

УДК: 796.342
ББК: 75.577
Р.О. Наумов

Особенности технической подготовленности юных теннисистов 6-8 лет (Рецензирована)

Аннотация:

Статья посвящена оценке и анализу особенностей технической подготовленности юных теннисистов 6-8 лет групп начальной подготовки ДЮСШ в аспекте минимизации критериев входного контроля и детерминированности факторами развития физических качеств.

Ключевые слова:

Техническая подготовка, физическая подготовка, двигательный навык, координация движения, успешное освоение техники ударов в теннисе.

Теннис является высокодинамичной и технически сложной в координационном отношении спортивной игрой. Во время игры мощные нападающие удары квалифицированных спортсменов порой придают мячу скорость полета до 250 км/час и более. Координационная сложность игры увеличивается еще и за счет того, что воздействие на мяч спортсмен осуществляет не непосредственно рукой, как, например, в волейболе и гандболе, а посредством ракетки. Это значительно усложняет управление направлением полета мяча. Вполне естественно, что данный объективный фактор затрудняет процесс освоения техники игры в теннис на этапе начального обучения и особенно детей младшего школьного возраста.

Исследование данного аспекта технической подготовки начинающих теннисистов было осуществлено на двух группах ($n_1=19$ и $n_2=30$) начальной подготовки ДЮСШ по теннису г. Краснодара, где для оценки уровня технической подготовленности были использованы следующие показатели:

- подбивание мяча на месте (1 попытка);
- подбивание мяча в движении (1 попытка);
- точность удара мяча в заданную половину площадки при ударе справа с отскока (10 попыток);
- точность удара мяча в заданную половину площадки при ударе слева с отскока (10 попыток).

Представлялось, что эти наиболее простые в координационном отношении приемы техники тенниса, позволят оценить уровень владения техникой игры начинающих юных теннисистов.

В результате установлено, что количественные показатели средних значений подбивания мяча на месте несколько выше у юных теннисистов 1-ой группы ($M_1=89,1$) по сравнению со 2-ой ($M_2=76,8$). Однако эти различия статистически недостоверны ($p>0,05$). Аналогичная картина наблюдается и при сравнении результатов подбивания мяча в движении ($M_1=68,0$ и $M_2=59,0$ при $p>0,05$).

Средние значения точности попадания в заданную половину площадки при ударе мяча справа в этих группах одинаковы ($M_1=4,33$ и $M_2=4,33$ при $P>0,05$). Точность же удара мяча в заданную половину площадки при ударе слева в 1-ой группе несколько выше ($M_1=3,73$), чем во 2-ой ($M_2=3,06$). Но и в данном случае эти отличия показателей статистически недостоверны ($p>0,05$).

Таким образом, очевиден факт, что юные теннисисты 6-8 лет двух групп начальной подготовки ДЮСШ по теннису практически одинаково владеют начальными навыками техники игры и их можно считать однородными по своему составу.

Здесь же обращает на себя внимание факт наличия большой вариативности результатов тестирования технической подготовленности. Во всех случаях коэффициент вариации не опускается ниже 60,0 %. Такой разброс показателей при выполнении контрольных упражнений говорит о различном уровне развития координационных способностей у начинающих теннисистов этих групп.

Корреляционный анализ этих же показателей у каждой из обследуемых групп выявил, в частности, наличие тесной взаимосвязи ($r=0,94$) между количеством подбиваний мяча на месте и количеством подбиваний мяча в движении, хотя при этом средние значения, характеризующие выполнение каждого из этих приемов техники, значительно отличаются друг от друга. Последнее представляется естественным, так как для начинающих теннисистов выполнять подбивания мяча в движении сложнее, чем стоя на месте, что и отразилось на их количестве. Выявленный факт тесной корреляционной зависимости между результатами начинающих теннисистов в двух тестах позволяет в дальнейшем при начальном отборе и при контроле технической подготовленности юных спортсменов использовать одно из контрольных упражнений.

Дальнейшие исследования позволили установить, что показатели точности попадания мяча в заданную половину площадки при ударе мяча справа имеют тесную корреляционную связь с количеством подбиваний мяча на месте ($r=0,87$) и в движении ($r=0,89$).

Показатели точности удара мяча при ударе слева имеют статистически достоверную корреляционную связь с количеством подбиваний мяча на месте ($r=0,61$) и в движении ($r=0,68$), а так же с точностью удара мяча при ударе справа ($r=0,77$).

В данном случае обращает на себя внимание факт, что все проанализированные показатели обнаруживают корреляционную взаимосвязь между собой, что может быть детерминировано функционированием одних и тех же механизмов, отвечающих за координацию движений при выполнении относительно простых технических приемов.

Показатели технической подготовленности юных теннисистов обнаруживают взаимосвязь и с некоторыми показателями физической подготовленности, что представляется вполне закономерным.

Так, например, имеется статистически достоверная корреляционная связь между количеством подбиваний мяча на месте и дальностью прыжка в длину ($r=0,48$), высотой прыжка вверх ($r=0,40$), временем челночного бега ($r=-0,45$)

Количество подбиваний мяча в движении у начинающих теннисистов взаимосвязано с дальностью прыжка в длину ($r=0,55$), высотой прыжка вверх ($r=0,46$), временем челночного ($r=-0,45$) и слаломного бега ($r=-0,43$).

Кроме того, обнаружена взаимосвязь количества подбиваний мяча в движении с дальностью удара по мячу справа ($r=0,47$) и слева ($r=0,42$).

Таким образом, можно говорить о том, что результаты выполнения технических приемов тенниса на начальном этапе обучения в значительной степени связаны с уровнем физической подготовленности начинающих теннисистов и с уровнем развития координационных способностей, обеспечивающих преимущество при выполнении приемов техники тенниса. Данная закономерность может быть использована при отборе в группы начальной подготовки ДЮСШ, а так же при прогнозировании успешности освоения детьми технических приемов игры в теннис.