

5 89-5
1369-2

ГОСУДАРСТВЕННЫЙ КОМИТЕТ СССР
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ
УПРАВЛЕНИЕ СПОРТИВНЫХ ИГР
ВСЕСОЮЗНЫЙ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

ВЛИЯНИЕ СТИЛЯ ИГРЫ И ТИПА ПОКРЫТИЯ ПЛОЩАДКИ
НА ВЫБОР СПЕЦИАЛЬНО-ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫХ СРЕДСТВ
В ТРЕНИРОВКЕ ТЕННИСИСТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ
(методические рекомендации)

КОНТРОЛЬНЫЙ ЭКЗЕМПЛЯР

Москва 1988

243

05/01

309-5/1309-2

ГОСУДАРСТВЕННЫЙ КОМИТЕТ СССР
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ
УПРАВЛЕНИЕ СПОРТИВНЫХ ИГР
ВСЕСОЮЗНЫЙ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ИНСТИТУТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

"Утверждаю"

Начальник Управления
спортивных игр

Ю.М.Портнов

30 декабря 1987

ВЛИЯНИЕ СТИЛЯ ИГРЫ И ТИПА ПОКРЫТИЯ ПЛОЩАДКИ
НА ВЫБОР СПЕЦИАЛЬНО-ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫХ СРЕДСТВ
В ТРЕНИРОВКЕ ТЕННИСИСТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

(методические рекомендации)

Москва 1988

Методические рекомендации подготовлены: доцентом кафедры теории и методики физического воспитания ГЦОЛИФК, мастером спорта А.П.Скородумовой, аспиранткой кафедры тенниса ГЦОЛИФК М.И.Шмагиной, старшим тренером мужской сборной команды СССР по теннису Ш.А.Тарпищевым.

Аннотация. Рекомендации содержат количественные показатели критерия стиля игры, данные по процентному содержанию в игре основных технико-тактических действий и комбинаций, методические рекомендации по рациональному использованию в тренировке специально-подготовительных средств. Предназначены для тренеров.



2022061851



рь
ли
к
др
ло
не
ре

до
ва
но

но
ис
ос
Ку

1
2
3
4
5
6

Наблюдая за игрой теннисистов можно видеть, что манера их игры неодинакова: одни предпочитают игру преимущественно на задней линии, другие стремятся использовать любую возможность для выхода к сетке. Есть игроки, которые одинаково уверенно играют в том и другом случае. На основании этого чехословацкие исследователи предложили разделить всех игроков на три категории А, В и С (табл. 1), не указав, однако, каких-либо количественных критериев подобного разделения.

Таблица 1

Категории игроков и стиль их игры

Категории	Стиль игры
А	"подача - сетка"
В	"универсальный" (по всему корту)
С	"у задней линии"

В настоящее время в связи с различными типами покрытий площадок появились игроки, которые несколько меняют свой стиль игры в зависимости от типа покрытия, умело используя при этом его особенности.

Естественно, что для игроков разных стилей характерно различное количество технико-тактических действий (ТТД) и комбинаций, используемых ими в игре. Имеется в виду комплекс ТТД и комбинаций, составленный на основе ранее существовавшего (Белиц-Гейман С.П., Жуков Г.Н., Наумко А.И.) и дополненный нами (табл. 2).

Таблица 2

Количественные показатели соревновательной деятельности теннисистов высокой квалификации

№	Технико-тактические действия
1	2
1	Смеш
2	Свеча
3	1-я подача
4	2-я подача
5	Прием 1-й подачи
6	Прием 2-й подачи

Комбинации

Игра

- С выходом к сетке
из них:
- а) с завершающим ударом
б) с розыгрышем очка
- 2 С розыгрышем очка на задней линии
из них:
- а) с последующей обводкой сеточника
б) с розыгрышем только на задней линии
- 8 С розыгрышем очка на задней линии и последующим
выходом к сетке:
из них:
- а) с завершающим ударом
б) с розыгрышем очка

Комбинации

II Прием подачи

- I С выходом к сетке
из них:
- а) с завершающим ударом
б) с розыгрышем очка
- 2 С розыгрышем очка на задней линии
из них:
- а) с последующей обводкой сеточника
б) с розыгрышем только на задней линии
- 8 С розыгрышем очка на задней линии и последующим
выходом к сетке
из них:
- а) с завершающим ударом
б) с розыгрышем очка

I Игра с лета

2 Комбинации с передвижениями с включением смеха, свечи.

Итак, от чего же зависит "состав" игры. Мы выявили, что в

основном процентное содержание тех или иных ТТД и комбинаций зависит от следующих факторов: стилей игры обоих соперников и типа покрытия площадки.

Иными словами, теннисисты разных стилей используют в игре различные действия и комбинации, в зависимости от того, против кого они играют и на каком покрытии. Исходя из этого каждому тренеру необходимо знать стиль своего игрока (или то, к чему он должен стремиться) и стиль предполагаемых соперников. В этом ему помогут данные, представленные в табл. 3-4, где выведены количественные показатели критерия стиля игры теннисистов высокой квалификации.

Таблица 3

Процентное содержание основных комбинаций в общем объеме двигательных действий, при игре на быстром покрытии

Комбинации	А	С
1. подача с выходом к сетке	25-26	8-5
2. подача с розыгрышем очка на в/л	7-14	21-40
3. подача с розыгрышем очка на в/л и последующим выходом к сетке	4-14	8-7
4. Прием подачи с выходом к сетке	8-4	0-2
5. Прием подачи с розыгрышем очка на в/л	21-42	22-85
6. Прием подачи с розыгрышем очка на в/л и последующим выходом к сетке	3-5	1-8

Сравнив данные соревновательной деятельности своего игрока и его ближайших соперников с табличными данными, можно определить стиль игры теннисистов, а также четче составить тактический план матча с учетом сильных и слабых сторон соперников.

Таблица 4

Процентное содержание основных комбинаций в общем объеме двигательных действий, при игре на медленном покрытии

Комбинации	A	C
1. Поддача с выходом к сетке	17-20	10-18
2. Поддача с розыгрышем очка на в/л	13-16	21-28
3. Поддача с розыгрышем очка на в/л и последующим выходом к сетке	6-10	3-5
4. Прием подачи с выходом к сетке	3-4	1-2
5. Прием подачи с розыгрышем очка на в/л	32-35	34-45
6. Прием подачи с розыгрышем очка на в/л и последующим выходом к сетке	4-8	3-6

Как же правильнее использовать в тренировочном процессе специальные упражнения, чтобы наилучшим образом подготовиться?

Следует включать в тренировочный процесс упражнения, соответствующие основным действиям и комбинациям, применяемым теннисистами в игре (Скородумова А.П., Шмагина М.И., Тарпищев Ш.А., 1986 г.) тогда процентное содержание этих упражнений в тренировке на площадке должно быть равно или даже превышать их процентное содержание в игре.

В результате математической обработки получены специальные таблицы, по которым, зная стиль игрока и его соперника, можно рассчитать процентное содержание в игре каждого ТТД и комбинации.

Обратимся к конкретным примерам:

1. Выполнение ТТД не зависит от каких-либо факторов, и мы знаем лишь, что соотношение между собой первых и вторых подач равно 65 ± 4 (%) и 34 ± 4 (%) соответственно, а приемов первых и вторых подач $69 \pm 5,6$ и $29,5 \pm 5,6$.

Отсюда видно, что если игрок выполняет на тренировке 100 подач, то по меньшей мере 30-35 из них должны быть "вторыми", зачастую же вся тренировка подачи сводится к большему числу их выполнения.

Такие действия как смеш и свеча составляют в игре соответствен-

но $2,9 \pm 1,2$ (%) и $4,2 \pm 1,6$ (%). Знание этого позволит точнее определить, сколько времени нужно для совершенствования приемов в тренировке.

Процентное содержание комбинаций в игре теннисистов в большинстве случаев зависит от стиля игрока, его соперника и типа покрытия площадки, также различных взаимодействий этих факторов, поэтому рассмотрим каждую комбинацию в отдельности.

Подача с выходом к сетке

Содержание этой комбинации в общем числе подач зависит от стиля самого игрока и типа покрытия площадки. Стиль игры соперника, оказывается, существенно не влияет (табл. 5).

Таблица 5

Процентное содержание подачи с выходом к сетке в общем объеме подач

x_1	x_2	Быстрое покрытие			x_1	x_2	Медленное покрытие		
		A	C	B			A	C	B
A	$38,7 \pm 19,2$	$38,7 \pm 19,2$	$38,7 \pm 19,2$	A	$18,9 \pm 19,2$	$18,9 \pm 19,2$	$18,9 \pm 19,2$		
C	$12,1 \pm 19,2$	$12,1 \pm 19,2$	$12,1 \pm 19,2$	C	$11,9 \pm 19,2$	$11,9 \pm 19,2$	$11,9 \pm 19,2$		
B	$25,4 \pm 9,6$	$25,4 \pm 9,6$	$25,4 \pm 9,6$	B	$15,4 \pm 19,2$	$15,4 \pm 19,2$	$15,4 \pm 19,2$		

Примечание. 1. x_1 - стиль игрока; x_2 - стиль соперника; A - теннисист, играющий по принципу "подача-сетка"; C - теннисист, играющий преимущественно на задней линии; B - теннисист универсального типа. 2. Таблицы следует читать слева направо, например: игрок группы A играет с игроком группы C, процентное содержание подачи с выходом к сетке в общем объеме подач в данном случае на быстром покрытии $38,7 \pm 19,2$ (%), на медленном покрытии - $18,9 \pm 19,2$ (%). 3. Правила "чтения" таблиц одинаковы для всех последующих случаев.

Однако подача с выходом к сетке - это лишь начало комбинации, эффективность которой во многом зависит от завершающего удара. Иногда игрок "убивает" мяч сразу после выхода к сетке, иногда его разгрызает. Эти варианты выполнения подачи с выходом к сетке мы называем составляющими комбинации.

Оказывается, игроки разного стиля используют эти составляющие

также неодинаково. Зависит это от стиля обоих соперников и типа покрытия. Это естественно, так как при выборе удара, завершающего розыгрыш комбинации с выходом к сетке, следует оценивать прежде всего умение соперника выполнять обводящие удары и передвигаться по корту, что зависит от стиля его игры и типа покрытия площадок (табл. 6, 7).

Таблица 6

Процентное содержание подачи с выходом к сетке с завершающим ударом в общем объеме подач с выходом к сетке

x_1	x_2 Быстрое покрытие			x_1	x_2 Медленное покрытие		
	А	С	В		А	С	В
А	74,6±17	52,2±17	68,4±8,5	А	52,2±17	74,6±17	68,4±8,5
С	52,2±17	74,6±17	68,4±8,5	С	74,6±17	52,2±17	68,4±8,5
В	68,4±8,5	68,4±8,5	68,4±8,5	В	68,4±8,5	68,4±8,5	68,4±8,5

Таблица 7

Процентное содержание подачи с выходом к сетке и розыгрышем очка в общем объеме подач с выходом к сетке

x_1	x_2 Быстрое покрытие			x_1	x_2 Медленное покрытие		
	А	С	В		А	С	В
А	25,5±15,2	47,8±15,2	86,4±7,6	А	47,8±15,2	25,5±15,2	86,4±7,6
С	47,8±15,2	25,5±15,2	86,4±7,6	С	25,5±15,2	47,8±15,2	86,4±7,6
В	86,4±7,6	86,4±7,6	86,4±7,6	В	86,4±7,6	86,4±7,6	86,4±7,6

Примечание. В табл. 6-7 за 100 % принимается общее число подач с выходом к сетке.

Используя табл. 6-7, тренер сможет уточнить для себя, кому из его учеников нужно больше тренировать подачу с выходом к сетке с завершающим ударом, а кому после выхода к сетке больше необходим розыгрыш.

Подача с розыгрышем очка на задней линии

Процентное содержание подачи с розыгрышем очка на з/л в общем

числе подач зависит от стиля игрока. Влияние стиля игры соперника здесь незначительно, особенно при уверенной игре на в/л (табл. 8).

Таблица 8

Процентное содержание подач с розыгрышем очка на в/л
в общем числе подач

x_1	x_2	A	C	B
A		82,5±14,2	82,5±14,2	82,5±14,2
C		48,1±14,1	48,1±14,2	48,1±14,2
B		40,8±7,1	40,8±7,1	40,8±7,1

Любой розыгрыш очка на в/л, его тактический рисунок зависит от положения соперника, где он - на в/л или у сетки.

Процентное соотношение составляющих подачи с розыгрышем очка на в/л зависит от типа покрытия площадки равно:

- для подачи с последующей обводкой сеточника, на быстром покрытии 19,4±11 (%), на медленном покрытии 34,2±11 (%);
- для подачи с розыгрышем очка, когда два соперника на в/л - на быстром покрытии 80,6±11 (%), на медленном 65,8±11 (%).

Подача с розыгрышем очка на в/л и выходом к сетке

Процент выполнения этой комбинации в игре от общего числа подач зависит от стиля игры соперника и типа покрытия площадок (табл. 9).

Таблица 9

Процентное содержание подачи с розыгрышем очка на в/л
и выходом к сетке в общем объеме подач

x_1	x_2	Быстрое покрытие			x_1	x_2	Медленное покрытие		
		A	C	B			A	C	B
A		20,9±6	12,5±6	16,7±8	A		12,5±6	20,8±6	16,7±8
C		20,9±6	12,5±6	16,7±8	C		-	-	-
B		20,9±6	12,5±6	16,7±8	B		-	-	-

Процентное же соотношение составляющих этой комбинации не зависит от влияния каких-либо факторов и составляет:

- для подачи с розыгрышем очка на в/л выходом к сетке и завершающим ударом - $75,2 \pm 7,8$ (%);

- для подачи с розыгрышем очка на в/л, выходом к сетке и розыгрышем очка - $24,8 \pm 7,8$ (%).

Следовательно, выполнять, например, "треугольник" или "восьмерку" с последующим выходом к сетке нужно в одинаковом объеме как игроку стиля А, так и игроку стиля С, учитывая при этом лишь тип покрытия, на котором предстоит играть.

Прием подачи с выходом к сетке

Процентное содержание приема подачи с выходом к сетке в общем количестве приемов подач не зависит от влияния стилей игроков и типа покрытия площадок и равно $2,6 \pm 1,5$ (%).

Следовательно, здесь объем тренировочных упражнений, направленных на совершенствование приема подачи с выходом к сетке, для теннисистов разных стилей может быть одинаков.

На процентное же соотношение составляющих приема подачи с выходом к сетке влияет стиль обоих игроков. В табл. IО-II приведены конкретные данные.

Таблица IО

Процентное содержание приемов подач с выходом к сетке и завершающим ударом в общем объеме приемов подач с выходом к сетке

x_1	x_2	А	С	В
А		$21,8 \pm 44,4$	$81,8 \pm 44,4$	$51,8 \pm 22,2$
С		$81,8 \pm 44,4$	$21,8 \pm 44,4$	$51,8 \pm 22,2$
В		$51,8 \pm 22,2$	$51,8 \pm 22,2$	$51,8 \pm 22,2$

Таблица II

Процентное содержание приемов подач с выходом к сетке и розыгрышем очка в общем объеме приемов подач с выходом к сетке

x_1	x_2	А	С	В
А		$53,5 \pm 43,4$	$1,7 \pm 43,4$	$27,6 \pm 21,7$
С		$1,7 \pm 43,4$	$53,5 \pm 43,4$	$27,6 \pm 21,7$
В		$27,6 \pm 21,7$	$27,6 \pm 21,7$	$27,6 \pm 21,7$

Прием подачи с розыгрышем очка на з/л

Процентное содержание приема подачи с розыгрышем очка на з/л в общем объеме приемов подач не зависит от влияния факторов и равно $67,8 \pm 5,3$ (%), т.е. игроки, приняв подачу, остаются в большинстве случаев на з/л. На процентное соотношение составляющих внутри комбинации влияют два фактора: стиль игры соперника и тип покрытия площадок (табл. 12-13).

Таблица 12

Процентное содержание приема подачи с розыгрышем очка на з/л и с последующей обводкой сеточника в общем объеме приемов подач с розыгрышем очка на з/л

x_1	x_2	Быстрое покрытие			x_1	x_2	Медленное покрытие		
		A	C	B			A	C	B
A	$62,5 \pm 22,7$	$48,8 \pm 20,7$	$55,4 \pm 18,8$	A	$39,7 \pm 20,7$	$25,5 \pm 20,7$	$32,6 \pm 18,8$		
C	$62,5 \pm 20,7$	$48,8 \pm 20,7$	$55,4 \pm 18,8$	C	$39,7 \pm 20,7$	$25,5 \pm 20,7$	$32,6 \pm 18,8$		
B	$62,5 \pm 20,7$	$48,8 \pm 20,7$	$55,4 \pm 18,8$	B	$39,7 \pm 20,7$	$25,5 \pm 20,7$	$32,6 \pm 18,8$		

Таблица 13

Процентное содержание приема подачи с розыгрышем очка только на з/л в общем объеме приемов подач с розыгрышем очка на з/л

x_1	x_2	Быстрое покрытие			x_1	x_2	Медленное покрытие		
		A	C	B			A	C	B
A	$37,4 \pm 20,1$	$74,6 \pm 20,1$	$44,7 \pm 18,4$	A	$60 \pm 20,1$	$74,6 \pm 20,1$	$67,8 \pm 18,4$		
C	$37,4 \pm 20,1$	$74,6 \pm 20,1$	$44,7 \pm 18,4$	C	$60 \pm 20,1$	$74,6 \pm 20,1$	$67,8 \pm 18,4$		
B	$37,4 \pm 20,1$	$74,6 \pm 20,1$	$44,7 \pm 18,4$	B	$60 \pm 20,1$	$74 \pm 20,1$	$67,8 \pm 18,4$		

Прием подачи с розыгрышем очка на в/л и последующим выходом к сетке

Процентное содержание приема подачи с розыгрышем очка на в/л и последующим выходом к сетке в общем объеме приемов подач зависит от типа покрытия площадок и составляет на:

- быстрое покрытие - $5,8 \pm 5,2$ (%);
- на медленном - $12,4 \pm 5,2$ (%).

Равница значительна, а ведь мы привыкли применять те или иные средства, основываясь на собственной интуиции. Теперь ясно, что при подготовке, например к зимнему и летнему чемпионатам СССР, которые проходят на разных покрытиях, прием подачи с розыгрышем очка на в/л и выходом к сетке должен выполняться в разном объеме. Процентное соотношение оставляющих данной комбинации зависит от стиля игры соперника, типа покрытия площадок и сочетания этих факторов (x_1 и x_2). Конкретные данные приведены в табл. 14-15.

Таблица 14

Процентное содержание приема подачи с розыгрышем очка на в/л, с последующим выходом к сетке и завершающим ударом, в общем объеме приемов подач с выходом к сетке после розыгрыша на в/л

x_1	x_2	А	С	В	x_1	x_2	А	С	В
А		88 ± 40	32 ± 40	60 ± 20	А		$86,8 \pm 40$	$88,6 \pm 40$	$85,6 \pm 20$
С		88 ± 40	32 ± 40	60 ± 20	С		$86,8 \pm 40$	$88,6 \pm 40$	$85,6 \pm 20$
В		88 ± 40	32 ± 40	60 ± 20	В		$86,8 \pm 40$	$88,6 \pm 40$	$85,6 \pm 20$

Таблица 15

Процентное содержание приема подачи с розыгрышем очка на в/л, последующим выходом к сетке и розыгрышем очка в общем объеме приемов подачи с выходом к сетке после розыгрыша на в/л

x_1	x_2	Быстрое покрытие			x_1	x_2	Медленное покрытие		
		А	С	В			А	С	В
А		$12,2 \pm 40$	$68,2 \pm 40$	$40,2 \pm 20$	А		$12,2 \pm 40$	$16,2 \pm 40$	$14,2 \pm 20$
С		$12,2 \pm 40$	$68,2 \pm 40$	$40,2 \pm 20$	С		$12,2 \pm 40$	$16,2 \pm 40$	$14,2 \pm 20$
В		$12,2 \pm 40$	$68,2 \pm 40$	$40,2 \pm 20$	В		$12,2 \pm 40$	$16,2 \pm 40$	$14,2 \pm 20$

Игра с лета (два соперника у сетки)

Процентное содержание данной комбинации в общем объеме двигательных действий равно $1,5 \pm 1,1$ (%).

Влияние на этот процент⁹ какого-нибудь из исследуемых факторов не выявилось.

Это позволяет говорить о том, что игра с лета не является типичной для игроков определенного стиля игры и носит, вероятно, случайный характер.

Теннисисты же чаще всего тренируются в игре с лета именно в положении, когда два соперника играют с лета. Теперь ясно, что это упражнение хорошо использовать для работы над техникой ударов, развитием скорости реакции; в соревновательном же периоде целесообразнее тренировать различные выходы к сетке с завершающими ударами или розыгрышами.

Комбинации с передвижениями с включением смеша, озеци

Процентное содержание комбинации в общем объеме двигательных действий составляет $3,3 \pm 1,6$ (%) и также одинаково для игроков разного стиля.

Итак, подведем некоторые итоги: каждый тренер, пользуясь числовыми значениями (см. табл. 2-3), может определить стиль своего игрока и стиль его соперников. В первом случае это поможет в тренировке четче подобрать упражнения и объем их выполнения, чтобы улучшить сильные стороны и подтянуть слабые. Во втором правильнее продумать тактику ведения игры против конкретного соперника.

Пользуясь табл. 5-15, а также их анализом в тексте, можно при знании стиля игрока и его соперника, рассчитать процентное содержание в игре каждого ТТД и комбинации.

Мы считаем, что знание того, в каком объеме и во встрече с каким соперником будет применяться та или иная комбинация или действие, помогут тренерам более рационально использовать комплекс специально-подготовительных средств с учетом индивидуальных особенностей игроков, а также типов покрытий площадок.

Остается лишь напомнить, что указанный комплекс был представлен в первом выпуске наших методических рекомендаций ("Специально-подготовительные средства тренировки теннисистов высокой квалификации", Москва, 1986).

**ВЛИЯНИЕ СТИЛЯ ИГРЫ И ТИПА ПОКРЫТИЯ ПЛОЩАДКИ НА ВЫБОР
СПЕЦИАЛЬНО-ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫХ СРЕДСТВ В ТРЕНИРОВКЕ ТЕН-
НИСИСТОВ ВЫСОКОЙ КВАЛИФИКАЦИИ**

(методические рекомендации)

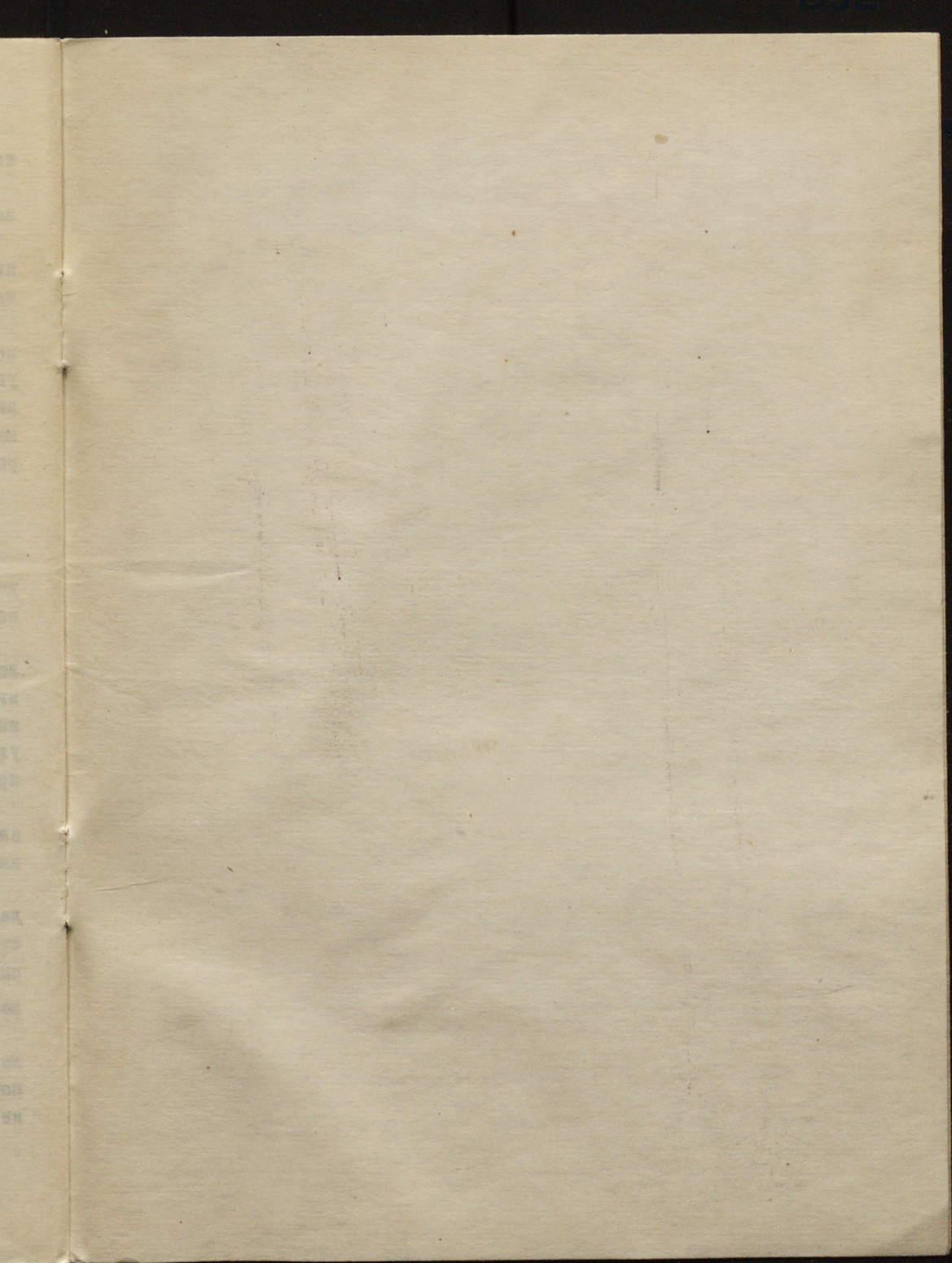
Приказ Госкомспорта СССР от 29 февраля 1988 г. на № 75.
План издания методических рекомендации Госкомспорта СССР на
1988 г., стр.

Редактор Н.Белянская
Техред Л.Кремер
Корректор М.Станковская

Сдано в печать 01.03.89. Подписано в печать 16.11.88 Л-88169
Формат бумаги 60x90 1/16. Печать офсетная. П.л. 0,8.
Уч.-изд.л. 0,69. Тираж 330 экз. Заказ 844 Цена 5 к.

Отдел исследований организационно-методических проблем НИД
103064, Москва, ул. Казакова, д. 18. Тел. 265-32-54.

Типография Госкомспорта СССР, офсетное производство
117192, Москва, Мичуринский пр-т, д. 40



THE UNIVERSITY OF CHICAGO
LIBRARY

UNIVERSITY OF CHICAGO

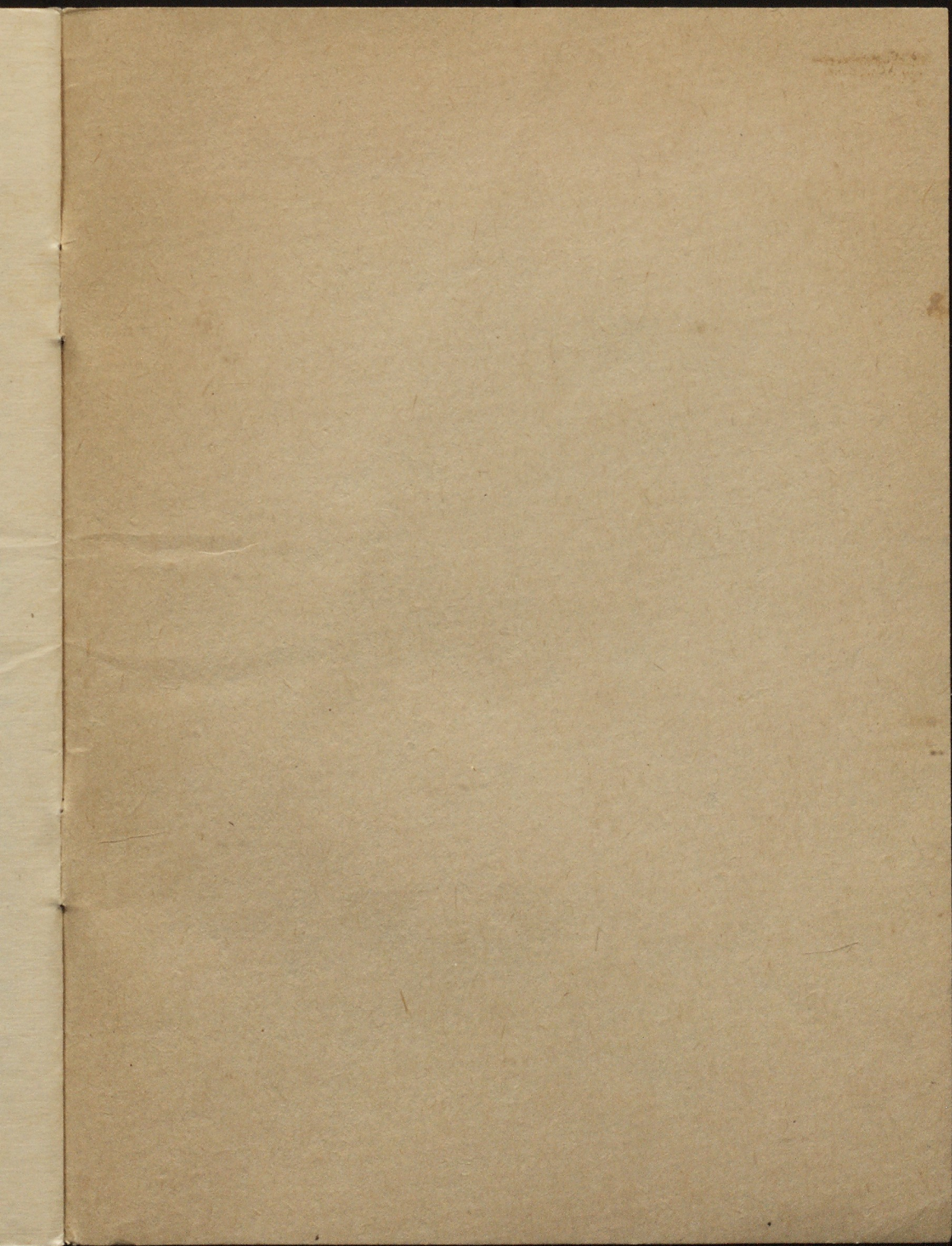
THE UNIVERSITY OF CHICAGO
LIBRARY

UNIVERSITY OF CHICAGO
LIBRARY

UNIVERSITY OF CHICAGO
LIBRARY

UNIVERSITY OF CHICAGO
LIBRARY

UNIVERSITY OF CHICAGO
LIBRARY



5 КОП.

22951



2022061851