данные этих записей стали широко публиковаться и обсуждаться в печати. Правда, оценки носят еще очень ограниченный, далеко не систематизированный и пока только экспериментальный характер. Однако уже сформировалось единодушное мнение специалистов, спортсменов и судей, что первый шаг себя явно оправдал и теперь необходимо разработать четкую систему оценок. Данную статью можно рассматривать как своего рода попытку внести предложения по назревшему вопросу.

Количественные оценки целесообразно выражать в относительных величинах — процентах или специально введенных коэффициентах. Причем использование коэффициентов предпочтительнее, так как они позволяют определить и итоговые комплексные оценки соревновательной деятельности, в том числе и те, которые могут быть выведены с помощью специальных формул (такие формулы находятся сейчас в стадии разработки). Относительные величины наиболее информативны,

так как позволяют учитывать объем результативных действий с учетом продолжительности спортивной борьбы и общего объема всех действий. Покажем это на примере использования нападающей подачи. Совершенно очевидно, что результативная активность такого важного действия будет, как правило, существенно изменяться в зависимости от продолжительности матча. В данном случае такую активность можно косвенно характеризовать числом очков, разыгранных на подаче данного спортсмена. При таком подходе коэффициент результативной активности подачи спортсмена будет представлять собой отношение числа подач, выигранных или выигранных противника к пассивному ответу, к общему числу очков, разыгранных на его подаче.

Важно использовать количественные оценки модельных характеристик как на протяжении всего матча, так и на его отдельных отрезках — в партиях, по сходным признакам. Таким сходным признаком может быть, например, уровень приблизительно равной психологической напряженности, что дает возможность выявить особенности действий и волевые проявления в наиболее напряженные моменты спортивной борьбы.

Рассмотрим особенности и способы количественных оценок модельных характеристик соревновательной деятельности.

1. **Результативная активность.** Активность нередко называют душой современного тенниса. Прогнозируя дальнейшее развитие игры, большинство авторитетов мирового тенниса считают, что он все больше и больше будет приближаться к идеальной модели — «теннису тотальной активности». Считают, что игра победителя Уимблдонского турнира 1981 г. Д. Макнироя (США) в настоящее время ближе всего подходит к перспективной модели, для которой характерны мощная нападающая подача, уверенный прием подачи, точная игра у задней линии и у сетки.

Активность должна оцениваться по числу действий, которые привели к непосредственному выигрышу очка. Ниже приведены активные действия, подлежащие количественной оценке.

1. **Нападение при начальных ударах — подаче и приеме подачи.**

1. Подача, выигранная немедленно.
2. Подача, вынудившая пассивный ответ противника и позволившая осуществить выигрыш очка следующим ударом.
3. Подача с выходом к сетке и выигрышем очка.

4. Прием подачи без выхода к сетке, выигранный немедленно.

5. Прием подачи без выхода к сетке, вынудивший пассивный ответ противника и позволивший осуществить выигрыш очка следующим ударом.

6. Прием подачи с выходом к сетке и выигрышем очка.

II. **Комбинационное нападение.**

1. Нападение с задней линии, завершено мощным выигрывающим ударом.

2. Нападение с задней линии, завершено выигрывающим укороченным ударом.

3. Выход к сетке после комбинации ударов с задней линии.

III. **Контратакующая защита против нападения с выходом к сетке.**

1. Контратака с помощью низкого выигрывающего удара.

2. Контратака с помощью выигрывающей свечи.

Активность соревновательной деятельности оценивается коэффициентом результативной активности, который представляет собой отношение числа очков, выигранных активными действиями, к общему числу очков, разыгранных в матче. Так, например, если всего в матче было разыграно 500 очков, а своими активными действиями спортсмен набрал 100 очков, то этот коэффициент равен 0,2 ($100 : 500 = 0,2$).

Кроме такого общего показателя активности важно располагать и детализированными данными, показывающими, какими конкретно видами действий достигнута результативная активность. Для этого определяется коэффициент результативной активности по каждому из приведенных выше видов действий. Он представляет собой отношение числа успешно проведенных активных действий данного вида к общему числу их применения.

Автору статьи довелось в январе 1982 г. наблюдать в Нью-Йорке игры заключительного в сезоне турнира, в котором участвовали восемь сильнейших теннисистов мира, показавших наилучшие суммарные результаты во всех главных международных соревнованиях 1981 г. (в турнире не участвовал только Б. Борг). Как показали материалы специальных записей действий теннисистов, победитель турнира И. Лендл (Чехословакия), второй финалист американец В. Герулайтис, а также претенденты на призовые места Д. Макнирой и Р. Тейнер (США) отличаются высокими показателями результативной активности, которые достигаются индивидуально различными комплексами действий.

Так, для И. Лендла характерна высокая результативная активность подачи, приема подачи, нападающих и контратакующих действий у задней линии площадки. В среднем два очка в каждом гейме он выигрывал, как говорят, начисто на своей подаче — противник просто не успевал отразить мяч. И это в условиях, когда игры проходили не на «быстрых» площадках с их очень стремительным отскоком мяча, а на так называемых новых покрытиях «сэндвич» со средним по скорости отскоком мяча (покрытие состоит из двух слоев: ниж-

ний — обычное ковровое синтетическое покрытие, верхний — мягкое резинопластиковое покрытие).

У занявшего второе место в турнире В. Герулайтиса, а также у Р. Тейнера высокие показатели результативной активности характерны главным образом для нападения с помощью мощной подачи и нападения с выходом к сетке. Игра Д. Макнироя и Д. Коннора отличается более широким диапазоном показателей, отражающих практически все важнейшие виды нападения.

Сравнение записей действий ведущих советских теннисистов и сильнейших игроков мира показало, что наши спортсмены, как правило, меньше используют остронападающие действия, особенно в игре у задней линии и их показатели результативной активности ниже главным образом из-за собственных неоправданных ошибок.

2. **Стабильность.** Современный теннис — игра снайперская, отличающаяся высокой точностью ударов и минимальным числом неоправданных ошибок. Как можно больше очков выигрывать активными действиями и как можно меньше проигрывать за счет собственных ошибок — таких один из главных современных девизов. Достижение высоких показателей по всем другим модельным характеристикам возможно только при условии высокой стабильности ударов.

Эту модельную характеристику предлагается оценивать общим коэффициентом стабильности соревновательной деятельности и коэффициентами стабильности по каждому из приведенных выше одиннадцати видов активных действий. Общим коэффициентом стабильности — это отношение числа очков, проигранных на собственных ошибках, к общему числу разыгранных очков в матче (аналогичным образом определяется и коэффициент стабильности по каждому виду действий).

Достижение стабильности — одна из важнейших научно-методических проблем, к которой приковано внимание специалистов многих стран. Примечатели в этом отношении подход к развитию стабильности, который был предложен на I всемирной научно-методической конференции по теннису, состоявшейся в январе 1982 г. в американском городе Майами (участниками этой конференции были тренер женской сборной команды СССР О. Морозова и автор этой статьи). Суть подхода — в широком использовании в тренировках так называемого мишенного метода.

Участникам конференции демонстрировались различные конструкции переносных мишеней, мишенных разметок площадки, а также дополнительные крепления, с помощью которых над сеткой натягивается широкая лента, ограничивающая по высоте пространство пролета мяча

(между верхним краем сетки и натянутой лентой образуется «воздушная мишень»).

3. **Результативная вариативность.** Эту модельную характеристику предлагается оценивать только применительно к соревновательной деятельности в целом с учетом объема использования уже знакомых нам видов активных действий. Совершенно очевидно, что объемы применения различных групп действий в соревнованиях различны. Так, комбинационное нападение с задней линии с использованием укороченного удара можно отнести к числу сравнительно редких действий, тогда как аналогичное нападение с помощью мощных ударов уверенно можно включить в комплекс действий массивированного применения. Поэтому при оценке вариативности целесообразно использовать особый подход, который основан на предварительном определении так называемой минимальной контрольной границы вариативности для каждой группы действий — минимального числа успешных действий применительно к определенной продолжительности матчей, выражаемой общим числом разыгранных очков. После того как это сделано, открывается возможность определить коэффициент результативной вариативности. Он равен отношению числа видов действий, достигших установленной минимальной границы вариативности, к числу N — общему числу видов активных действий.

Обоснованное определение таких минимальных границ — дело довольно сложное и очень тонкое, так как вариативности действий во многом зависит от индивидуальных особенностей стратегии, тактики и техники теннисиста. Привести рекомендации по цифровым показателям таких границ пока возможности нет; они находятся в стадии разработки.

4. **Надежность.** Мы разобрали три модельные характеристики, высокие показатели по которым могут рассматриваться как важнейшие предпосылки для достижения высшего мастерства. Да, только как предпосылки, и не более! Предпосылки должны еще получить, образно выражаясь, жесткую долгосрочную опору, с которой и можно сравнить последнюю модельную характеристику — надежность. Надежность в любой деятельности выражается в способности действовать эффективно в течение заданного времени, особенно в условиях высокой психической и физической напряженности. Применительно к теннису — это способность удерживать или даже повышать индивидуально высокую эффективность соревновательной деятельности, удерживать или повышать показатели по всем трем уже рассмотренным модельным характеристикам в течение матча, многодневного турнира, даже на протяжении продолжительного цикла соревнований, в противоборстве с различными по особенностям игры соперниками, в условиях игры

на площадках с различными покрытиями. Надежность зависит от многих личностных особенностей и спортивной подготовленности спортсмена. Особенно от его эмоционально-волевой устойчивости по отношению к влиянию внутренних и внешних сбивающих факторов.

Надежность оценивается по данным динамики эффективности соревновательной деятельности в условиях действия сбивающих факторов. Если динамика носит положительный характер, т. е. эффективность деятельности существенно не снижается, то ее можно оценить как надежную.

К числу возможных основных сбивающих факторов относятся:

- высокая психическая напряженность;
- большая физическая нагрузка;
- неудачный ход матча;
- непривычное покрытие площадки;
- игровые действия соперника, способные вызвать отрицательные психологические реакции;
- негативная реакция зрителей и ошибок судей.

Эффективность соревновательной деятельности зависит от многих ее характеристик. Однако применительно к определению надежности целесообразно воспользоваться подходом, при котором круг этих характеристик ограничива-

ется до минимума и в него включаются только самые значимые по их непосредственному влиянию на исход спортивной борьбы и одновременно наиболее чувствительные к действию сбивающих факторов. В число таких характеристик предлагается включить результативную активность и стабильность. Именно они, как уже отмечалось, оказывают решающее влияние на реализацию главной победной установки: как можно больше очков выигрывать своими активными действиями и как можно меньше проигрывать за счет собственных ошибок. Регистрируя, а затем сравнивая показатели по этим модельным характеристикам в различных по значимости и напряженности матчах, в различных по психологической напряженности моменты игры, в различных условиях действия сбивающих факторов, можно получать данные, достаточно объективно показывающие уровень надежности.

В подготовке советских теннисистов к Олимпийским играм практика анализа и оценки соревновательной деятельности по точным показателям основных модельных характеристик должна занять видное место. Она поможет обоснованно устанавливать для каждого спортсмена главные перспективные ориентиры соревновательной деятельности и систематически контролировать степень приближения к ним.

ИГРОВЫЕ ПЕРЕДВИЖЕНИЯ ТЕННИСИСТОВ НА ПЛОЩАДКАХ С «БЫСТРЫМ» ПОКРЫТИЕМ

Н. Ю. Верхожанская, зав. лабораторией кафедры тенниса и настольного тенниса ГЦОЛИФКа, Н. О. Ерохина, студентка ГЦОЛИФКа

До недавнего времени сведения об особенностях игровых передвижений теннисистов ограничивались данными о суммарной протяженности передвижений во время матча. Затем в специальной литературе появились более подробные анализы. Так, среднее расстояние передвижения, приходящееся на один удар, определено в 3,5 м (Хоош, 1979 г.) и 3,7 м (Стойко, 1979 г.), средняя протяженность отрезка бега при розыгрыше одного мяча равна 8—12 м, а процентные соотношения отрезков, пробегаемых в различных направлениях: вперед—47%, в стороны—48%, назад—5%.

Такие данные дают возможность уточнить подбор специальных упражнений для развития быстроты игровых передвижений и тестов для оценки этого качества.

К сожалению, до настоящего времени обходят вниманием вопрос перемены направления бега, обуславливающей специфическую теннисную маневренность.

Было решено исследовать особенности пере-

движений теннисистов при игре на пластиковых покрытиях по следующим показателям: протяженность прямолнейных отрезков передвижения; протяженность бега во время розыгрыша одного мяча; форма и вид перемены направления движения. С этой целью были проведены записи траектории передвижения 10 ведущих теннисистов страны (женщин и мужчин) в 10 матчах московского международного турнира. Траектория передвижения наносилась на масштабные рисунки теннисной площадки непосредственно во время матча.

На верхнем графике (рис. 1) показаны результаты игр, зафиксированные в мужском одиночном разряде, на нижнем — в женском. Пунктирной линией отмечены данные при счете 3:3, 4:3, 4:4, 5:4, 5:5, 6:5, 6:6 в партии и 30:40, «ровно», «больше» и «меньше» в гейме, т. е. в наиболее ответственные моменты игры.

Как видно из графика, наиболее часто встречающимся отрезком прямой как у мужчин,

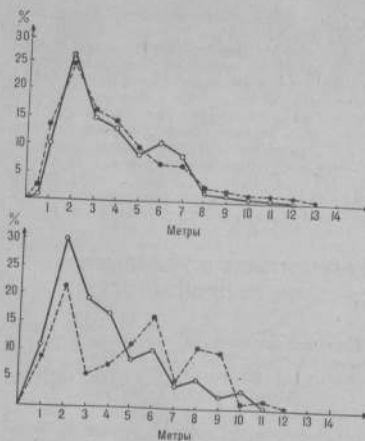


Рис. 1. Соотношение прямолнейных отрезков различной длины в траектории игровых передвижений

так и у женщин является отрезок длиной 2 м (вероятность около 30%), а также от 1 до 8 м (вероятность 10—30%).

Интересно отметить, что соотношение перемены при розыгрыше всех мячей и в ключевые моменты встречи у мужчин иное, чем у женщин.

Средняя протяженность бега при розыгрыше одного мяча у мужчин колеблется от 2 до 20 м, а у женщин — от 2 до 18 и до 30 м в ключевые моменты и достигает 35 м у мужчин и 45 м у женщин. Эти данные хорошо согласуются с литературными — средняя протяженность бега при розыгрыше одного очка (по Шафаржику, 1976 г.) равна 8—12 м.

Отсутствие достоверных различий в величинах средней длины дистанции бега при розыгрыше одного мяча в мужском одиночном разряде между рассчитанными по всем данным и только в ключевые моменты игры несколько противоречит предыдущим исследованиям, в ходе которых было обнаружено увеличение продолжительности розыгрыша очка в ключевые моменты игры (А. И. Наушко, 1976 г.) при отсутствии изменений в ее темпе (А. И. Наушко, А. А. Зак, 1980 г.).

На рис. 2 показаны наиболее распространенные формы перемены направления движения во время игры. Пунктирной линией показаны

данные, относящиеся к ключевым моментам. Наиболее распространенными формами (30% случаев) являются перемены влево-вправо, вправо-влево, «челноком» и под углом. В ключевые моменты игры вероятность таких перемены еще более увеличивается, а перемены вперед-назад и назад-вперед снижается.

В ходе исследования было выявлено также, что перемены направления «челночного» характера в $1/3$ случаев у мужчин и в $1/4$ случаев у женщин выполняются без удара. Перемены направления типа вперед-назад выполняются без ударов у женщин в $1/3$, а у мужчин в $1/2$ случаев.

Результаты проведенного исследования показали:

- 1) параметры игровых передвижений женщин и мужчин при игре на пластиковых покрытиях статистически достоверно различаются между собой. Средняя длина прямолнейного отрезка траектории у мужчин равна 3,8, у женщин — 4,7 м, средняя протяженность перемены при розыгрыше одного мяча у мужчин равна 8,5 м, у женщин — 12,6 м;
- 2) параметры игровых передвижений в наиболее важные (ключевые) моменты матча у мужчин практически не изменяются, а у жен-

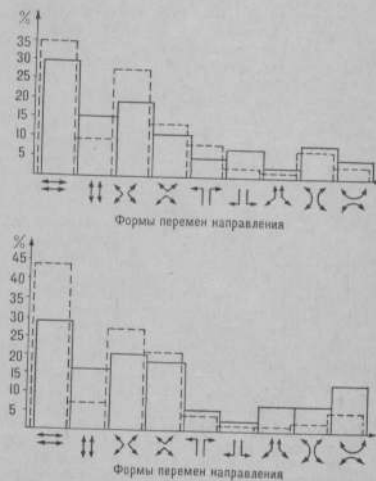


Рис. 2. Соотношение различных форм перемены направления игровых передвижений (мужчины — сверху, женщины — внизу)

щип имеют достоверные различия со средними данными по всему матчу. Средняя длина прямолинейных отрезков траектории перемещения у женщин в ключевые моменты игры достоверно укорачивается до 3,4 м, а протяженность бега при розыгрыше отдельного мяча достоверно увеличивается до 15,4 м.

3) наиболее распространенной формой перемещения направления движения, которая более чем в половине случаев сочетается с выполнением удара, является «челючная» — из стороны в сторону. Вероятность использования такой формы перемещения в ключевые моменты

игры как у женщин, так и у мужчин увеличивается.

Таким образом, для оценки специальной физической подготовленности теннисистов применительно к игровым передвижениям на «быстрых» покрытиях и для ее совершенствования наиболее целесообразно использовать тесты и упражнения с «челючной» или «веерообразной» формой передвижения. Общая дистанция бега в этом случае должна составлять в среднем 9—16 м и не превышать 45—50 м, а длина каждого прямолинейного отрезка составлять 2—8 м и не превышать 12 м.

СОРЕВНОВАТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В УСЛОВИЯХ ПОВЫШЕННОЙ ПСИХИЧЕСКОЙ НАПРЯЖЕННОСТИ

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

Оценку психического состояния теннисиста, проявления его волевых качеств можно дать, зная основные показатели его соревновательной деятельности: стабильность ударов и активность действий в условиях психической напряженности. Наблюдение за игрой ведущих теннисистов, специальные записи их действий показывают, что именно эти два показателя являются наиболее чувствительными к динамике психических состояний и обладают высокой информативностью.

Уимблдон-81 — главный турнир года. Центральный корт. Пятнадцать тысяч зрителей. Впервые в полуфинал женского одиночного разряда вышла молодая чехословацкая теннисистка Х. Мандликова — новая звезда на теннисном небосклоне. Атмосфера напряженнейшей борьбы, на трибунах море страстей и эмоций.

Игра идет очко в очко, гейм в гейм. В первом сете при счете 4:4 Мандликова 50% разыгранных очков заканчивает чистым выигрышем. Один гейм отделяет ее от победы в сете. Но ее опытная соперница резко активизирует игру и заставляет Х. Мандликову перейти к защитным действиям. Не выдержав напора, Х. Мандликова совершает 90% ошибок к общему количеству действий. Счет 5:5. Теперь победит тот, кто первый завладеет инициативой. Это удается Х. Мандликовой.

Из приведенного примера видно, что показатели точности и активности у Мандликовой не снижались по мере роста психической напряженности. Это может служить основанием для положительной оценки психической подготовленности теннисистки.

Психическая напряженность зависит от целого ряда факторов. Факторы первой

группы условно назовем «предсоревновательными». К ним относятся: значимость для спортсмена данного соревнования в целом, влияние на классификацию, степень вероятности победы, значимость данного матча (командной встречи) для исхода соревнования.

Факторы второй группы условно назовем «ситуационными». Они характеризуют динамику психической напряженности в ходе встречи с учетом счета по партиям, геймам в текущей партии, по очкам в текущем гейме.

Третья группа факторов характеризует степень физического и психического утомления.

Четвертая группа факторов связана с личностными особенностями. В первую очередь к ним надо отнести: особенности мотивации, свойств нервной системы, уровень притязаний, общеэмоциональную устойчивость и устойчивость в стрессе, тревожности.

Стабильность ударов и активность действий определяются с помощью специальной записи (Г. К. Жуков, 1979 г.), регистрирующей каждое выполненное действие. За активные принимаются те действия, которые непосредственно приводят к победному результату. По классификации, предложенной С. П. Белли-Гейманом (1982 г.), их можно разделить на три группы:

1. Быстрое нападение при начальных ударах, подаче и приеме подачи;
 - подача без выхода к сетке, выигранный немедленно;
 - подача без выхода к сетке, вынудившая противника к пассивному ответу, который позволил осуществить выигрыш очка следующим ударом;
 - подача с выходом к сетке и последующим выигрышем;

- прием подачи без выхода к сетке с выигрышем немедленно;
- прием подачи без выхода к сетке, вынудивший противника к пассивному ответу, который позволил осуществить выигрыш очка следующим ударом;
- прием подачи с выходом к сетке и последующим выигрышем.

2. Комбинационное нападение:
 - с задней линии, завершающееся мощным выигрышным ударом;
 - с задней линии, завершающееся выигрышным укороченным ударом;
 - с выходом к сетке после комбинации ударов с задней линии.

3. Контратакующая защита против нападения с выходом к сетке:
 - с помощью низкого выигрышного удара;
 - с помощью выигрышной свечи;

Критерием активности действий служит коэффициент результативной активности (Кр.а.), который равняется отношению количества активных действий, приведших к выигрышу очка, к количеству разыгранных очков.

$$Кр.а. = \frac{\text{кол-во активных действий}}{\text{кол-во разыгранных очков}}$$

Критерием стабильности ударов служит коэффициент стабильности (Кс).

$$Кс = \frac{\text{кол-во ошибок}}{\text{кол-во разыгранных очков}}$$

Действия теннисистов в условиях напряженной борьбы во многом связаны с их личностными особенностями. Зная личностные особенности спортсмена, можно предвидеть ту или иную его реакцию в наиболее напряженные моменты матча, и наоборот, по действиям спортсмена в ходе игры можно диагностировать личностные особенности теннисиста. Безусловно, это позволяет вносить коррективы в тренировочный процесс, индивидуализировать спортивную подготовку и повседневное общение, управлять спортсменами в процессе соревнования на объективной основе.

По особенностям действий в напряженных условиях матча теннисисты могут быть «волевые» и «неволевые». К первой группе относятся теннисисты, у которых эффективность соревновательной деятельности повышается с увеличением напряженности матча. Они, как правило, эмоционально устойчивы и устойчивы в стрессе, малотревожны, активны и высокомотивированы. Ко второй группе относятся теннисисты, неспособные показать в напряженные моменты матча лучшие стороны своей игры, проявить бойцовские качества.

Проанализируем с этих позиций наиболее характерные игры теннисистов.

Кубок Дэвиса — первенство мира среди мужских команд, одно из главных спортивных событий года. Выступление в этом турнире воз-



Рис. 1. Изменение стабильности ударов и результативной активности действий А. Зверева в напряженном четвертом сете

лагает на спортсменов повышенную ответственность за исход матча, и это становится дополнительным источником психической напряженности еще до начала встречи. В этих соревнованиях А. Зверев проявил себя настоящим бойцом, обладающим мобилизационной способностью. Встреча Зверева и Сандерса (Толландия) была самой интересной и напряженной. Анализируя игру Зверева по критериям стабильности ударов и результативной активности, можно сделать вывод, что чем напряженнее игровая ситуация, тем он играет активнее и стабильнее (рис. 1).

Зверев постоянно атаковал, по половине его «чистых» выигрышей приходится на счет «ровно», «меньше», «больше». Другая закономерность — спортсмен делает большое количество ошибок в начале розыгрыша сета. Медленная вработываемость и подвела его, когда во втором сете после вынужденного перерыва, связанного с дождем, Зверев допустил много неоправданных ошибок.

К сожалению, как и у большинства советских теннисистов, подача у него не отличается стабильностью и активностью выполнения (рис. 2). Значительно влияет на подачу напряженность матча. Вторую подачу Зверев использует в основном как ввод мяча в игру. Этого нельзя сказать о ведущих зарубежных игроках. Так, Х. Мандликова в полуфинале Уимблдонского турнира при счете 5:5 в первом сете дважды «чисто» выигрывает со 2-й подачи.

Тем не менее А. Зверева надо отнести к группе «волевых» спортсменов. Он способен мобилизовать все силы в самые напряженные ситуации матча и победить.

Анализируя игры ведущих советских тенни-

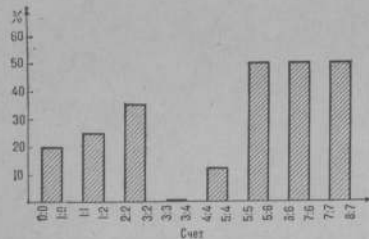


Рис. 2. Процент ошибочных действий при подаче А. Зверева в напряженный момент встречи

систов, можно назвать целый ряд спортсменов, у которых эффективность игры снижается с увеличением напряженности матча. Эти игроки могут блестяще разыграть мяч в ненапряженных ситуациях и совершать много ошибок в ответственные моменты матча. Для «невольного» спортсмена характерна высокая стабильность ударов в начале сета, гейма, высокая общая активность ударов в напряженные моменты матча, но активность действий не эффективна. Чем ответственнее ситуация, тем больше ошибок в решающий момент; характерна и двойная ошибка при подаче (рис. 3).

Стрессовая ситуация спортивной борьбы отражается и на вариативности действий, в напряженной ситуации играют одни и те же стандартные комбинации. Например, при выходе к сетке — только кроссом.

Анализ игр молодых советских теннисистов также выявил интересные особенности поведения спортсменов.



Рис. 3. Изменение стабильности ударов и активности действий «невольного» спортсмена

Л. Савченко, теннисистка 1966 г. р., показывает разнообразную, тактически грамотную игру. Она хорошо физически подготовлена, способна оказывать упорное сопротивление сильному сопернику.

В то же время, играя с равным и слабым соперником, даже в ненапряженные моменты матча она теряет контроль над собой, совершая неоправданные ошибки. Анализ ее игры на всесоюзных юношеских соревнованиях в Харькове, являющихся отборочным турниром к юношескому первенству Европы, позволяет увидеть нестабильность ее действий. Легко выигрывая и ведя в счете в начале матча, она расслабляется, теряет инициативу и часто перестает бороться. Например, в ненапряженном матче со слабым для нее соперником Л. Савченко первый сет легко выигрывает — 6:0, теряет интерес к игре, допускает большое количество ошибок и в конечном счете с трудом выигрывает решающий сет.

В матче с сильным для нее соперником Н. Реной, в начале игры она настроена побоевому, предельно собрана и блестяще выигрывает первый сет со счетом 6:0. Второй сет она проигрывает, не оказывая сопротивления (активность действий составляет 15% к общему количеству действий в сете). В решающем, третьем, сете Л. Савченко вновь сосредоточена, активна, практически не допускает ошибок (их только 15%) и выигрывает со счетом 6:2.

Неустойчивость игры Савченко определяется невысоким уровнем притязаний, недостаточностью мотиваций, отсутствием самоконтроля, неумением заставить себя бороться до конца.

Примером психически достаточно устойчивого молодого игрока может служить Н. Быкова, 1966 г. р., которая показывает стабильную игру, проявляет волю к победе во всех матчах.

Как видно из рассмотренных примеров, теннисисты по-разному ведут себя в наиболее напряженные моменты соревновательных встреч. Эти особенности можно выявить путем специального анализа игровых записей, педагогических наблюдений. Полученные сведения должны лечь в основу индивидуализации спортивной подготовки.

Тренировка теннисиста должна быть приближена к условиям соревнований. Она должна решать задачи не только технико-тактической и физической подготовки, но и делать особый акцент на психической подготовке. В ходе тренировки необходимо моделировать соревновательную ситуацию, в которой спортсмен допускает большое количество ошибок. Например, зная, что при счете 5:5 «меньше», «ровно» игрок допускает двойные ошибки при подаче, следует тренировать этот технический прием на фоне этого счета. Спортсмену, для которого характерно увеличение ошибок при неправильном судействе или при реакциях зрителей,

нужно во время подготовки моделировать аналогичные ситуации.

Необходима постоянная работа со спортсменом и вне корта, специальная подготовка к каждой игре, в основе которой должны лежать следующие положения:

1. Развитие и поддержание на высшем уровне специальных качеств, лежащих в основе эффективности игровых действий (см. статьи Т. Ивановой «Комплексная методика развития специальных качеств теннисистов». «Теннис», 1979 г.).

2. Управление формированием активных мотивов спортивной деятельности и уровня притязаний через постановку конкретных задач, их постоянное усложнение с последующим контролем и обязательной реализацией; планирование перспективных задач на основе трезвого учета возможностей спортсмена, формирование правильной самооценки и понимания значения своих ошибок.

ТЕСТ ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ РАБОТОСПОСОБНОСТИ ТЕННИСИСТОВ

А. П. Скородумова,
Г. А. Аева,
Р. Е. Послюченко

В теннисной практике пока еще нет тестов, позволяющих оценивать подготовленность теннисистов в игровых условиях. В данной статье сделана попытка проделать такую работу. Содержание теста: игрок выполняет удары по отскочившему мячу, посланному в разные углы площадки; при этом фиксируются эргометрические, функциональные и технические показатели спортсмена.

Темп розыгрыша мяча в теннисном матче колеблется от 19 до 25—26 ударов в минуту, если оба игрока находятся на задней линии, 27 ударов и более, если один или оба игрока выходят к сетке. У женщин темп несколько меньше.

Исходя из этого, для теста набран темп 26 ударов в минуту для мужчин и 24 удара в минуту для женщин.

Наблюдения показали, что лучшие теннисисты мира не стремятся попасть в линию; мяч ложится в полуметре-метре от границы площадки.

Поэтому было решено посылать мячи в мишень, расположенные в метре от задней и боковых линий.

Остановимся более подробно на том, что собой представляет мишень. Как правило, в теннисе точность оценивается по числу попаданий в определенную часть корта, например в зону шириной 1,5 м от задней и боковых

3. Снижение уровня тревожности путем постановки оптимальных задач и формирования уверенности в их успешном решении, уменьшения круга значимых людей, на оценку которых спортсмен ориентирован, создания желательной социальной микросреды, формирования способности к самоконтролю.

4. Применение специальных дыхательных упражнений, самомассажа, аутогенной тренировки.

5. Использование специально организованной разминки. Спортсмену, подверженному перевозбуждению, рекомендуется проводить разминку с меньшей, чем обычно, интенсивностью при нормальном объеме нагрузки. Если уровень стресса достиг оптимального уровня, рекомендуется интенсивная разминка, включающая резкие движения, ускорения.

6. Воздействие на психическое состояние через вторую сигнальную систему (словесные раздражители).

Мячи, не попавшие в зону, не засчитываются, как бы близко к ограничивающим линиям они ни легли. Такой подход недостаточно объективен. Что же можно сделать для объективизации оценки точности попаданий? Направившаяся аналогия между научно обоснованной оценкой точности попадания у стрелков и данным случаем. Для стрелка идеалом попадания является «десятка», т. е. практически точка в мишени, а не вся мишень. Следовательно, и теннисист должен попадать мячом в предмет малых размеров (коробка из-под мячей, чехол от ракетки и др.), который кладется в метре от задней или боковых линий площадки.

Для стандартизации условий при проведении теста важны были еще два условия: место нахождения спарринг-партнера или «теннисной пушки», а также характер отскока мяча, по которому выполняется удар.

Многочисленные наблюдения за игрой ведущих теннисистов показали, что в качестве исходной обычно избирается позиция на средней линии в 2,5 м от сетки. Именно в этом месте в наших опытах и располагался спарринг-партнер или устанавливалась «теннисная пушка». Мячи при этом посылались с таким расчетом, чтобы отскок их был на уровне пояса игрока, а скорость полета мяча не затрудняла выполнение удара по нему. Мяч

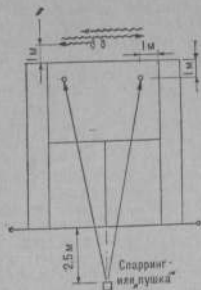


Рис. 1. Схема проведения теста

должен как бы висеть в воздухе в одном и том же месте площадки. Первый мяч всегда посылался в один и тот же угол площадки (рис. 1).

Игрок, выполняющий тест, должен был отбивать мячи, передвигаясь вдоль задней линии площадки. Время розыгрыша очка правилами не лимитировалось. Оно зависело от возможностей игрока выиграть или не выиграть данное очко. Количество попыток было определено, исходя из среднего количества очков, разыгрываемых в гейме, и равнялось шести. Время пауз между попытками в тесте соответствовало длительности пауз между розыгрышами очка в обычной игре и составляло 15 с. Чисто теннисные условия розыгрыша одного гейма (при условии, что спортсмен играет с задней линии) и послужили основой временного режима теста.

Таким образом, методика проведения теста сводится к следующему: спарринг-партнер или «теннисная пушка» направляет мячи в правый и левый углы площадки поочередно. Темп задается метрономом. Спортсмен из исходного положения перемещается в тот или иной угол площадки вдоль линии и старается попасть мячом в мишень. При этом фиксируется время перемещения и количество ударов по мячу в каждой попытке. На специальных бляшках (уменьшенная в масштабе теннисная площадка) отмечаются попадания мяча при ударах справа и слева. В малых паузах, а также в течение 3 мин после последней попытки просчитывается частота сердечных сокращений за 10 с.

На основании полученных данных рассчитываются следующие показатели:

1. Пульсовая стоимость работы (ПС) — количество ударов пульса, просчитанного за 10 с после выполнения каждой попытки. Есть осно-

вание полагать, что частота сердечных сокращений в первые 10 с восстановления соответствует пульсу во время работы.

$ПС = \sum f_1$, где f_1 — ЧСС после каждой попытки.

2. Уровень пульса работы (УП) — пульсовая стоимость работы, отнесенная ко времени работы:

$$УП_{ср} = \frac{ПС}{\sum t_1}, \text{ где } \sum t_1 \text{ — сумма времени работы во всех попытках.}$$

3. Уровень пульса каждой попытки $УП_n = \frac{f_1}{t_1}$, где t_1 — время выполнения данной попытки.

4. Пульс восстановления за 3 мин (ПВ).

5. Уровень пульса восстановления (УПВ).

6. Константа скорости восстановления рассчитывается по формуле:

$$K = \frac{0,693}{t^{1/2}}$$

7. Пульсовой запрос (ПЗ) определяется как сумма пульса работы и восстановления: $ПЗ = ПС + ПВ$.

8. Уровень пульсового запроса: $УПЗ = \frac{ПЗ}{\sum t_1}$

9. Показатель точности и стабильности при выполнении технических приемов.

Тест был опробован в работе с некоторыми ведущими молодыми теннисистами страны в течение 2 лет с членами юношеской сборной команды Латвийской ССР (тренер Г. Аевая).

По результатам теста для членов сборной команды Латвийской ССР были рассчитаны ранговые коэффициенты корреляции между пульсовой стоимостью работы, уровнем пульса работы, пульсом восстановления, уровнем пульса восстановления, константой скорости восстановления, пульсовым запросом, уровнем пульсового запроса, с одной стороны, и уровнем мастерства теннисистов — с другой.

Высокие значения коэффициентов корреляции — в пределах 0,60—0,84 — объективно отражают функциональное состояние спортсменов. И от того, как быстро теннисист восстановится после выполнения попытки, после розыгрыша очка во время малых пауз, будет зависеть успешность следующей попытки (розыгрыша очка). Тем, как быстро игрок будет восстанавливаться после серии попыток (гейма), во многом будет определяться успешность розыгрыша следующей серии (следующего гейма). Не безразлично и насколько теннисист экономичен в игре. Чем меньше энергии тратит игрок на свои действия, тем он тренированнее, а значит, и работоспособнее.

Хорошую информацию о функциональном состоянии спортсмена дает анализ уровня пульса каждой работы (рис. 2).

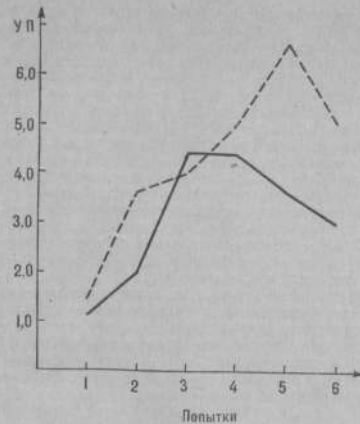


Рис. 2. Анализ уровня пульса работы

По вертикали отложены показатели уровня пульса, по горизонтали — попытки. Наименьший показатель попытки дает возможность судить об уровне скоростной (анаэробной) выно-

сности. Изменения же УП в процессе работы показывают, как спортсмен сохраняет свою работоспособность, т. е. говорят о его выносливости, лимитируемой аэробными факторами, так называемой общей выносливости. На графике представлены уровни пульса мастера спорта Д. и спортсмена Ф., имеющего первый разряд. Не трудно заметить, что уровень пульса работы (сплошная линия) у мастера спорта значительно меньше, чем у спортсмена первого разряда; меньше у мастера спорта и отклонения от среднего значения каждой попытки, что свидетельствует о его лучшей общей выносливости. Уровень пульса вандушей попытки у мастера спорта дает возможность полагать, что он обладает большей скоростной выносливостью. Проведение теста на разных этапах годичного цикла позволит судить об изменениях, происшедших в подготовленности спортсменов.

Для удобства определения уровня пульса работы была составлена номограмма. По горизонтали отложена сумма времени в шести попытках, по вертикали — средний пульс работы в этих попытках. Пересечение перпендикуляров, проведенных в определенных точках, показывает значение уровня пульса.

Например, сумма времени во всех шести попытках составила 360 с, сумма пульса 1080 ударов, т. е. средний пульс равен 180 ударам. Используя номограмму, получаем уровень пульса равный 3.

Экспериментальным путем установлено, что для мастеров спорта характерен уровень пуль-

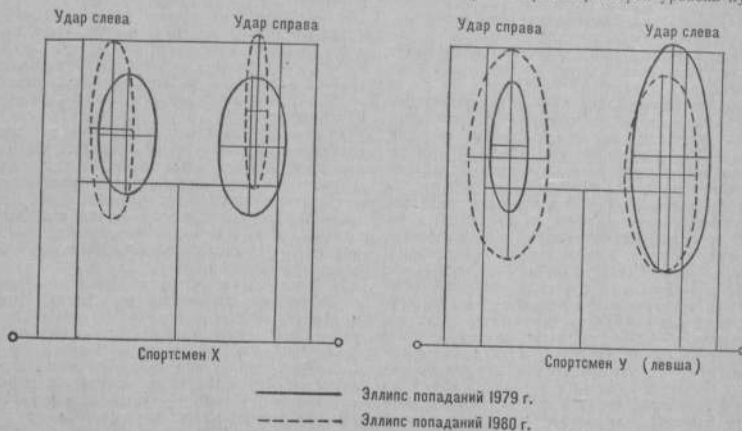


Рис. 3. Эллипсы рассеивания попаданий в мишень

са равный 3,8 и менее. В дальнейшем мы предполагаем сделать более тонкую дифференцировку значений уровня пудса в зависимости от уровня мастерства и степени трешированности.

В теннисе мало иметь хорошую физическую подготовленность. Очень важно уметь послать мяч определенной силы в нужное место. О способности направить мяч в определенное место площадки судили по эллипсу рассеивания попадания в мишень. На рис. 3 приведены данные, характеризующие показатели спортсменом различной квалификации на разных этапах годичного цикла (октябрь 1979 г. и май 1980 г.). Ясно видно, что у мастера спорта Х. эллипс рассеивания значительно меньше, чем у теннисиста У., имеющего первый разряд. Можно отметить также, что за полгода тренировок формы эллипсов рассеивания изменились. У спортсмена Х. эллипс вытянулся — это значит, что теннисист стал играть ближе к боковым линиям. Однако чрезмерно большая вытянутость эллипса говорит о том, что теннисист не может выдерживать одинаковую длину удара. Это, видимо, и будет одной из

задач его дальнейшего технического совершенствования. У спортсмена У. произошел регресс в техническом исполнении ударов — теннисист стал хуже выдерживать длину удара, мячи стали ложиться дальше от боковых линий. В дальнейшем мы предполагаем использовать приспособления, чтобы оценивать и силу ударов.

Кроме точной регистрации параметров функциональной и технической подготовленности спортсмена немаловажное значение имеют и визуальные наблюдения. Можно в балах оценивать работу ног при перемещениях, при входе и выходе из удара в условиях предельной работы; технику выполнения ударов (крученый, резаный, плоский, спечч, полуспечч, удары непосредственно над сеткой).

Визуальные наблюдения дают также возможность оценить моральные, волевые качества спортсмена, в том числе его способность терпеть при выполнении предельной работы.

Мы полагаем, что данный тест необходимо ввести в программу ежегодных этапных обследований теннисистов.

СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫЕ НАГРУЗКИ ТЕННИСИСТОВ МЕЖДУНАРОДНОГО КЛАССА

А. И. Наумко, ГЦОЛИФК

Специфика соревновательной деятельности теннисистов высшего класса во многом зависит от календаря соревнований и особенностей психологической и физической готовности спортсменов в период их выступлений в турнирах. Постараемся показать это на некоторых примерах.

Количество соревнований и их ранжирование. В последние годы количество соревнований международного календаря стало стабильным — 93—95 турниров ежегодно. В то же время определение (ранжирование) турниров по категориям в зависимости от престижности, финансовой стоимости и участия сильнейших теннисистов постоянно менялось. Так, по 1975 г. включительно международные соревнования делились на четыре категории, в 1976-м — на шесть, в 1977-м — на семь и с 1981 г. — на 18 категорий. Однако число важнейших соревнований по теннису на протяжении последних 50 лет практически остается постоянным — 4—6 турниров ежегодно.

В целях большего упорядочения календаря было предложено определять в каждом месяце 1—2 основных турнира и 7 главных в течение года. При этом, чтобы принять участие в турнире высокой категории, спортсмен должен набрать предварительно определенное количество очков. Чем больше очков он имеет, тем

в более престижных турнирах имеет право участвовать.

Сильнейшие теннисисты мира принимают участие обычно в 20—25 турнирах в год. Так, например, сильнейший игрок 1971 г. С. Смит играл в 21 турнире, сильнейший теннисист 1975 г. А. Эш — в 29, а первому игроку 1977 г. Г. Вилласу пришлось сыграть даже в 36 турнирах.

Участие в различном количестве турниров спортсмены объясняют по-разному. Один — желанием набрать дополнительное количество очков, чтобы быть допущенным в число участников более престижных соревнований. Другое — для того чтобы приобрести соревновательный опыт. Третье, более опытные, наоборот, стремятся сохранить силы для важнейших соревнований сезона.

Б. Борг по этому поводу говорит: «Играть стало труднее, противники стали играть лучше, и трудно неделю за неделей с ними встречаться. Поэтому я предпочитаю пропускать некоторые небольшие турниры и сосредоточить свое внимание на основных. За счет выступлений в основных соревнованиях я думаю «поиграть» по крайней мере еще пять лет. Моя цель — побеждать только в главных соревнованиях».

И действительно, в течение последних пяти

лет Б. Борг в среднем участвовал в 16—20 турнирах, выигрывая при этом 50—56% из них. Следует отметить, что при участии в соревнованиях более 800 классифицированных игроков практически общую сумму турниров все же выигрывают теннисисты, входящие в число 50 сильнейших. В среднем игрока «действительно» побеждают в 50—65 турнирах, игроки, входящие в «двадцатку», — в 70—75 турнирах, игроки, входящие в число 50 лучших, — в 90—95 турнирах.

«География» проведения соревнований. Большинство крупных теннисных турниров проводится в 25—27 ведущих «теннисных» странах мира, в том числе до 28% в США и до 45% в странах Западной Европы. В международном календаре предусмотрены «окна» протяженностью восемь недель, когда проводятся различные командные соревнования (Кубок Девиса, Кубок Наций и др.). Для участия в этих турнирах спортсменам приходится совершать утомительные дальние переезды. Приведем фрагмент календаря 1978 г., когда Б. Борг стал первой ракеткой мира, а в составе сборной команды Швеции выиграл Кубок Девиса.

9—14 сентября — открытый чемпионат США (Нью-Йорк).

15—17 сентября — игры Кубка Девиса (Будапешт).

22—24 сентября — турнир в Аргентине (Буэнос-Айрес).

27 сентября — 2 октября — турнир в США (Сан-Франциско).

6—8 октября — финальные игры Кубка Девиса (Стокгольм).

Планируя свои выступления в различных турнирах, ведущие игроки придерживаются следующей схемы: для участия в 1—2 турнирах — одна неделя подготовки, в 3—4 турнирах подряд — две недели, в двух-трех сериях по 2—3 турнира с недельным перерывом между ними — три-четыре недели подготовки. Используя такой метод, спортсмены могут успешно выступать в ответственных соревнованиях в течение длительного времени. Так, самые длинные серии непрерывных побед на счету Г. Вилласа (1977) и Б. Борга (1978) — 44 и 55 побед соответственно. Характерной особенностью игроков высокого класса является стабильность результатов на протяжении ряда лет. Так, в период с 1973 по 1976 г. Д. Копперс выиграл 33 турнира из 54 и еще в 10 был финалистом. За это время он сыграл 256 матчей, из которых 238 выиграл.

Кроме выступлений в одиночном разряде теннисисты принимают участие в парных соревнованиях. По мнению большинства участников, эти соревнования служат хорошим средством для поддержания игровой готовности. В среднем ведущие теннисисты участвуют ежегодно в 10—15 парных турнирах.

Системы выявления победителей. По сложившейся традиции международные соревнования по теннису проводятся по олимпийской системе. При этом число участников обычно равно 32. Однако при проведении крупных турниров количество участников может достигать 64 и даже 128. В этом случае участнику нужно сыграть 6—7 матчей, на что вместе с днями отдыха потребуется 7—10 дней.

В последние годы в связи с увеличением количества теннисистов международного класса организаторы турниров допускают к соревнованиям 128 и более участников, сохраняя при этом регламент соревнований с числом участников на 32 человека. В результате этого теннисистам приходится в один игровой день выступать в двух одиночных и одном-двух парных матчах.

До 1976 г. количество турниров, проводимых в системе Гран При матчами из трех и пяти партий, было практически равным (34 и 38 соответственно), но к 1980 г. уже 62 турнира из 93 проводились матчами из трех партий. И это, видимо, вполне обоснованно, так как превосходство одного из противников проявляется сразу, а количество матчей, в которых победитель определялся бы только в пятой партии, составляет не более 20—30%.

За 100-летнюю историю Уимблдона теннисистов, которые не проиграли в ходе турнира ни одного сета, всего четыре: Д. Бадж, Р. Мак-Кипли, А. Траберт, Б. Борг.

№ п/п	Чемпионы Уимблдона	Год	Кол-во партий		Кол-во геймов		всего
			выиграно	проиграно	выиграно	проиграно	
1	Д. Бадж	1938	21	0	128	48	176
2	А. Траберт	1955	21	0	131	60	191
3	Р. Мак-Кипли	1963	21	0	140	82	222
4	Б. Борг	1976	21	0	133	70	203

В открытом чемпионате Франции 1978 и 1980 г. Б. Борг стал победителем, также не проиграв ни одного сета и уступив соперникам лишь 36 и 38 геймов. Хотя максимальное количество партий, которые приходится играть в крупных турнирах, равно 30—35, но обычно оно меньше.

	Кол-во сетов, сыгранных победителем и финалистом		
	1979 г.	1980 г.	1981 г.
Чемпионат Франции	24/25	21/25	23/29
Уимблдон	27/25	25/26	23/24

Продолжительность матча зависит от числа сыгранных геймов, количество которых в каждой партии в среднем равно 9—10. Розыгрыш одного гейма длится обычно 3,5—4 мин, однако в условиях упорной борьбы розыгрыш очка может заканчиваться только 196-м ударом (матч Хигейрас—К. Баразутти, 1979), а розыгрыш гейма длится до 10 мин. Поэтому трехсетовый матч продолжается в среднем 2,5 ч и пятисетовый — 4 ч.

Чтобы выйти в финал чемпионата Франции 1981 г., Б. Боргу пришлось «биться» на корте 14 ч 8 мин, а его сопернику по финалу И. Лендлу — 17 ч 21 мин. После победы в пятисетовом матче (41 гейм), продолжавшемся 3 ч 13 мин, Борг в восьмой раз стал чемпионом Франции.

Итак, чтобы быть победителем или призером крупного международного турнира в одиночном разряде, необходимо быть готовым к ежедневной борьбе в течение 3 ч. Немаловажным для оценки величины нагрузки является и тот факт, что на всех крупных соревнованиях матчи проводятся 6—9 мячами с обязательным их подаванием между розыгрышами очков специально подготовленными юными теннисистами. Кроме этого, на Уимблдоне существует традиция, которая не разрешает делать перерыв после сыгранных сетов. А это немаловажный факт, так как теннисистам приходится ежедневно соревноваться, играя в среднем 37 геймов.

Специфика современных покрытий. Теннисные турниры Большого Шлема проводятся на трех континентах и в самых различных условиях. Так, чемпионаты Англии и Австралии — на «быстрых» травяных кортах, чемпионат Франции — на мягких «медленных» покрытиях и чемпионат США — на стадионе с синтетическим покрытием, дающим средний отскок мяча. Поэтому игроки должны постоянно приспосабливаться к различным отскокам мяча. Если вернуться к ранее рассмотренному календарю соревнований Б. Борга 1978 г., то можно отметить, что в течение месяца два соревнования он провел на «медленном» грунтовом покрытии, два соревнования — на «среднем» синтетическом и одно соревнование — на «быстром» синтетическом покрытии.

Для того чтобы иметь общее представление о величине нагрузки в теннисе, необходимо знать различия в темпе игры на различных покрытиях. Анализ матчей сильнейших теннисистов мира показывает, что темп игры находится обычно в пределах 23—26 уд./мин на кортах с «медленным» и «средним» покрытием и 25—30 уд./мин на «быстрых» площадках. Из всех международных турниров наиболее трудным, по мнению большинства теннисистов, является чемпионат Франции. По словам Б. Борга, чемпионат Франции настолько утомителен в физическом и моральном отно-

шении, что после его окончания ему совсем не хочется видеть теннисный мяч. По мнению Р. Лейвера, «нигде так полно не раскрывается потенциал игры и нигде так очевидно не проявляются огромные затраты физических сил спортсменов, как на этом чемпионате».

Непостоянство внешних условий при проведении соревнований на открытых площадках оказывает дополнительное влияние на состояние спортсменов. Г. Соломон в матче против Р. Рамиреса, проходившем при температуре воздуха +51°C, за 3,5-часовой матч (49 геймов) потерял четыре килограмма веса. В другом случае Б. Борг, выступая против Г. Соломона при температуре воздуха +10°C, никак не мог разогреться, что в конечном итоге привело его к поражению.

Возрастание напряженности матчей по мере продвижения к финалу. Игра на высшем спортивном уровне сейчас требует от теннисистов не только затраты физических сил, но и большого нервно-психического напряжения. В последние годы матчи становятся все более напряженными. Причиной этому ряд обстоятельств.

Во-первых, повысился материальный стимул. За 13 лет существования открытого тенниса призовой фонд главных турниров увеличился более чем в 10 раз.

Во-вторых, увеличилось количество высококвалифицированных теннисистов. Только за период с 1978 по 1981 г. число классифицированных игроков увеличилось вдвое. Но, как известно, теннисист может претендовать на участие в более престижном по рангу соревновании, если он набрал определенное количество классификационных очков. Поэтому каждая победа в матче любого турнира имеет значение.

В-третьих, во всех крупных турнирах, как правило, участвует от четырех до восьми игроков, входящих в число 50 сильнейших. Дело в том, что сильнейшие спортсмены распределяются так, что в каждом турнире гарантировано участие определенного количества высококвалифицированных игроков. Так, теннисисты, занимающие по классификации места в «двадцати» сильнейших, должны играть в шести турнирах по указанию и в шести по своему усмотрению. Поэтому сильнейшие игроки практически ежемесячно встречаются между собой: игроки «десятки» с игроками «двадцатки» — 20 раз, игроки «десятки» с игроками «пятидесятки» — 50—90 раз.

По мере продвижения игроков к финалу количество сыгранных ими геймов увеличивается, что объясняется обострением конкуренции, а также соперничеством теннисистов более высокого класса. Наиболее напряженными днями в турнирах, как правило, являются второй-третий, предпоследний и последний дни. Во второй-третий дни соревнования встречаются «сея-

ные» (сильнейшие по расстановке) игроки, а в предпоследний-последний дни проводятся полуфинальные и финальные матчи. Однако для каждого отдельного участника наиболее напряженные матчи могут быть и в другие игровые дни. Так, для победителя Уимблдона-81 наиболее напряженными были четвертый и седьмой игровые дни, для чемпиона Франции 1981 г. — шестой и седьмой дни, а для финалиста этого же чемпионата — второй, четвертый, шестой и седьмой дни. Средняя величина количества сыгранных геймов в крупных турнирах равна 250—260 геймам. В наиболее напряженных матчах эта величина увеличивается до 300 геймов.

Ознакомившись с особенностями соревнова-

тельной нагрузки сильнейших теннисистов мира, целесообразно учитывать их при планировании учебно-тренировочного процесса. К примеру, при планировании объема тренировочной работы в микроцикле крайне важно учитывать распределение объема соревновательной нагрузки по игровым дням. При проведении контрольных матчей следует обратить внимание на то, чтобы общее количество сыгранных геймов в матче в среднем не было ниже запланированного. Причем постараться специально для спортсменов создать «неблагоприятные» условия ведения игры: выделить несколько большее количество мячей, назначить матч в жаркий день, пригласить «неудобного» соперника и т. д.

ИТОГИ НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ ТРЕНЕРОВ СОЦИАЛИСТИЧЕСКИХ СТРАН ПО ТЕННИСУ

Т. С. Иванова, кандидат педагогических наук, член научно-методического совета Федерации тенниса СССР, Л. Д. Преображенская, заслуженный тренер РСФСР

Включение тенниса в официальную программу олимпийских игр, несомненно, центральное событие года для всех его почитателей. Особенно широкие перспективы открываются для теннисистов социалистических стран, лучшие игроки которых успешно конкурируют с ведущими игроками мировой теннисной элиты. Однако Б. Тароци (ВНР), Т. Эмрих (ГДР), В. Борисов (СССР) к 1988 г. переиграют 30-летний рубеж. Кто же будущие олимпийцы? Они — среди нынешних 12—14-летних подростков.

Поэтому неудивительно, что традиционная международная научно-методическая конференция тренеров социалистических стран, состоявшаяся 14—19 декабря в Будапеште, первоначально посвященная спорту высших достижений, как-то сама собой переориентировалась на юношеский и даже на детский спорт. В выступлениях представителей НРБ (В. Романский), ВНР (И. Вермеш), ГДР (Д. Бансе), СРР (Е. Роснана), ЧССР (Г. Тем) основными задачами ставились поиск и целенаправленная подготовка теннисистов 12—14 лет к штурму олимпийских высот.

С какого же исходного уровня начинается этот процесс? Анализ докладов участников конференции показывает, что в настоящее время в НРБ имеется примерно 120 теннисных кортов, в ВНР — 900, в ГДР — 1235, в ЧССР — 3200 и в СРР — 3820. Количество существую-

щих кортов явно не удовлетворяет потребности растущей популярности тенниса.

Наибольшие трудности связываются с нехваткой специализированных залов в крытых кортах, недостаточным количеством квалифицированных тренеров (в ВНР из 321 тренера по теннису лишь 23 имеют высшее физкультурное образование), малым числом соревнований, особенно для детей.

Несмотря на трудности, работа, направленная на достижение высоких спортивных результатов, во всех социалистических странах активизируется:

- с 1982 г. будут проводиться официальные первенства для детей до 12 лет;
- в ВНР, ЧССР, НРБ разработаны системы тестов и нормативы по физической и технической подготовке молодежи;
- в НРБ налажен выпуск теннисных изделий высокого качества;
- во всех странах созданы центры по подготовке лучших юных теннисистов по единой программе;
- практикуется участие ведущих юных теннисистов в крупнейших юношеских международных соревнованиях (например, «Оранжевый мяч», США). Спортсмены из НРБ (Малева, 1967 г. р.) и ВНР (Томешвари, 1966 г. р.) являются победителями первенства Европы 1981 г. и одними из сильнейших в мире в своих возрастных группах.

Особый интерес на конференции вызвало сообщение ведущего чехословацкого специалиста, члена координационного совета Европейской теннисной ассоциации доктора Г. Гема, посвященное анализу успехов теннисистов ЧССР. Докладчик определил 6 основных факторов успеха:

- славные традиции чехословацкого тенниса;
- разработка и внедрение в практику единой системы спортивной подготовки;
- включение тенниса в число наиболее значимых для страны видов спорта;
- оптимальная система внутренних соревнований;

- широкие международные контакты;
- высокий уровень квалификации тренеров.

Обращает на себя внимание работа теннисных центров, где собраны наиболее перспективные юные теннисисты. Такие центры снабжены необходимым инвентарем, в их штаты наряду с тренерами входят научные работники, массажисты, врачи. Разработаны системы поэтапной оценки технической и физической подготовленности теннисистов.

В результате дискуссии были выдвинуты следующие предложения по развитию тенниса в социалистических странах:

- проведение совместных международных лагерей (сборов) для теннисистов детского и юношеского возраста;
- проведение международных соревнований (неделя в каждой стране) для теннисистов детского и юношеского возраста;
- привлечение специалистов других стран для участия в национальных тренерских семинарах;
- организация тематических международных конференций;
- обмен специалистами между странами;
- координация вопросов экспорта и импорта теннисных изделий;
- создание единого тренерского совета социалистических стран.

На конференции были заслушаны и обсуждены доклады, посвященные высшим достижениям в спорте.

Е. Росина (СРР) в докладе «Методика подготовки теннисистов высокого класса» отметила необходимость комплексного подхода к изучению возможностей теннисистов, детального планирования их подготовки и участия в соревнованиях на основе индивидуальных показателей. В системе технической подготовки выделены три основных этапа: 1) постановка классической техники; 2) приобретение новых навыков, соответствующих современным тенденциям игры; 3) технико-тактический прогресс.

В. Романский (НРБ) в докладе «Совершенствование техники передвижения с использованием «теннисной пушки» привел серию игро-

вых тестов для совершенствования техники передвижения сзади задней линии, а также к сетке и от сетки. Первоначальная скорость подачи мячей из «пушки» — 3—4 удара в 1 мин, акцент на входе и выходе из удара. В результате быстрее формируется динамический стереотип перемещения. Тренировка имеет эмоциональную окраску.

Я. Бела (ВНР) выступил с докладом «Значение первой подачи для результативности игры лучших теннисистов». Были представлены записи и анализ соревновательной деятельности ведущих теннисистов мира (Б. Борга, Д. Макирой, Д. Кошорса, Б. Тароци). Математическая обработка полученных данных дает возможность выявить особенности взаимосвязи их ударов, что позволяет прогнозировать тактику борьбы с этими спортсменами. Был предложен план занятий с акцентом на тренировке первой подачи.

Я. Боуцек (ЧССР) в докладе «Роль психолога в подготовке спортсмена к соревнованиям» обратил внимание на необходимость выявления индивидуальных особенностей в психологической подготовке спортсменов, используя для этого тесты по определению уровня реакции, мотивации, психологической устойчивости, а также индивидуальных особенностей психического состояния до и после матча. Для управления этим состоянием рекомендуются методы аутогенной тренировки. Научно обоснована индивидуальная работа с игроками ведется 7 лет, что принесло ощутимые результаты.

Следует отметить общность взглядов чешских и советских специалистов при решении данной проблемы.

З. Миндла (ЧССР) в докладе «Процентный теннис» проанализировал эффективность ударов ведущих теннисистов (на примере финальной встречи Уимблдонского турнира Б. Борга — Д. Макирой). Данные Миндла позволяют определить технические и тактические особенности их игры.

В докладе Т. Ивановой (СССР) «Прогнозирование возможного уровня спортивных достижений в теннисе» рассматривались этапы, критерии и методы прогнозирования спортивных достижений.

В ходе конференции были проведены показательные занятия с ведущими теннисистами ВНР (Г. Гем и З. Миндла) с использованием комплекса игровых упражнений, направленных на развитие специальных качеств. Кроме того, были проведены занятия по физической подготовке с использованием кругового метода и элементов соревнования.

Участникам конференции были показаны также учебно-методические фильмы производства Франции и ЧССР.

Основной задачей следующей научно-методической конференции (СРР, 1982 г.) в связи

с включением тенниса в Олимпийские игры 1988 г. является обсуждение проблем подготовки юных теннисистов (до 12 лет).

Ответственными за разработку тем «Отбор перспективных теннисистов» и «Прогрессивные формы тренировки юных теннисистов» назначены соответственно представители СССР и ЧССР.

Конференция показала, что наши коллеги из социалистических стран начали серьезную подготовку к Олимпийским играм, широко привлекая к работе тренеров-практиков и современные данные науки. Большой интерес они проявляют к разработкам советской теннисной науки, отмечая их актуальность и практическую значимость.

МЕТОДИКА ТРЕНИРОВКИ

ОБУЧЕНИЕ УДАРУ СЛЕВА ДВУМЯ РУКАМИ

Л. С. Зайцева, кандидат педагогических наук

В последнее время широкое распространение среди сильнейших теннисистов мира получил удар слева двумя руками. Этот технический прием далеко не нов. Еще в 30-х годах им успешно пользовались игроки первой «десятки» мира — австралиец Макграт и Бромвич, а позднее Хоу, Мажмиллан, Лехэйи. Любители тенниса помнят, вероятно, игру известного теннисиста Папчо Сегура, который в 1963 г. в составе «царя Крамера» принимал участие в показательных матчах. Он был одним из немногих первоклассных теннисистов, применявших удары обеими руками, как с правой, так и с левой стороны. Папчо Сегура рассказал историю появления этих ударов: «Когда я был мальчишкой лет семи, один из членов модного теннисного клуба в Эквадоре, где мой отец служил сторожем, подарил мне ненужную ракетку. Она была слишком тяжела для моих тощих рук. Помните, я был самым маленьким и слабым мальчиком в округе. Моя физическая слабость была, конечно, помехой для игры промодалкой ракеткой, но это заставило меня развивать смелалку и лихость...»

Схожим путем к удару слева двумя руками пришел и неоднократно чемпион Европы В. Борисов. Старые спартаковцы помнят, как в начале 60-х годов вместе с матерью — замечательным тренером, воспитавшим многих известных советских теннисистов, К. А. Борисовой — на тренировки приходил и Вадим. С 4—5 лет малыш бегал по стадиону с ракеткой. Сил не хватало, но настойчивый мальчишка бил и бил по мячу. Поднять тяжелую ракетку он мог только двумя руками. Таким образом, одной из причин применения ударов двумя руками слева является недостаточная физическая подготовленность. Другая причина — необходимость усилить удары с задней линии, чтобы успешно противодействовать активной игре «сеточников».

Удар слева двумя руками имеет и свои не-

достатки, и определенные преимущества. Так, существенным минусом этого технического приема является довольно ограниченный радиус приема мяча. Особенно это чувствуется при возврате крученой подачи, когда мяч отскакивает в сторону и уходит за пределы корта. Неудобно отбивать мяч двумя руками и при быстром обмене ударами поочередно справа и слева (главным образом при ударах с лёта). Поэтому наиболее эффективная тактика против играющих обеими руками — низкие, укороченные мячи, выбивающие игрока с площадки; использование ограниченной зоны, в которой противник может принимать удары, скованности движений соперника, отражающего удары с лёта, идущие по очереди под удар слева и справа. Все это требует от игрока, взявшего на вооружение удар двумя руками, более тщательной работы ног и быстрого перемещения по площадке.

Удары двумя руками имеют и определенные преимущества. Прежде всего, хватка двумя руками позволяет более уверенно выполнять удар слева с отскока, лучше контролировать ориентацию струнной поверхности, обеспечивая нужную траекторию движения головки ракетки при ударах с вращением. Вторая рука на ручке ракетки позволяет компенсировать дополнительный момент силы, возникающий при отклонении мяча от центра струнной поверхности, придать ракетке большую скорость, полнее передать мячу энергию, набранную ракеткой. Благодаря более короткому и быстрому замаху при двуручной хватке с большим успехом можно выполнять удары по восходящему мячу, что особенно ценно при приеме подачи. Удар двумя руками всегда опасен для соперника, так как позволяет замаскировать направление ответа: неожиданная свеча или косой и короткий мяч при ответе по диагонали.

При ударах двумя руками используют обычные ракетки. Только руку на ракетке часто



Хватка В. Борисова

обматывают кожей значительно выше, чем обычно, в расчете на хватку обеими руками. Применяют два основных варианта хватки. Первый не предусматривает смены хватки правой рукой при переходе от удара слева к удару справа. Правая кисть располагается на ручке ракетки, как при крутом ударе справа одной рукой: правое ребро верхней грани ракетки является биссектрисой угла, образованного большим и указательным пальцами руки. Левая кисть помещается на ручке ракетки вплотную к правой так, чтобы левое ребро верхней грани ракетки являлось биссектрисой угла между большим и указательным пальцами руки. Такую хватку использует неоднократно чемпион Европы В. Борисов.

Второй вариант хватки предусматривает изменение ее при выполнении удара справа. Правая кисть располагается на ручке ракетки, как при крутом ударе слева одной рукой. Здесь уже середина левой верхней боковой грани ракетки является биссектрисой угла, образованного большим и указательным пальцами правой руки. Положение левой кисти руки такое же, как в первом варианте хватки.

Такую хватку применяет неоднократно победитель Уимблдонского турнира швед Б. Борг. Хотелось бы подчеркнуть некоторую своеобразность его хватки. Два пальца (мизинец и безымянный) левой руки наложены на пальцы правой, мизинец правой руки охватывает ручку ракетки у самого края, а основание мизинца, не касаясь ручки, заходит за ее край на 1—

2 см. Такое расположение рук, видимо, позволяет Бргу компенсировать недостатки двуручной хватки и увеличить амплитуду движения ракетки.

При ожидании мяча от противника теннисисты, применяющие второй вариант хватки, сохраняют двуручную хватку для удара слева. Если же противник направляет мяч под удар справа, то игрок, поворачивая плечи вправо, одновременно изменяет хватку ракетки: ослабив давление правой руки на ручку, движением пальцев левой руки поворачивает ракетку немного к себе. Благодаря этому ручка ракетки поворачивается относительно неподвижной правой кисти. Затем вновь сжимает пальцы правой руки, плотно обхватив ручку.

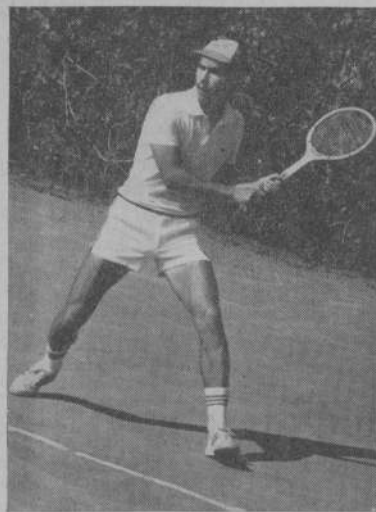
У начинающих теннисистов встречается следующая ошибка (рис. 1, а). Левая кисть не соприкасается с правой, а находится от нее на расстоянии 10—15 см. Это ведет к уменьшению амплитуды движения головки ракетки и увеличению кривизны ее траектории, нарушает согласованность работы рук при ударе, отрицательно сказываясь на его силе и точности.



Хватка Б. Борга



Рис. 1. Ошибки начинающих при выполнении двуручного удара слева



Подготовка к удару (В. Борисов)

Подготовка к любому удару слева начинается с работы ног. Как только теннисист определил направление полета мяча, он начинает передвигаться к месту встречи с мячом. Возможны несколько вариантов передвижения. Если мяч должен упасть в стороне или впереди, то игрок быстро перемещается перпендикулярно к направлению полета мяча. Первые шаги делаются как можно быстрее. По мере приближения к мячу длина шага и скорость движения уменьшаются. Нужно подчеркнуть, что квалифицированные теннисисты при пробежках держат ракетку одной рукой, а не двумя: это удобнее для быстрого бега и сохранения равновесия.

Если мяч летит прямо на теннисиста, то одновременно с поворотом туловища влево игрок должен сделать шаг назад левой ногой, а затем вынести вперед правую ногу. Самый распространенный способ подготовки к удару слева такой: теннисист поворачивается правым боком к сетке, переносит вес тела на левую ногу.

При этом игрок несколько отводит, сгибает в плечевом суставе и поворачивает внутрь правую руку. Одновременно левая рука несколько отводится, разгибается в плечевом суставе и сгибается в локтевом суставе. Плечи

больше, чем таз, поворачиваются влево, благодаря чему косые мышцы живота и мышцы правой половины спины растягиваются и напрягаются, подготавливаясь к «взрывной» работе по разгону ракетки вперед на мяч. В конце замаха ракетка находится в наиболее удаленном от сетки положении, но в отличие от удара слева одной рукой теннисист не обращен спиной к мячу. При двуручном ударе плечи меньше поворачиваются влево, мах получается более коротким и быстрым.

Следует подчеркнуть, что во время замаха при двуручном ударе траектория движения головки ракетки и ориентация ее струнной поверхности практически одинаковы при различных ударах (крученный, резаный, плоский) в отличие от ударов одной рукой. Кроме того, по повороту таза и плеч игрока при двуручном ударе сеточник не может однозначно определить направление обводки (по линии, диагонали, свеча), так как с помощью левой руки можно изменить ориентацию ракетки в непосредственной близости от мяча, т. е. при двуручном ударе легче замаскировать направление удара в подготовительных фазах, а также остро и неожиданно для соперника сплассировать мяч.

Самая удобная точка для нанесения удара двумя руками — средняя (на уровне пояса). Сложнее выполнять удары в высокой точке (на уровне плеч). Поэтому все ведущие теннисисты, использующие двуручный удар, стараются бить по восходящему мячу и, как правило, с ходу. Подготовка к удару по мячу в низкой точке осуществляется сгибанием ног; при этом часто делают широкий шаг — выпад в направлении удара, спина остается прямой, корпус вперед не наклоняется. Одна из распространенных ошибок при выполнении удара двумя руками в низкой точке такая: игрок сильно наклоняется вперед, опускает головку ракетки, бьет по мячу на наклоненных и напруженных ногах. Подобная ошибка должна быть непременно исправлена (см. рис. 1, б).

Начало второй фазы (ускоренного выноса ракетки вперед) существенно отличается при ударах, выполняемых на месте и с ходу. Если удар выполняется на месте, то опора делается на обе ноги, вес тела распределен между ними равномерно, ракетка находится сзади в наиболее высоком и удаленном от сетки положении. При ударе с ходу вес тела перемещается на согнутую левую ногу, правая нога, также согнутая, подведена к левой, таз развернут параллельно линии полета мяча, плечи больше повернуты влево. Иными словами, плечевой пояс скручен относительно таза.

Вторая фаза начинается с того, что спортсмен полностью переносит вес на правую ногу, выставленную вперед под углом 60—90° к направлению полета мяча. Одновременно теннисист разворачивает плечи в направлении

удара, разгибает правую руку в локтевом и плечевом суставах, разгибает также левую руку в локтевом суставе и сгибает ее в плечевом. Благодаря этим движениям головка ракетки описывает петлю и начинает плавно выноситься на мяч.

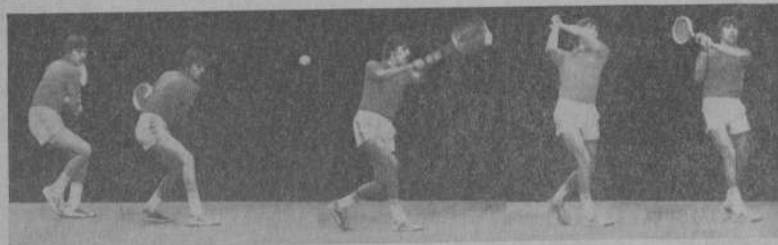
При резаных ударах петля делается небольшой. Открытая ракетка (головка ее должна находиться выше кистей рук) выносится на мяч сверху вниз-вперед. При крученых ударах петля значительно больше. В конце петли головка ракетки опускается ниже кистей рук и наклоняется верхней частью обода вперед. В таком положении она выносится на мяч снизу вверх и вперед.

Важно обеспечить нужный угол наклона струнной поверхности ракетки с самого начала второй фазы и не изменять ориентации ракетки во время выноса ее на мяч. Для этого необходимо устранить дополнительные движения в локтевых и лучезапястных суставах рук, т. е. зафиксировать их, вынося ракетку вперед только за счет движений в плечевых суставах.

До соприкосновения ракетки с мячом, во время их взаимодействия и даже после того, как мяч отлетит (на участке 40—50 см), головка ракетки должна двигаться поступательно, т. е. параллельно самой себе. Ориентация струнной поверхности не изменяется. Связь между ракеткой и руками — жесткая.

Некоторые считают, что для того, чтобы обеспечить жесткость системы ракетка-рука, нужно с максимальной силой сжать ручку ракетки. Это неправильно. Тензометрические исследования показывают, что у квалифицированных теннисистов в I и начале II, конце IV и V фазах ударов давление пальцев рук на ручку ракетки незначительно. Оно несколько увеличивается в окрестностях и на протяжении самой фазы удара, но все равно весьма далеко от максимально возможных значений.

Как же обеспечивается жесткость? Прежде всего путем фиксации лучезапястных суставов, за счет одновременного напряжения



мышц-антагонистов (сгибателей и разгибателей, отводящих и приводящих), определяющих движения кисти. Записи элекстрической активности этих мышц убедительно показывают, что в окрестности фазы удара и на ее протяжении их напряжение возрастает. В результате увеличивается жесткость связи между предплечьем и кистью, а следовательно, и ракеткой, что позволяет значительно уменьшить потери энергии ракетки, набранной в процессе разгона, при передаче ее мячу, т. е. придать мячу большую начальную скорость.

III фаза — ударное взаимодействие. Вес тела спортсмена перенесен на правую ногу, левая нога согнута и носком касается опоры. При ударе по линии плечи развернуты под углом 30° к сетке, ракетка встречает мяч несколько впереди опорной ноги. При ударе по диагонали плечи разворачиваются больше, ракетка встречает мяч на расстоянии 35—40 см от опорной ноги. При крученых ударах в низкой точке продольная ось ракетки наклонена к земле, ее головка находится ниже кистей рук, по мере повышения точки удара головка ракетки поднимается. При резаных ударах в высокой точке она находится уже выше кистей рук.

Удар по линии обычно выполняется при приблизительно одинаковом участии обеих рук. Удар по диагонали — в результате преимущественного действия левой руки. Это дает возможность неожиданно для соперника сыграть кроссом.

Некоторые начинающие игроки стараются таким образом выполнить все удары, возлагая основные функции на левую руку, правая рука у них выполняет только вспомогательную работу и недостаточно активна при ударе. Как правило, причина этого недостатка — удары, выполняемые близко от корпуса (рис. 1, в) или по так называемому «пропущенному мячу».

IV фаза — фаза замедленного движения ракетки вперед. При ударах по линии ракетка

Кинограмма двуручного удара В. Борисова

движется вперед и влево от игрока. Если же она идет вправо и вперед, получается удар «вокруг себя».

Встречаются два варианта завершения удара. При первом (В. Борисов) игрок завершает движение ракетки вперед-вверх двумя руками. При этом правая рука отводится и поворачивается наружу, а левая сгибается и поворачивается несколько внутрь в плечевом суставе, плечи разворачиваются вправо параллельно сетке.

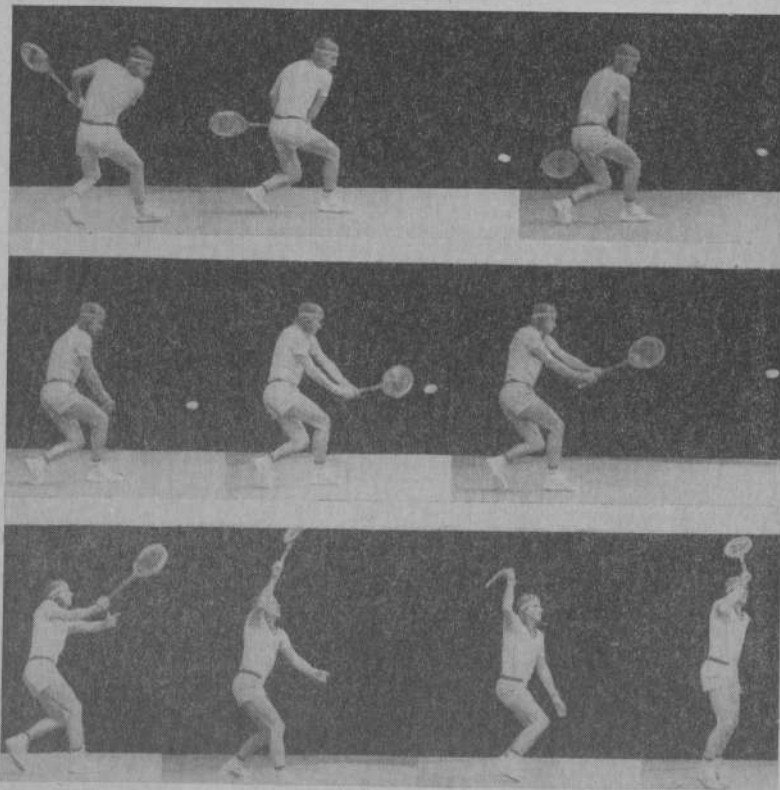
В конце IV фазы ракетка находится в наиболее удаленном от туловища положении, ноги спортсмена выпрямлены.

В V фазе теннисист сгибает руки в локтевых

суставах и заводит головку ракетки вправо-назад, за голову. Затем он возвращает ракетку в исходное положение, разворачивает таз вправо, переносит вес тела на обе ноги и занимает положение готовности для следующего удара.

При втором варианте (Б. Борг) игрок разжимает пальцы левой руки во второй части IV фазы, продолжая выносить ракетку вперед вправо-вверх одной правой рукой, которая отводится и несколько поворачивается наружу в плечевом суставе. Левая рука в это время

Кинограмма двуручного удара Б. Борга



немного поднимается по инерции, а затем опускается вниз. В конце IV фазы головка ракетки максимально поднята вправо-вверх, плечевой пояс параллелен сетке.

В V фазе этого варианта теннисист сгибает правую руку в локтевом суставе, приводит и поворачивает ее внутрь в плечевом. Когда ракетка опускается до уровня пояса, спортсмен подхватывает ее левой рукой, поворачивая к двуручной хватке. Вес тела перенесен на обе ноги, игрок подготовлен к следующему удару.

Рассмотрев особенности техники удара слева двумя руками, постараемся ответить на вопрос: учить ли новичков этому удару? Здесь можно привести мнение заслуженного тренера СССР, кандидата педагогических наук Э. Я. Крее: «На наш взгляд, преждевременно учить всех начинающих играть слева двумя руками, но нужно обратить внимание на следующие моменты. Теннисом начинают заниматься в 7—8 лет. В таком возрасте рука у многих ребят еще слабая и даже легкой детской ракеткой им трудно выполнять удар слева одной рукой. В таком случае, безусловно, лучше применять удар двумя руками.

Но бывает и так: силы хватает, а удар никак не удается. Здесь может помочь временное использование удара двумя руками. И если он удается, можно взять его на вооружение.

Прежде чем начать осваивать удар на площадке, новичок должен ознакомиться с техникой ударов слева как одной, так и двумя руками. Затем, расположившись у зеркала с ракеткой, отработать граничные положения фаз: исходное положение, положение в конце замаха, при взаимодействии с мячом, в конце фазы торможения и вновь исходное положение. Принимая граничные положения, игрок должен сверять их правильность с соответствующими положениями на кинограммах. После этого можно разучивать переходы от одного положения к другому, т. е. движения звеньев тела в каждой фазе удара. И, наконец, неоднократно повторяя, закрепить все движения в целом (без остановок). При этом сначала нужно освоить медленное выполнение удара, а затем обычный ритм удара.

Специалисты считают, что игроки, использующие удар слева двумя руками, должны, подобно В. Боргу и Д. Коннорсу, овладеть также ударом слева одной рукой, даже если не часто прибегают к нему.

Овладеть основами техники удара слева двумя руками начинающему помогут следующие упражнения:

1. Упражнения с ракеткой.

Основная их цель — укрепить мышцы рук, увеличить подвижность в суставах. Упражнения выполнять поочередно правой и левой рукой.

2. Упражнения с ракеткой и мячом.

Они сводятся к различным подбрасываниям мяча. Игрок учится смотреть на мяч при его взаимодействии со струнами, контролировать направление его отскока, изменяя ориентацию струнной поверхности.

Мяч подбрасывается вверх, о землю; на разную высоту; держа ракетку одной и двумя руками; во время ходьбы или бега.

3. Удары слева у стенки двумя руками. Игрок стоит правым боком к стенке на расстоянии 1,5—2 м от нее, ноги немного согнуты, правая и левая руки отведены в плечевых суставах. Ракетку держит за шейку так, чтобы продольная ось ее располагалась под углом к полу.

Мяч подбрасывается левой рукой (через головку ракетки) на 10—15 см впереди и на 30 см влево от опорной ноги (правой). Игрок выносит ракетку на мяч обеими руками от плеча и выполняет удар. Важно, чтобы движение ее было поступательным. Нужно внимательно смотреть на мяч и бить по нему центром струнной поверхности ракетки. Амплитуда движения головки ракетки — 20—30 см.

Основы одиночные удары, следует перейти к серии ударов. Нужно наносить по мячу удар средней силы впереди опорной ноги. Серия ударов (10—15) получится, когда спортсмен освоит дозировку усилий и ритм ударов. Удары должны быть одинаковы по дозировке усилий и длительности выполнения. «Подстройку» к мячу осуществляют работой ног. При этом можно делать правой ногой шаг вперед, влево, назад или вправо, в зависимости от отскока мяча.

Во время выполнения серии ударов можно боком отходить короткими шагами на 3—4 м назад, увеличивая длину ударов, а затем вновь возвращаться к стенке, уменьшая длину удара.

Упражнение выполнять так же, но ракетку держать за ручку. Стремиться к тому, чтобы выполнять 30—50 ударов подряд.

Возможные ошибки:
— работают кисти;
— ноги не сгибаются при ударе по низкому мячу;

— удар по мячу наносится не впереди и сбоку от опорной ноги;
— недостаточно работает правая рука, удар «вокруг себя».

4. Удары у стенки одной рукой. Выполняются те же упражнения, но ракетка держится одной рукой. Можно поочередно выполнять удары одной и двумя руками.

5. Удары по гантели.

Тренер или партнер держит гантель на высоте пояса игрока и в 20 см впереди носка его опорной ноги. Спортсмен стоит правым боком к гантели, опираясь на правую ногу, выполняя серию ударов по головке гантели. Затем ган-

тель держат на уровне коленей игрока, на уровне плеча. Соответственно высоте расположения гантели игрок меняет положение звеньев тела и ориентацию струнной поверхности ракетки.

Вес гантели выбирают в зависимости от физической подготовленности — от 1 кг для детей до 5 кг для взрослых. Длительность выполнения упражнения в одном подходе 20—60 с. Можно выполнять упражнение под метроном. В первом занятии делают 2—3 подхода, а потом постепенно увеличивают количество подходов и длительность выполнения упражнения.

Возможные ошибки:
— спортсмен выполняет одиночные удары (не получается серия ударов);
— не закреплены лучезапястные суставы;
— удар наносится не центром струнной поверхности.

6. Удары на площадке.

а) игрок стоит в центре площадки на линии подачи правым боком к сетке, ракетку держит двумя руками сбоку, как в конце замаха. Партнер, расположившись рядом с сеткой, ударом с лета подбрасывает мяч под удар слева так, чтобы он упал на расстоянии 1,5—2 м впереди и несколько сбоку от игрока. Теннисист делает правой ногой шаг вперед и наносит плоский удар по мячу. После серии удобно подобранных мячей партнер подбрасывает мяч так, чтобы теннисист перед ударом сделал несколько шагов вперед, влево, вправо или назад. После каждого удара игрок возвращается в исходное положение. При выполнении ударов необходимо внимательно смотреть на мяч, особенно когда он касается струнной поверхности ракетки, следить за правильным положением звеньев тела, посылать мяч ударом средней силы на ракетку партнера. Если игрок уверенно выполняет одиночные удары, можно перейти к сериям ударов.

Возможные ошибки:
— игрок поздно выносит ракетку и пропускает мяч;
— неудобно подходит к мячу;
— наклоняет туловище и голову, а не сгибает ноги при ударах в низкой точке;
— слишком разгоняет ракетку и не может контролировать ее положение;

б) партнеры располагаются каждый на своей стороне площадки на линии подачи и обмениваются ударами по линии (один бьет справа, другой — слева). Мячи должны попадать в пределы поля подачи. Затем направляют мяч по диагонали.

При выполнении упражнений необходимо не только правильно подойти к мячу, но и освоить ритм удара. Можно использовать такой прием: мяч ударяется о землю, теннисист говорит: «Раз» — и делает мах; мяч отскаки-

вает от земли, теннисист говорит: «Два» — и выполняет удар по мячу.

Не нужно разгонять ракетку и бить по мячу сильно. Сила удара должна быть такой, чтобы мяч полетел в нужном направлении и удобно для ответного удара партнера. При этом должна получиться серия из 15—20 ударов.

Возможные ошибки:
— игрок не поворачивается боком к мячу;
— ритм удара неправилен;
— кисти не закреплены;
— игрок слишком разгоняет ракетку, не может послать мяч в нужном направлении;
— плохо работают ноги;
— не получается серия ударов.

7. Резаные удары у стенки.

Игрок стоит в 3—5 м от стенки. Ударом справа направляет мяч в стенку так, чтобы он отскочил на уровне пояса. Затем выполняется резаный удар. Руки выносятся на мяч от плеч сверху вниз, ракетка движется ребром вперед. Необходимо, чтобы удар по мячу наносился сбоку-вперед и ракетка достаточно долго двигалась вперед-влево, а не вправо-вниз («нок-рут себя»). Для отработки резаного удара в высокой точке мяч направляют так, чтобы он отскочил на уровне плеч. Удар наносят от плеча.

Резаные удары более эффективны, если они наносятся по восходящему мячу.

Возможные ошибки:
— ракетку двигают круто вниз-вправо, а не вперед-вниз-влево;
— кисти не закреплены;
— при ударе предплечья поворачивают внутрь, совершая «ступаящую» работу;
— головка ракетки опущена;
— плечо правой руки прижато к туловищу, ракетку выносят вперед, используя только левую руку;
— игрок резко приседает или выпрямляется при выполнении удара.

8. Крученые удары.

На стенке на высоте 1 м от земли начертить линию сетки. Игрок стоит в 4—5 м от стенки, правым боком к ней. Подбросив мяч левой рукой, подбить его крученым ударом на 3; 2; 1; 0,5; 0,2 м выше линии сетки. Ракетку теннисист ведет круто снизу вверх-вперед, если мяч направляется высоко над сеткой. Чем ниже направляется мяч, тем положение траектории головки ракетки.

Это же упражнение можно выполнять и на площадке.

Возможные ошибки:
— игрок пытается придать мячу вращение, работая кистью;
— ракетка движется вокруг себя, правая рука работает недостаточно;
— не сгибаются ноги при низких мячах;
— мяч встречается близко от туловища.

9. Удары слева на площадке.

Партнеры стоят на задней линии своей площадки и направляют мяч вдоль боковой линии или по диагонали. Задания:

— послать мяч к задней линии, попасть в границы бокового коридора;

— попасть в границы бокового коридора, выполняя резаные или крученые удары;

— варьировать степень подкрутки или подрезки мяча;

— поочередно выполнять укороченные удары и свечи к задней линии.

10. «Треугольник» на точность.

Теннисист, находясь на задней линии площадки, играет против одного или двух партнеров, располагающихся на задней линии или у сетки. Он поочередно направляет мяч через сетку ударом слева по линии и кроссом. Парт-

нер направляет ему мяч только под удар слева.

На площадке рисуют мишень, размеры которой 1×1 м или 0,5×0,5 м. Нужно попасть в мишень.

11. Упражнения на площадке.

Чередование различных по тактической направленности и технике выполнения ударов слева:

— после выполнения крученого удара по линии — крученый удар по диагонали;

— после крученого удара по линии — крученая свеча по диагонали;

— после крученого удара по диагонали — крученая свеча по линии или в середину площадки;

— после крученого удара по диагонали — крученый короткий кросс.

ПОДАЕТ ДЖОН МАКИНРОЙ

О. С. Кустов

Подача — одно из основных наступательных оружий в современном теннисе. В совершенстве владеет им американский теннисист Джон Макинрой, признанный по итогам сезона 1981 г. первым теннисистом мира. Подача Джона Макинроя доставляет массу неприятностей самым опытным соперникам.

Техника подачи американского теннисиста весьма своеобразна и представляет несомненный интерес для специалистов и любителей тенниса.

Своеобразие пронизывает все движение подачи, начиная с исходного положения. Макинрой стоит спиной к квадрату, в который собирается подавать, ступни его ног параллельны задней линии площадки (кадр 1). Спортсмен сильно отклонился назад и перенес вес тела на левую ногу, согнув ее в коленном суставе (кадр 2).

Подброс мяча и отведение руки с ракеткой (кадры 3—6) существенно отличаются от «классического» образца. Отводя левую руку с ракеткой вниз-назад, Макинрой одновременно «открывает» струнную поверхность ракетки. При этом ладонь руки, отводящей ракетку, обращена вверх (кадры 4—5). Большинство теннисистов в этой части движения держат ладонь боковой руки книзу.

Одновременно с отведением ракетки спортсмен переносит вес тела на правую ногу, а туловище подает вниз-назад и поворачивает его влево (кадры 5—6). Непривычно олушен и приближен к туловищу локоть левой руки (кадр 6). В этом положении Макинрой напоминает волейболиста, который находится в нижней точке приседа и готов мощно оттолк-

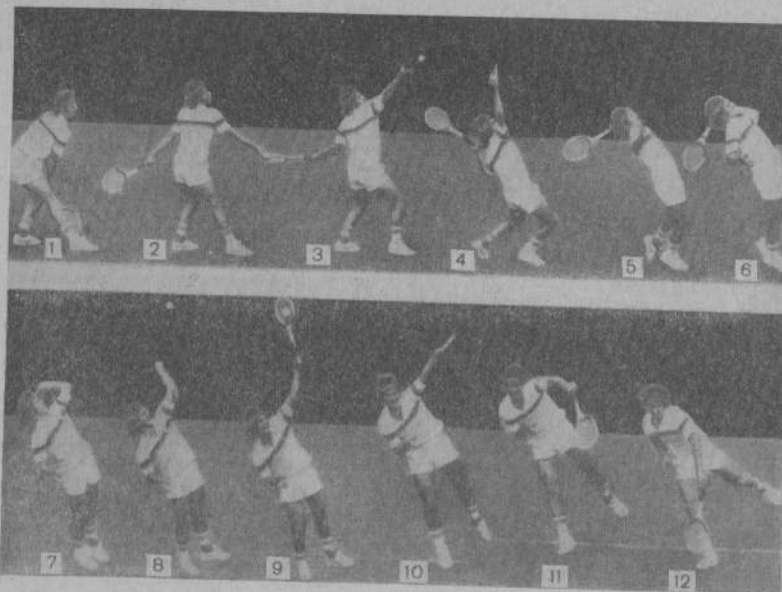
нуться от земли, взлететь над сеткой и нанести атакующий удар.

Действительно, в следующее мгновение теннисист начинает выталкивать вверх и распрямлять как бы завышенное туловище. И если в кадре 6 мы сравнили положение спортсмена с положением волейболиста, который готов выпрыгнуть вверх, то теперь (кадр 8) оно больше напоминает слегка согнутый гибкий прут. Стоит отпустить его конец, и последует рассекающий воздух щелчок. Именно такой, но только типично теннисный «щелчок» мы видим на трех последующих кадрах. Спортсмен выполняет активный поворот туловища слева направо, вытягивается вверх, а ракетка, завершая этот «щелчок», наносит удар по мячу. Обратите внимание: Макинрой бьет по мячу впереди себя в прыжке, акцентируя в удар всю массу туловища. За счет движения туловища слева направо он разворачивается лицом к сетке.

После удара по мячу американский теннисист в прыжке и сразу начинает продвижение вперед. Одна интересная деталь: после прыжка Макинрой приземляется на ту же самую ногу, которая была у него впереди в начале подачи. Обычно теннисисты по ходу подачи меняют положение ног и приземляются на ту ногу, которая была в начале движения сзади.

На следующем кадре подача завершена и спортсмен движется к сетке.

Нетрадиционность техники не мешает, однако, Джону Макинрою стабильно и эффективно подбивать в самых ответственных и напряженных матчах. Это говорит о том, что



Кинограмма подачи Д. Макинрой

нетрадиционны лишь те части его подачи, которые не влияют существенно образом на ее эффективность. Несмотря на необычность

целого ряда движений, в подаче соблюдены объективные биомеханические законы, что позволяет теннисисту подавать сильно и точно.

НЕКОТОРЫЕ ОСОБЕННОСТИ МЕТОДИКИ СКОРОСТНО-СИЛОВОЙ ПОДГОТОВКИ ТЕННИСИСТА

Н. Ю. Верхошанская, ГЦОЛИФК

Проблемы физической подготовки теннисистов не теряют своей актуальности. По данным контрольных проверок, проводимых ежегодно перед основными всесоюзными соревнованиями, физическая готовность ведущих теннисистов страны все еще невысока.

Чтобы разобраться в причинах этого, было проведено анкетирование. Анкета состояла из ряда вопросов, относящихся к методике физической подготовки, в частности та-

ких: какова значимость быстроты игровых передвижений для достижения высоких результатов в теннисе? каким образом можно наиболее эффективно влиять на быстроту передвижения? какие упражнения (прыжковые, беговые, силовые) используются с этой целью?

Все опрошенные почти единогласно ответили, что высокая скорость игровых передвижений является либо основным, либо важнейшим элементом мастерства, что улучшить ее

можно, совершенству физическую подготовленность и технику передвижений.

Многим недостаточно ясен был вопрос о длине дистанции и паузах отдыха в беговых упражнениях, а также принципиальная разница между беговыми упражнениями на скорость и выносливость. Между тем здесь нет никакой сложности. Упражнения на скорость должны быть организованы так, чтобы в каждом повторе беговых отрезков (длиной не более 30 м) достигать наибольшей скорости, а пауза отдыха между ними должна быть достаточной для полного восстановления. Беговые упражнения на выносливость выполняются при более широком варьировании (в зависимости от их узкой направленности) режиме и в значительно большем объеме.

Что касается прыжковых упражнений, то здесь на первый взгляд все благополучно. Различные прыжки используются постоянно. Однако правильная методика их применения известна далеко не всем. Например, по-видимому, не многие знают, с какой целью применяются прыжковые упражнения «на количество» и «на качество».

Большие разногласия выявились в вопросах, касающихся упражнений со штангой. Одни такие упражнения отрицали категорически, другие принимали их, но с оговорками, третьи считали, что такие упражнения нужны, но не пользовались ими, так как не знали методики применения.

Подобных разногласий и следовало ожидать. Дело в том, что, как показывает анализ теннисной литературы, упражнения со штангой в тренировке теннисиста являются одной из самых туманных проблем. С одной стороны, вроде бы всем известно, что такие тренировки нужны. Об этом неоднократно упоминают в своих мемуарах звезды мирового тенниса, особенно представители австралийской школы. Об этом же говорится во многих отечественных методических материалах. Но, к сожалению, и те и другие источники содержат чрезвычайно мало сведений о том, как именно нужно выполнять упражнения со штангой. Ведь известно, что в зависимости от методики подобной тренировки можно приобрести совершенно различные качества.

В легкой атлетике когда-то были похожие разногласия: одни тренеры придерживались традиционно устоявшегося мнения, что от упражнения со штангой увеличивается мышечная масса и тернется скорость бега, а другие смело включали эти упражнения в тренировки. Они рекомендовали использовать в тренировках упражнения с максимальным весом и малым числом повторений в каждом подходе. Такие же упражнения рекомендовали применять и представители ведущих американских баскетбольных команд.

Затем, в начале 60-х годов, появилось мно-

жество исследований, которые на научной основе доказали, что использование в тренировке бегунов на короткие дистанции медленных движений с большими отягощениями не снижает быстроту движений и наиболее эффективно для развития быстроты стартового разбега.

Зачем же спортсмену, от которого требуется скорость, заниматься развитием силы? Для многих, возможно, этот вопрос покажется тривиальным. Однако это не совсем так. Да, сила требуется всегда, когда надо преодолеть внешнее сопротивление, и чем это сопротивление больше, тем больше и роль силы. Скоростное движение есть не что иное, как преодоление инерции собственного тела, и чем большая скорость необходима, тем важнее роль силы.

Далее, в многосуставных сложных движениях скорость зависит прежде всего от двух факторов: частоты шагов и мощности отталкивания. Из них большему изменению на тренировке поддается второй фактор, зависящий от силы мышц, участвующих в отталкивании.

Но можно ли считать, что в теннисе дело будет обстоять точно так же, как в спринте? Ведь перемещения теннисиста значительно разнообразнее! Чтобы ответить на этот вопрос, пришлось начать издалека.

Известно, что высокая скорость теннисных перемещений зависит от стартовой скорости бега по прямой и скорости перемены направления движения. В то же время в результате специальных исследований было установлено, что примерно через каждые два метра теннисных перемещений обычно совершается перемена направления бега, при выполнении которой теннисисту нужно вначале погасить скорость, проявляя силу в «уступающем» режиме работы мышц (против силы инерции движения), а затем вновь набрать скорость, переходя к преодолевающему режиму работы мышц (против силы инерции покоя).

Анализ игровых передвижений теннисистов при игре на «быстрых» покрытиях позволил отобрать несколько наиболее характерных. Требовалось проверить, влияет ли уровень силовой подготовки спортсмена на скорость таких передвижений. Было проведено обследование группы теннисистов-перворазрядников, в ходе которого определялись показатели скорости в четырех формах передвижений: «длинный челнок» — 6 раз по 8 м влево-вправо, «короткий челнок» — 12 раз по 4 м влево-вправо, «пер» — 12 раз по 4 м в десяти направлениях, «доставание укороченного мяча» — бег на 10 м с высокого старта с остановкой в конце, а также показатели абсолютной и «взрывной» силы мышц ног, осуществляющих отталкивание при беге и прыжке — разгибателей бедра и подошвенных сгибателей стопы.

Полученные данные были подвергнуты не-

скольким видам статистической обработки. При этом кластерный анализ позволил сделать вывод, что скорость выполнения всех форм передвижения зависит главным образом от «взрывного» усилия мышц-разгибателей бедра и стопы. Одновременно и результаты корреляционного анализа показали, что скорость выполнения таких форм передвижения, как «доставание укороченного мяча», «длинный челнок» и «пер», а также «взрывные» способности мышц, в значительной степени зависят от абсолютной силы. И в этом нет ничего противоречивого. Значительно раньше в результате обследования более чем двух тысяч спортсменов различных специализаций было установлено, что «взрывные» способности мышц обусловлены их «силовым запасом», проявляемым в медленном движении, т. е. абсолютной силой, и что практически невозможно в быстром усилении проявить силу большую, чем в медленном.

Таким образом, использование для совершенствования скоростно-силовых качеств прыжковых упражнений, т. е. быстрых движений, может обеспечить эффект только до определенного уровня, пока не исчерпается «силовой запас»; после этого прирост скорости может быть обеспечен включением в тренировку упражнений, направленных на развитие абсолютной силы.

Тренировочные упражнения, направленные на развитие силы, как, впрочем, и других физических качеств, могут быть сильнодействующими и несильнодействующими. При этом упражнение, бывшее сильнодействующим, может перестать быть таковым, т. е. для спортсменов с разным уровнем силовой готовности его действие может быть различным.

Наиболее эффективным средством развития абсолютной силы ног в настоящее время считаются упражнения со штангой околопредельного или предельного веса (можно сделать не более 1—2 приседаний), которые выполняются в медленном темпе с полной амплитудой движений в суставах (полное приседание). Пауза отдыха между подходами — не менее 2—3 мин. Общее время тренировки — 30—40 мин. При выполнении упражнений в быстром темпе или при уменьшении паузы отдыха тренировочный эффект значительно снижается.

Выполнение приседаний со штангой меньшего веса и увеличение числа повторений в каждом подходе (более 10) в отличие от первого упражнения приводит к росту объема мышечной массы (правда, и в этом случае сила увеличивается).

При выполнении приседаний со штангой предельного веса в быстром темпе (такие упражнения используются многими теннисистами) увеличения объема мышечной массы не происходит, однако и сила растет значительно

медленнее: заметного увеличения силы можно ожидать только у новичков.

При выполнении силовых упражнений необходима полная амплитуда движений в суставах, так как лишь в этом случае проявляется прирост силы во всех позициях сгибания сустава.

Упражнения со штангой — достаточно острое тренировочное средство, поэтому необходимо соблюдать следующие обязательные условия: перед тренировкой хорошо размять поясницу с помощью наклонов и вращений туловища; паузу отдыха между подходами к штанге заполнять упражнениями на расслабление и растягивание мышц, висами, легкими скоростными пробежками; включать в тренировку упражнения для укрепления мышц спины и брюшного пресса.

Сильный брюшной пресс нужен теннисисту не только для упражнений со штангой, но и для сильной подачи, и для скорости передвижения. Для укрепления брюшного пресса не следует делать бесконечных традиционных сгибаний туловища. Лучше делать это упражнение с повтором не более 10—15 раз, но с обязательным отягощением. Для повышения нагрузки можно выполнять упражнения лежа на наклонной плоскости или увеличить вес отягощения.

Теперь несколько слов о стопе. Сильная стопа является важнейшим фактором скорости передвижения. Вместе с тем стопа наиболее трудноразвиваемое звено в системе отталкивания. Мышцы стопы обычно быстро реагируют на нагрузку, но прирост силы так же быстро стабилизируется, и никакие специальные упражнения не могут повысить достигнутый уровень. Многие тренеры даже считают, что сильная, «взрывная» стопа дана, так сказать, от природы и тренировочному воздействию почти не поддается. Попытки увеличить тренировочные нагрузки обычно заканчиваются травмами. Если развитие силы стопы долго не приносит результатов, мощность отталкивания можно увеличить за счет развития силы мышц-разгибателей голени и бедра.

Анкета также показала, что многим теннисистам известны упражнения с использованием так называемого ударного метода — выпрыгивание вверх после прыжка в глубину. Они относятся к разряду наиболее сильнодействующих. Эти упражнения вызывают быстрое, но сравнительно недолговременное повышение уровня скоростно-силовых качеств. Злоупотребления ими приводят к перетренированности — «забитости» ног и травмам коленного сустава. Вначале в одной тренировке не следует выполнять более 4—5 серий из 5—7 прыжков с высоты 40—50 см.

Наиболее целесообразным методом развития скоростно-силовых качеств является сочетание упражнений со штангой и прыжков. Первые

способствуют повышению «силового потенциала» мышц, а вторые — его эффективной реализации в быстрых движениях. Сочетание может осуществляться сопряженно, т. е. в одном или в смежных занятиях (сегодня штанга, завтра прыжки); сопряженно-последовательно (1—4 недели штанга, 1—4 недели прыжки); последовательно (4—6 недель штанга, 4—6 недель прыжки). При этом сопряженное сочетание больше подходит для новичков и спортсменов с недостаточным уровнем развития силы ног, последовательное — для спортсменов высокого класса, подготовленных физически.

При сопряженном сочетании упражнений в одном занятии вначале следует выполнять упражнения со штангой, а затем прыжки, так как после штанги обычно наблюдается временное ухудшение «взрывных» способностей, хотя для новичков это принципиального значения не имеет.

Вариантом сопряженно-последовательного сочетания упражнений может быть такой: неделя (2—3 занятия) — работа со штангой, неделя (2—3 занятия) — прыжковые упражнения.

Сильнодействующие средства должны вводиться в тренировку только после более легких, т. е. тренировкам, для которых характерно применение упражнений со штангой около предельных и предельных весов и прыжков с максимально сильным отталкиванием, должны предшествовать объемные тренировки с применением более легкой штанги и прыжков не в полную силу.

Хорошего результата можно ожидать от следующего варианта.

Первый этап. Длинные многоскоки (10—20-кратные) умеренного объема и интенсивности — вполсилы, упражнения со штангой не максимального веса (приседания по методу 10 ПМ* и выпрыгивания в быстром темпе с весом 20 ПМ), а также упражнения для укрепления брюшного пресса и мышц спины.

Второй этап. Длинные многоскоки при большом объеме и умеренной интенсивности (в $\frac{2}{3}$ силы) и упражнения со штангой по методу 10—5 ПМ.

Третий этап. Упражнения со штангой по методу 5—3 ПМ, длинные и короткие (тройные и пятерные) многоскоки при среднем объеме и средней интенсивности (в $\frac{3}{4}$ силы).

Четвертый этап. Упражнения со штангой по методу 3ПМ и короткие многоскоки при среднем объеме и высокой интенсивности (почти в полную силу).

Пятый этап. Упражнения со штангой мак-

* Вес 10ПМ (повторных максимумов) соответствует тому весу, который может быть поднят всего 10 раз, вес 20ПМ — 20 раз и т. д.

симального веса (можно в сочетании с выпрыгиваниями в быстром темпе с весом 30% от максимума) и скоростные короткие многоскоки в полную силу, т. е. на лучший результат.

При такой форме организации скоростно-силовой подготовки в течение нескольких месяцев (от 3 до 6—9) должен происходить постоянный прирост скоростно-силовых качеств.

В дальнейшем можно использовать и другой вариант сопряженно-последовательного сочетания упражнений, когда прирост скоростно-силовых качеств наблюдается, как правило, после их временного падения, но продолжается и после окончания тренировок. Подробное его описание дано в статье «Тренировочная программа для совершенствования скоростно-силовых качеств теннисистов» (ежегодник «Теннис», 1981 г.).

Теперь о так называемой специфичности тренировочных средств. Очень часто тренеры и спортсмены отказываются от многих упражнений, и в частности от упражнений со штангой, так как, по их мнению, они имеют мало общего с их основной соревновательной деятельностью или специфичны. Однако специфичность и полезность упражнения — это не одно и то же. Смысл общей физической подготовки заключается в том, чтобы более эффективно воздействовать на наиболее важные для данного вида спорта способности спортсмена. Поэтому задача тренера — суметь подобрать комплекс упражнений, которые эффективно воздействуют на каждое качество в отдельности, а затем соединить их в целостное специфическое движение. При подборе упражнений не следует стремиться воспроизводить внешнюю форму соревновательного движения, а воздействовать на те механизмы, которые определяют его суть.

Так, например, широко используемые прыжки «кенгуру» внешне не имеют ничего общего с теннисом, однако они способствуют развитию двух компонентов, необходимых теннисисту: мышц стопы и брюшного пресса.

То же самое можно сказать и об упражнениях со штангой: они являются практически единственным средством, дающим силу, а сила — основа скоростно-силовых качеств, которые, в свою очередь, определяют высокую скорость бега.

Безусловно, утверждение о необходимости общей физической подготовки теннисиста ни в коей мере не отрицает специальной подготовки. В то же время не следует замыкаться в кругу узких теннисных интересов; надо внимательно присматриваться к тренировкам спортсменов других специализаций, искать в них то, что можно использовать теннисистам, привлекать к занятиям по физподготовке специалистов тяжелой и легкой атлетики.

СПАДЫ В ИГРЕ ТЕННИСИСТОВ И ИХ ПРИЧИНЫ

В. П. Жур, тренер (Минск)

Поединок теннисистов — это единоборство в технической, тактической, физической и морально-волевой подготовке двух спортсменов. Борьба, как правило, ведется на фоне высокого психического напряжения, которое обычно сопровождается спадами в игре. Спады могут быть различными по характеру и длительности: на один-два очка, на одну-две игры, на партию, иногда на несколько недель, месяц и более. Довольно часто в практике тенниса наблюдается спад, продолжающийся примерно одну партию, поэтому остановимся на нем более подробно.

Многие тренеры знают случаи, когда их ученик, легко выиграв первую партию, так же неожиданно легко проигрывает вторую, после чего решающая партия складывалась поразному. Так, в 1976 г. в Минске на открытом первенстве ЦС ДСО «Красное знамя» в матче за 3-е место В. Борисов победил А. Колякина — 2:6, 6:2, 7:5. В 1978 г. в Гинше А. Залужный победил С. Грузмана — 6:2, 2:6, 6:4. Свежи в памяти и воспоминания о финальном матче на первенстве СССР по теннису 1978 г. в Донецке между А. Метревели и Т. Какулия (правда, этот матч игрался из пяти партий, поэтому характер спадов здесь несколько иной). Первые две партии легко выиграл А. Метревели (6:1, 6:1), и казалось, что исход матча предрешен. Но две другие партии с таким же счетом выигрывает Т. Какулия. Мог он выиграть и пятую партию, в которой вел 5:1 и имел матчбол.

В литературе нам не удалось обнаружить работ, посвященных затронутой проблеме, поэтому нами было проведено исследование с целью установить причины спадов в игре теннисистов.

Решались следующие конкретные задачи:

1. Определить частоту спадов в игре в зависимости от пола, мастерства и индивидуальных особенностей теннисистов.
2. Установить причины, определяющие появление спадов.
3. Найти методические приемы, способствующие устранению спадов в игре.
4. Дать рекомендации по психологическому отбору теннисистов.

Исследования проводились в течение 1979 г. В них приняли участие 72 ведущих теннисиста (30 женщин и 42 мужчин), из них эмс — 4, мсмк — 12, мс — 56. Среди обследуемых в «десятку» сильнейших теннисистов страны входили 12 женщин и 18 мужчин.

Использовалась следующая методика исследования:

1. Анкетирование.
2. Наблюдение за игроками на крупных соревнованиях.
3. Анализ ответственных матчей и изучение протоколов встреч.

На основе анкет были получены основные данные о спортсменах.

Анкета

1. Фамилия, имя
2. Пол (муж., жен.)
3. Спортивное звание
4. Стаж тренировок
5. Навыкшее место во Всесоюзной классификации
6. Где Вы показываете лучшую игру: на тренировке или соревновании?
7. Какой тип нервной системы Вы у себя отмечаете:
 неуравновешенный
 возбудимый
 уравновешенный
 тормозной
8. Приходилось ли Вам легко (6:1, 6:2) выигрывать первую партию, а затем так же легко проигрывать вторую:
 часто
 не очень часто
 редко
 не было
9. Причины спадов в игре (отметить значимые для себя причины):
 усталость физическая
 экономия сил для решающей партии
 провал важнейший удар
 противник начал играть очень хорошо
 сильная усталость в связи с высокой психической напряженностью матча
 очень сильное психическое напряжение после первой партии в связи с неудачными предыдущими матчами с данным игроком
 очень сильное психическое напряжение в связи с большой ответственностью и важностью данного матча
 отсутствие опыта ответственных соревнований
 отсутствие опыта международных встреч
 ошибка судьи
10. Пути устранения спадов в игре

Таблица 1
Спады в игре в зависимости от пола и мастерства теннисистов (в %)

Частота спадов в игре	Для всей группы	Мужчины			Женщины		
		Общий показатель	Для «десятки»	Вне «десятки»	Общий показатель	Для «десятки»	Вне «десятки»
Часто	30,5	19,0	16,6	20,8	46,7	41	50
Редко	66,6	76,1	83,4	70,8	53,3	59	50
Не было	2,9	4,9	—	8,4	—	—	—

Из таблицы видно, что спады в игре бывают почти у всех теннисистов, при этом у женщин они наблюдаются гораздо чаще (мужчины — 19%, женщины — 46,7%). Что же влияет на спады в игре?

Результаты анкетирования показывают, что «усталость физическая» как причина спадов отмечается у 50% теннисистов. Лишь у мужчин игроков «десятки» этот показатель 33,3%.

«Экономия сил для решающей партии» — эта причина выражена значительно слабее, а у мужчин игроков «десятки» не значится вообще.

«Пропал важнейший удар». У игроков «десятки» показатель равен 25,7% и 25% соответственно, а для игроков, не входящих в «десятку», — 50%. Причина является информативной и показывает, что одним из препятствий в достижении высоких результатов являются дефекты в технике.

«Противник начал играть очень хорошо» — причина в процентном отношении на первом месте. Указание на эту причину, по-видимому, является самооправданием.

Рассмотрим причины, определяющие влияние психического состояния на качество игры.

«Сильная усталость в связи с высокой психической напряженностью матча». У мужчин — игроки «десятки» эта причина составляет 16,5%, у остальных — 42,7%; у женщин — 33,3 и 33,8% соответственно.

«Очень сильное психическое напряжение после первой партии в связи с неудачными предыдущими матчами с данным противником» — эта причина у игроков «десятки» оп-

ределяется чаще. Связано это, по-видимому, с тем, что игроком высокого класса проигрыш матча воспринимается более болезненно, а повышенное чувство ответственности мешает играть, особенно с «неудобным» противником.

«Очень сильное психическое напряжение в связи с большой значимостью и ответственностью матча» — причина более выражена у игроков, не стоящих в «десятке»: у женщин — 61,1%, у мужчин — 50%. У игроков «десятки» — 41,6 и 27,7% соответственно. Это можно объяснить наличием большего опыта встреч у ведущих игроков.

«Отсутствие опыта участия в ответственных соревнованиях» — причина характерна для игроков, не входящих в «десятку», — 25 и 25,7% для мужчин и женщины соответственно.

«Отсутствие опыта международных встреч». Для мужчин — игроков «десятки» эта причина не существует, для женщин — 8,3%.

Для игроков, не входящих в «десятку», — 20,5 и 11,1% соответственно.

«Ошибка судьи» — эта причина имеет большую значимость у мужчин — 26,1%. Женщины — игроки «десятки» не указывают на эту причину вообще.

Таким образом, в процессе анализа анкет выявились наиболее значимые причины спадов в игре, а также различия, которые существуют в этом вопросе между игроками, входящими в «десятку», и остальными.

Представляет интерес отчет спортсменов о том, где они показывают лучшую игру — на соревновании или на тренировке (табл. 2).

Таблица 2
Влияние соревнования на эффективность игры теннисистов (в %)

Обследуемые спортсмены	Для всей группы	Мужчины			Женщины		
		Общий показатель	Для «десятки»	Вне «десятки»	Общий показатель	Для «десятки»	Вне «десятки»
Лучше играют на соревнованиях	62,5	73,8	94,4	58,3	50,0	58,3	44,4
на тренировке	37,5	26,2	5,6	41,7	50,0	41,7	55,6

Как видно из таблицы, почти третья часть теннисистов на тренировке играет лучше, но у мужчин это 26,2%, а у женщин — 50%, т. е. женщины с неустойчивой нервной системой больше.

Эти факты дают основание сделать вывод, что устойчивость к психическим нагрузкам является одним из основных факторов, влияющих на успешность выступлений теннисистов на европейской и мировой арене.

В результате проведенного исследования можно сказать, что спады в игре отмечаются у подавляющего большинства теннисистов. Они значительно чаще встречаются у женщин в связи с особенностью их нервной системы. В то же время свойства темперамента на частоту спадов в игре не оказывают заметного влияния.

На основе самоотчетов спортсменов определено, что основными недостатками, мешающими добиться более высоких результатов, являются: недостаточная физическая подготовленность, неуверенность в своих силах, неуверенная игра с «неудобными» противниками, недостаточная готовность к психическому нап-

ряжению при проведении ответственных матчей. Одновременно спортсмены считают, что спады в игре можно устранить путем:

1. Интенсификации тренировочного процесса.
2. Лучшей психологической подготовки.
3. Увеличения количества ответственных матчей.
4. Улучшения тренировок по физической подготовке.
5. Увеличения объема тренировок.
6. Большей целенаправленности тренировочного процесса.
7. Применения психорегулирующих тренировок.
8. Разгрузки психики перед соревнованиями.
9. Моделирования соревновательных условий во время тренировки.
10. Улучшения технической подготовки.
11. Развития концентрации внимания.

Анализ показывает также, что далеко не все спортсмены знают свои недостатки и поэтому не всегда верно называют пути их устранения. В частности, очень мало внимания уделяется тренировке концентрации внимания, моделированию соревновательных условий.

ТЕННИС КАК СРЕДСТВО УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ И ПОВЫШЕНИЯ РАБОТОСПОСОБНОСТИ СТУДЕНТОВ

(Из опыта работы со студентами подготовительного отделения)

В. М. Горностаева, преподаватель кафедры физического воспитания и спорта МГУ

Теннис является одним из самых популярных видов спорта среди студенческой молодежи МГУ.

Занятия теннисом проводятся:

— на отделении спортивного совершенствования, где занимаются мастера спорта и сильнейшие перворазрядники, которые входят в состав сборной команды МГУ;

— в абонементных группах для сотрудников и профессорско-преподавательского состава;

— на подготовительном отделении;

— в спортивно-оздоровительных лагерях.

Последние две формы — новые, перспективное направление, так как теннис становится массовым.

Эффективность занятий теннисом повысилась с введением так называемой специализации, когда наряду со стандартными занятиями мы стали проводить обучение технике игры в теннис. В результате студенты стали проявлять больший интерес к занятиям, у них появилась уверенность в том, что они смогут овладеть

достаточно сложной техникой игры. Студенты стали серьезнее относиться и к занятиям по общей физической подготовке (ОФП), понимая, что развитие быстроты, выносливости, ловкости, скоростно-силовых качеств и др. помогает овладеть техническими приемами тенниса.

Проводимые нами учебные занятия со специализацией по теннису состоят из трех основных частей: подготовительной, основной и заключительной.

В подготовительную часть занятия включены упражнения, способствующие развитию физических качеств (и с целью разминки перед нагрузками — в основную часть занятия). На это расходуется 15—20 мин.

Продолжительность основной части занятия 60—65 мин. В это время решаются задачи овладения техническими приемами тенниса: осваивается держание ракетки (хватка), выполняются упражнения с мячом, с ракеткой и мячом, подводящие и имитационные упражнения.

В упражнениях с мячом студенты приобретают опыт в зрительном восприятии мяча, учатся ловить его в различных точках отскока и с лёта. В результате развивается координация движений, согласованных с полетом мяча. Упражнения с мячом проводятся для правой и левой рук, что очень важно для постановки техники удара.

При обучении технике ударов справа и слева используется комплекс подвижных упражнений, необходимых для развития подвижности запястья, локтевых и плечевых суставов и силы рук, как-то: подбивание ракеткой мяча о землю, подбивание мяча вверх, ловля мяча на ракетку, «восьмерка» по горизонтали и вертикали, «маятники» для кистей рук и др.

По мере освоения техники разучиваются удары ракеткой по воображаемому мячу, удары по мячу у заградительной сетки. Затем у тренировочной стенки и через сетку на площадке.

В заключительной части занятия необходимо снять излишнее возбуждение, восстановить дыхание и частоту сердечных сокращений. Для этого используются различные виды ходьбы, дыхательные упражнения, упражнения на расслабление мышц. Продолжительность заключительной части занятия около 5 мин.

В группах для занятий теннисом были включены студенты первых курсов, не умеющие играть в теннис, но желающие заниматься теннисом. Были созданы две группы: контрольная и экспериментальная. Студенты экспериментальной группы обучались игре в теннис, а в то время как контрольная группа занималась по стандартной программе.

В октябре 1980 г. был определен исходный уровень физических качеств студентов по показателям, характеризующим развитие быстроты,

силы, выносливости, прыгучести, ловкости и подвижности в суставах. За основу был принят комплекс упражнений, утвержденный Всесоюзным советом тренеров. Условно этот комплекс составлен из двух групп упражнений:

1) для определения уровня развития скоростно-силовых качеств: бег 30 м, бег 600 м, прыжок вверх толчком двух ног, прыжок с места, многоскоки на дальность — 10 прыжков с ноги на ногу, метание набивного мяча (2 кг), ручная динамометрия;

2) для определения уровня развития специальной ловкости и гибкости: бег с обеганием предметов — «змейка», бег со сменой направления в пределах $1/2$ теннисной площадки, бег на 22 м (2 раза по 11 м), бег на 66 м (6 раз по 11 м), выкруты рук с палкой назад-вперед.

В апреле и декабре 1981 г. были проведены повторные измерения уровня физической подготовленности. Из 44 студентов экспериментальной группы лишь у двух наблюдалось снижение отдельных показателей, а у одного показатели практически не изменились. У основной массы студентов преобладавало улучшение результатов, особенно скоростно-силового характера, самочувствие и настроение после занятий были хорошими. У 30 студентов контрольной группы показатели физической подготовленности в большинстве случаев остались без изменения или изменились незначительно.

В целом выявлено положительное влияние тенниса на развитие основных физических качеств, повышение интереса к занятиям по физическому воспитанию, улучшение общей успеваемости студентов.

В настоящее время разрабатывается программа специализации по теннису для всех студентов подготовительного отделения.

ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ СОРЕВНОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ТЕННИСИСТОВ ВЫСШИХ РАЗЯДОВ

*А. П. Скородумова, кандидат педагогических наук, ГЦОЛИФК,
О. В. Жихарева, аспирантка ГЦОЛИФК,
Г. К. Жуков, аспирант ГЦОЛИФК*

Знание общего количества действий, выполняемых спортсменами в соревновательных играх, темпа, на фоне которого протекает соревновательная деятельность, частоты, надежности и эффективности использования различных технических приемов необходимо для рационального построения учебно-тренировочного процесса, так как позволяет выявить модель той деятельности, к которой нужно направ-

ленно готовить спортсменов, и слабые места в их технической подготовке.

В спортивной практике технику спортсменов часто оценивают визуально. Однако при оценке «на глаз» очень трудно определить качество выполнения отдельных технических действий, поэтому следует стремиться к их количественной оценке. В теннисе есть возможность использовать в некоторой модификации пред-

ложение В. М. Зациорского, согласно которому можно объективно определять:

1) объем технических действий, которые теннисист способен выполнить в единицу времени (1 ч).

2) разносторонность (или вариативность) техники, т. е. количество технических приемов, используемых спортсменом в игре;

3) эффективность техники, т. е. отношение количества действий, приведших к чистому выигрышу очка, к общему количеству действий;

4) надежность техники — количество правильно выполненных действий по отношению к общему числу действий.

Объем технических действий, их вариативность, стабильность и эффективность обычно определяют и тактическую концепцию игрока, в то же время наблюдается обратное явление: перспективная тактическая установка требует определенной технической оснащенности.

В какой зависимости изменяется тактическая концепция и техническая оснащенность теннисистов высокого класса, можно проследить по данным чешских исследователей. Они предложили условно разделить игроков на три категории: к первой относятся игроки, играющие по принципу подача — сетка, во второй — играющие универсально, по всему корту, и к третьей — придерживающиеся игры с задней линии. При этом выяснилось, что если в 1970 г. двое игроков первой мировой «десятки» относились к первой категории, семь игроков придерживались универсального стиля и только один теннисист играл в основном с задней линии, то к 1980 г. тактические концепции резко изменились. Среди теннисистов, вошедших в первую «десятку» мира 1980 г., к первой группе можно отнести только одного игрока, может быть, двух, игроков универсального стиля осталось три, а также три теннисиста играли с задней линии, и два сочетали игру с задней линии с игрой по всему корту.

Таким образом, можно сделать вывод, что к 1980 г. ведущие позиции в мировом теннисе занимали игроки, предпочитающие либо игру с задней линии, либо по всей площадке и отличающиеся стабильными и эффективными ударами по отскокнутому мячу.

Однако в 1981 г. вновь наметилась тенденция к изменению стиля игры ведущих теннисистов. В финале Уимблдонского турнира встретились представители совершенно разных стилей: Б. Борг, стабильно и эффективно играющий с задней линии, и Д. Макнирой, предпочитающий игру по принципу «подача — сетка». В матче победил Д. Макнирой. Однако любители, имевшие возможность наблюдать игру, наверняка отметили, что Макнирой мог, если было необходимо, играть и с задней линии, незначительно уступая Боргу. И если в 1980 г. Макнирой можно было отнести по тактической манере игры к теннисистам пер-

вой категории, то в 1981 г. перед нами уже был игрок, сочетающий действия у сетки с игрой по всей площадке. Видимо, это и есть сейчас наиболее перспективный стиль игры.

Для оценки технического мастерства ведущих теннисистов были записаны матчи советских и зарубежных игроков по системе, предложенной Г. К. Жуковым (см. ежегодник «Теннис», 1980 г.).

Мастерство теннисистов во многом характеризуется количеством действий, выполняемых в единицу времени. Оно лимитируется, с одной стороны, темпом игры, с другой — паузой, которая необходима для восстановления перед следующим розыгрышем.

По итогам анализа матчей на «медленном» покрытии игру теннисистов условно можно разделить на 4 вида:

1. Невысокий темп со значительными паузами для отдыха. Можно сказать, что спортсмены не подготовлены ни технически, ни физически.

2. Достаточно высокий темп, но объем технических действий лимитируется длительными паузами отдыха — спортсмены слабо подготовлены физически.

3. Невысокий темп, но большое количество действий. Физически спортсмены не готовы вести игру в высоком темпе, в силу чего делают незначительные паузы.

4. Быстрый темп с большим объемом технических действий.

При игре на «быстром» покрытии прослеживается более заметная взаимосвязь техники и физической готовности теннисистов с их мастерством. Действительно, если наибольший объем технических действий на грунтовых площадках составляет 330—340 ударов в час, то на «быстром» покрытии — 430—460. Чтобы выдержать на соревнованиях игру в таком высоком темпе, на тренировках необходимо выполнять не менее 1000 ударов в час.

Объем технических действий складывается из подачи, приема подачи, ударов с отскока и с лёта, свеч, ударов над головой, с полёта и укороченных ударов. Однако в игре они используются не в равной мере. Так, подача на грунте составляет 17% от общего числа действий, а на «быстром» покрытии — около 30%. При помощи стабильной и эффективной подачи можно сразу выиграть очко или, максимально затруднив ответ соперника, завершить розыгрыш следующим ударом. Однако стабильность 1-й подачи наших ведущих игроков составляет всего около 55%. Стабильность 2-й подачи на грунте и «быстром» покрытии значительно больше (93,4 и 88,6% соответственно), но эффективность не более 1%.

Но если подача составляет в среднем 17—30% общего объема действий, то точно такой же объем действий приходится и на прием подачи. Наши игроки обладают стабильным

приемом на грунте (около 90%) и довольно стабильным (около 78%) на «быстром» покрытии. Однако эта стабильность всего лишь результат простого «откидывания» мяча на сторону соперника, которое можно отнести к разряду пассивных действий.

Удары с отскока составляют около 67% общего объема технических действий на грунте и 59% на «быстром» покрытии. С помощью этих ударов разыгрываются различные комбинации, принимается подача и т. д. Стабильность их исполнения при игре на «быстром» покрытии несколько ниже, чем в играх на грунте, что, вероятно, связано с большой скоростью отскока мяча от «быстрых» покрытий. Удары с лёта составляют 7,2% объема действий на грунте и 7,4% на «быстром» покрытии. Их стабильность на грунте значительно ниже (70,6 и 77,1% соответственно).

На все остальные удары в общей сложности приходится 4,8% общего количества действий. Используя эти удары довольно редко, спортсмен в то же время должен быть стабилен и их исполнении, а эффективность удара над головой и укороченного удара должна быть очень высокой. При анализе удара над головой у ведущих советских игроков выявлено, что их стабильность колеблется в пределах 50—100%, а эффективность равна примерно 51%. На наш взгляд, это недопустимо мало.

При игре на «быстрых» покрытиях, в условиях высокого темпа, особое значение приобретает умение спортсменов надежно и эффективно выполнять удары в движении. Таким умением славятся все сильнейшие теннисисты мира последних лет. Однако в результате анализа проведенных нами записей выяснилось, что мастерство исполнения этих ударов нашими ведущими теннисистами далеко от совершенства.

Перед началом работы мы разделили удары в движении на три большие группы:

- удары в вынужденном движении;
- удары, выполняемые с установкой на быстрый выход;
- удары с ходу.

Фиксация формы движения, в которой был выполнен удар, позволила получить любопытные данные.

Выяснилось, что один из сильнейших советских теннисистов редко использует удары с ходу — всего 19% общего количества ударов в движении. Зафиксировал более низкий показатель надежности ударов с ходу по сравнению с соответствующим показателем ударов с места и ударов, выполняемых с установкой «на быстрый выход» (в среднем на 10—12%). Крайне низкой активностью отличаются удары с «быстрым выходом». Заметим, что низкая надежность ударов с ходу и активность ударов, выполняемых с установкой на «быстрый выход», характерны для большинства ведущих теннисистов страны. Практически у всех обследованных спортсменов удары в движении отличаются меньшей (в среднем на 10—15%) надежностью по сравнению с ударами с места.

Вывод однозначен: повышение эффективности ударов в движении — одно из основных направлений совершенствования игровой подготовленности ведущих советских теннисистов.

В этой статье читатели познакомились лишь с некоторыми «оперативными итогами» анализа особенностей соревновательной деятельности на площадках с различными покрытиями. Дальнейшая обработка специальных аналитических записей позволит нам на страницах следующих выпусков журнала осветить эту проблему более подробно.

ДЕТСКИЙ ТЕННИС

СМОТР БУДУЩИХ ОЛИМПИЙЦЕВ

*Т. С. Иванова, кандидат педагогических наук,
Г. К. Жуков, аспирант ГЦОЛИФКА*

олимпийского резерва. Именно тем, кому сегодня 10—12 лет, предстоит бороться за право участия в первых для советских теннисистов олимпийских играх.

Самый представительный за всю историю отечественного тенниса смотр собрал 115 теннисистов в возрасте 7—11 лет из 30 городов страны. Наряду с представителями известных теннисных центров мы увидели на смотре

юных теннисистов из Симферополя, Клайпеды, Электрения. Неделю не смолкали в Государственном Центральном институте физической культуры звонкие ребячьи голоса, неделю напряженно работала конкурсная комиссия, определяя лучших из лучших. Но задачи конкурса не исчерпывались только выявлением лучших спортсменов. Дело в том, что, даже будучи ровесниками по возрасту, участники смотра-конкурса достаточно разнородны по уровню подготовленности. Поэтому задачами конкурса также являлось:

— отбор перспективных юных теннисистов, способных к достижению высоких спортивных результатов;

— определение соответствия их подготовленности современным требованиям;

— выявление основных недостатков и оптимальных путей тренировки юных спортсменов.

При такой постановке задач в ходе смотра-конкурса не только отбираются сильнейшие на данный момент юные теннисисты, но и определяются пути их дальнейшего роста, с учетом того, что в пору совершенствования мастерства особенно важна квалифицированная помощь.

Для решения поставленных задач к проведению смотра-конкурса были привлечены ведущие специалисты: заслуженные тренеры РСФСР и СССР Н. С. Теплякова, С. С. Андреев, Т. Н. Дубровина, Л. Д. Преображенская, А. А. Лепёшин, заслуженный мастер спорта, тренер сборной команды СССР О. В. Морозова, а также члены научно-методического совета Федерации тенниса СССР канд. пед. наук Т. С. Иванова, аспиранты Г. К. Жуков, Н. А. Рожкова, Т. В. Корнеева.

Юные теннисисты продемонстрировали на смотре свой уровень технического мастерства и физической подготовленности, прошли комплексные психофизиологические обследования, участвовали в соревновательных играх. При подведении итогов конкурса юный теннисист получал комплексную оценку по всем видам программы, что позволило объективно определить победителей.

Выявить лучших далеко не единственная задача. Ведь и тот, кто сегодня не стал победителем, не должен покинуть теннис!

С этой целью проводились индивидуальные и групповые занятия. В процессе индивидуальных занятий разбирались достоинства и недостатки техники и тактики юных спортсменов, особенности развития психофизиологических качеств и свойств личности. Каждому тренеру были представлены результаты обследования его учеников.

В ходе конкурса были организованы экскурсии по институту, что позволило познакомиться ребят с лучшим физкультурным вузом страны, его аудиториями, анатомическим музеем, лабораториями, залами.

С большим интересом слушали юные спортсмены выступления прославленных мастеров ракетки О. Морозовой и А. Матривели. Ведущие спортсмены не только рассказали о своем пути в большом теннисе, но говорили также о дисциплине, учебе и тренировках.

Групповые занятия по технике проводили С. С. Андреев, О. В. Морозова, Л. Д. Преображенская. На заключительном занятии использовали видеоматрифон, что позволило участникам впервые посмотреть на себя со стороны, воочию увидеть свои ошибки.

В ходе смотра-конкурса была проведена также научно-методическая конференция для тренеров, на которой рассматривались современные тенденции развития мирового тенниса, вопросы отбора и планирования спортивной подготовки. Интересным было сообщение Л. Д. Преображенской об итогах международной конференции тренеров социалистических стран с подробным анализом существующих подходов к проблеме игровой подготовки юных теннисистов.

Каковы же итоги смотра-конкурса? Какое же оно, новое поколение теннисистов?

Для выявления особенностей личности юных спортсменов была использована специально разработанная анкета, анализ которой показывает, что для большинства ребят характерен высокий уровень притязаний: 80% участников хотят в будущем стать победителями Уимблдонского турнира и считают, что смогут достичь поставленных задач. В то же время они очень слабо представляют себе трудности, которые могут встретиться на их спортивном пути. 35% участников отмечают у себя недостаточную силу воли, боязнь играть с равными или более сильными противниками. Многие юные теннисисты, за исключением представителей Латвии, Москвы и Киева, не отличаются широтой интересов к теннису. Систематически занимаюсь теннисом, участвую в целом ряде всесоюзных соревнований, они в то же время плохо знают основные теннисные турниры, проводимые в нашей стране и за рубежом, не знают имен ведущих спортсменов, не в курсе последних теннисных событий.

К сожалению, есть тренеры, которые отдают много сил обучению основным техническим приемам, но не знают интересов, потребностей, запросов своих учеников.

Показательные данные об уровне развития специальных способностей юных теннисистов. Результаты тестирования показывают, что уже в возрасте 10—11 лет у некоторых из них развитие показателей двигательных реакций, ощущений, свойств внимания и мышления соответствует требованиям, предъявляемым к спортсменам элитного класса.

Однако у победителей смотра-конкурса 1981 г. отмечены и такие показатели, уровень развития которых довольно низок и может

препятствовать росту спортивного мастерства юных теннисистов. Поэтому необходимо более серьезно работать над развитием качеств, лежащих в основе быстрейшего: быстроты различных видов реакций, скорости переработки информации, оперативности мышления, концентрации и устойчивости внимания.

Отметим также, что если для участников смотра 1980 г. характерным было высокое развитие качеств, лежащих в основе игры с задней линией, то в этом году на смотр приехало немало теннисистов, обладающих хорошими данными для игры у сетки.

Приятно, что в работе отдельных тренеров чувствуется творческая педагогическая жилка. Так, молодые тренеры из Латвии Дайга и Янис Юшка регулярно привозят на конкурсы

и всесоюзные соревнования интересных юных теннисистов. Их ученики выгодно отличаются высокими способностями к игре и хорошим уровнем подготовленности.

В целом состав участников в 1981 г. по сравнению с предшествующими конкурсами был более однороден, впервые отсутствовали дети, явно неспособные к теннису. Однако анализ технической и физической подготовленности показал, что нашим тренерам далеко не всегда удается правильно отбирать и всесторонне готовить детей. Хорошая техника и одновременно крайне низкий уровень общей физической подготовленности — такое сочетание довольно характерно для участников смотра и, что самое тревожное, становится неприятной традицией.

Таблица физической подготовленности участников смотра-конкурса

Упражнения	11 лет		10 лет		9 лет		8 лет	
	Д	Ю	Д	Ю	Д	Ю	Д	Ю
Бег 6 м (сек)	1,46	1,44	1,48	1,45	1,50	1,43	1,51	1,46
Бег 30 м (сек)	5,41	5,22	5,41	5,34	5,59	5,18	5,74	5,54
Метание набивного мяча (м)	8,80	12	8,20	10	7,20	9	6,80	7,70
Прыжок вверх (см)	42	40	39	38	34	38	30	35

Возрастная динамика средних результатов в упражнениях контрольного комплекса по физической подготовке показана на рис. 1 и 2. На первый взгляд довольно закономерная и не вызывающая особого беспокойства картина: средние результаты более старших уча-

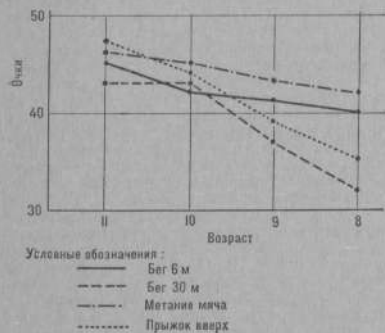


Рис. 1. График средних результатов в упражнениях по физической подготовке (мальчики)

стников выше результатов их младших товарищей. Однако эта закономерность лишь раз демонстрирует улучшения в подготовке детей. Дело в том, что средние результаты 11-летних теннисистов намного уступают нормативным требованиям, которые в 1982 г. ста-

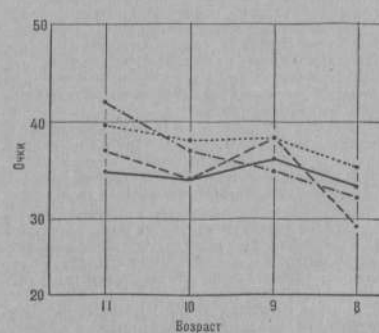


Рис. 2. График средних результатов в упражнениях по физической подготовке (девочки)

нут обязательными в юношеских первенствах СССР по теннису. Из 21 девочки 11 лет с нормативами по физической подготовке справились лишь двое, остальные 19 участниц не добрали до зачетной суммы в среднем по 25 (!) очков. Немногим лучше обстоят дела у 11-летних мальчиков. С контрольными нормативами справились всего 7 человек, а 14 участников не добрали до зачетной суммы в среднем по 15 очков.

Сейчас, пожалуй, никто из тренеров не возьмет на себя смелость отрицать необходимость с ранних лет закладывать фундамент физической подготовленности спортсмена, но рационально построить учебно-тренировочный процесс, избежав недопустимой диспропорции в подготовке юных спортсменов, удается, увы, не всем.

Не все благополучно обстоит и с технической подготовкой. В ходе проверки у некоторых участников были отмечены грубые технические ошибки, свидетельствующие о явной недоработке тренеров.

На протяжении вот уже трех последних смотров-конкурсов специалисты — члены комиссии становятся свидетелями недостаточно обоснованного переименования тренерами опыта сильнейших представителей профессионального тенниса, и прежде всего Б. Борга. Далеко не идеальное копирование манеры игры и техники выдающегося теннисиста становится настоящим бичом детского тенниса. Так, из 115 участников конкурса лишь единицы демонстрировали разнообразную игру по всей площадке с выходами к сетке и уверенной игрой с лёта. Уделом же подавляющего большинства участников по-прежнему остается игра, построенная на обмене ударами с задней линии. Нежелание теннисистов идти вперед тем обиднее, что многие из них обладают необходимыми качествами для ведения игры с лёта.

Почти все участники взяли на вооружение удар слева с отскока двумя руками. Казалось бы, что же тут плохого? Ведь многие специалисты считают, что такой удар является более эффективным, и именно такой удар использует сейчас едва ли не половина сильнейших теннисистов мира! Более того, этот удар вроде бы и наиболее приемлем для недостаточно окрепших детских рук. Не отрицая справедливости приведенных аргументов, все же заметим, что наряду с достоинствами двуручный удар слева с отскока обладает и рядом недостатков. Так, «двуручная» техника крайне затрудняет прием очень косых мячей, так как необходимость держать ракетку двумя руками скрадывает часть игрового пространства, перекрываемого спортсменом при использовании удара одной рукой, и часть мячей становится практически недостижимой.

Удар слева двумя руками затрудняет также «выход» из удара при отражении далеких мячей. Тем, кто обладает хорошими скоростными данными и гибкостью, эти недостатки двуручного удара не принесут больших неприятностей. А если таких данных нет? Поэтому необходимо ослабить и удар одной рукой, позволяющий перекрывать большее игровое пространство. Заметим, что даже Б. Борг, обладающий высочайшей скоростью перемещений по площадке, в ряде случаев вынужден использовать одноручный удар слева с отскока.

Еще один недостаток, довольно характерный для участников смотра-конкурса, это отсутствие надежной второй подачи. Зачастую, боясь совершить ошибку, юные спортсмены вторую подачу делали с руки, что совершенно недопустимо.

Как устранить эти негативные явления? Как сделать работу по подготовке юных спортсменов более эффективной?

Нам представляется, что добиться этого можно прежде всего расширением и укреплением контактов между тренерами, работающими на местах, с руководством сборной команды страны и представителями теннисной науки. Это позволит выработать единый подход к проблемам подготовки юных теннисистов, устранить разногласия в оценке некоторых тенденций развития мирового тенниса и направить всю работу в единственно верном и наиболее перспективном направлении — освоении универсальной манеры игры. За ней будущее.

В качестве оперативной меры для стимулирования активной игры по всей площадке с выходами к сетке целесообразно на определенное время ввести правила, аналогичные тем, которые использовались в детском теннисе несколько лет назад.

Что касается проблемы отбора перспективных спортсменов по стране в целом, то прежде всего необходимо добиться более ответственного проведения смотров-конкурсов на местах. Не секрет, что смотры-конкурсы в городах и республиках подменяются обычными соревнованиями. В результате путевку на всесоюзный смотр получают не наиболее перспективные, а на сегодняшний день лучше подготовленные спортсмены.

На наш взгляд, нужно проводить предварительные этапы смотра-конкурса по «кустовому» принципу, объединяя для просмотра детей из нескольких республик и привлекая для этого постоянную комиссию специалистов. Проведение предварительных этапов позволит просматривать на всесоюзном конкурсе действительно лучших, позволит сократить число участников заключительного этапа до 60—70 человек.

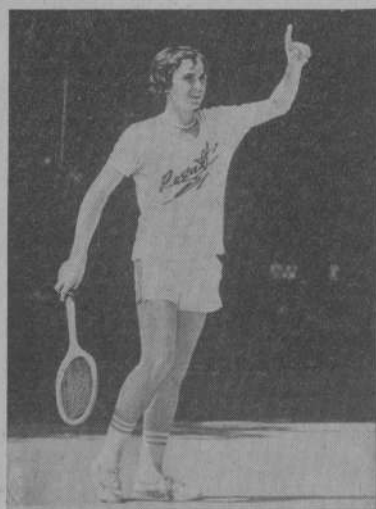


Спортивный сезон всегда насыщен соревнованиями. Для всех без исключения это волнующий мир страстей, мир прекрасного, захватывающий до конца, без остатка. И дело совсем не в возрасте.

1. Улыбка, наполненная счастьем. Но это потом. А сначала были огорчения и слезы — сразу после проигрыша в драматическом поединке финала чемпионата СССР, когда Наташа Рева трижды могла одним ударом завершить игру в свою пользу и в 16 лет стать самой юной чемпионкой СССР, но не стала. Пока не стала...

2. Взметнувшись вверх, рука обращена к сопернику — сне спешит! Сейчас каждое очко может решить исход упорнейшего матча и нужно, чтобы внимание и воля спортсмена слились воедино... Тбилисец Виктор Хурда не раз с честью выходил из труднейших положений и зарекомендовал себя как волевым турнирным боец.

3. Трудно «удержать сетку», когда ты немалым выше ее. На этот раз мяч полетел не очень высоко, и отчаянные усилия воли вознаградили Женю Самсонова за проявленные смелость и риск.



4. Иногда случается и такое. Нет-нет да и сдадут нервы в напряженном поединке у одного из спортсменов. Тщетно всматривается он в площадку в надежде «спрошить» решение судьи и таким образом «спасти» важное очко, присужденное сопернику...

5. Андрей Черкасов всецело поглощен своим ударом — нестандартным, причудливым и в то же время надежным и любимым. Он может практически сколько угодно раз безошибочно бить по мячу таким образом, изматывая соперника. И хотя сильно закрытая хватка ракетки, явно выраженное вращение туловища вокруг правой ноги, неестественно согнутая левая рука не создают эстетической законченности технического приема, мало кто из сверстников имеет шансы на успех в игре с этим самобытным, цепким, напористым и самоотверженным игроком.

6. Юные участники отборочных соревнований к первенству Европы... Впереди у них жаркие, бескомпромиссные баталии за место в основном составе сборной команды СССР. А пока — приветствия гостеприимных хозяев-харьковчан и цветы.
Текст и фото В. Янчука

СООРУЖЕНИЯ, ОБОРУДОВАНИЕ, ИНВЕНТАРЬ

СТРОИТЕЛЬСТВО КРЫТЫХ КОРТОВ МАССОВОГО ТИПА [из зарубежного опыта]

Решение МОК о включении тенниса в число олимпийских видов спорта неизбежно ставит вопрос о создании необходимой материальной базы, и главным образом сети крытых кортов массового типа. Представляет интерес опыт строительства подобных сооружений за рубежом, и прежде всего в европейских странах, связанный с быстрым ростом популярности игры.

Например, в ФРГ число занимающихся теннисом увеличивается ежегодно на 18%, что перекрывает темпы роста занимающихся горнолыжным спортом, считавшиеся до последних лет рекордными.

Классический тип крытого корта на две площадки сейчас уже не самый распространенный, преобладают корты на три и более (до 10) площадок.

Если говорить о пространственном решении этих кортов, то траектория полета мяча обуславливает криволинейную форму покрытия зала.

Наряду с традиционными железобетонными и металлическими конструкциями сейчас широко применяются конструкции из клееной древесины. Применение таких конструкций целесообразно и в нашей стране, поскольку их промышленное изготовление налажено на многих заводах.

Среди наиболее интересных кортов с такими конструкциями — крытый корт в спортивном центре одного из городских районов Варшавы (архитектор В. Заблочный). Корт имеет три теннисные площадки, расположенные по-

*В. А. Машинский, кандидат архитектуры,
Е. В. Рязанова, архитектор*

перек зала. Со стороны главного входа размещены трибуны для 250 зрителей, по двум сторонам зала устроены галереи для зрителей. Вспомогательные помещения расположены у одной из торцовых сторон зала. Освещение зала осуществляется трехсторонним ленточным остеклением и верхним световым фонарем (рис. 1). К этому же типу относятся крытый теннисный корт в г. Геттингене (ФРГ), также на три площадки. Несущими элементами служат деревоклееные арки. Стены обшиты снаружи листами полиэфирной асбофанеры.

Ряд кортов имеет большее число площадок. На шесть площадок рассчитан крытый теннисный корт в г. Лезвардене (Нидерланды), на восемь — в г. Хельсинки, а в г. Мальме (Швеция) — на 10 площадок. В последнем два ряда площадок размещаются вдоль длинных сторон сооружения. Естественное освещение зала осуществляется верхним световым фонарем.

Развернулось производство крытых кортов на индустриальной основе. Ряд фирм ФРГ, Финляндии, Швейцарии применяют для них клееные деревянные конструкции в виде арок или балок. Так, фирмой «Хьюттеман КГ» в Ольсберге (ФРГ) разработаны арочные конструкции больших пролетов.

В ФРГ выпускается еще три типа теннисных кортов индустриального изготовления:

- «Полгон Классик» — традиционный тип корта с покрытием полигональной формы;
- «Полгон Топлихт» — корт на три площадки с верхним светом;

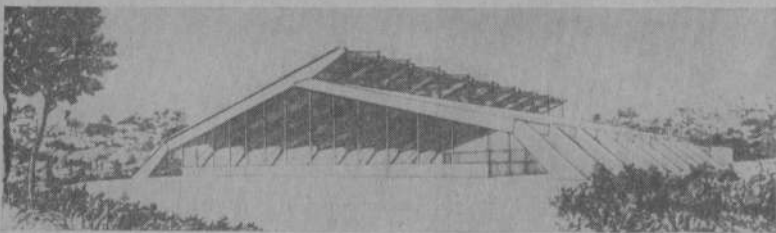


Рис. 1. Деревянные конструкции крытого теннисного корта в Варшаве (ПНР)

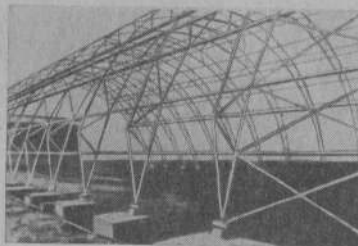


Рис. 2. Металлический каркас в форме цилиндрического свода под тентовое покрытие теннисного корта (Италия)

— «Унигон» — корт со стенами из газобетона и покрытием из асбоцементных плит.

Необходимость увеличения числа крытых кортов явилась толчком для разработки и широкого применения кортов из легких и тентовых, в том числе на воздухоопорных, конструкций заводского изготовления (воздухоопорным называется покрытие, которое держится за счет внутреннего избыточного давления воздуха, создаваемого компрессором). Этот тип кортов, безусловно, представляет интерес и для нашей страны, поскольку позволяет быстро увеличить их количество, в частности в южных районах. К такому же типу принадлежит крытый корт на одну площадку размерами 35,1×18,2 м и высотой 7,2 м, изготавливаемый в ФРГ. Он представляет собой тентовую конструкцию по деревоклееным аркам, рассчитанную на снеговую нагрузку. Монтаж такого корта осуществляется 8 рабочими за три дня. В г. Хелтоне (Великобритания) сооружен корт с воздухоопорной конструкцией из полиэфирной ткани, размерами 51×36 м и высотой 12 м, в котором размещаются три площадки.

Для крытых кортов разработаны также металлические каркасы в форме купола и в форме цилиндрического свода. Тентовое покрытие в сооружениях купольной формы подвешивается к каркасу снизу, в сооружениях сводчатой конструкции — растягивается по каркасу поверху (рис. 2).

Большой интерес представляют корты с трансформируемыми конструкциями ограждения, т. е. зимой и в плохую погоду — закрытые, а в теплую хорошую погоду — открытые.

В Италии разработаны сборно-разборные конструкции такого теннисного корта размерами 26×17 м. Сооружение выполнено в виде многоволнового свода, образованного металлическими двухшарнирными арками пространственной конструкции, на которые уложено

трансформируемое тентовое покрытие (рис. 3). Арки после снятия растяжек могут передвигаться в сторону одной или обеих стен сооружения, гибкое покрытие при этом складывается в форме гармошки, полностью или частично открывая зал. Трансформируемые покрытия теннисных кортов разработаны также во Франции.

«Сосьете металоуржик» предложила для массового использования покрытие, трансформирующееся за 3 мин нажатием кнопки. В ФРГ осуществлено строительство трансформируемого теннисного корта на три площадки размерами 52×37 м, высотой 10,5 м. Основной конструкцией являются две несущие стены, на которые внахлест друг за другом положено шесть сдвигаемых металлических элементов покрытия, соединенных в виде портала. Стены и покрытие с внутренней стороны по металлической обрешетке облицованы теплоизоляционными материалами, с наружной стороны покрытия размещены металлические световые фонари, обеспечивающие верхнее освещение площадки (рис. 4).

Интересны для сопоставления стоимостные показатели строительства крытых и открытых теннисных кортов на примере кортов ФРГ:

— стоимость строительства площадки с грунтовым покрытием на один теннисный корт — 15,75 тыс. марок ФРГ;

— стоимость строительства крытого корта из облегченных конструкций (воздухоопорных или тентовых по жесткому каркасу) на одну площадку дороже площадки с грунтовым покрытием приблизительно в 2 раза, на две площадки — в 3, на три площадки — в 3,5 раза;

— стоимость строительства крытого теннисного корта из капитальных конструкций на одну площадку дороже строительства грунтовой площадки приблизительно в 5,7 раза, на две площадки в 8,5 раза, на три площадки — примерно в 13 раз;



Рис. 3. Теннисный корт со складным тентовым покрытием по металлическим аркам (Италия)

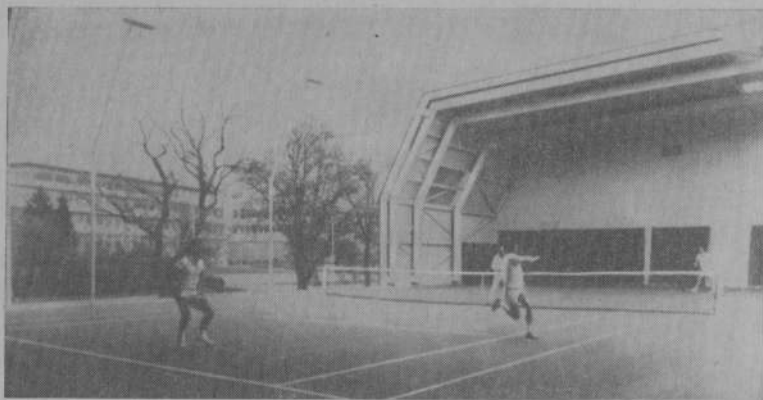


Рис. 4. Раздвижное металлическое покрытие теннисного корта (ФРГ)

— величина амортизационных расходов на содержание и эксплуатацию теннисных кортов составляет, в среднем, на одну площадку с грунтовым покрытием 500 марок, то есть 3,2% стоимости строительства, с искусственным водонепроницаемым покрытием — 0,1%.

Эти весьма убедительные данные свидетельствуют о безусловной целесообразности строительства кортов из облегченных конструкций, а также кортов с искусственным покрытием.

СУДЕЙСТВО СОРЕВНОВАНИЙ

НЕКОТОРЫЕ ПРАВИЛА ИГРЫ В ВОПРОСАХ И ОТВЕТАХ

Игра в теннис регламентирована правилами. Казалось бы, прочтудирой внимательно всю книжечку правил и выполняй все, что в ней написано. Однако на деле все не так просто. Разве мы не бываем свидетелями спорных ситуаций на различных соревнованиях? Помещая толкование некоторых правил игры в теннис, мы надеемся, что публикуемые вопросы и ответы (решение судьи) будут полезны при проведении судейских семинаров и в практической работе молодых судей.

1. Перед началом матча игрок А выигрывает жребий. В этом случае:
а) выбрав прием подачи, может ли он выбрать сторону?
Ответ: нет.

А. Е. Ангелевич, судья всесоюзной категории

б) выбрав сторону, может ли он выбрать подачу?
Ответ: нет.

а) может ли А предложить Б выбрать подачу, прием подачи или сторону?
Ответ: да.

2. Одиночная встреча. Носок ноги подающего касается задней линии.
Решение: «зашаг, второй мяч».

3. Одиночная встреча. Подающий стоит за задней линией между боковыми линиями одиночной и парной игры и подает.
Решение: «неверная позиция, второй мяч».

4. В момент подачи сильный порыв ветра относит мяч в сторону, подающий промахивается.
Решение: «второй мяч».

5. Второй мяч подающего задает судейскую вышку и падает в поле противника.
Решение: очко в пользу принимающего.

6. Первый мяч подающего задает столб для одиночной игры (подпорку) и попадает в поле подачи.
Решение: «второй мяч».

7. Подающий подает первый мяч не с той стороны, с которой следовало бы, и не попал в квадрат.
Решение: второй мяч подается с правильной позиции (стороны).

8. Подающий подает первый мяч не с той стороны, с которой следовало бы, и выиграл очко.
Решение: очко засчитывается. Следующая подача производится с правильной стороны (в соответствии со счетом).

9. Подающий подает первый мяч и попал в квадрат. Принимающий отбивает мяч и тут же заявляет, что он не был готов к приему подачи.
Решение: очко в пользу подающего.

10. После подачи мяч попадает в лежащий в поле подачи принимающего мяч и остается в игре. Принимающий наносит удар и выигрывает очко.
Решение: очко в пользу принимающего.

11. Второй мяч при подаче задает принимающего и не попадает в поле подачи.
Решение: очко в пользу подающего.

12. Первый мяч касается сетки, потом принимающего и падает в поле подачи.
Решение: «сетка, два мяча».

13. Первый мяч касается белой тесьмы, потом принимающего и падает вне поля подачи.
Решение: «сетка, два мяча».

14. Отбив мяч, А падает и скользит под сетку.
Решение: очко в пользу Б.

15. Игрок А бросает ракетку и отбивает мяч, который приземляется в пределах площадки противника.
Решение: очко в пользу Б.

16. При обмене ударами мяч, посланный А, задает столб и приземляется в пределах площадки Б, который не может его отбить.
Решение: очко в пользу А.

17. А отбивает мяч так, что он пролетает между подпоркой и столбом и попадает в пределы площадки Б, который никак не реагирует на это.
Решение: очко в пользу А.

18. Во время подачи первого мяча ракетка выскальзывает из рук А и ударяет сетку до того, как мяч коснулся земли. Мяч попадает в квадрат приема подачи, Б отбивает его и совершает ошибку.
Решение: очко в пользу Б.

19. Во время удара с лёта можно ли закончить движение над полем противника?
Решение: «второй мяч».

20. Во время исполнения второй подачи мяч ловится и падает вне поля соперника.
Решение: перенрываются два мяча.

21. После того как подан второй мяч, во время обмена ударами мяч ловится.
Решение: перенрываются два мяча.

22. Игрок умышленно помешал голосом или жестом отбить мяч.
Решение: очко в пользу того, кому помешали.

23. Игрок, находясь за пределами корта, отбивает с лёта мяч и требует, чтобы ему засчитали очко в связи с тем, что мяч летел в аут.
Решение: очко в пользу противника.

24. Мяч, посланный А, касается потолка и падает в пределах площадки.
Решение: очко в пользу Б.

25. После второй подачи на площадке появился посторонний предмет, однако очко разыграно.
Решение: перенрываются два мяча.

26. Игрок нечаянно подбрасывает два мяча вместо одного в момент выполнения первой подачи.
Решение: подача перенрывается с первого мяча.

27. В одиночной игре А против Б мяч отбивается игроком А таким образом, что, коснувшись поля противника, возвращается на сторону А. Игрок Б бросает ракетку на сторону А, ракетка ударяет по мячу, игрок А, отбивая этот мяч, совершает ошибку.
Решение: очко в пользу А.

28. Игроку, подающему второй мяч, помешал зритель. Мяч не попал в поле подачи.
Решение: перенрываются два мяча.

29. Подающий правильно подает первый мяч и уронил находившийся у него в руке второй мяч.
Решение: игра продолжается.

30. Могут ли игроки в парной игре выбрать расстановку «подающий — принимающий»?
Ответ: да.

31. Когда они могут изменить эту расстановку?
Ответ: после окончания каждого сета.

32. Во время парной игры судья на вышке обнаруживает, что очередность подач нарушена.
Решение: очередность восстанавливается, счет не меняется.

33. Во время парной встречи судья обнаруживает, что очередность приема подачи нарушена.
Решение: заканчивается розыгрыш гейма, затем восстанавливается очередность приема подачи.

34. Во время парной встречи мяч после

первой подачи задевает партнера принимающего и падает в поле приема подачи.

Решение: очко в пользу подающего.

35. Во время парной встречи подающий вторым мячом задевает голову партнера. Мяч падает в поле приема подачи.

Решение: очко в пользу принимающего.

36. Во время парной встречи один из игроков получает травму, не может продолжать игру и просит своего партнера продолжить встречу одному против двоих.

Решение: судья присуждает победу паре в полном составе.

37. Где может стоять партнер подающего в парной атаке?

Ответ: там, где он хочет.

38. Во время парной встречи, отбивая мяч, игрок забегает сбоку за сетку, не заступая в поле противника.

Решение: игра продолжается.

39. Какое время между окончанием розыгрыша очка и началом подачи?

Ответ: 30 с.

40. Сколько времени дается на смену сторон?

Ответ: 1 мин 30 с.

41. Может ли тренер в личном турнире давать советы своему ученику во время смены сторон?

Ответ: нет.

42. В каких случаях разрешается тренеру давать советы членам команды?

Ответ: только при проведении командных соревнований во время смены сторон.

43. Кто может остановить встречу?

Ответ: главный судья.

44. В личном турнире встреча останавливается из-за дождя или наступления темноты.

Решение: встреча продолжается с прерванного счета.

45. При розыгрыше тай-брейка когда происходит смена сторон?

Ответ: каждые 6 очков и после окончания тай-брейка.

ТЕННИС ЗА РУБЕЖОМ

УИМБЛДОНСКАЯ ЛЕТОПИСЬ БОРГА

*В. Янчук, заслуженный тренер РСФСР,
Г. Дашкевич*

Первое время Борг сам не очень верил в свои успешные выступления на травяных кортах. Правда, в 1972 году ему удалось стать победителем юношеского турнира в Уимблдоне, но это едва ли можно назвать выдающимся достижением.

Видно, поэтому Борга до 20 лет считали теннисистом, который может уверенно выступить на «медленных» кортах, но слабо играет с лёта и совершенно непригоден для «быстрых» травяных площадок Уимблдона. К тому же международный турнирный календарь составлен таким образом, что через две недели после завершения открытого чемпионата Франции, на котором разыгрывается неофициальный титул чемпиона мира из глинопоченных кортов, стартует Уимблдонский турнир. В двухнедельный срок приспособиться к игре на траве после «медленных» глинопоченных кортов — задача чрезвычайно сложная.

За последние 24 года только двум теннисистам удалось сделать дубль — стать победителями на открытом чемпионате Франции и в Уимблдонском турнире в один и тот же год: Роду Лейверу и Бьёрну Бьоргу. Интересно, что в последние годы, когда Борг пять раз подряд становился чемпионом Уимблдо-

на (впервые в 1976 г.), его подготовка к очередному турниру в Лондоне буквально изо дня в день повторяла предыдущую.

Борг останавливается в одной и той же гостинице в пригороде английской столицы Хэмстед. До Уимблдона приходится 45 минут добираться на машине, но это небольшое неудобство по сравнению с тем, что Борг приобретает — полный покой во время ответственного международного турнира. «В Англии я первые три дня полностью посвящаю отдыху, — говорит Борг, — много сплю, много ем, и никакого тенниса. Турнир во Франции настолько изнурителен, что некоторое время я даже не могу смотреть на мяч». В двух минутах ходьбы от гостиницы имеются корты местного теннисного клуба, где после трехдневного перерыва Борг приступает к интенсивным тренировкам. Он играет ежедневно два часа утром и два часа во второй половине дня. Его постоянные партнеры — Хайнц Гюнтхарт, Билал Мартин и Витас Герулайтис.

Уимблдон-77

Это был один из самых изнурительных турниров. Во втором туре Борг встретился с

Марком Эдмонсом и с огромным трудом добился победы в пяти сетах.

В следующем круге много неприятностей Боргу доставил югославский спортсмен Н. Пилич, который играет левой рукой и отличается мощной подачей. Но все же Бьёри победил в трех сетах (9:7, 7:5, 6:3). Полуфинальный матч, где Борг встретился с Витасом Герулайтисом, превратился в еще одно тяжелое испытание.

Вот как складывался этот матч со слов самого Борга: «Наш поединок продолжался свыше трех часов, и каждый раз, когда мне удавалось немного выйти вперед, Витас бросался в атаку и сравнял счет. В пятом сете мой соперник перехватил инициативу и повел в счете. Когда Витас переломил ход борьбы, я уже смирился с поражением, мои силы были на исходе, тогда как соперник играл отлично, хотя, как мне кажется, устал не меньше меня. В один из самых критических моментов у меня промелькнула мысль: «Если я проиграю, то только по одной причине — Герулайтис играет совершенно невероятно».

Кульминационный момент нашей встречи наступил в решающем сете, когда я проигрывал 2:3. Подавал Витас, и при счете 40:30 он неожиданно остался сзади. До этого Витас, несмотря ни на что, все время рвался к сетке для завершающего удара с лёта. Но при розыгрыше этого решающего очка Витас не пошел вперед, — наверное, не хотел рисковать. Мы долго обменивались сильными ударами с задней линии, и наконец нервы у Витаса не выдержали. Он необоснованно бросился к сетке, и я удачно обвел его ударом слева по линии. Затем мне снова повезло, когда я совершенно внезапно обвел Витаса двумя крутыми свечами: первую он все же достал, но его удар над головой был неточен, и мяч ушел далеко за пределы площадки; вторая свеча застала Витаса врасплох — он застрял у сетки и только беспомощным взглядом проводил мяч у себя над головой. В результате я вырвал у него этот гейм, а затем и пятый сет».

На финальный матч с Джимми Коннорсом Борг вышел физически истощенным после тяжелого поединка с Герулайтисом. Коннорс во многом похож на Борга. Ему также нависла мысль о поражении, и он всегда борется за победу до самого конца. Вот почему любому игроку экстраклассе победа над Коннорсом приносит чувство огромного удовлетворения.

Первый сет Борг уступил — 3:6, но следующие два легко выиграл. В четвертом сете счет был 4:4 и «меньше» на подаче Коннорса, однако Борг сыграл не лучшим образом и отдал сет со счетом 5:7.

Прогрызть ключевое очко, видимо, выводит Борга из состояния психологического ра-

новесия, хотя шведский спортсмен обычно не подает виду и держит себя в руках. В пятом сете Борг вел 4:0 и «больше» в пятом гейме. Однако Коннорсу удалось сравнять счет — 4:4. Вот как описывает Борг дальнейшие события: «Одно дело идти на риск и обострение игры, когда ты проигрываешь, и совсем другое — при равной игре. Как только Коннорсу удалось меня догнать, он тут же ослабил свой отчаянный натиск. В начале пятого гейма на своей подаче он совершил двойную ошибку при розыгрыше первого мяча и сразу сник. Ко мне же снова вернулась уверенность, я перехватил инициативу и в последних геймах из восьми разыгранных очков выиграл семь. Из всех матчей, которые мне довелось сыграть в эту встречу была одной из самых изнурительных. После трех с половиной часов, проведенных на корте, я сомневаюсь, что смог бы выдержать еще хотя бы один гейм».

Если бы в финальном матче Уимблдонского турнира 1977 года я потерпел поражение, мне кажется, я бы закончил жизнь самоубийством. Когда мой соперник отыграл подряд четыре гейма и сравнял счет, во мне все оборвалось. Еще немного, и я бы заплакал — ведь идет финал Уимблдонского турнира, можно сказать, победа была уже в кармане, и вдруг все оборачивается поражением! До этого матча я никогда еще не испытывал чувства отчаяния, охватившего меня в тот момент».

Уимблдон-78

В финал турнира 1978 года Борг вышел без особых приклучений, довольно спокойно. Однако, когда у него появилась реальная возможность стать победителем Уимблдонского турнира в третий раз подряд, Бьёри заволновался. Разумеется, теперь он чувствовал себя значительно увереннее, чем в 1976 году, и все же несколько сомневался в своей победе над Коннорсом.

«Меня успокаивало следующее, — говорит Борг, — Джимми больше не «забивает» меня своей первой подачей, которая утратила былую мощь. Раньше его процент попадания был намного выше. Особенно стабильно и мощно Коннорс подавал в 1974 году, когда достиг впечатляющих успехов. Если вы сильно подаете на травяном корте, то мячи либо вообще не отскакивают, либо скачут как бешеные, что дает подношему колоссальное преимущество. И еще одно обстоятельство, которое придает мне уверенность: когда мне приходится играть с лёта, я знаю, что «быстрое» покрытие — мой союзник. Мяч от травы отскакивает низко и стремительно, так что даже мой неудачный удар с лёта, при кото-

ром мяч приземляется коротко, на траве становится опасным».

Если судить по счету (6:2, 6:2, 6:3), то можно подумать, что Борг буквально разгромил Коннора. Но это не так. Борьба была упорной, равной, и оба соперника продемонстрировали отличный теннис. Коннор удачно начал игру и легко выиграл первые два гейма. Но затем на протяжении всего матча он сумел взять только пять геймов. Борг победил, потому что ему удалось выигрывать каждый решающий мяч. Первый раз в жизни шведский теннисист часто выходил к сетке и за весь матч только один раз «смазал» при ударе с лёта.

Уимблдон-79

В субботу 7 июля 1979 года в финале Уимблдона Бьёрн Борг встретился с Роску Таннером. Победу в матче, который длился 2 часа 50 минут, со счетом 6:7, 6:1, 3:6, 6:3, 6:4 одержал Борг.

«Я все еще не могу поверить, что стал чемпионом Уимблдона в четвертый раз подряд», — сказал Борг сразу же после окончания игры. — Пока это до меня не доходит. Сейчас я чувствую себя буквально стариком, наверно из-за усталости. Матч складывался драматически, особенно в самом конце, когда у меня слали нервы, и ракетка стала валиться из рук. Мое состояние трудно передать. В последнем гейме при счете 40:0 в мою пользу Таннер не дрогнул и сделал «ровно». Если бы он взял тот злополучный гейм, мне бы ни за что не видеть победы».

Матч проходил в тяжелых условиях, и начало не предвещало ничего хорошего Боргу. Сильный порывистый ветер не давал ему возможности почувствовать мяч, мешал войти в привычный темп игры и наносить атакующие удары с задней линии. Пришлось полностью отказаться и от спеш.

После того как Таннер выиграл два сета из трех, Борг стал терять уверенность в победе. Он никак не мог приспособиться и к ритму игры. Каждое очко разыгрывалось с молниеносной быстротой. Таннер или «убивал» мяч, или «смазал». В ситуации, когда положение кажется безнадежным, выигрывать важного очка может резко изменить ход поединка. Борг решил перейти к активным действиям, стал чаще выходить к сетке и отбирать решающие очки. Он должен был постоянно оказывать на Таннера давление, во что бы то ни стало перебивать на его сторону все мячи. Расчет оказался верным: Таннер не выдержал и начал допускать ошибки в первую очередь при ударах с лёта.

Переломный момент наступил в четвертом сете, когда Боргу нужно было выиграть всего одно очко, чтобы добиться перевеса. В таких

случаях шведский спортсмен всегда предельно собран и играет наверняка. Ему удалось взять четвертый сет — 6:3. После того как Борг взял первый гейм пятого сета, он окончательно воспрянул духом. У Таннера было много возможностей отыграться и снова повести в счете, однако этого не произошло.

Уимблдон-80

5 июля 1980 года Борг сделал еще один шаг на пути к своему теннисному бессмертию. В финале Уимблдонского турнира он ценой невероятных усилий победил американца Джона Макнироя и в пятый раз подряд стал обладателем высшей награды. Матч, который длился четыре часа, проходил в напряженнейшей борьбе.

Первый сет легко достался Макнирою (6:1). Затем Борг переиграл своего соперника во втором и третьем сетах (7:5, 6:3). Основные драматические события развернулись в четвертом сете. Борг не смог реализовать тройной матчбол на своей подаче, а Макнирой в решающий момент, когда казалось, что ему уже не выбраться из безнадельной ситуации, вдруг продемонстрировал редкое самообладание и выиграл у Борга самый затяжной в истории Уимблдона решающий гейм (тай-брейк). О том, какой упорный характер носила борьба, свидетельствует необычный счет — 18:16. В заключительном пятом сете никому из соперников не удавалось добиться ощутимого преимущества. Как и в предыдущем сете, пришлось разыграть тай-брейк. На этот раз победную точку, победив со счетом 8:6, поставил Борг.

Борг как описывает этот интереснейший поединок лондонская воскресная газета «Санди таймс» в специальной колонке, посвященной итогам Уимблдонского турнира:

«После того как четвертый сет завершился тай-брейком, который будет, несомненно, занесен в летопись Уимблдона, над Боргом нависла реальная угроза поражения. С самого начала все складывалось против чемпиона. Казалось, Боргу трудно справиться с предстартовым волнением, и он никак не может обрести свою игру. Первый гейм Макнирой легко выиграл на своей подаче: после первых двух мощных ударов, которыми он вводил мяч в игру, счет стал 30:0. Второй гейм Борг также уступил почти без борьбы. Сперва он совершил двойную ошибку при подаче, которая у него явно не получалась, а затем ударом слева послал мяч далеко в «аут». Еще несколько пушечных подач Макнироя, и счет быстро увеличился до 3:0. До этого момента Борг выиграл всего четыре очка, и, хотя в четвертом гейме на своей подаче он отдал Макнирою только один мяч, исход первого сета ни у кого не вызывал сомнений. Шестой

гейм Макнирой снова отобрал на подаче чемпиона, завершив розыгрыш решающего очка великолепным ударом слева. У американца были две хорошие возможности закончить этот сет с разгромным счетом. Первый раз ему не повезло: он эффектно сыграл с лёта, но мяч ушел в «аут», едва не задев линию. Второй шанс Макнирой уже не упустил. Когда ответный мяч Борга попал в трос и перевалился на другую сторону, Макнирой стремительным броском догнал его и очень хладнокровно сыграл мяжком укороченным ударом под самую сетку. Первый сет длился 27 минут. На всем его протяжении Борг выглядел очень неуверенно, подавал намного хуже обычного, а его слабые удары с лёта не доставляли беспокойства Макнирою. В то время как чемпион совершал много грубых ошибок и испытывал серьезные трудности при приеме мощной подачи своего соперника, Макнирой был в ударе и не упускал инициативы из своих рук.

Но уже в начале второго сета Борг показал, на что он способен, продемонстрировав все свои лучшие бойцовские качества. Его игра выровнялась, у него опять стали получаться сильнее и круче удары с задней линии. В девятом гейме на подаче Макнирой Борг, как и подобает истинному чемпиону, оказал своему сопернику яростное сопротивление. Он три раза спасал положение, отыгрывая важные очки неотразимыми ударами. При счете 6:5 Борг заметно активизировал свою игру, чтобы не дать возможности Макнирою сравнять счет, и двумя великолепными ударами слева по линии эффектно поставил победную точку в этом сете.

В третьем сете Борг повел в счете — 4:2. В седьмом гейме, который получился на редкость упорным и длинным. В третьем сете победил Борг со счетом 6:3. К этому времени соперники уже сражались 1 час 57 минут.

Затем настал черед эпического четвертого сета, в котором Борг при счете 5:4 имел тройной матчбол на своей подаче, но так и не добился победы. Именно в этой драматической ситуации американец проявил себя с самой лучшей стороны. Собрав всю свою волю, он мужественно защищался. Он не только отыграл у Борга роковые мячи, но в конце концов заставил своего соперникаступить в изнурительную борьбу в тай-брейке.

После пятой победы подряд на Уимблдонском турнире американский журнал «Лайф» написал о Борге следующее: «Теперь Бьёрна Борга, наверное, можно назвать лучшим игроком за всю историю существования тенниса».

Уимблдон-81

В четвертьфинале Борг встретился с австралийским теннисистом П. Макнамарой и

остался верен себе, одержав сороковую победу подряд в серии побед на Уимблдонских турнирах. Одновременно эта победа была по счету пятидесятой в ряду всех его уимблдонских побед — своеобразный рекорд, повторяющий достижение Рода Лэйвера.

По мнению Борга, в первом сете у него не получалась подача, однако затем он «почувствовал игру» и не оставил никаких шансов на успех австралийцу. Макнамара пытался выходить как можно чаще к сетке, но в большинстве случаев не мог справиться с контратакующими ударами Борга. В обмене ударами с задней линии неизменным победителем выходил также шведский спортсмен. В итоге счет 7:6, 6:2, 6:3.

Полуфинальный матч Борга с Коннорсом явился украшением Уимблдонского турнира. Он выгодно контрастировал в сравнении с предыдущим полуфиналом, где встречались Макнирой и Фроли, показавшие довольно скучную и вялую игру.

Коннор сразу же обрушил на соперника шквал яростных атак, демонстрируя впечатляющую мощь ударов, потрясающую быстроту передвижения по всей площадке и неукротимую энергию. Борг был ошеломлен натиском соперника, и счет в сетах довольно быстро стал 2:0 в пользу американского спортсмена. Казалось, исход матча предрешен и Коннор явится наконец непреодолимым барьером на пути Борга. Но постепенно огненный пыл Коннора стал угасать, тогда как шведский теннисист «прибавлял в игре». Американец отчаянно боролся, однако ничего не мог поделать с заигравшим в полную силу шведом. В четвертом сете Коннор еще пытался держаться, пока не проиграл гейм на своей подаче. После этого он потерял всякую надежду на успех.

«Битвой титанов» окрестила английская пресса финальную встречу Борга с Макниром. Это была напряженнейшая борьба от начала и до самого конца. Борг не хотел уступать. Каждый играл самоотверженно, придерживаясь своего стиля и проверенных приемов. Макнирой строит свою игру на стремительных выходах к сетке и острых ударах с лёта, Борг — на обводных ударах и контратаках. Матч был наполнен захватывающими эпизодами бескомпромиссной борьбы с проявлением высокого мастерства, безудержных страстей и порю драматических сцен.

Макнирой демонстрировал блестящую технику, широко применяя укороченные удары с лёта, неожиданные стремительные «свечи» и удары с разнообразным вращением мяча. Удары Борга впечатляли не столько своим разнообразием и внезапностью, сколько мощью и высокой надежностью. Особенно отличался Борг быстротой передвижений, догоняя почти все мячи, и огромным самообладанием. Одни

из свидетелей этого поединка рассказывает: «Мне врезался в память эпизод, когда Макинрой сыграл с лета мяч и тот, коснувшись сетки, едва перевалил через нее на расстоянии 15—20 см. Высота отскока мяча от травяного покрытия не превышала 8—10 см. И тем не менее Борг, находясь в 25 ярдах от сетки, в отчаянном рывке достал мяч и сумел чисто обвести соперника. Трибуны были поражены при виде невозможного и, взорвавшись аплодисментами, долго не утихали».

Этот эпизод характерен для всего матча. Борг был предельно собран и внимателен, однако успех сопутствовал ему лишь в первом сете. В дальнейшем он вынужден был ожесточенно обороняться от наседавшего на него соперника, которому в ключевые моменты матча удавалось действовать четко. Используя свое преимущество левши, Макинрой особенно успешно подавал во второе поле, заставляя Борга «открывать» площадку, и развивал

атаки выходами к сетке и ударами с лета в незащищенную часть корта. В итоге победа и звание чемпиона Уимблдонского турнира достались Джону Макинрою — 4:6, 7:6, 7:6, 6:4.

Следует отметить, что Макинрой, по единодушному мнению, обладает более ярким талантом, чем любой другой теннисист. Боргу не удалось стать шестикратным победителем Уимблдона, на этот раз соперник оказался достойным его. Наверное, как и каждый настоящий спортсмен, Борг проанализирует причины своего поражения и сделает необходимые выводы. Конечно же, он не сказал еще своего последнего слова.

Несмотря на поражение в Уимблдоне-81 Борг вписал в историю мирового тенниса яркую страницу, заставив многих специалистов пересмотреть существующие представления о средствах и методах спортивной подготовки, о возможностях человека.

ДЖОН МАКИНРОЙ — СИЛЬНЕЙШИЙ ТЕННИСИСТ 1981 ГОДА

Г. Дашкевич

Незадолго до Уимблдонского турнира 1981 года американский журнал «Уорлд теннис» вышел в свет с весьма красноречивой обложкой. На ней были изображены два ведущих профессиональных теннисиста мира — Бьери Борг и Джон Макинрой, стоящие спиной друг к другу с дуэльными пистолетами в руках. По мнению специалистов, именно эти грозные соперники должны были вновь встретиться в финале Уимблдона (финальный матч 1980 г. закончился победой Борга). Этот прогноз полностью оправдался, 4 июля 1981 года на центральном корте Уимблдона вышли пятикратный чемпион швед Бьери Борг и «чудо-мальчик» из Нью-Йорка Джон Макинрой. В драматичном матче, который длился почти три с половиной часа, победил 22-летний американец (4:6, 7:6, 7:6, 6:4), тем самым лишив своего именитого противника возможности в шестой раз подряд завоевать почетное звание чемпиона.

Сразу же после окончания встречи новый обладатель чемпионского титула заявил корреспондентам: «Я очень рад своей победе. Это был триумф Макинроя над Боргом. Правда, я не настолько самонадеян, чтобы утверждать, что обязательно обыграю его в следующей раз».

И все же большой успех Джона Макинроя, признанного лучшим теннисистом по итогам 1981 года, вполне закономерен. Победив в одиночном разряде, он стал также чемпионом

в паре с другим американским теннисистом, Питером Флемингом, повторив достижение австралийца Джона Ньюкомба в 1970 году. В последние годы многие зарубежные специалисты считают Джона Макинроя «самым талантливым теннисистом среди профессионалов».

Редкое спортивное дарование Джона Макинроя проявилось в самом раннем возрасте. Он родился в семье преуспевающего адвоката, и его детство и юность прошли в одном из зажиточных пригородов Нью-Йорка, недалеко от Манхэттана. Как только мальчик научился ходить, он стал с большим удовольствием играть крошечной ракеткой. При этом ребенок так ловко попадал по мячу, что сразу же обратил на себя внимание взрослых. Особенно все удивлялись его поразительной координации движений. Когда Джону исполнилось 8 лет, родители отдали его в местную теннисную школу. Уже через два месяца занятий мальчик превзошел всех своих сверстников, и тренер, отмечая его редкие способности, заявил, что «наступит день, когда Джон выступит на открытом чемпионате США и добьется больших успехов на теннисном поприще».

В 11 лет по классификации Американской теннисной ассоциации Джон занимал седьмую строчку в категории юношей моложе 12 лет. Непоседливый, то и дело отвлекающийся от выполнения данных ему заданий, Джон постоянно получал замечания от известного своей

требовательностью знаменитого Гарри Хопмана, который был тренером группы, где занимался Джон. Дело дошло до того, что Хопман исключил Макинроя из своей группы. Усилиями отца Джон был определен в другую группу, с которой занимался опытный тренер Токи Палафокс.

Именно под руководством Палафокса Джон достиг первых значительных успехов. В 13-летнем возрасте Макинрой занимает уже вторую строчку в классификации юношей моложе 16 лет, а в 1975 году провозглашается лучшим юниором США.

В детские и школьные годы Макинрой отличался разносторонними спортивными интересами, много и увлеченно играл в футбол и баскетбол. Пройдет всего несколько лет, и уже ставший известным теннисистом Макинрой сделает заявление, в котором подчеркивает, что добиться успеха в теннисе ему помогли футбол и баскетбол. «Более того, я считаю, что односторонние занятия теннисом в школьном возрасте и частые выступления в турнирах могут оказать пагубное воздействие на юного спортсмена, так как он может быстро сгореть, не выдержав чрезмерных психологических нагрузок», — заявил Макинрой в одном из своих интервью.

Учился Джон в приватизированной школе в Манхэттане, где он совмещал учебу с выступлениями в теннисных турнирах для мальчиков различных возрастных групп. Но даже когда юный теннисист стал одерживать громкие победы, он остался верен себе и продолжал увлеченно гонять мяч на футбольном поле и баскетбольной площадке.

В старших классах Джон Макинрой стал уже обладателем целой коллекции чемпионских медалей, которые он завоевал на юношеских национальных первенствах США по теннису.

1977 год стал переломным в спортивной биографии американского теннисиста. После неудачного выступления на открытом первенстве Франции среди юношей Джон принимает решение участвовать в Уимблдонском турнире среди взрослых. Выиграв три отборочных матча, Макинрой попадает в основную сетку турнира и даже доходит до полуфинала, обыграв последовательно Эль-Шафая, Мейлера, Даудервюла, Санди Мебера и Фила Дента. Даже после проигрыша полуфинального матча Джимми Коннору Джон заставлял говорить о себе как о восходящей звезде. Действительно, 18-летний американец стал самым молодым теннисистом, которому за всю историю Уимблдонского турнира удалось пробиться в полуфинал.

После успеха в Уимблдоне последовала серия побед над сильнейшими игроками мира, что дало основание репортерам из журнала

«Уорлд теннис» провозгласить Макинроя «надеждой года».

Сразу же после окончания школы Джон Макинрой решил уйти в профессионалы, так как давно мечтал о карьере профессионального теннисиста. Но его родители настояли на том, что он должен поступить в престижный Станфордский университет в Калифорнии, хотя в душе прекрасно понимали, что их сын не долго задержится в этом высшем учебном заведении. Как метко заметил один американский журналист, Джон Макинрой сможет и без высшей математики прекрасно подсчитать деньги, заработанные на теннисных турнирах.

В университете Джон Макинрой пробыл всего год, но и этот небольшой срок умело использовал. Возглавляемая им команда теннисистов Станфордского университета вышла победителем в соревнованиях среди американских университетов, а сам он завоевал звание чемпиона в одиночном разряде.

В возрасте 19 лет Джон Макинрой осуществил свою мечту и стал профессионалом. Чтобы сделать головокружительную карьеру и по итогам сезона 1981 года возглавить список лучших теннисистов мира, ему понадобилось всего три года. Победитель Уимблдонского турнира 1979 года в парном разряде (вместе со своим соотечественником Питером Флемингом), финалист Уимблдонского турнира 1980 года и, наконец, чемпион Уимблдонского турнира 1981 года в одиночном и парном разрядах, трехкратный победитель открытых чемпионатов США 1979, 1980 и 1981 годов — таков неполный перечень побед Джона Макинроя.

В последние годы Макинрой систематически побеждает знаменитого Бьери Борга. За четыре года теннисисты встречались 18 раз, и на счету каждого из них по 9 побед. Две последние победы над легендарным шведом Макинрой одержал в финалах двух престижнейших турниров — Уимблдонского турнира и открытого первенства США. До этого Борг не проигрывал два раза подряд ни одному из своих самых сильных соперников.

Завоевание перечисленных титулов, победы над Боргом заставили говорить о Макинрое как о явлении выдающегося.

Каким же сокрушительным оружием обладает Джон Макинрой? В чем его сила?

Чтобы ответить на этот вопрос, обратимся к таблице, содержащей статистический анализ противоборства Борга и Макинроя в финале Уимблдонского турнира 1981 года (по данным А. П. Скородумовой и О. И. Жижаревой).

Во-первых, это стабильная, сильная и надежная подача. Из 140 мячей, разыгранных на своей подаче, 14 мячей Макинрой выиграл мгновенно, причем трижды он подавал «навзлет» со второй подачи.

Во-вторых, разнообразная, надежная и ак-

Действие игроков	Стабильность техники, %		Эффективность техники, %	
	Борг	Макнирой	Борг	Макнирой
Подача	50	65	15	12
	83	74	—	7
Прием подачи	67	90	12	2
	82	82	12	3
	83	84	3	31
Выход к сетке после подачи	92	84	11	16
	90	86	10	21
Игра с отскока	93	82	12	10
	79	75	47	37
Выходы к сетке с игры	79	79	32	35
	75	73	41	32
Игра с лёта	83	86	23	38
	77	88	3	31
Смэш	40	70	10	78
	40	81	23	35
Свеча	75	80	10	35
	75	80	10	35

Примечание. Стабильность техники = $\frac{\text{кол-во ударов без ошибок}}{\text{общее кол-во ударов}}$
 эффективность техники = $\frac{\text{кол-во чисто выигранных ударов}}{\text{общее количество ударов}}$

тивная игра с лёта. В сочетании с мощной подачей удары с лёта были основным наступательным оружием американского теннисиста, а тактический прием «подача с выходом к сетке» составил основу победной тактики в матче — в 80% случаев после подачи он сразу шел к сетке, и 31% его выходов завершился чистым выигрышем очка.

В третьих, надежный прием подачи. В этом компоненте игры молодой американец даже превосшел Борга, подачу которого слабой не назовешь.

В четвертых, активная контратакующая свеча. Как это ни парадоксально, но, проиграв своеобразную дуэль в обмене ударами с задней линии площадки, свечу Макнирой использовал намного эффективнее своего соперника (показатели надежности и эффективности свечи соответственно 70 и 78% у Макнирой и 40 и 10% у Борга).

Кроме чисто технических компонентов победы нельзя не отметить отменной физической подготовленности Джона. Вдумайтесь в следующие цифры: 119 раз американский теннисист после подачи шел к сетке, а ведь это 119 рычков на околосредней скорости по 8—11 м каждый!

Более трех часов длился матч, и до последнего мгновения Макнирой не изменил своей тактике. Средний темп игры на подачах американца составил 66 ударов в минуту.

Для сравнения: темп игры в финальной встрече 50-го первенства СССР по теннису 1981 года между А. Зверевым и К. Пугаевым составил 51 удар в минуту.

Игра потребовала от Макнирой и незаурядной ловкости. Борг славится своими коварными обводящими ударами, и не раз Макнирой приходилось выполнять удары с лёта в низкой точке, после акробатических бросков и прыжков.

Интересно, что в полуфинальном матче против Борга тактику, ставшую победной для Макнирой, пытался использовать и Джимми Коннорс. Но она оказалась ему не по силам. Ввязивание темпа игры, постоянное давление за счет частых выходов к сетке позволили ему выиграть два первых сета. Однако огромная физическая нагрузка, обусловленная такой игрой, оказалась в дальнейшем. Все чаще Коннорс стал оставаться сзади, темп игры упал, и вся она стала сводиться к обмену мощными ударами с задней линии, в которой Борг не знает себе равных. И он лишь один раз доказал это, выиграв три последующих сета у порядком уставшего соперника.

Отличная физическая подготовленность, позволяющая Макнирой вести длительную борьбу практически с любым соперником, высокий уровень развития волевых качеств (в самой, казалось бы, безнадежной ситуации Джон борется «до последнего»), феноменаль-

ное чувство мяча, быстрая реакция, прекрасная подача в сочетании с максимально активной игрой с лёта, надежный прием подачи соперника, активная контратакующая свеча — вот основные «козыри» Джона Макнирой, которые он умело использует в турнирных встречах.

И если основное оружие Борга — мощные сверхкрученные удары, то в арсенале Макнирой в равной мере представлены и крученые и резаные удары. «Я без труда могу придать мячу любое вращение, — говорит Макнирой, — и мне ничего не стоит выполнить крученый или резаный удар. Все зависит от конкретной ситуации. На одном из этих ударов и не отдаю предпочтения. Нужно владеть любым из них».

Макнирой виртуозно владеет техникой всевозможных подрезок и блестяще выполняет самые неожиданные для противника удары. Он всегда очень рано начинает готовиться к любому удару и, как правило, встречает мяч в полной боевой готовности, заранее сделав замах. Поэтому у него всегда остается время для того, чтобы принять решение о том, какое вращение следует придать мячу.

Макнирой считает, что при выполнении обводящих ударов необходимо придавать мячу верхнее вращение. Такой удар должен быть выполнен мощно. Резаные же удары позволяют хорошо контролировать мяч, что особенно важно при приеме подачи и подготовке выхода к сетке. Резаные удары Макнирой выполняет скользящим движением струнной поверхности ракетки, сообщая мячу вращение, обратное направлению его полета.

«Когда Борг навязывает мне длительный обмен ударами с задней линии, я могу применить один из своих резаных ударов», — говорит Макнирой.

Железная логика. Никто из ведущих теннисистов не хочет обмениваться с Боргом ударами с задней линии, и в этом плане Макнирой не составляет исключения. Он также предпочитает при первой же возможности выйти к сетке и завершить розыгрыш очка подрезанным ударом с лёта, который нелегко отбить из-за его низкого отскока.

Макнирой считает, что во время напряженной игры у любого теннисиста может неожиданно разладиться тот или иной удар. По его мнению, очень полезно иметь в своем арсенале надежные резаные удары, тем более что их легче выполнить, чем сверхкрученные. Сам Макнирой редко попадает в такие ситуации, когда он не может наладить свою игру. Если у него не идет один удар, он тут же переключается на другой.

«Я никогда не зависел от одного какого-нибудь удара, — говорит американский теннисист. — Я всегда знал, как важно уметь использовать самые различные удары».

Еще одна отличительная особенность Джона Макнирой заключается в том, что он много выступает в турнирах в паре, не боясь переломить себя даже перед самыми ответственными матчами в одиночном разряде. В одном из интервью Макнирой-старший, который постоянно сопровождает сына во всех его поездках и ведет его финансовые дела, заявил, что Джон не отличается особым усердием во время тренировок и своими выступлениями в парном разряде в какой-то мере восполняет этот существенный пробел. Действительно, в парной игре Макнирой находит особое удовольствие и уделяет ей много внимания. Недаром в последнее время пара Макнирой — Флеминг считается лучшей в мире. По словам самого Макнирой, парная игра очень помогает ему поддерживать отличную спортивную форму.

Заслуживающая внимания оценка, которая дает представление о Макнирое не только как о турнирном бойце, но как о человеке, была опубликована в лондонской газете «Санди таймс» незадолго до официального открытия Уимблдонского турнира 1981 года. Говори об особенностях поведения Макнирой на площадке, еженедельник подчеркивает тот факт, что американский теннисист слишком самоуверен, приходит в ярость из-за малейших неточностей в судействе, выкрикивает ругательства в адрес арбитров. Эта объективная оценка как нельзя лучше свидетельствует о невиданности Макнирой. Несмотря на непродолжительную карьеру в профессиональном спорте, за ним уже прочно утвердилась дурная слава скандалиста. В отличие, например, от Борга, который ведет себя на площадке очень сдержанно в любой ситуации и никогда не асует в пререканиях с судьями, буйный американец может в любой момент вспыхнуть как порох и наброситься с бранью на тех, кто подвернется под руку.

Трехкратный победитель Уимблдона Джон Ньюкомб, ставший свидетелем возмутительного поведения Макнирой во время полуфинального матча с австралийским теннисистом Родом Фроли на Уимблдонском турнире летом 1981 года, заявил по этому поводу следующее: «Разве можно допустить, чтобы на глазах у миллионов телезрителей судью обзывали круглым дураком? Таким выходом давно уже пора положить конец, где бы они ни имели место: в школе, дома или на спортивной арене. Очень жаль, что Макнирой не видит разницы между обменом мнений по поводу спорного мяча и грубым оскорблением людей. Игрок имеет право отстаивать свою точку зрения, если он считает решение судьи ошибочным, но он никогда не должен опускаться до брани».

К сожалению, нарушение норм спортивной этики во время соревнований стало подлинным

бичом профессионального тенниса. Худиганские выходы, как правило, наказываются денежными штрафами, которые составляют лишь незначительный процент от заработка ведущих игроков. Поэтому Макирой, ставший уже миллионером, относит денежные штрафы

к дополнительным «производственным» расходам и предпочитает давать волю своим эмоциям.

Таков Джон Макирой, «студо-мальчик» из Нью-Йорка, лучший теннисист 1981 года.

СИЛЬНЕЙШИЕ О СИЛЬНЕЙШИХ

**В. Янчук, заслуженный тренер РСФСР,
А. Васин**

Д. Коинорс, Б. Борг, Д. Макирой, И. Настасе, В. Герулайтис, Р. Таннер, Г. Вилас — яркие звезды в истории мирового тенниса, игроки, определившие стиль игры и тенденции ее дальнейшего развития.

Каждый из них не похож на другого, неповторимо индивидуален на корте. У них десятки тысяч поклонников и подражателей во многих странах мира. Однако даже самое точное копирование их стиля и тактико-технических приемов не дает заметных результатов. Дело ведь не во внешней схожести манеры игры, а в комплексе движений и навыков, наиболее отвечающих индивидуальным особенностям спортсмена и формирующихся у него в процессе многолетних тренировок и соревнований.

По какому пути следовать молодому теннисисту, мечтающему покорить теннисный «Олимп»? Какова эффективность различных приемов и личностных качеств теннисиста в игре? Ответы на эти и на некоторые другие вопросы можно найти в высказываниях сильнейших игроков мира. Любая информация о игре звезд интересна, но ее ценность неизмеримо возрастает, когда она исходит от самих спортсменов, досконально изучивших друг друга.

Джимми Коинорс о Борге и о Макирое

«В 1979 г. я восемь раз встречался с Боргом и ни разу не добился победы. Чтобы его победить, я должен играть в свою игру, то есть непрерывно атаковать. Но эта тактика приносит успех только в том случае, если атакующий игрок действует безошибочно. Вот почему мне надо набраться терпения и избавиться от досадных ошибок, которые я обычно начинаю допускать после трех-четырех ударов. Задача, стоящая передо мной, — научиться держать мяч и не бояться длительного розыгрыша очка. А так играть я могу. Например, в январе 1980 г. в Нью-Йорке в «Мэдисон сквер-гарден», где проходил турнир «Мастерс», мне и Боргу приходилось добывать каждое очко в результате длительного обмена сильнейшими ударами. Наша игра проходила в очень быстром темпе, и, к восторгу зри-

телей, которые любят долгий розыгрыш мяча, мы совершали по 15—20 ударов. Все, что происходило на корте в тот вечер, не поддается описанию, и, хотя Борг выиграл встречу, я был страшно доволен своей игрой. Во-первых, я снова поверил в свои силы и убедился, что могу играть с ним на равных. И во-вторых, опыт, приобретенный мною во время этого поединка, пригодится в будущих матчах с Боргом.

Я до сих пор не могу понять, как это Боргу удается с таким поразительным успехом выступать на травяных кортах Уимблдона. Он — игрок задней линии и чувствует себя менее уверенно на площадках с быстрым отскоком мяча. Несмотря на такой очевидный парадокс, Борг пять раз подряд становится победителем Уимбдонского турнира на самых «быстрых» в мире травяных кортах, которые считаются идеальными для теннисистов атакующего стиля, уверенно играющих с лета. На первый взгляд может показаться странным, но мне кажется, что Боргу в какой-то степени помогают издержки травяного покрытия. Дело в том, что укороченные удары с лета, а также удары, которые срываются из-за того, что игрок не попадает центром ракетки по мячу, на траве становятся очень опасными из-за низкого отскока мяча, в то время как классические удары с лета, направленные в глубину площадки, предоставляют противнику больше возможностей для ответного удара. Я дважды встречался с Боргом в финале Уимблдона и дважды терпел поражение. Теперь я жажду реванша и больше всего хочу сразиться на травяных кортах в Лондоне именно с Боргом, а не с Макироем или другими претендентами на звание чемпиона.

Макирой в отличие от Борга придерживается абсолютно иной тактики. После подачи он сразу же бросается к сетке, что мешает мне хорошо подготовиться и целенаправленно выполнять обводные удары. Макирой умеет играть и с задней линии, но, конечно, он уступает Боргу, сверхкрученные удары которого обладают особой «пробивной» силой и поразительной точностью. Борг не преподносит сюрпризов. Заранее знаешь, что он будет

строить игру на ударах с задней линии и лишь изредка выходить к сетке. Борг играет как машина. Его удары с отскока безошибочны, и он так много мячей возвращает на вашу сторону, что победить его — задача чрезвычайно сложная. Чтобы стать пятикратным чемпионом Уимблдона, нужно обладать огромной верой в собственные силы.

Нас с Боргом сближает одно: мы оба строим свою игру на комбинациях и не стремимся завершить розыгрыш мяча одним неотразимым ударом с лета. Макирой поступает наоборот. Выполняя подачу, он все время идет в атаку, чтобы «убить» мяч с лета. Такое постоянство мне на руку: создается определенный ритм, в котором я начинаю легче действовать. Тем не менее Макирой всегда опасен. От его ударов с лета мяч так низко летит над сеткой, что отбить его очень трудно. И поверьте мне: и Борг, и Макирой — достойные соперники».

Борг о Коинорсе

«У меня с Коинорсом сложились хорошие отношения, но такими друзьями, как с Витасом Герулайтисом, нас не назовешь. Коинорс — один из самых быстрых игроков в мировом теннисе. Он до самого конца борется за каждый мяч, и победить его очень сложно. Первое время, когда Коинорс буквально подавлял меня своими мощными ударами, я гораздо чаще ему проигрывал, и общий итог наших встреч складывался далеко не в мою пользу. Я прежде всего объяснял это тем, что в игре с Коинорсом сделала неверную ставку на тактику, к которой часто прибегают другие профессионалы: отвечать на мощную игру и сильные глубокие удары мягкими укороченными и косыми мячами, тем самым пытаясь выбить противника из привычного ритма. Но это не мой стиль игры. Со временем, когда я заиграл более уверенно и стабильно, я понял, что могу отвечать на удары Джимми с не меньшей силой и при этом лучше, чем он, контролировать мяч. Это уже была моя игра, и она себя полностью оправдала».

Джон Макирой о Борге

«Теннисисты, играющие левой рукой, всегда будут для Борга неудобными соперниками. Думаю, что мой стиль игры позволяет мне успешно бороться с Боргом. Так же как и любой игрок, бьющий по мячу слева двумя руками, он неуверенно чувствует себя при приеме моей подачи, так как я всегда пытаюсь выбить его с площадки и заставить переместиться далеко за боковую линию (особенно при подаче во второе поле).

С Боргом невозможно играть в привычном для него стиле. Если вы хотите его победить,

то прежде всего должны стремиться навязать ему свою игру и все время менять темп. Он чувствует себя очень уверенно, когда обменивается с Коинорсом сильнейшими ударами с задней линии.

В отличие от меня, Борг всегда успевает к мячу. На протяжении всего матча он предельно собран. В этом плане очень поучителен наш матч на турнире «Мастерс» в 1980 г. Стоило мне буквально на несколько секунд расслабиться и немного опоздать к мячу, как Борг немедленно воспользовался моей оплошностью. Несколько точных мячей пролетели мимо меня, и все было кончено. (В тот день Борг победил Макироя со счетом 7:6 в третьем решающем сете). Если вы не хотите легко уступить Боргу, то прежде всего заранее должны хорошо подготовиться к предстоящей встрече. Многого будет зависеть от вашей спортивной формы, терпения и готовности выдержать напряженную борьбу.

Впервые я увидел Борга в 1977 г. на Уимбдонском турнире. Тогда мне удалось добраться лишь до полуфинала. С тех пор я часто встречался с ним на различных международных турнирах, как на корте, так и в свободное время. Сейчас мне кажется, что за эти три года окончательно сформировалась личность Борга. Он заметно возмужал, стал более общительным. Борг обладает хорошим чувством юмора, со всеми своими знакомыми держится легко и непринужденно.

Я думаю, что Борг еще долгое время будет оставаться игроком экстракласса, хотя многие и высказывают большие сомнения в этом. Вспомните, еще шесть лет назад специалисты предсказывали, что рука Борга не выдержит чрезмерных нагрузок и «сгорит» через два года. С тех пор он стал пятикратным чемпионом Уимблдона и, по моим наблюдениям, несколько не ослабил своей игры. Борг обладает феноменальной выносливостью, и можно лишь позавидовать его здоровью. Мне кажется, что он будет выступать еще столько, сколько сам того пожелает.

Борг — единственный из профессионалов, который предпочитает играть на травяных кортах с задней линии и подолгу разыгрывать мяч, навязывая своему сопернику обмен сильными ударами с отскока. Большинство своих мячей он проводит на центральном корте, что дает ему некоторое преимущество, так как отскок мяча здесь более ровный и он может лучше сосредоточиться. Даже играя на «быстром» травяном покрытии, Борг всегда успевает к мячу. По сравнению со мной он быстрее перемещается по площадке, и хотя Витас Герулайтис не уступает Боргу в скорости, ему чаще приходится отбивать мяч на невыгодном положении. Борг прекрасно видит площадку, его очень редко можно застать врасплох.

Всегда поражаетесь невозмутимости Борга на корте. Даже в самые критические моменты он никогда не теряет самообладания и ведет себя очень сдержанно. Однажды в турнире, который проводился в Новом Орлеане, я пришел в бешенство из-за несправедливого, на мой взгляд, решения судьи. Борг, который был моим соперником, тут же поднял руки, а потом опустил их вниз, тем самым призывая меня к спокойствию. Конечно, Борг был абсолютно прав. Терять голову в таких случаях — значит наносить себе непоправимый вред. Наши матчи всегда вызывают жгучий интерес у зрителей, которые любят бескомпромиссную борьбу игроков, придерживающихся различных стилей игры. На мой взгляд, встречи Борга с Коинсорсом иногда проходят скучно, так как оба они остаются у задней линии и дожидаются взаимных ошибок.

Больше всего удовлетворения принесла бы мне победа над Боргом на открытом чемпионате Франции в Париже на глинописечных кортах в упорном матче из пяти сетов».

Борг о Макинрое

«Самое мощное оружие Макинроя — подача. Тенисисты, играющие левой рукой, всегда доставляют мне много неприятностей своей подачей, направленной под мой удар слева. Недаром Макинрой придает подаче огромное значение и фактически строит на ней всю игру. Если подача у него получается, это придает ему уверенность; если нет, Макинрой падает духом. В атаке он невероятно быстр. Его мощные удары с лета особенно опасны из-за того, что практически невозможно предугадать направление полета мяча. Макинрой прекрасно чувствует мяч и часто при помощи своей очень подвижной кисти посылает его в самое неожиданное место.

Мне даже кажется, что Макинрой чувствует мяч лучше, чем Настасе, который всегда считался непревзойденным мастером неожиданных ударов с лета. Чтобы победить Макинроя, я должен любой ценой держать его как бы прикованным к задней линии. Добиться этого можно лишь очень сильными и точными ударами, когда все мячи без исключения ложатся под самую заднюю линию. Иначе Макинрой не удержит, и он обязательно бросится в атаку. Я предпочитаю играть против Макинроя на глинописечных кортах, но мне доводилось одерживать над ним убедительные победы и на плошадках с более «быстрым» покрытием. Например, на открытом чемпионате Канады 1979 г., который проводится на цементных кортах, я без особого труда нанес ему поражение. Это произошло буквально за две недели до начала очередного первенства США, где Макинрой стал победителем.

Макинрой утверждает, что когда он обменивается со мной ударами с задней линии, то такая игра нагоняет на него тоску. Я не думаю, что ему становится скучно. На мой взгляд, все объясняется тем, что он не чувствует себя уверенно при длительном розыгрыше мяча с задней линии. Если он все время остается сзади, то обязательно начинает допускать ошибки и проигрывает массу очков. Макинрой обладает мощной подачей, великолепно играет с лета, но его удары по отскокнувшему мячу еще далеки от совершенства».

Илие Настасе о Борге

«Своей игрой Борг напоминает мне ростовщика, который ни в чем вам никогда не уступит. Действительно, он просто так не отдаст вам ни одного очка и за каждый мяч будет бороться до конца. Борг — феноменальный спортсмен, поражающий своим разносторонним развитием. Однажды во французском городе Виши проводился увлекательный телеконкурс для спортивных звезд экстракласса, в котором принимал участие и Борг. Спортсмены должны были выступить в программе, составленной из восьми различных состязаний. Борг вышел победителем в шести видах, включая настольный теннис, греблю на каное и бег на 600 м с барьерами. В последнем шле соревнований он обошел олимпийского чемпиона в беге на 100 м с барьерами. У Борга фантастически сильные ноги.

Как и американец Артур Эш, он ведет себя очень сдержанно, я бы даже сказал — застенчиво. Если оставить Борга в покое, он может целый час спокойно сидеть в раздевалке, не проронив ни одного слова. Но его нельзя назвать замкнутым, он не лишен чувства юмора, хорошо реагирует на шутки и сам не прочь пошутить над другими.

Борг может победить, даже когда игра у него не клеится. В самой безнадежной ситуации он не теряет присутствия духа и продолжает верить в собственные силы. Этим он отличался от Коинсорса, который не может добиться победы над кем-либо из ведущих профессионалов, если играет хуже обычного.

Вот почему я считаю, что от Борга надо забавиться и лучше всего отправить его на другую планету. Мы все играем в теннис, он один — во что-то другое».

Борг о Настасе

«Пять-шесть лет назад каждый матч с Настасе стоил мне много крови. Я тогда еще не имел достаточного опыта и страшно нервничал, ожидая, что в любой момент мой соперник может вступить в очередную перебранку со зрителями, судьями или, что хуже всего, наброситься на меня. С тех пор я столько раз

встречался с Настасе, что уже давно привык к его выходам и не обращаю на них никакого внимания. Сейчас, когда я выхожу на корт, мне абсолютно все равно, кто будет моим противником. Я думаю только о предстоящей игре, которую должен во что бы то ни стало выиграть. Вот почему теперь я прощаю Настасе его глупые выходы... После окончания матча по дороге в раздевалку все моментально забывается, и мы снова — самые лучшие друзья.

Вначале мне трудно было играть против Настасе. Он действовал столь неожиданно, что я никак не мог приспособиться к его ответным ударам. В этом отношении Настасе — настоящий виртуоз. Он прекрасно владеет техникой всевозможных ударов с подкруткой, которые часто использует для подготовки выходов к сетке. Больше всего неприятностей доставлял мне его знаменитый резаный удар слева с последующим выходом к сетке. И еще один тактический прием, который Настасе широко применял во время наших первых матчей. Зная, что я еще неуверенно играю с лета, он выманывал меня к сетке четко выполненными укороченными ударами по отскокнувшему мячу. Такие «урюки» не пропали даром. Я понимал, что если хочу сам диктовать условия игры, то прежде всего должен избавиться от собственных недостатков — освоить более сильную подачу и научиться играть с лета. И в конце концов я добился своего. Теперь, даже когда Настасе делает свой коронный резаный удар слева, я встречаю его во всеоружии и не даю ему никаких шансов для атаки».

Витас Герулайтис о Борге

«Для Борга я — удобный соперник, потому что играю в привычном для него стиле. Чтобы победить Борга, я непременно должен быть в ударе: во-первых, играть очень агрессивно; во-вторых, подавать на редкость сильно и стабильно и, наконец, надежно «убивать» большинство мячей с лета. Многие наши матчи проходили в очень напряженной, равной борьбе, но Борг неизменно выигрывал решающие очки. Так он играет с любым противником. Один из самых упорных матчей я сыграл с Боргом в 1977 г. в полуфинале Уимблдона. В пятом сете я вел в счете и имел хорошую возможность увеличить разрыв на своей подаче, но я не продвинулся ни на шаг и постепенно растерял все свое преимущество. В самые критические моменты, когда разыгрывались решающие мячи, Борг был выше всяких похвал. Он не рисковал напрасно и, продолжая играть собранно и надежно, каждый раз заставлял меня в конце концов совершать ошибки.

Обычно у Борга высокий процент попадания с первой подачи; если же он делает вто-

рую подачу, у вас появляется хороший шанс для атаки, и упускать его не следует. Если вы не сумеете точным ответным ударом подготовить свой выход к сетке, то моментально будете наказаны: одним из своих непероятных ударов Борг четко обведет вас и выиграет очко. В отличие от некоторых других профессионалов, я плохо предугадываю действия Борга. Например, Макинрой утверждает, что он читает Борга, как открытую книгу.

Я думаю, что во время игры Борг волнуется не меньше других. Но он умеет держать себя в руках и при любых ситуациях сохраняет бесстрастное выражение лица. Такому редкому дару самообладания можно только позавидовать. Но эта лишь одна сторона его феноменального таланта. О разносторонних способностях Борга можно говорить очень много. Возьмите, например, его технику, которую многие находят очень странной. Но какое имеет значение то, что Борг нарушает общепринятые представления о технике ударов! Главное его преимущество остается неизменным: он практически играет безошибочно, отбивая мячи на вашу сторону из самых трудных положений. Даже когда он находится не в лучшей форме, Борг всегда перебивает мяч через сетку. Вся лишь разница в том, что его удары становятся короче и мяч летит по более высокой траектории».

Борг о Герулайтисе

«За последние несколько лет Витас стал намного лучше играть с задней линии. Раньше я чувствовал свое преимущество, так как он неуверенно выполнял удары по отскокнувшему мячу. В результате у него не было второго выхода, как беспрерывно атаковать. Витас бросался к сетке сразу же после подачи или сделал один-два подготовительных удара. Но с каждым годом побеждать Витаса становилось все труднее и труднее — теперь он научился держать мяч и смело идет на обмен сильными ударами с задней линии. Даже когда Витас мне проигрывает, я чувствую, что его класс игры значительно вырос. Многие считают, что побед над Макинроем и Коинсорсом он добился лишь после того, как резко усилил свою подачу. Мне же кажется, что основная причина заключается в том, что его удары как справа, так и слева по отскокнувшему мячу стали намного стабильнее.

Думаю, что на игре Витаса благотворно сказались наши совместные тренировки. Во-первых, мы по несколько сот раз обмениваемся сильными ударами с задней линии, а во-вторых, он лучше изучил стиль моей игры. Наверно, приходит конец моим неизменным выигрышам. В 1980 году я 16 раз подряд обыграл Витаса, но это лишь благодаря тому, что стиль его игры устраивает меня во

всех отношениях. Мне на руку соперники, играющие в остро атакующем стиле, особенно если они бросаются к сетке сразу же после подачи или первого ответного удара. Мне кажется, что я наиболее силен в обводящих ударах, которые часто приносят мне очки. Несмотря на то что Витас очень быстро и хорошо играет с лёта, он обычно не «убивает» мяч сразу, что, как правило, дает мне шанс для точного обводящего удара.

Во время наших тренировок Витас чувствует себя очень спокойно, не нервничает, что благотворно сказывается на его игре. Он лучше подает, свободней перемещается по площадке — одним словом, все у него получается лучше. Витас практически мне ни в чем не уступает, иногда он заставляет меня носиться за мячом, высунув язык и буквально доводит до изнеможения.

Сейчас Витас стал более серьезно относиться к теннису. Во время турне Витас — мой очень близкий друг, и большую часть времени мы проводим вместе.

Роску Таниер о Борге

«Я не испытываю чувства страха перед Бьерном, по отношению к нему с большим уважением. Я уже побеждал Борга и уверен, что смогу это сделать и в будущем. У меня разработана стратегия, которой я стараюсь придерживаться во встречах с Боргом. И если все идет по намеченному плану, я выигрываю. Для этого я должен прежде всего мощно подавать, жестко играть с лёта и использовать малейшую возможность для быстрого розыгрыша мяча. Например, если Борг делает вторую подачу, то это тот шанс, который я не имею права упустить. Я обязан четким ответным ударом подготовить выход к сетке и следующим ударом с лёта завершить розыгрыш мяча. Если же мой ответный удар с последующим выходом к сетке был слаб или неудачно сыгран с лёта, то наказание следует незамедлительно. Борг не прощает даже самых незначительных ошибок. Он играет безошибочно, успевает к любому мячу, и ему нет равных в игре с задней линией. У сетки он чувствует себя не так уверенно и редко выходит вперед на удар с лёта. Борг меньше всех профессионалов совершает ошибок при ударах по отскокншему мячу, его игра с задней линией поражает своей исключительной стабильностью. Вот почему обмениваться с ним сильными ударами с задней линией — занятие для меня совершенно бесперспективное. Чтобы победить, я должен играть агрессивно и идти на риск. Не страшно, если, обостряя игру, я буду чаще ошибаться. Единственный путь к победе — заставить его самого ошибаться. Я считаю Борга сильнейшим игроком. Но он побеждает прежде всего своей головой,

а не своими коронными ударами. Если говорить о технике, то, на мой взгляд, самыми совершенными ударами среди профессионалов обладает Коппорс».

Борг о Таниере

«Роску все еще остается для меня загадкой. Хотя, наверно, мне уже пора изучить его лучше. В 1979 г. он расправился со мной на открытом первенстве США и едва не лишил меня победы в финале Уимблдонского турнира. Когда я выхожу на встречу с Таниером, я никогда не знаю заранее, как буду играть. Все зависит от моего опасного соперника. Если Таниер в ударе и подает с такой силой, что мяч буквально со свистом рассекает воздух, он может обыграть любого профессионала. Но буквально на другой день Таниер может легко уступить более слабому сопернику. Мне кажется, что один из его недостатков заключается в его несобранности. Но, с другой стороны, в его валах и падежах нельзя проследить никакой последовательности, что делает его очень опасным противником, так как никогда не знаешь заранее, чего от него можно ожидать. Всею свою игру Таниер строит на мощных подачах и сильнейших ударах по отскокншему мячу. Если то и другое у него получается, то у меня нет никаких шансов на выигрыш; если он начинает ошибаться, я добиваюсь победы. Как видите, все очень просто».

Гиллермо Вилас о Борге

«Я уступаю Боргу в скорости и выносливости. Несколько лет назад, когда я его обыгрывал, моя атлетическая подготовка была лучше. Но в то время Борг еще не достиг своей физической зрелости и не заиграл в полную силу. Сейчас он очень следит за своей спортивной формой и даже пропускает целый ряд менее значительных турниров. Вот почему Борг на корте всегда выглядит свежим. В 1978 г. на открытом первенстве Франции я почти без борьбы уступил ему победу. Правда, большую роль в этом сыграло неземное. Дело в том, что в финал мне пришлось пробиваться через очень напряженные матчи, а в то время как Борг легко выиграл предварительные встречи. В результате на самый ответственный матч у меня уже не хватило сил. Переутомление сказывалось буквально во всем: я передвигался по площадке очень тяжело и не успевал к мячу».

Я предпочитаю играть с Боргом на глинопесчаных кортах, где его преимущество в скорости не имеет решающего значения. На таком покрытии любому игроку легче дотянуть сильно посланный мяч и подготовиться к ответному удару. Когда же я встречаюсь с Бор-

гом на закрытых кортах, его удары часто заставляют меня врасплох. Я не могу все время играть в атакующем стиле, в то время как Борг может носиться по площадке бесконечно. Единственный путь к победе, который мне известен, терпеливо дожидаться, когда Борг пошлет короткий мяч, и тут же выходить к сетке для завершающего удара с лёта. Однажды Джон Ньюкомб заявил, что через пять лет Борг не сможет играть правой рукой. Он считает, что Борг с такой силой закручивает каждый мяч резким, хлыстообразным движением, что никакой руке не выдержать подобных нагрузок в течение длительного времени. Все это чепуха. Феноменальное здоровье Борга — залог всех его успехов».

Борг о Виласе

«Гиллермо уступает в скорости Макинрою, Герудайтису, Коппорсу и мне. Мы с ним игроки одного стиля, разница лишь в том, что многие удары у меня получаются чуть-чуть лучше. Несколько лет назад мы обычно вместе проводили тренировки, а во время турне Вилас был моим самым близким другом».

В поисках путей повышения мастерства тренер решил, что Виласу необходимо изменить стиль игры. Вместо того чтобы продолжать совершенствовать удары с задней линии, первостепенное внимание стало уделяться подаче и игре с лёта. Сейчас у меня сложилось такое впечатление, что Гиллермо чувствовал себя значительно увереннее, когда играл в более привычной для себя манере с задней линией. Его самый впечатляющий успех пришел к нему в 1977 г., когда Вилас выиграл десять турниров подряд, включая открытый чемпионат США. Причем все эти победы были одержаны на глинопесчаных кортах».

* * *

Вот мы и познакомились с мнениями сильнейших игроков мира о самих себе. Как и всякому мнению, им присущ некоторый субъективизм. Например, недоумение Д. Коппорса по поводу успешных выступлений Б. Борга на «быстром» травяном покрытии в Уимблдоне. Однако, сопоставив ряд других высказываний, мы сами находим достаточно обоснованный ответ: во-первых, Борг очень быстр и «всегда успевает к мячу»; во-вторых, он прекрасно видит площадку и его трудно заставить врасплох; в-третьих, он обладает превосходными обводящими ударами по отскокншему мячу; в-четвертых, он значительно улучшил подачу и удары с лёта.

Аналогично приведенному анализу можно получить довольно точное представление о каждом из игроков, об их сильных сторонах, их индивидуальных особенностях.

Сильнейший теннисист — это не обязательно сильнейший во всех компонентах. Среди высокого уровня развития индивидуальных качеств, необходимых для игры в теннис, у одних выделяется «сверхбыстрота» у других — потрясающее «чувство мяча», у третьих — видение площадки и следующего хода соперника, у четвертых — необыкновенные выдержка и концентрация внимания и т. д. Сочетания различных качеств определяют тот или иной стиль и уровень игры спортсменов.

Наряду с этим хотелось бы отметить и то, что объединяет их. Прежде всего, это сознательное, профессиональное отношение к теннису — будь то соревнования высшего ранга или рядовая тренировка. Они целенаправленно подходят к формированию своего стиля, продумывают план игры применительно к конкретному сопернику, подробно анализируют результаты своих выступлений на соревнованиях, намечают пути повышения спортивного мастерства.

В основе их замечательных успехов лежит титанический труд, направленный на повышение спортивной подготовки, постоянное стремление к овладению теннисными вершинами.

Правильное использование опыта сильнейших мастеров ракетки, по нашему мнению, будет способствовать повышению класса игры наших спортсменов и завоеванию ими ведущих позиций на мировой арене.

СТРАНИЦЫ ИСТОРИИ

СЮЗАННА ЛЕНГЛЕН

Сюзанна Ленглен, выдающаяся французская теннисистка, оставила яркий след в истории мирового тенниса. Ее имя вызвало священный трепет у поклонников, а ее участие

в турнире обеспечивало заполненные трибуны и толпы жаждающих «лишнего билета».

Первое знакомство с теннисом произошло у Сюзанны в Ницце, куда ее семья выезжала

на лето. С первых же шагов на корте она обратила на себя внимание естественностью и легкостью движений. Ее отец, человек предпримчивый, решил сделать из своей дочери чемпионку. Забегая вперед, следует сказать, что это ему удалось. Он был замечательным тренером, хотя и очень сурово относился к Сюзанне во всем, что касалось тенниса.

1914 год... — 14-летняя девочка в юбочке выше колен и с огромным узлом волос на голове выигрывает чемпионат мира в Париже.

1918 год... Сюзанна — гибкая, прекрасно сложенная девушка, игра которой доставляет зрителям высочайшее наслаждение.

К сожалению, напряженная борьба, которую Сюзанна вела на корте, враждебность мелочных людей вне площадки, извурительные тренировки — все это быстро подорвало ее здоровье.

1924 год — Сюзанна неузнаваема. Еще недавно такая жизнерадостная, счастливая, жадная к знаниям, она стала первой, болезненной, выступления в соревнованиях доставляют ей жестокие нравственные страдания. В день подписания профессионального контракта она радостно воскликнула: «Наконец-то я смогу в свое удовольствие поиграть в теннис!» Увы, профессиональный контракт не принес, да и не мог принести, ей облегчения.

Бытует множество легенд о тренировках Сюзанны Ленглен. Так, в книге одного английского автора описывается, как месяц Ленглен разбрасывал на своей стороне площадки монеты достоинством в один франк и Сюзанна должна была попадать в них мячом. Если это удавалось, монета принадлежала ей. Трудно представить, чтобы Сюзанна, имевшая привычку сорить деньгами, согласилась на подобную унизительную комедию. Однако несомненно, что отец в течение десяти лет заставлял ее напряженно тренироваться, что она часами должна была играть у стенки. Разумеется, многочасовая работа с мячом до смерти надоедала Сюзанне, но если бы отец не был так суров и непреклонен, она бы никогда не достигла такой стабильности в игре, такой уверенности в выполнении ударов, никогда бы не существовало «великой Сюзанны».

Ни одна женщина не могла сравниться с Сюзанной в быстроте перемещения на корте. Она необычайно умело контролировала мяч и действительно могла наяривать его именно туда, куда ей хотелось. Она была одной из первых женщин, которая блестяще овладела смэшом.

Сюзанна превосходила соперниц не силой ударов, а главным образом их стабильностью и лизумительной точностью. При этом глубокое понимание игры позволяло ей быстро ставить противника в критическое положение. Нужно также отметить ее исключительную волю к победе, подтверждением чего являются

знаменитые встречи с Ламбер-Шамберс в 1919 году и с Элен Уилс в 1926 году.

В 1919 году Сюзанна была еще далека от вершины своего мастерства и впервые играла на травяных кортах Уимблдона. Однако она сумела победить Ламбер-Шамберс, лучшую теннисистку мира, семикратную чемпионку Уимблдонского турнира. Отличавшаяся большим упорством, Ламбер-Шамберс решила в 1920 году взять реванш и еще раз приняла участие в Уимблдоне. Ей снова удалось проучиться в финал после побед над лучшими спортсменками того времени (Риан, Мак Кейп, Маллори), но в финале она опять была разгромлена Сюзанной. Счет 6:3, 6:0 говорит сам за себя. Для тех, кто внимательно следил за восхождением Сюзанны, это не было сюрпризом.

Рене Лякост утверждал, что Сюзанне Ленглен принадлежит открытие своеобразной тактики ведения борьбы: чередуя длинные и укороченные удары, она добивалась того, что соперника быстро терзала сила; ведь передвигаться от задней линии к сетке и от сетки к задней линии куда трудней и утомительней, чем перемещаться только вдоль задней линии! Ни одна из ее противниц не могла разгадать этот секрет, они без малейшей выдумки продолжали посылать однообразные удары справа и слева в глубину площадки. Такая примитивная манера игры не имела никаких шансов одержать верх над тактикой Сюзанны. Лякост уверял также, что именно Сюзанна Ленглен научила его играть длинными мячами.

Карьера Сюзанны Ленглен, начавшаяся победой в Уимблдоне в 1919 году, завершилась незабываемым матчем против Элен Уилс в 1926 году. В этот день Сюзанна была далека от своей лучшей формы, но она была горда, а ее боевой настрой был всегда высоким.

Так вот, если первый успех в чемпионате мира в 1914 году продемонстрировал только одаренность Сюзанны, то в Уимблдоне она показала уже и силу воли: ее матч против Ламбер-Шамберс был одним из самых прекрасных и драматичных. Первый сет со счетом 10:8 выиграла Сюзанна, хотя ее противница не раз была впереди. Не теряя присутствия духа, англичанка выигрывает второй сет — 6:4. В третьем сете впереди вновь Сюзанна — 4:1, но опытная Ламбер-Шамберс, играя с завидной смелостью, сначала сравнивает счет, а затем выходит вперед (6:5) и имеет 40:15 — два матч-бола. Уже на первом матче-боле все подумали, что игра закончена, ибо удар Ламбер-Шамберс застал Сюзанну на хавкорте в очень неудобной позиции. Но Сюзанне чудом удалось в прыжке дотронуться до мяча, и он, коснувшись сетки, перелетел на противоположную сторону. Второй матч-бол был выигран блестящим ударом слева

вдоль линии — «мертвый мяч!» И наконец последнее усилие принесло Сюзанне победу.

Этим матчем, сделавшим Сюзанну необыкновенно популярной по ту сторону Ла-Манша, началась, как называли англичане, «эра Ленглен».

Успехи Сюзанны восторженно принимались английской публикой, старый Уимблдон стал посещать огромные толпы зрителей, а трибуны не могли вместить всех желающих. Было решено построить новый Уимблдон с Центральным кортом, вмещающим восемнадцать тысяч зрителей. Однако никто не был уверен в том, окупятся ли затраты на строительство. Но вскоре все сомнения были рассеяны: билеты на трибуны нового Уимблдона были мгновенно раскуплены на все пятнадцать дней соревнований.

Жители Лондона хотели увидеть, как играет замечательная «французская девушка». Даже тон женской моде стала задавать Сюзанна. Какое она носит платье — плиссированное или прямое? Какого цвета у нее повязка — розового, розовато-лилового или же зеленоватого? Такие вопросы задавались на первых страницах газет. Огромные полотноща, на которых было написано «Сюзанна», опоясывали автобусы. Накануне матча с участием Сюзанны Ленглен фанатики тенниса с восьми часов вечера занимали очередь у входа в надежде получить билет на место из тех, которые не были пущены в продажу. Очередь называли «хвост Ленглен», и порой он достигал восьмисот метров в длину.

Между 1919 и 1926 годами Сюзанна шесть раз выиграла Уимблдонский турнир в одиночном разряде. Ее имени нет среди победителей Уимблдона 1924 года только потому, что она вынуждена была воздержаться от выступления из-за тяжелой желтухи. Газеты не хотели верить в болезнь Сюзанны и заговорили о ее закате. В ответ отец Сюзанны в интервью, которое он дал одной английской газете, категорически заявил: «В будущем году моя дочь вновь появится на корте и будет играть лучше, чем когда-либо».

Сюзанна, видимо, не хотела, чтобы ее отец оказался лжецом, и в 1925 году показала один из самых фантастических результатов: в предварительных кругах Уимблдонского турнира она выиграла 40 геймов подряд, ни отдав ни одного, а в шести последующих матчах взяла 72 гейма, проиграв лишь пять! Такое огромное превосходство над противником походило на чудо.

Можно рассказать еще о многих впечатляющих достижениях Сюзанны Ленглен. Однажды во встрече с тремя сильнейшими теннисистками того времени — Мэллори, Мак Кейп и Риан — ей удалось в рамках одного турнира обыграть всех их, не потеряв ни од-

ного гейма. При этом первая из них взяла всего 18 очков, вторая — 14, и третья — 12.

Фантастическое происшествие произошло в финале смешанных пар на турнире в Монте-Карло. Встречались Ленглен — Альбарраш против мисс Риан, лучшей в те времена партнерши в миксте, и могучего англичанина Ричи. Противники прекрасно знали друг друга, так как частенько встречались в финалах Лауэрного берега. Англичанин ни разу не удавалось взять верх над французской парой.

Первый сет остался за французами. Но вдруг в начале второго сета партнер Ленглен получила сильнейший удар мячом, потеря сознание, и его вынесли за пределы корта. Сюзанна попросила соперников сделать перерыв на несколько минут. Англичане отказались и категорически потребовали продолжить игру. Тогда Сюзанна наклонилась к партнеру, попросила его подняться, занять место у самой сетки и не двигаться. После этого зрители стали свидетелями удивительного спектакля: в течение сорока пяти минут Сюзанна одна играла против двоих! В миксте Ленглен обычно выступала довольно сдержанно, не делая ошибок, но и особенно не бестая. Здесь же она полностью изменила игру. Непрерывно рискуя, закрыв полностью площадку, она под гром аплодисментов зрителей с боем взяла этот второй сет — 7:5.

Сюзанна Ленглен только однажды потерпела поражение в одиночном разряде: в 1921 году в Нью-Йорке ее обыграла Мэллори. Дело в том, что Сюзанна, едла оправившись после тяжелого коклюша, приняла предложение совершить турне по Америке, сбор от которого шел в пользу разрушенных войной некоторых районов Франции. Несмотря на запрещение врачей и категорическое несогласие отца, она не смогла устоять перед просьбами, согласилась сыграть в одиночном разряде чемпионата Америки. Надо же было так случиться, что в первом же круге она встретилась с лучшей после нее теннисисткой мира Мэллори. Програв первый сет и чувствуя себя очень плохо, Сюзанна отказалась от продолжения встречи. Американская публика проявила невиданную жестокость, оставив великую чемпионку. Американская и даже французская пресса обрушилась на нее с нападками, и Сюзанна ужасно страдала от такой несправедливости.

Оставалось одно: взять реванш в Европе. Случай вскоре представился. В следующем, 1922 году в Уимблдоне Сюзанна вновь встретилась с Мэллори. Американцы были уверены в том, что результат в чемпионате Америки был закономерным, а супруг Мэллори подкрепил эту уверенность пари на 10 000 долларов!

В день финала дождь лил беспрерывно весь день, и только к семи часам вечера Сю-

занна и Мэллори смогли выйти на корт. Двадцать семь минут спустя все было кончено. Мэллори сумела выиграть только два первых гейма.

С зимы 1926 года начался поворот в карьере Сюзанны Ленглен. Осаждаемая бесконечными требованиями своих поклонников и официальных лиц, считавших, что она всегда должна добиваться лучших результатов, нервно истощенная, Сюзанна все чаще выражает желание немного расслабиться, познать обычную жизнь, свободу. Но судьба готовила ей новое испытание — в лице молодой американки Элен Уилс. Калифорнийка довольно скромно выступила в Уимблдоне в 1924 году, а в следующем году вообще не была в Уимблдоне. Сюзанна же вновь подтвердила свой высочайший класс, легко выиграв в одиночном разряде и вместе с Боротра и Риван в парных. Однако вскоре американка заставила признать себя, отлично выступив по множеству турниров на родине и одержав несколько выдающихся побед на Лазурном берегу.

Общественное мнение требовало матча между Ленглен и Уилс. Было решено, что он состоится в Каннах. Матч носил неофициальный характер, однако пресса создала ему такую рекламу, что он становился как бы матчем вызова, а ставкой в нем был титул игрока № 1 мировой классификации.

Назначенный первоначально на 15 февраля матч из-за плохой погоды был отложен. На завтра в одиннадцать часов утра Сюзанна Ленглен и Элен Уилс вышли на корт гостиницы «Карлтон» в Каннах, трибуны которого смогли вместить далеко не всех желающих. Игра началась. Сюзанна никогда не была так бледна, никогда ее лицо не было так напряжено. Потом стало известно, что она всю ночь не смыкала глаза. Элен же, наоборот, ничем не выдает своего волнения, однако первые мячи летят у нее за площадку, и Сюзанна выигрывает первый гейм. Начиная со второго гейма драйвы американки приобретают стабильность, она начинает играть без ошибок. При удобном случае Элен выходит к сетке и выигрывает несколько очков. Сюзанна играет сдержанно. В пятом гейме ее удары вновь становятся точными, она заставляет Элен Уилс перемещаться во всех направлениях и выигрывает сет со счетом 6:3.

Начинается второй сет. Элен Уилс без устали наносит сильные удары, хорошо играет с воздуха и ведет в счете — 3:1. Затем она делает несколько ошибок, и счет 3:3. Однако Сюзанна устала, она останавливается, чтобы перевести дыхание, и просит воды. Седьмой гейм потрясающий, соперницы обмениваются сильнейшими ударами. Уилс выигрывает его, каким-то чудом отбив укороченный мяч. В следующем гейме — 4:4. Снова обмен ударами. Элен Уилс играет несколько медленней, но так же стабильно и берет гейм после прекрасного крученного удара справа. Сюзанна Ленглен встревожена, но в следующем гейме берет себя в руки и старается чередовать укороченные удары со свечами. При розыгрыше, лишь одного очка Элен восемь раз бегала к сетке и обратно. Она настолько устала, что села на ракетку после проигрыша этого очка. Казалось, вопрос о победе Сюзанны решен: счет 6:5 и 40:15. Зрители уже стали поднимать со своих мест. Новое обилие сильными ударами. Элен Уилс наносит удар справа по диагонали. Мяч, кажется, уходит за пределы площадки, слышится: «Аут!» Элен Уилс бросает мячи и направляется к сетке, чтобы пожать руку своей противнице. Публика стоя приветствует Ленглен. Но... судьи остаются на своих местах: это кто-то из зрителей крикнул: «Аут!» — а мяч был правильным. Игра продолжается.

Легко представить, каково это было для Сюзанны, которая уже расслабилась от напряжения борьбы и вдруг должна продолжать встречу... Растерявшись, Сюзанна отдала этот гейм. Но вновь заставила себя успокоиться и в следующих двух геймах продемонстрировала свой талант и выиграла матч серией весьма уверенных ударов. 6:3, 8:6 — такой счет этого матча. В дальнейшем Сюзанна еще участвовала в профессиональных турнирах в США, однако восстановить свое здоровье не сумела и ушла из жизни в возрасте тридцати восьми лет.

Сюзанна Ленглен была самой удивительной теннисисткой всех времен, настоящей феей тенниса, самой обаятельной чемпионкой, которую когда-либо знала Франция.

Подготовил А. Ангелович

В ФЕДЕРАЦИИ ТЕННИСА СССР

СМЕНА ЛИДЕРОВ

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

По решению баден-баденской сессии Международного олимпийского комитета (сентябрь 1981 г.) теннис вновь включен в программу Олимпийских игр начиная с 1988 г. Это решение дает возможность поднять любительский теннис в нашей стране на более высокий уровень, в то же время налагает большую ответственность на руководителей, тренеров и спортсменов.

Подготовка к участию в Олимпийских играх уже началась. Она базируется на основном принципе советского спорта: массовости и неуклонном повышении спортивного мастерства, но для этого необходимо развернуть строительство теннисных кортов, увеличить выпуск спортивного инвентаря (ракеток, струн, мячей, теннисных сеток), организовать производство теннисной спортивной формы и т. п.

Включение тенниса в программу олимпийских игр совпало в советском теннисе со сменой поколений. Соревнования минувшего 1981 г. впервые проходили без лидеров нашего тенниса — заслуженных мастеров спорта Ольги Морозовой и Александра Метревели. Они ушли из большого спорта непобежденными — чемпионами Советского Союза 1980 г. Ольга Морозова и Александр Метревели внесли большой вклад в дело поднятия престижа советского тенниса на международной арене. Их высокое спортивное мастерство, стойкие боевые качества стали примером для нового поколения советских теннисистов.

Ольга Морозова 22 раза завоевывала титул чемпионки СССР (5 раз в одиночных и 17 раз в парных соревнованиях). По числу побед в одиночном разряде она уступила только рекорду своего тренера Н. С. Тепляковой, завоевавшей золотые медали чемпионки СССР 7 раз. Восемь лет О. Морозова возглавляла «десятку» сильнейших теннисисток страны, трижды возвращалась домой чемпионкой Европы, четыре года (1973, 1974, 1975 и 1976 гг.) входила в «десятку» сильнейших теннисисток мира.

Не менее значительны достижения А. Метревели. Он 29 раз поднимался на пьедестал почета как чемпион Советского Союза (12 раз в одиночном и 17 раз в парном и смешанном разрядах), 12 лет возглавлял «десятку» сильнейших теннисистов страны, 16 раз получал

золотые медали чемпиона Европы (6 в одиночном разряде и 10 в парном и смешанном).

В 1970 г. в паре с Морозовой Метревели — финалист неофициального первенства мира в Уимблдоне, здесь же в 1973 г. он финалист в одиночных соревнованиях (проиграл в финале Я. Колешу). В 1974 г. Метревели был включен в «десятку» сильнейших теннисистов мира.

На международных турнирах самого высокого ранга в Англии, Франции, Италии, США, Австралии и др. у него были победы над сильнейшими игроками мира: М. Сантаной, Л. Холдом, Д. Ньюкомбом, О. Даниэловым, П. Гонзалесом, Я. Колешем, Д. Коннорсом, К. Ричи, В. Боргом и др.

Ветераны ушли, а на смену им появились молодые, талантливые спортсмены.

По итогам соревнований 1981 г. «десятку» сильнейших теннисисток страны возглавляет Е. Елисеенко (тренер В. Камельзон). Второй год подряд донецкая теннисистка завоевывает золотую медаль чемпионки Европы в одиночном разряде, а в паре с В. Борисовым становится призером европейского чемпионата (в 1980 г. — 1-е и в 1981 г. — 2-е место). Но ей недостает стабильности. В частности, после успеха на европейском форуме Елисеенко слабо выступила на чемпионате Советского Союза (4-е место). Она проиграла в полуфинале 16-летней прогрессирующей москвичке Н. Рева (тренер Ю. Чмырев) и в игре за 3-е место Л. Макаровой (Моск. обл.).

Л. Макарова выступала в течение года ровно, без срывов. И ее 2-е место в десятке сильнейших закономерно. Лучшее достижение Макаровой — победа на чемпионате ВС ДСО профсоюзов.

Чемпионат Советского Союза и четыре летних турнира (в том числе международные турниры в Киеве и в ГНР) выиграла М. Крошина, но слабые результаты выступлений в зимнем цикле соревнований не позволили ей подняться выше 3-го места в «десятке».

Ровно выступавшая Е. Гишина занимает четвертую строчку в списке сильнейших.

Выступления быстро выдвинувшейся в ряды сильнейших теннисисток страны Ю. Сальниковой еще недостаточно ровные. Она блестяще провела зимний цикл соревнований, став

победительницей открытого первенства Москвы, первенства ЦС «Динамо» и московского международного турнира, а по итогам зимних турниров была на 2-м месте. Но в летних соревнованиях у Сальникова были провалы: на чемпионате СССР она заняла 19-е место, проиграв Т. Сафионовой (№ 47) и В. Миклашевской (№ 17), а на чемпионате Европы заняла 5—8-е места. От нее ожидали более высоких результатов — ведь в течение весенне-летнего цикла Сальникова участвовала в 5 международных турнирах: во Франции, Греции, Италии и в Кубке Суабо. Лишь в конце года Юлия выступила успешно, победила в командном первенстве мира — Кубке Федерации — в Японии двух сильных соперниц — чехословацкую теннисистку Р. Таманону и сильнейшую теннисистку Англии В. Уэйл.

В итоге Юлия Сальникова заняла 5-е место в списке сильнейших.

Шестое место занимает О. Зайцева. Она слабо выступила в соревнованиях зимнего цикла, по итогам которого была лишь на 10-м месте. В летних соревнованиях ее результаты лучше. Она заняла 2-е место в чемпионате Европы среди юниоров и 5-е место в чемпионате СССР. С большим успехом выступила Зайцева в парных соревнованиях, в течение года в разных турнирах она завоевала 7 первых мест (в том числе в чемпионате Советского Союза) и вместе со своей однолюбвицей С. Черновой стала сильнейшим парным игроком страны.

В Кубке Федераций пара Зайцева — Чернова выиграла у сильной чехословацкой пары Х. Мандликова — Р. Таманова, обеспечив советской команде победу в командной встрече.

В Кубке Суабо пара Зайцева — Чернова принесла победу нашей команде во встречах с чехословацкими и австралийскими теннисистками, а в финале проиграла команде Голландии (0:2).

Н. Бородинна выступала в минувшем году слабее, чем в предшествующие годы. В списке сильнейших 1980 г. она была третьей, а теперь занимает только 7-е место. Низкие результаты выступлений Бородинной в зимнем сезоне отчасти компенсировались успехом в чемпионате Европы, в киевском международном турнире и на турнире в Юрмале, где она завоевала вторые места. В чемпионате Советского Союза она заняла 14-е место, проиграв Ю. Кашеваровой (№ 11), Т. Сафионовой (№ 47) и С. Черновой (№ 13).

Для Натальи Чмыревой минувший год начался довольно успешно. Казалось, что она нашла себя после неудачных выступлений в 1980 г. Она выиграла открытый турнир в Таллине, стала победительницей Всесоюзных зимних соревнований и закончила зимний сезон на 3-м месте. Но летние соревнования были опять неудачными. По итогам года она заняла

8-е место. Девятую строчку заняла Г. Бакшеева, а на 10-е место после трехлетнего перерыва вышла А. Красько.

Итак, у женщин состав «десятки» остался почти без изменений.

Как же обстоит дело с резервами среди молодых теннисисток? Среди 106 классифицированных спортсменов — 38 девушек в возрасте не старше 18 лет, в том числе 9 спортсменок 15—16 лет. Из них Н. Быкова (Москва), О. Матюшок (Киев) выполнили норму мастера спорта и вошли в число 50 сильнейших. А. Сальникова поднялась в классификации с № 28 до № 14, Н. Рена — с № 30 до № 22, Т. Буленина — с № 48 до № 23, Т. Сафинова — с № 47 до № 31 и О. Лифанова — с № 49 до № 36.

Неожиданно плохо выступила в минувшем году Е. Рыжикова (1964 г., Киев). Она опустилась с 15-го на 24-е место. Не повышается уровень спортивного мастерства способной теннисистки В. Спиридоновой (1964 г., Баку) — она второй год на 52-м месте, и ее обогнали 15—16-летние девушки.

У мужчин первую строчку «десятки» сильнейших теннисистов впервые занял К. Пугаев (тренер В. Васильев). Он оттеснил на 2-е место В. Борисова, два года подряд возглавлявшего «десятку».

По итогам зимнего цикла соревнований В. Борисов был на 1-м месте. Он хорошо выступил в зимнем командном первенстве Европы «Кингс Кап», одержав победы над сильными теннисистами Венгрии, Великобритании, Швеции и ФРГ, стал победителем московского международного турнира и занял 2-е место в турнире «Гран При» в Софии (в финале проиграл шведскому теннисисту П. Херквисту — 3:6, 2:6, 5:7) и в зимнем первенстве СССР, где проиграл в финале Пугаеву.

Выступления в летнем сезоне сложились для Борисова менее удачно. На чемпионате Европы в Афинах он проиграл в ¼ финала победителю чемпионата югославу Живоиничу, а на чемпионате Советского Союза занял только 5-е место.

Третье место в «десятке» сильнейших занял А. Зверев. Он второй раз завоевал почетный титул чемпиона Советского Союза, повторил успех 1979 г., и поделил с Пугаевым 3-е место на чемпионате Европы, но из-за травмы неровно выступил в весенних и летних соревнованиях.

А. Богомолов поднялся в «десятке» с 9-го на 4-е место. Его лучшие результаты: 2-е место в московском международном турнире, 1-е — в открытом первенстве Таллина и несколько вторых мест в зимних и летних турнирах.

Пятое место, так же как и в 1980 г., занимает С. Леонков. В его игре не заметно су-



Александр Богомолов успешно выступал в зимних турнирах 1981/82 г.

щественных сдвигов ни в технике, ни в тактике.

Вновь вошли в «десятку»: 6-е место — Ю. Филев (Киев, СКА), 7-е место — О. Гаврилов (Киев, с/к «Прометей») и впервые в «десятку» вошел А. Завагородний (Ростов-на-Дону, «Динамо») — 9-е место.

Сохранил свое 8-е место С. Грузман. Наряду с удачными выступлениями у него имелись необъяснимые срывы. Замыкает «десятку» А. Волков (Москва, ЦСКА), который выступал в 1981 г. без особого энтузиазма.

Итоги выступлений сильнейших юниоров и юношей в минувшем году, как и во все последние годы, оказались слабыми, чем у девушек.

На подступе к «десятке» миновали А. Демиденко (1962 г.), поднявшийся с 16-го на 11-е место и обогнавший своих земляков И. Тихоню (№ 14) и С. Тегерина (№ 15). В течение года он одержал по две победы над В. Борисовым и А. Волковым и одну над Р. Акимовым, но в некоторых турнирах у него случались досадные срывы.

Поднялись по классификационной лестнице: К. Рачковский (1962 г., Киев), Д. Ломанов (1963 г., Москва), победитель чемпионата ЦС «Динамо» В. Хурда (1965 г., Тбилиси),

А. Долгополов (1964 г., Киев), Д. Белов (1963 г., Моск. обл.), В. Потапенко (1964 г., Куйбышев). Вошли в классификацию взрослых младшие юноши: С. Бакай (1965 г., Киев), А. Овсалу (1965 г., Таллин), А. Чесноков (1966 г., Москва), С. Гримальский (1966 г., Киев), А. Ольховский (1966 г., Москва). Не добились заметных успехов, на которые можно было рассчитывать, В. Бакулев (1965 г., Москва), Л. Пакулин (1964 г., Минск), Д. Костин (1963 г., Харьков), Г. Чукарин (1964 г., Симферополь).

Слабые выступления в личном юношеском первенстве Европы и в командных соревнованиях — Кубках Галеа и Валерия, — где наши команды не попали в финальные круги, свидетельствуют о том, что юниорам и юношам нужно серьезно работать над совершенствованием своего мастерства.

«Кубок Союза» разыгрывался в 1981 г. среди команд ДСО и ведомств по двум группам. В I группе были включены 8 команд (по объективным причинам команда ЦС ДСО «Спартак» не приняла участия в Кубке).

По положению команды I группы впервые состояли из 7 участников: четырех взрослых, одного юниора и двух юношей или девушек. Женские и мужские Кубки разыгрывались раздельно.

Победителями Кубков стали спортсмены ВФСО «Динамо» (женщины — Ю. Сальникова, А. Красько, Л. Нурме, Е. Рыжикова, С. Корзун, А. Сальникова; Н. Рена; мужчины — С. Грузман, А. Богомолов, В. Садков, А. Зявгородний, К. Рачковский, Г. Дезде и В. Хурда). Второе место заняли теннисисты Вооруженных Сил (женщины — О. Зайцева, Е. Гранатурова, С. Чернева, В. Соколова, Л. Гушуд, О. Лифанова, Н. Быкова; мужчины — К. Пугаев, А. Зверев, А. Волков, Ю. Филев, Д. Ломанов, Р. Забаров, А. Ольховский) и третье — женская команда «Зенит» (Л. Макарова, В. Шенченко, Е. Емец, Т. Первалова, С. Матюшенко, Е. Владимирская, О. Матюшок) и мужская команда ДСО «Буревестник» (В. Колесниченко, Г. Карапетян, А. Полушкин, Д. Костин, А. Абовяк, Ю. Исakov, Г. Элердашвили).

Во II группе у женщин участвовало 4 команды; 1-е место заняла команда ДСО «Гантиадз». У мужчин — 5 команд. Победителем стала команда ДСО «Калев».

Победителями зимних соревнований 1981 г. среди девушек и юношей стали спортсмены команды Украины-1, выигравшие в финале у москвичей (6:2). 3-е место заняла команда Украины-11, победив команду Грузии-1 (6:5).

Летний командный чемпионат страны выиграли теннисисты Грузии, одержавшие в финале победу над командой РСФСР (6:3). В борьбе за 3-е место украинская команда победила москвичей (6:4).

В классификацию сильнейших теннисистов страны на 1 января 1982 г. вошло 105 женщин, из них 38 девушек 1963—1967 гг. рожд. и 122 мужчины, в том числе 22 юноши 1963—1966 гг. рожд.

По четырем возрастным группам классифицировано 242 теннисистки (1963—1965 гг. — 75 чел., 1966—1967 гг. — 66 чел., 1968—1969 гг. — 58 чел., 1970—1971 гг. — 43 чел.). Однако, учитывая, что 34 чел. повторяются в списках в разных возрастных группах, классифицировано 208 девушек. У юношей в классификацию включено 260 спортсменов (1963—1965 гг. — 82 чел., 1966—1967 гг. — 64 чел.,

1968—1969 гг. — 63 чел., 1970—1972 гг. — 51 чел.). С учетом повторения в разных возрастных категориях классифицировано 232 юноши.

Таким образом, на 1 января 1982 г. классифицировано 730 человек — 348 женщин и девушек и 382 мужчины и юноши (с учетом повторности в классификацию вошли 608 спортсменов).

За 1981 г. присвоены звания мастера спорта международного класса Сальниковой Юлии, Гущиной Елене и Богомолу Александру; звание мастера спорта присвоено 30 спортсменам.

СИЛЬНЕЙШИЕ ТЕННИСИСТЫ СССР

(на 1 января 1982 г.)*

Женщины

1. мсмк Елисеева Е. П., 1959 г., УССР, «Локомотив»
2. мсмк Макарова Л. Н., 1957 г., РСФСР, «Зенит»
3. мсмк Крошнина М. В., 1953 г., УССР, «Локомотив»
4. мсмк Гущина Е. Г., 1957 г., Аз. ССР, «Буревестник»
5. мсмк Сальникова Ю. С., 1964 г., Москва, «Динамо»
6. мсмк Зайцева О. В., 1962 г., Москва, ЦСКА
7. мсмк Бородинна Н. В., 1953 г., БССР, «Кр. знамя»
8. мсмк Чмырева Н. Ю., 1958 г., Москва, «Динамо»
9. мсмк Бакшеева Г. П., 1945 г., УССР, «Зенит»
10. мсмк Красаво А. Г., 1948 г., Ленинград, «Динамо»
11. мсмк Шевченко И. К., 1956 г., Латв. ССР, «Латгаль»
12. мс Чернева С. Г., 1962 г., Москва, ЦСКА
13. мс Кашеварова Ю. О., 1963 г., Москва, «Спартак»
14. мс Сальникова А. С., 1964 г., Москва, «Динамо»
15. мс Шевченко В. В., 1956 г., УССР, «Зенит»
16. мс Адаева Н. В., 1960 г., УССР, Вооруж. Силы
17. мсмк Бирюкова Е. Ю., 1962 г., Аз. ССР, «Буревестник»
18. мс Подкова Е. П., 1957 г., Москва, «Спартак»
19. мсмк Нурме Л. А., 1950 г., Эст. ССР, «Динамо»
20. мсмк Гранатурова Е. Г., 1953 г., Москва, ЦСКА
21. мс Миллашевская В. А., 1961 г., Москва, «Спартак»
22. мс Рева Н. В., 1965 г., Москва, «Динамо»
23. мс Буленина Т. В., 1964 г., УССР, «Буревестник»
24. мс Рыжикова Е. А., 1964 г., УССР, «Динамо»
25. мс Динчишвили В. И., 1960 г., Уз. ССР, «Динамо»
26. мс Овсепян Л. В., 1961 г., Арм. ССР, «Буревестник»
27. мс Ещенко М. М., 1961 г., УССР, «Динамо»
28. мс Липина Е. В., 1953 г., Эст. ССР, «Динамо»
29. мс Соколова В. О., 1960 г., УССР, Вооруж. Силы
30. мс Гущуа Л. В., 1960 г., Каз. ССР, Вооруж. Силы
31. мс Сафонова Т. Ю., 1964 г., Москва, ЦСКА
32. мс Емон Е. А., 1957 г., УССР, «Зенит»
33. мс Царикова С. Н., 1962 г., Ленинград, «Труд»
34. мс Любарт И. Т., 1953 г., Ленинград, «Буревестник»
35. мсмк Наполитне Е. А., 1950 г., РСФСР, «Зенит»
36. мс Лифанова О. Н., 1965 г., Москва, ЦСКА

* Классификация составлена Н. А. Кондратьевой, И. В. Хрущевой, С. Н. Всехсвятским.

37. мс Черковская С. М., 1958 г., БССР, Вооруж. Силы
38. мс Каплатникова С. В., 1959 г., РСФСР, «Динамо»
39. мс Владимирская Е. М., 1964 г., РСФСР, «Зенит»
40. мс Огарова И. Я., 1956 г., Ленинград, «Труд»
41. мс Быкова Н. В., 1966 г., Москва, ЦСКА
42. мс Киреева В. В., 1964 г., Москва, «Динамо»
43. мсмк Корзун С. А., 1956 г., БССР, «Динамо»
44. мс Матюшок О. Л., 1966 г., УССР, «Зенит»
45. мс Зинина Г. В., 1954 г., УССР, «Колос»
46. мс Деграчева О. А., 1954 г., Тадж. ССР, Вооруж. Силы
47. мс Нурмухамедова Н. В., 1957 г., Кирг. ССР, «Буревестник»
48. мс Дроздова Н. С., 1959 г., БССР, «Кр. знамя»
49. мс Петроски К. Р., 1962 г., Груз. ССР, «Галтия»
50. мс Ткаченко М. Б., 1959 г., Каз. ССР, «Локомотив»
51. мс Перевалова Т. И., 1958 г., БССР, «Зенит»
52. мс Смирнова В. О., 1964 г., Аз. ССР, «Буревестник»
53. мс Малайцдзе И. П., 1965 г., Груз. ССР, «Динамо»
54. мс Савченко Л. И., 1966 г., УССР, «Динамо»
55. мс Мильвандская В. М., 1967 г., Москва, «Спартак»
56. мс Богуславская М. Б., 1959 г., РСФСР, «Зенит»
57. мс Елисеева А. В., 1962 г., Москва, «Буревестник»
58. мс Валетова А. Н., 1954 г., БССР, «Зенит»
59. мс Юрченко С. Р., 1965 г., Уз. ССР, «Динамо»
60. мс Чудаконя Н. Б., 1962 г., УССР, «Локомотив»

Примечание. При участии в соревнованиях мс Морозова О. В. (1949 г., Москва, ЦСКА) должна быть поставлена за № 5 перед № 6; мс Патрициан Е. В. (1955 г., Москва, «Спартак») — за № 24 перед № 25; мс Охрименко Л. В. (1953 г., Москва, «Буревестник») — за № 27 перед № 28 (после званного цикла соревнований — по итоговому очку).

Мужчины

1. мсмк Пугаев К. П., 1955 г., Москва, ЦСКА
2. мсмк Борисов В. В., 1955 г., Москва, «Спартак»
3. мсмк Зверев А. М., 1960 г., РСФСР, Вооруж. Силы
4. мсмк Богомолон А. С., 1954 г., Москва, «Динамо»
5. мсмк Леонков С. Н., 1960 г., БССР, «Кр. знамя»
6. мсмк Филев Ю. Н., 1957 г., УССР, Вооруж. Силы
7. мс Таврилов О. В., 1950 г., УССР, «Зенит»

8. мс Грузман С. Г., 1958 г., УССР, «Динамо»
9. мс Загородный А. А., 1953 г., РСФСР, «Динамо»
10. мсмк Волков А. Ф., 1948 г., Москва, ЦСКА
11. мс Демиденко А. В., 1962 г., БССР, «Кр. знамя»
12. мс Садков В. В., 1953 г., Ленинград, «Динамо»
13. мс Костенко А. Е., 1956 г., УССР, «Локомотив»
14. мс Тихонко И. М., 1960 г., БССР, «Зенит»
15. мс Тетерин С. С., 1961 г., БССР, «Кр. знамя»
16. мс Ланге Э. М., 1951 г., Эст. ССР, Вооруж. Силы
17. мс Рачковский К. Я., 1962 г., УССР, «Динамо»
18. мс Шкляр В. Ф., 1947 г., РСФСР, «Спартак»
19. мс Ломанов Л. А., 1963 г., Москва, ЦСКА
20. мс Аваев Г. В., 1959 г., УССР, Вооруж. Силы
21. мс Кавистик Т. Р., 1962 г., Эст. ССР, «Динамо»
22. мс Беккер А. С., 1960 г., Москва, «Труд»
23. мс Залужный А. С., 1959 г., УССР, «Динамо»
24. мс Подаников Е. А., 1952 г., Москва, ЦСКА
25. мс Коляскин А. Н., 1952 г., УССР, «Локомотив»
26. мс Салон Л. Ц., 1950 г., Тадж. ССР, Вооруж. Силы

27. мс Зозуля И. А., 1958 г., БССР, «Динамо»
28. мс Богданов С. В., 1951 г., Уз. ССР, «Динамо»
29. мс Кацнельсон А. Х., 1955 г., Уз. ССР, «Динамо»
30. мс Розенталь М. И., 1958 г., Латв. ССР, Вооруж. Силы
31. мс Мажейка В. В., 1954 г., Лит. ССР, «Жальгирис»
32. мс Бузмаков Б. В., 1947 г., УССР, «Спартак»
33. мс Эпсрашвили Г. Н., 1958 г., Груз. ССР, «Динамо»
34. мс Колесниченко В. Н., 1954 г., Уз. ССР, «Буревестник»
35. мс Павлов В. Н., 1958 г., РСФСР, «Спартак»
36. мс Аксенов П. С., 1954 г., БССР, «Зенит»
37. мс Сузутка С. В., 1959 г., Эст. ССР, «Динамо»
38. мс Хурда В. Н., 1950 г., Груз. ССР, «Динамо»
39. мс Милк А. А., 1957 г., Эст. ССР, «Динамо»
40. мс Драгуи В. В., 1949 г., БССР, Вооруж. Силы
41. мс Ламы П. В., 1944 г., Эст. ССР, Вооруж. Силы
42. мс Долгополов А. Я., 1964 г., УССР, «Зенит»
43. мс Дезде Г. В., 1963 г., Латв. ССР, «Динамо»
44. мс Бурый С. В., 1958 г., Ленинград, «Динамо»
45. мс Деграчев А. А., 1952 г., Тадж. ССР, Вооруж. Силы
46. мс Карпов В. П., 1960 г., УССР, Вооруж. Силы
47. мс Едигарян Е. И., 1958 г., Арм. ССР, «Буревестник»
48. мс Кошуба К. В., 1951 г., УССР, Вооруж. Силы
49. мс Перко В. А., 1962 г., БССР, «Зенит»
50. мс Бельс Д. А., 1963 г., РСФСР, «Динамо»
51. мс Богданов В. В., 1959 г., УССР, Вооруж. Силы
52. мс Поталенко В. А., 1964 г., РСФСР, «Буревестник»
53. мс Кледаков И. Е., 1962 г., Москва, «Динамо»
54. мс Осетинский М. Г., 1951 г., РСФСР, «Зенит»
55. мс Карапетян Г. А., 1956 г., Арм. ССР, «Буревестник»
56. мс Исаяк Я. Ф., 1960 г., Эст. ССР, «Динамо»
57. мс Голиков В. В., 1954 г., РСФСР, Вооруж. Силы
58. мс Воробьев В. К., 1952 г., Тадж. ССР, «Локомотив»
59. мс Рашинский В. Х., 1961 г., Эст. ССР, «Калев»
60. мсмк Коротков Х. В., 1948 г., Москва, «Динамо»

Примечание. При участии в соревнованиях мс Метрели А. И. (1944 г., Тбилиси, «Динамо») должен быть поставлен за № 7 перед № 8; мсмк Ахмеров Р. Э. (1953 г., Аз. ССР, «Буревестник») — за № 11 перед № 12; мсмк Боболов Е. В. (1947 г., РСФСР, Вооруж. Силы) — за № 19 перед № 20; мс Васильевский С. Ф. (1954 г., Ленинград, «Динамо») — за № 21 перед № 22 (после званного цикла соревнований — по итоговому очку).

Сильнейшие игроки в парах по результатам соревнований 1981 г. (по очковой системе)

Женщины

- | | |
|--------------------------|-------------------------|
| 1. мсмк Зайцева О. В. | 1. мсмк Борисов В. В. |
| 2. мс Чернева С. Г. | 2. мсмк Леонков С. Н. |
| 3. мсмк Елисеева Е. П. | 3. мсмк Богомолон А. С. |
| 4. мсмк Чмырева Н. Ю. | 4. мс Грузман С. Г. |
| 5. мсмк Бородинна Н. В. | 5. мсмк Зверев А. М. |
| 6. мсмк Макарова Л. Н. | 6. мсмк Филев Ю. Н. |
| 7. мсмк Крошнина М. В. | 7. мсмк Пугаев К. П. |
| 8. мсмк Сальникова Ю. С. | 8. мс Тихонко И. М. |
| 9. мсмк Гущина Е. Г. | 9. мс Тетерин С. С. |
| 10. мс Сальникова А. С. | 10. мс Демиденко А. В. |

Мужчины

Девушки 1963—1965 гг. рожд.

1. мсмк Сальникова Ю. С., 1964 г., Москва, «Динамо»
2. мс Кашеварова Ю. О., 1963 г., Москва, «Спартак»
3. мс Сальникова А. С., 1964 г., Москва, «Динамо»
4. мс Рева Н. В., 1965 г., Москва, «Динамо»
5. мс Буленина Т. В., 1964 г., УССР, «Буревестник»
6. мс Рыжикова Е. А., 1964 г., УССР, «Динамо»
7. мс Сафонова Т. Ю., 1964 г., Москва, ЦСКА
8. мс Лифанова О. Н., 1965 г., Москва, ЦСКА
9. мс Владимирская Е. М., 1964 г., РСФСР, «Зенит»
10. мс Быкова Н. В., 1966 г., Москва, ЦСКА
11. мс Киреева В. В., 1964 г., Москва, «Динамо»
12. мс Матюшок О. Л., 1966 г., УССР, «Зенит»
13. мс Спиридонова В. О., 1964 г., Аз. ССР, «Буревестник»
14. мс Малайцдзе И. П., 1965 г., Груз. ССР, «Динамо»
15. мс Савченко Л. И., 1966 г., УССР, «Динамо»
16. мс Мильвандская В. М., 1967 г., Москва, «Спартак»
17. мс Юрченко С. Р., 1965 г., Уз. ССР, «Динамо»
18. мс Подольская Е. В., 1964 г., Москва, «Динамо»
19. мс Фятева И. В., 1967 г., РСФСР, «Динамо»
20. мс Мищенко И. В., 1965 г., РСФСР, «Спартак»
21. мс Малайцдзе М. П., 1963 г., Груз. ССР, «Динамо»
22. мс Яновская Н. М., 1964 г., УССР, «Колос»
23. мс Бурч Е. М., 1966 г., УССР, «Буревестник»
24. мс Орех К. А., 1963 г., Эст. ССР, «Динамо»
25. мс Арабян Г. О., 1964 г., Арм. ССР, «Буревестник»
26. мс Штаберг М. Э., 1966 г., Эст. ССР, «Динамо»
27. мс Денисенко М. О., 1963 г., БССР, «Кр. знамя»
28. мс Филкина И. Е., 1967 г., Москва, «Труд»
29. мс Николаева Л. Л., 1963 г., Каз. ССР, «Локомотив»
30. мс Коденкова О. В., 1964 г., РСФСР, «Труд»
31. мс Иванова О. И., 1966 г., Ленинград, «Динамо»
32. мс Крайер А. Э., 1964 г., Тадж. ССР, «Таджикстан»
33. мс Туинс О. М., 1964 г., Тадж. ССР, «Локомотив»
34. мс Кушишова М. С., 1963 г., БССР, «Зенит»
35. мс Мадзе Л. Я., 1964 г., Латв. ССР, «Динамо»
36. мс Калле А. К., 1964 г., Эст. ССР, «Калев»
37. мс Климова Л. Ф., 1965 г., РСФСР, «Динамо»
38. мс Затолонина Г. В., 1965 г., РСФСР, «Динамо»
39. мс Степанова Н. А., 1965 г., Уз. ССР, «Динамо»
40. мс Рюмина С. О., 1963 г., Ленинград, «Динамо»
41. мс Метрели Л. Н., 1965 г., Груз. ССР, «Динамо»
42. мс Старжинская Н. В., 1966 г., РСФСР, «Труд»
43. мс Штаберг Э. Э., 1963 г., Эст. ССР, «Динамо»
44. мс Утеская Т. Н., 1964 г., УССР, «Авангард»

45. Антошкин И. И., 1967 г., Груз. ССР, «Динамо»
 46. Миллер Ю. Р., 1965 г., Эст. ССР, «Динамо»
 47. Кузьмина А. А., 1967 г., Москва, «Динамо»
 48. Троякова М. А., 1966 г., Москва, «Спартак»
 49. Клейна Н. Л., 1963 г., Латв. ССР, «Даугава»
 50. Астафьева О. П., 1968 г., Тадж. ССР, «Динамо»

Девушки 1966—1967 гг. рожд.

1. мс Быкова Н. В., 1966 г., Москва, ЦСКА
 2. мс Матюшинок О. Л., 1966 г., УССР, «Зенит»
 3. мс Славченко Л. И., 1966 г., УССР, «Динамо»
 4. Мильяндская В. М., 1967 г., Москва, «Спартак»
 5. Фатева И. В., 1967 г., РСФСР, «Динамо»
 6. Бурин Е. М., 1966 г., УССР, «Буревестник»
 7. Штамберг М. Э., 1966 г., Эст. ССР, «Динамо»
 8. Финкина И. А., 1967 г., Москва, «Труд»
 9. Иванова О. И., 1966 г., Ленинград, «Динамо»
 10. Старжинская И. В., 1966 г., РСФСР, «Труд»
 11. Антошкин И. И., 1967 г., Груз. ССР, «Динамо»
 12. Кузьмина А. А., 1967 г., Москва, «Динамо»
 13. Тюркина М. А., 1966 г., Москва, «Спартак»
 14. Астафьева О. П., 1968 г., Тадж. ССР, «Динамо»
 15. Зуберинте В. Н., 1966 г., Лит. ССР, «Жальгирис»
 16. Халатин А. А., 1967 г., Арм. ССР, «Спартак»
 17. Погосова А. А., 1966 г., Груз. ССР, «Гантвиди»
 18. Трунина М. В., 1967 г., Москва, «Спартак»
 19. Нересин Г. С., 1966 г., Арм. ССР, «Буревестник»
 20. Светова А. О., 1966 г., УССР, «Локомотив»
 21. Брышева Е. В., 1966 г., Москва, «Труд»
 22. Михайлова О. В., 1966 г., Москва, «Динамо»
 23. Кибирева Е. М., 1966 г., Уз. ССР, «Динамо»
 24. Родинская А. В., 1966 г., Москва, «Динамо»
 25. Рутник Л. Н., 1967 г., УССР, «Зенит»
 26. Коросиди А. А., 1967 г., Молд. ССР, «Динамо»
 27. Кюхи И. Р., 1966 г., Эст. ССР, «Калев»
 28. Лысенкова Е. Г., 1966 г., РСФСР, «Буревестник»
 29. Удальчик Т. А., 1966 г., РСФСР, «Динамо»
 30. Ялзарова Е. В., 1966 г., УССР, «Зенит»

Девушки 1968—1969 гг. рожд.

1. Астафьева О. П., 1968 г., Тадж. ССР, «Динамо»
 2. Волкова С. В., 1968 г., БССР, «Динамо»
 3. Машковича Е. А., 1968 г., Москва, ЦСКА
 4. Худа Т. В., 1968 г., УССР, «Спартак»
 5. Антошкин И. И., 1968 г., Молд. ССР, «Динамо»
 6. Платов В. В., 1968 г., БССР, «Кр. знамя»
 7. Мажьявичуте Ю. И., 1968 г., Лит. ССР, «Жальгирис»
 8. Тельченко И. О., 1968 г., УССР, «Авангард»
 9. Беарук Г. А., 1968 г., УССР, «Буревестник»
 10. Месхи Л. Г., 1968 г., Груз. ССР, «Гантвиди»
 11. Ходукина С. В., 1968 г., УССР, ДЮСШ
 12. Колоты У. В., 1968 г., УССР, ДЮСШ
 13. Абраменко М. И., 1968 г., Аз. ССР, «Буревестник»
 14. Тухраев О. С., 1968 г., Груз. ССР, «Динамо»
 15. Юсова С. Ю., 1968 г., Москва, «Динамо»
 16. Мовсесян Н. М., 1968 г., Арм. ССР, «Буревестник»
 17. Сякуни И. В., 1968 г., БССР, «Кр. знамя»
 18. Клепик Р. А., 1968 г., Каз. ССР, «Локомотив»
 19. Бабич И. В., 1968 г., Эст. ССР, «Динамо»

20. Шидловская М. А., 1968 г., Москва, «Спартак»
 21. Герраде И. Г., 1969 г., Груз. ССР, «Гантвиди»
 22. Соколова В. В., 1969 г., Москва, «Динамо»
 23. Казанова Н. В., 1969 г., БССР, «Кр. знамя»
 24. Шанкаренов Э. Л., 1968 г., БССР, «Зенит»
 25. Пенькова Е. Д., 1968 г., УССР, «Спартак»
 26. Матух Е. В., 1969 г., УССР, «Зенит»
 27. Квещалова О. В., 1969 г., БССР, «Кр. знамя»
 28. Погорелова Е. А., 1969 г., Москва, ЦСКА
 29. Кирилук А. Г., 1969 г., УССР, «Динамо»
 30. Кошелев Х. В., 1968 г., УССР, ДЮСШ

Девочки 1970—1971 гг. рожд.

1. Брюховец Е., 1971 г., УССР, «Колос»
 2. Митрофанова Л., 1970 г., РСФСР, «Труд»
 3. Филко К., 1970 г., УССР, «Динамо»
 4. Коваленко Я., 1970 г., УССР, «Буревестник»
 5. Сепи К., 1970 г., Эст. ССР, «Динамо»
 6. Скомороховская Е., 1970 г., Москва, ЦСКА
 7. Мирза А., 1970 г., Москва, «Спартак»
 8. Алмас М., 1970 г., Эст. ССР, «Динамо»
 9. Курлова О., 1971 г., УССР, «Колос»
 10. Циргана Н., 1970 г., Груз. ССР, СДЮШОР
 11. Асатрян А., 1970 г., Арм. ССР, «Спартак»
 12. Свиридик А., 1970 г., УССР, «Днепр»
 13. Маладь И., 1970 г., БССР, «Кр. знамя»
 14. Зверева Н., 1971 г., БССР, Вооруж. Силы
 15. Ищенко А., 1970 г., УССР, «Авангард»
 16. Каракешишян А., 1970 г., Арм. ССР, СДЮШОР
 17. Давидян О., 1970 г., УССР, ДЮСШ
 18. Пангачева А., 1970 г., Эст. ССР, «Динамо»
 19. Линия И., 1970 г., Латв. ССР, «Даугава»
 20. Бокучава Э., 1971 г., Груз. ССР, СДЮШОР

Юноши 1963—1965 гг. рожд.

1. мс Ломанов Я. А., 1963 г., Москва, ЦСКА
 2. мс Хурда В. Н., 1965 г., Груз. ССР, «Динамо»
 3. мс Долгополов А. Я., 1964 г., УССР, «Зенит»
 4. мс Лавале Г. В., 1963 г., Латв. ССР, «Динамо»
 5. мс Белов Д. А., 1963 г., РСФСР, «Динамо»
 6. мс Потанин В. А., 1964 г., РСФСР, «Буревестник»
 7. мс Костин Д. О., 1963 г., УССР, «Буревестник»
 8. мс Пискунов Л. В., 1964 г., БССР, «Динамо»
 9. Божак С. В., 1965 г., УССР, «Зенит»
 10. мс Чукарич Н. Н., 1964 г., УССР, «Динамо»
 11. Бакулен В. В., 1965 г., Москва, ЦСКА
 12. Овсалу А. К., 1965 г., Эст. ССР, «Динамо»
 13. мс Константиновский Е. Г., 1964 г., УССР, «Динамо»
 14. Баранов О. Е., 1964 г., УССР, «Динамо»
 15. Забаров Р. А., 1963 г., Москва, ЦСКА
 16. Чесноков А. Э., 1966 г., Москва, «Спартак»
 17. Ежов И. В., 1963 г., РСФСР, «Труд»
 18. Сагардадзе М. Н., 1963 г., Груз. ССР, «Динамо»
 19. Гримальский С. В., 1966 г., УССР, «Зенит»
 20. Ольховский А. С., 1966 г., Москва, ЦСКА
 21. мс Пиворотников И. Я., 1963 г., БССР, «Динамо»
 22. Соловьев В. В., 1963 г., Москва, «Динамо»
 23. Рыжен Т. И., 1965 г., Эст. ССР, «Калев»
 24. Ходотов А. В., 1964 г., РСФСР, «Динамо»
 25. Креслинский У. Э., 1964 г., Латв. ССР, «Динамо»
 26. Пухалда Д. Т., 1964 г., Груз. ССР, ДЮСШ
 27. Подушный А. А., 1964 г., УССР, «Динамо»
 28. Волков А. В., 1967 г., РСФСР, «Спартак»
 29. Федотов В. Г., 1964 г., Ленинград, «Динамо»
 30. Касаткин А. М., 1964 г., Уз. ССР, «Динамо»
 31. Лятусов С. С., 1964 г., УССР, «Зенит»
 32. Эдердзавили Г. А., 1965 г., Груз. ССР, «Гантвиди»
 33. Нильманс Г. И., 1965 г., Уз. ССР, «Буревестник»

34. Тюрин А. В., 1963 г., Тадж. ССР, «Локомотив»
 35. Афонин Е. Ю., 1955 г., РСФСР, ДЮСШ
 36. Федоров Д. А., 1965 г., РСФСР, «Динамо»
 37. Петерсон М. Э., 1965 г., Эст. ССР, «Калев»
 38. Павлюк В. Н., 1964 г., УССР, «Локомотив»
 39. Тарасов И. В., 1963 г., УССР, «Динамо»
 40. Чернецкий А. И., 1967 г., УССР, «Динамо»
 41. Шляхадзе А. Э., 1967 г., Арм. ССР, СДЮШОР
 42. Шкрыль А. Е., 1964 г., Каз. ССР, «Локомотив»
 43. Нагорнов В. В., 1965 г., Каз. ССР, «Спартак»
 44. Тузников А. В., 1964 г., Уз. ССР, «Динамо»
 45. Мунташев Р. В., 1964 г., РСФСР, ДЮСШ
 46. Тартак О. А., 1963 г., УССР, «Буревестник»
 47. Остроборотов А. И., 1963 г., Кирг. ССР, «Динамо»
 48. Щербак Ю. А., 1963 г., БССР, «Кр. знамя»
 49. Новиков О. В., 1964 г., БССР, «Динамо»
 50. Мугвичус В. И., 1963 г., Лит. ССР, «Жальгирис»

Юноши 1966—1967 гг. рожд.

1. Чесноков А. Э., 1966 г., Москва, «Спартак»
 2. Гримальский С. В., 1966 г., УССР, «Зенит»
 3. Ольховский А. С., 1966 г., Москва, ЦСКА
 4. Волков А. В., 1967 г., РСФСР, «Спартак»
 5. Чернецкий А. И., 1967 г., УССР, «Динамо»
 6. Шляхадзе А. Э., 1967 г., Арм. ССР, «Спартак»
 7. Богатырев В. В., 1966 г., Уз. ССР, «Спартак»
 8. Метрелия И. А., 1967 г., Груз. ССР, «Динамо»
 9. Ялалов А. И., 1966 г., Уз. ССР, «Буревестник»
 10. Крочко И. И., 1968 г., УССР, ДЮСШ
 11. Филмонов А. В., 1968 г., Латв. ССР, «Динамо»
 12. Габришадзе В. Б., 1968 г., Груз. ССР, «Динамо»
 13. Бузыцкий Л. А., 1967 г., РСФСР, ДЮСШ
 14. Лесна О. В., 1967 г., УССР, «Буревестник»
 15. Овсалу А. К., 1967 г., Эст. ССР, «Динамо»
 16. Рамзадзе Л. Б., 1966 г., Груз. ССР, «Динамо»
 17. Лещак Г. И., 1967 г., Груз. ССР, «Динамо»
 18. Анишян С. В., 1967 г., Москва, «Динамо»
 19. Смытган А. Н., 1966 г., Арм. ССР, СДЮШОР
 20. Жолоб А. А., 1967 г., УССР, «Локомотив»
 21. Чесноков А. А., 1967 г., Москва, ЦСКА
 22. Высалид А. Э., 1966 г., Эст. ССР, «Калев»
 23. Толстой К. В., 1966 г., РСФСР, «Динамо»
 24. Северянов С. Д., 1967 г., Москва, «Динамо»
 25. Шевчук Р. А., 1968 г., УССР, «Локомотив»
 26. Петренко А. А., 1967 г., БССР, «Динамо»
 27. Брунеткин А. Г., 1966 г., РСФСР, «Спартак»
 28. Довня О. В., 1967 г., УССР, «Локомотив»
 29. Марьяншилин Г. Г., 1967 г., Груз. ССР, «Динамо»
 30. Буденный Н. А., 1967 г., РСФСР, «Динамо»

Юноши 1968—1969 гг. рожд.

1. Крочко И. И., 1968 г., УССР, ДЮСШ
 2. Филмонов А. В., 1968 г., Латв. ССР, «Динамо»
 3. Габришадзе В. Б., 1968 г., Груз. ССР, «Динамо»
 4. Шевчук Р. В., 1968 г., УССР, «Локомотив»
 5. Мороз Д. В., 1968 г., Латв. ССР, «Динамо»
 6. Яковлев Д. Н., 1968 г., УССР, «Зенит»
 7. Яковлов А. А., 1968 г., БССР, «Зенит»
 8. Тоом А. Ю., 1968 г., Эст. ССР, «Динамо»
 9. Самсонов Е. А., 1969 г., УССР, ДЮСШ
 10. Качарав Д. Г., 1969 г., Груз. ССР, «Динамо»
 11. Пьяленов Д. Ю., 1969 г., Москва, ЦСКА
 12. Черкасов А. Г., 1970 г., РСФСР, «Буревестник»
 13. Златоустов А. М., 1969 г., РСФСР, «Динамо»
 14. Куров В. Б., 1968 г., Латв. ССР, «Динамо»
 15. Иенал Ю. В., 1968 г., Уз. ССР, «Спартак»
 16. Загребин А. А., 1968 г., Москва, ЦСКА
 17. Мамаев А. П., 1969 г., РСФСР, «Динамо»
 18. Лебедь П. Л., 1969 г., Уз. ССР, «Динамо»
 19. Савочкин Р. А., 1968 г., Москва, ДЮСШ
 20. Стрицев А. В., 1968 г., Каз. ССР, «Локомотив»
 21. Паникин А. Я., 1968 г., Москва, «Труд»
 22. Палочкин И. А., 1968 г., УССР, «Прометей»
 23. Рубинов С. С., 1968 г., Москва, ЦСКА
 24. Мэлониан Г. Н., 1968 г., УССР, «Спартак»
 25. Кузнецов С. Ю., 1968 г., УССР, «Динамо»
 26. Щербак А. М., 1968 г., Молд. ССР, «Динамо»
 27. Богачев С. Ю., 1969 г., Латв. ССР, «Динамо»
 28. Харченко Ю. М., 1969 г., УССР, «Зенит»
 29. Пономарь Д. Н., 1968 г., УССР, «Локомотив»
 30. Цыбулько А. А., 1968 г., БССР, Вооруж. Силы
 Мальчики 1970—1971 гг. рожд.
 1. Черкасов А., 1970 г., РСФСР, «Буревестник»
 2. Сквизн С., 1970 г., БССР, «Кр. знамя»
 3. Сербайло С., 1970 г., УССР, ДЮСШ
 4. Петрушенко В., 1970 г., УССР, «Зенит»
 5. Кузряков Д., 1970 г., Москва, «Динамо»
 6. Иванов А., 1970 г., Уз. ССР, «Динамо»
 7. Маньяков А., 1970 г., Москва, «Спартак»
 8. Нахавестин А., 1970 г., Груз. ССР, СДЮШОР
 9. Афанасьев В., 1970 г., Ленинград, «Буревестник»
 10. Самец А., 1970 г., БССР, «Кр. знамя»
 11. Зноков В., 1970 г., Ленинград, Дворец пионеров
 12. Дьяченко Э., 1970 г., УССР, ДЮСШ
 13. Петропавлов А., 1970 г., Латв. ССР, «Даугава»
 14. Куркин Б., 1970 г., РСФСР, «Динамо»
 15. Геворкян С., 1970 г., Арм. ССР, «Труд»
 16. Бурсов В., 1970 г., БССР, ДЮСШ
 17. Князевский А., 1970 г., РСФСР, «Динамо»
 18. Вальков А., 1970 г., БССР, «Зенит»
 19. Гонтар Ю., 1970 г., УССР, «Зенит»
 20. Озеров Н., 1970 г., Москва, «Спартак»

СОДЕРЖАНИЕ

НАУКА — ПРАКТИКЕ	Пленум федерации решает. В. А. Голенко	3
	Анализ и оценка соревновательной деятельности теннисиста. С. П. Белли-Гейман	5
	Игровые передвижения теннисистов на площадках с «быстрым» покрытием. Н. Ю. Верхошанская, Н. О. Ерохина	8
	Соревновательная деятельность в условиях повышенной психической напряженности. Т. Иванова, Т. Корнеева, Н. Рожкова	10
	Тест для определения работоспособности теннисистов. А. П. Скородумова, Г. А. Авена, Р. Е. Послouchенко	13
	Соревновательные нагрузки теннисистов международного класса. А. И. Наушко	16
	Итоги научно-методической конференции тренеров социалистических стран по теннису. Т. С. Иванова, Л. Д. Преображенская	19
	Обучение удару слева двумя руками. Л. С. Зайцева	21
	Подает Джон Маккирой. О. С. Кустов	28
	Некоторые особенности методики скоростно-силовой подготовки теннисиста. Н. Ю. Верхошанская	29
МЕТОДИКА ТРЕНИРОВКИ	Спады в игре теннисистов и их причины. В. П. Жур	33
	Теннис как средство укрепления здоровья и повышения работоспособности студентов. В. М. Горностаева	35
	Технико-тактические особенности соревновательной деятельности теннисистов высших разрядов. А. П. Скородумова, О. И. Жихарева, Г. К. Жуков	36
	Смотр будущих олимпийцев. Т. С. Иванова, Г. К. Жуков	38
	Строительство крытых кортов массового типа. В. А. Машинский, Е. В. Рязанова	44
	Некоторые правила игры в вопросах и ответах А. Е. Ангелевич	46
	Уимблдонская летопись Борга. В. Янчук, Г. Дашкевич	48
	Джон Маккирой — сильнейший теннисист 1981 года. Г. Дашкевич	52
	Сильнейшие о сильнейших. В. Янчук, А. Васин	55
	Сюзанна Ленглен	61
СТРАНИЦЫ ИСТОРИИ В ФЕДЕРАЦИИ ТЕННИСА СССР	Смена лидеров. Г. А. Кондратьева	65
	Сильнейшие теннисисты СССР	68

ТЕННИС.

Ежегодник. 1982

Составитель *Вадим Сергеевич Вепринцев*

Заведующий редакцией А. Ю. Гришинец. Редакторы Ю. М. Кирьянов, А. Ю. Гришинец, Художник Л. Д. Виноградова. Художественный редактор Ю. В. Архангельский. Технический редактор С. С. Башилова. Корректор З. Г. Самылкина.

ИБ № 1209. Сдано в набор 08.06.82. Подписано к печати 09.11.82. А 09703. Формат 70×90/16. Бумага кн.-журн. Гарнитура «Литературная». Высокая печать. Усл. л. 5,27. Усл. кр.-отт. 5,86. Уч.-изд. л. 8,45. Тираж 55 000 экз. Издат. № 7085. Зак. 1235. Цена 45 коп.

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

Ярославский полиграфкомбинат Союзполиграфпрома при Государственном комитете СССР по делам издательства, полиграфии и книжной торговли. 150014, Ярославль, ул. Свободы, 97.

Вверху: главный судья чемпионата СССР 1981 г. О. Л. Корнблит с чемпионками СССР в парном разряде О. Зайцевой (слева) и С. Черновой. Внизу: призеры чемпионата Европы 1981 г. среди юношей: слева — Андрей Черкасов и Дима Поленов [СССР], в центре — Хасс и Крафт [ФРГ], Бланки и Зерматти [Италия]; финалистки юношеского чемпионата Европы 1981 г. В. Мильвидская [СССР, 2-е место, слева] и М. Малеева [НРБ, 1-е место].



83-01330/16

83-01941/3

543

71
88

45 коп.

На занятиях по ОФП — К. Пугаев (справа) и Д. Ломанов.

14646

1982



Apr 11. 11

П 41
88

1982