

М 84-5
1102

КОМИТЕТ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ
ПРИ СОВЕТЕ МИНИСТРОВ СССР

Управление спортивных игр

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОДГОТОВКЕ
ТЕННИСИСТОВ ЗАЩИТНОГО СТИЛЯ

Москва, 1984

КОНТРОЛЬНЫЙ ЭКЗЕМПЛЯР

4.3
5



epst
ofr

Методические рекомендации предназначены для тренеров и спортсменов по настольному теннису, в них содержатся советы по применению тактики игры с противниками различного стиля игры в связи с применением разноцветных накладок на сторонах ракетки.

Методические рекомендации подготовлены тренером по настольному теннису Управления спортивных игр Спорткомитета СССР А.В.Беляковым.

Очередной Конгресс Международной федерации настольного тенниса, состоявшийся во время проведения последнего чемпионата мира в Токио, принял решение о введении с 1 января 1984 года правила применения разноцветных накладок на разных сторонах ракетки, что нашло свое отражение и в Положении о всесоюзных равнованиях по настольному теннису на 1984 год.

Это решение направлено на пресечение сложившейся в последнее время тенденции достижения выигрыша за счет использования комбинированных ракеток, которые придают мячу вращения, непонятные для противника. Невозможность предугадать силу вращения значительно укорачивало розыгрыш очка, делало игру непонятной и непривлекательной для зрителей из-за большого числа простых ошибок.

Введение правила применения разноцветных накладок существенно облегчило спортсменам распознавание характера вращения, свело к минимуму возможность обманов соперника за счет инвентаря. Первый же опыт применения этого правила на всесоюзных соревнованиях показал, что наиболее "пострадали" от его введения теннисисты защитного стиля, перед которыми встала задача -какого направления придерживаться в тренировках, чтобы вновь выйти на уровень прежних достижений и обеспечить достаточные темпы роста спортивного мастерства.

Основная идея тактического содержания игры защитников против теннисистов атакующего стиля, применяющих стабильные вращения, содержит следующее требование: "Не давайте противнику легких мячей и старайтесь выигрывать очки атакующими ударами после подрезок со сменой вращений".

Уже в самой идее проводится мысль об обязательности применения защитником активной тактики. К сожалению, в игре большинства советских теннисистов защитного стиля прослеживается другой принцип - победить точною за счет простых ошибок противника. Лишь применение комбинированных ракеток с накладками, имеющими различный коэффициент сцепления резины с мячом, добавляет к точности определенную сложность, однако при этом нападающие удары отодвигаются на еще более дальний план.

Атака применения нашими защитниками только в том случае, если длительные попытки вынудить противника к ошибке в игре против подрезки оказываются совершенно несостоятельными. Однако



к этому моменту защитник по целому ряду причин уже не может выполнять нападающие удары достаточно уверенно.

На юниорском первенстве Европы в Тополянцах М.Абжигитов в полуфинальном матче с упорством, достойным лучшего применения, почти не пытаясь атаковать, направлял сильно подрезанные мячи в левый угол стола своего противника М.Броды (ЧССР). И хотя Марат сопротивлялся очень упорно, со стороны было очевидно, что чем дальше развивалась игра, тем более безнадежным становилось его положение.

Жертвой подобной тактики в финале разряда "кадетов" на этом же турнире стал теперь уже известный английский теннисист К.Прин. Справедливости ради надо отметить, что немалую роль в этой встрече сыграл рациональный и, пожалуй, единственно верный в тот момент тактический план, который избрал его соперник А.Мазунов. Отказавшись от сложных подач и разнообразных действий в начале розыгрыша очка, Андрей первым же ходом отгонял противника от стола, в результате чего тот не смог в необходимой мере действовать активно и вынужден был ожидать ошибки соперника.

Другой пример: парная встреча, сыгранная на чемпионате Европы в Будапеште - Коваленко-Булатова (СССР) против Хаммерслей-Витт (Англия). Лишь одна из четырех участниц этого матча - К.Витт постоянно применяла атакующие удары, но этого оказалось достаточно, чтобы наши теннисистки безнадежно проиграли два первых сета. Однако стоило им перейти к систематическим атакующим действиям, как уже никаких шансов на успех не осталось у их соперниц.

К сожалению, большинство наших теннисистов вынуждены вести игру против защитников подолгу разыгрывая мяч. Один из-за слабой технической подготовки и отсутствия сильного завершающего удара, другие по причине недостаточной резкости, нуждаясь в длительной подготовке к проведению сильного удара.

В данном случае речь идет о хорошо подготовленных спортсменах второго типа, которые против защитников применяют (а) бильные вращения, направляя мячи в середину, правый и левый угол, а также сочетая длинные и короткие мячи. Хотя каждый отдельный их удар не имеет сокрушительной силы, они очень искусны в варьировании вращения, скорости, направления и длины.

Встречаясь с легкими подрезками, они конечно могут произвести и сильный удар.

Эти игроки очень редко совершают простые ошибки, даже против подрезки со сменой вращений, вследствие чего вынуждают защитников подолгу разыгрывать каждое очко. Защитники в игре с теннисистами такого типа встречают серьезные трудности. Ситуация усугубляется, если нападающий к тому же еще хорошо владеет и укоротками.

Во встречах с такими противниками тактика защитника не должна определяться формулой: "упорная подрезка в один угол плюс атака с легких мячей". Именно такой план подвел западно-германского спортсмена Э.Шелера в финале чемпионата мира 1969 года против японского теннисиста Ш.Ито. Выиграв первые два сета, в трех остальных он не нашел эффективных способов затруднить длительную подготовку своего соперника к завершающему удару и проиграл.

Структура тактики должна включать (1) изменение вращения подрезки, (2) изменение направления и длины и (3) атаку. Это означает, что защитник должен сознательно менять вращение мячей с целью подготовить последующий атакующий удар для выигрыша очка. В этом случае противник может потерять уверенность из страха быть атакованным и игра пройдет с преимуществом защитника.

Здесь важно подчеркнуть психологическое значение применения активных действий. Угрозе нападающего произвести хорошо подготовленный сильный удар противопоставляется угроза защитника выиграть очко атакой с недостаточно активного или недостаточно сложного мяча. К соревнованию техники добавляется соревнование характеров - кто смелее, решительнее, увереннее.

Встречаясь со стабильно вращающимися игроками защитники должны применять атакующую тактику с самого начала игры. На своей подаче они должны попытаться провести атаку с 3 или 5 мяча (т.е. двухходовку или трехходовку), а в розыгрыше использовать для выигрыша смену вращений, направления и длины. Получив легкий мяч, они обязаны решительно атаковать сильным ударом. Хотя тактика должна гибко учитывать такие обстоятельства, как (1) собственные возможности игрока, (2) умение противника перед-

выиграться и (3) ситуацию в игре, она обязательно должна строиться с учетом основной идеи.

Во встречах с теннисистами указанного типа нельзя полагаться только на подрезку. Долгий розыгрыш утомляет защитника и разрушает уверенность его атак. Причиной последнего является также различная работа кисти при атаке и при подрезке. В защите кисть двигается сверху вниз, в то время как в нападении — из заднего положения вперед и снизу вверх. Следовательно, переходя от подрезки к атаке, защитник вынужден существенно изменять работу кисти, чтобы выполнять удары без ошибок.

Как правило, защитники не начинают тренировать атакующие удары, не освоив в достаточной мере технику подрезки, и, как следствие, изучают два различных способа работы кистью отдельно. В результате значительное большинство защитников не умеют переходить от подрезки к атаке, хотя, в принципе, могут уверенно выполнять сильные атакующие удары.

На практике осуществлению правильного направления подготовки защитников препятствует чрезмерное желание спортсменов и тренеров поскорее и побольше выигрывать, причем любой ценой. Тут уж не до взгляда в будущее, не до учета перспективы. Поставил своему ученику разнотипные накладки, научил переворачивать ракетку между ударами и можно выезжать на соревнования. Выиграл — молодец! Значит играл правильно. А это ведь далеко не всегда справедливо. Следование этому принципу и привело к появлению довольно большой группы спортсменов, применяющих комбинированные ракетки, которые ни защищаться толком не умеют, ни тем более нападать.

Чтобы избежать такого положения, необходимо с самого начала тренировки совершенствовать защитные и атакующие удары параллельно и попеременно.

Надо сказать, что подобное негативное явление имело место и среди китайских теннисистов. Для борьбы с ним было введено ограничение числа спортсменов, применяющих комбинированные ракетки, в составах команд и запрещение юным теннисистам до определенного возраста использовать разнотипные накладки.

Возвращаясь к теории, рассмотрим тактические варианты, на которые защитник может рассчитывать для выигрыша очка:

- (1) атака после подачи с 3 или 5 мяча;
- (2) завершающий удар после подрезки со слабым вращением (противник отвечает на такую подрезку легким вращением);
- (3) завершающий удар по навесному топсу, выполненному по подрезке с сильным вращением.

Совершенно естественно, даже для защитников, стремиться атаковать на своей подаче. Однако, они также должны пытаться найти момент для атаки в розыгрыше, поэтому варианты, указанные в пунктах (2) и (3) очень важны.

При осуществлении такой тактики главным является умение изменять вращение, направление и длину мяча, предшествующего выполнению атаки. В основном, лучше послать слабо подрезанный мяч, чтобы получить в ответ легкое вращение. Кроме того, совершенно необходимо заставить противника передвигаться вперед-назад, а также заставить сделать навесной топс с сильной подрезки, после чего произвести резкий удар. Атакуя в последнем случае, надо быть внимательным, чтобы справиться с сильным верхним вращением.

Вообще говоря, защитники имеют три вида подрезки: (1) средняя подрезка для стабильной игры, (2) подрезка с сильным вращением и (3) подрезка со слабым вращением. Средняя подрезка является наиболее надежным ударом, однако в то же время она наиболее легка для противника, который атакует с нее без каких-либо затруднений.

Наиболее существенным недостатком наших теннисистов-защитников является недооценка эффективности и неумение применять слабо подрезанные, т.е. плоские мячи. Чрезмерное стремление И.Солопова, И.Коваленко, Р.Дьяченко и др. как можно сильнее и как можно чаще "запилить" мяч, облегчает противнику распознавание характера вращения, позволяет ему быстрее подготовиться к сильному удару, лишает защитников свободы и естественности действий при продолжении розыгрыша очка. Наблюдение за встречами игроков самой разной квалификации на соревнованиях самого различного масштаба показывает, что плоские мячи являются

очень эффективным средством затруднения нападения противника и подготовки собственной атаки.

На том же Будапештском чемпионате Европы Ф.Булатова дважды выиграла у одной из сильнейших теннисисток континента М.Граховой (ЧССР). Первая победа в командных соревнованиях давалась, как говорится, малой кровью, но в личных соревнованиях, увлекшись применением однообразной сильной подрезки, Флора оказалась на грани поражения. Ее соперница, казалось, была неуступчива, но стоило нашей спортсменке разнообразить тактику плоскими мячами, направленными косо в правый угол, как ситуация постепенно изменилась. Грахова, совершив несколько простых ошибок, начала осторожничать, а после нескольких удачных атак Булатовой вовсе потеряла уверенность и проиграла встречу.

На практике все было конечно не так просто, однако правильно избраный план борьбы явился основным фактором, позволившим добиться перелома в игре.

Соблюдение законов тактики — главное правило, которого должен придерживаться спортсмен независимо от турнирного положения и колебаний счёта. Именно на этом основаны советы теннисистам-защитникам, приведенные ниже.

Получая от противника сильно вращающиеся мячи вы должны применять стабильную подрезку до тех пор, пока не найдете момент для выполнения сильной или слабой подрезки. Только если ваш противник будет иметь дело с тремя различными видами подрезки, вы сможете найти наиболее выгодные сочетания смены вращений, направления и длины с атакой. И только в этом случае вы сможете вы рывать мячи и средней подрезкой тоже.

Подготавливая атаку сменой вращений нельзя слишком торопиться, т.к. ваша успешность может толкнуть вас на удар, к которому вы не готовы. Учитесь отличать достоверную возможность для атаки от сомнительной.

Получая от противника вращения, направленные в правый угол вы легко можете атаковать ударом справа. Но во многих случаях соперник направляет вращения преимущественно в левый угол. Следовательно, совершенно необходимо атаковать и справа и слева. Удар справа естественно сильнее, чем слева, поэтому его целесообразно использовать чаще и почти во всех случаях, когда вам заранее удалось определить направление приходящего мяча, неза-

висимо от того, в правый или левый угол он послан соперником. Однако удар слева имеет свои преимущества, т.к. после него противнику труднее определить направление полета и ответить автоматически. Если вы можете атаковать только справа, то противнику легче не дать вам нападать. По этой причине необходимо совершенствовать свои атакующие возможности слева как можно скорее.

Поскольку обычное расстояние от стола для нападающих и защитников различно, делайте шаг вперед, когда переходите из защиты в нападение.

Еще одна важная деталь заключается в движении руки. Слишком широкое движение часто приводит к простым ошибкам, поэтому поднимайте выше кисть и бейте коротким быстрым движением.

Ваша атака в некоторых случаях отражается противником и к этому вы постоянно должны быть готовы. Если противник вернул легкий мяч, вы можете продолжить атаку. Однако, если ответ сложен, вы должны принять его подрезкой (желательно со сменой вращения) и после этого атаковать снова.

Необходимо отметить, что работа кисти существенно изменяется не только при переходе из защиты в нападение, но и при подрезке после атаки. Излишняя нацеленность на продолжение атаки приводит к простой ошибке или к слабой первой подрезке. Поэтому тренируйте выход из атаки и не пытайтесь играть с нападающим в контигру.

В заключение необходимо подчеркнуть, что понимать и твердо знать тактические принципы должны в обязательном порядке и тренер и спортсмен. Только тогда теннисист сможет вести борьбу сознательно, изобретательно выбирая наиболее выгодные тактические варианты. Только тогда спортсмен и тренер будут понимать друг друга с полуслова, а перерывы между сетами и встречами будут использоваться не на чтение лекций "полуграмотному" ученику и не на беспредметные споры, а на принятие конкретных решений, определяющих наиболее верные пути к победе.

Тип. В/О ССО зак. 310 тир. 250 экз.

Подписано к печати

13. II. 1984 г.

№ Д-25258

