

industry”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No 1 (179), pp. 9–12.

3. Карпов, V.Yu. and E.A. Belotserkovets (2009), “Education of interpersonal communication and professional interaction of students by means of physical culture and sports”, *Physical culture, sport – science and practice*, No. 1, pp. 46–50.

4. Konopkin, O.A. (2006), “Participation of emotions in conscious regulation of purposeful human activity”, *Questions of psychology*, No 3, pp. 38–43.

5. Cherkashina, O.A. (2010), “Formation of mechanisms of self-regulation of students in the process of educational activity”, *Scientific notes of the Russian State Social University*, No 3 (79), pp. 181–185.

Контактная информация: gustam_alih@mail.ru

Статья поступила в редакцию 16.03.2023

УДК 796.342

ДИНАМИКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ТЕННИСИСТОВ ТРЕНИРОВОЧНОГО ЭТАПА

Моханед Аль Халили, кандидат педагогических наук, доцент, Мария Евгеньевна Степанова, кандидат педагогических наук., старший преподаватель, София Моханедовна Аль Халили, студент, Российский университет спорта «ГЦОЛИФК», г. Москва

Аннотация

Актуальность работы заключается в исследовании одной из важнейших подготовок в теннисе – технико-тактической подготовки. Особенно актуально рассмотреть ее на примере теннисистов, занимающихся на тренировочном этапе. Целью исследования – проведение тестирования и выявление динамики прироста показателей уровня технико-тактической подготовленности спортсменов, занимающихся в группах тренировочного этапа. В статье рассматриваются особенности динамики прироста показателей уровня технико-тактической подготовки теннисистов находящихся на тренировочном этапе. Контроль технико-тактической подготовки спортсменов проводился в целях объективной количественной оценки игровых комбинаций. С помощью полученных результатов были определены показатели уровня развития технико-тактической подготовленности испытуемых. В исследование входили 9 тестов, количество испытуемых составляло 16 теннисистов.

Ключевые слова: динамика, показатель, технико-тактическая подготовка, теннисисты, тренировочный этап.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.03.p20-24

DYNAMICS OF TECHNICAL AND TACTICAL TRAINING OF TENNIS PLAYERS OF THE TRAINING STAGE

Mohaned Al Khalili, the candidate of pedagogical sciences, docent, Maria Evgenyevna Stepanova, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Sofia Mohanedovna Al Khalili, the student, Russian University of Sport “SCOLIPE”, Moscow

Abstract

The relevance of the work lies in the study of one of the most important preparations in tennis - technical and tactical training. It is especially important to consider it on the example of tennis players involved in the training stage. The purpose of the study is to conduct testing and identify the dynamics of the increase in the indicators of the level of technical and tactical readiness of athletes involved in the groups of the training stage. The article considers the peculiarities of the dynamics of the growth of indicators of the level of technical and tactical training of tennis players at the training stage. Control of technical and tactical training of athletes was carried out in order to objectively quantify game combinations. Using the obtained results, indicators of the level of development of the technical and tactical readiness of the subjects were determined. The study included 9 tests, the number of subjects was 16 tennis players.

Keywords: dynamics, indicator, technical and tactical training, tennis players, training stage.

ВВЕДЕНИЕ

Процесс подготовки спортсменов достаточно многогранен, в его структуру входят различные методы и средства планирования и контроля. Многие специалисты, ученые и

практики в области науки и спорта отмечают, что педагогическое тестирование даёт возможность иметь сравнительную характеристику на разных этапах подготовки. Кроме этого можно проследить динамику изменений показателей занимающихся. Изучением соревновательной деятельности теннисистов занимались и продолжают заниматься специалисты в области тенниса [1, 2, 3, 4].

Целью нашего исследования было проведение тестирования и выявление динамики прироста показателей уровня технико-тактической подготовки теннисистов тренировочного этапа.

Объект исследования – технико-тактическая подготовка теннисистов, занимающихся на тренировочном этапе.

Предмет исследования – показатели технико-тактических действий теннисистов, занимающихся на тренировочном этапе.

МЕТОДИКА И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Первичное тестирование проводилось в начале 2022 учебного года (сентябрь), а итоговое тестирование в конце 2022 учебного года (июль). Оно состояло из 9 специально-подобранных тестов для оценки уровня технико-тактической подготовки.

Исследование проходило на базе кафедры Теории и методики тенниса, настольного тенниса и бадминтона Российского университета спорта «ГЦОЛИФК».

В исследование приняли участие 16 теннисистов, имеющих следующую квалификацию: второй взрослый и первый взрослый разряды. Возраст испытуемых составил 12-13 лет. Занимающиеся были поделены на две группы, контрольную и экспериментальную, в каждой группа состояла из восьми испытуемых. На основе полученных данных в ходе исследования, была проведена коррекция в годичном цикле тренировочного процесса для каждого испытуемого теннисиста.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЯ

Рассмотрим таблицу 1, где представлены результаты ребят, занимающихся в КГ и ЭГ в первых пяти тестах в начале и в конце эксперимента.

Таблица 1 – Результаты тестирования технико-тактической подготовки теннисистов, занимающихся в КГ и ЭГ в начале и конце эксперимента, тесты № 1–5, n=16

№	Название теста	КГ			ЭГ		
		Сент., $\bar{x} \pm \sigma$	Июль, $\bar{x} \pm \sigma$	Δ (%)	Сент., $\bar{x} \pm \sigma$	Июль, $\bar{x} \pm \sigma$	Δ (%)
1	Правый треугольник, кол-во повторений	9±0,74	11±0,74	+22%	9±0,50	12±0,74	+33%
2	Левый треугольник, кол-во повторений	4±0,37	6±0,37	+50%	4±0,25	7±0,37	+75%
3	Восьмерка, кол-во повторений	6±0,25	8±0,50	+33%	6±0,50	9±0,37	+50%
4	Три удара справа вдоль коридора, затем по длинной диагонали, кол-во повторений	5±0,50	6±0,37	+20%	6±0,50	9±0,74	+50%
5	Три удара слева вдоль коридора, затем по длинной диагонали, кол-во повторений	4±0,37	5±0,50	+25%	4±0,25	6±0,37	+50%

Рассмотрим данные, полученные из таблицы 1. В ходе педагогического эксперимента, сравнения показатели в начале и в конце эксперимента контрольной группы и экспериментальной группы можно констатировать повышение результатов по всем показателям во всех тестах, как в КГ, так и в ЭГ.

Более подробно рассмотрим тест № 1: в начале эксперимента в сентябре результат в среднем в КГ был равен 9±0,74 повторениям комбинации, в то время как у ЭГ он составил 9±0,50 повторений. В июле было проведено повторное тестирование в конце эксперимента. Можно отметить, что результат улучшился в КГ, где прирост (Δ) по среднему значению составил +2 повторения комбинаций, а в ЭГ +3 повторений. Подводя итог, можно заметить, что средний результат теннисистов в ходе эксперимента увеличился у КГ на 22%, а у ЭГ на 33%. В данном тесте у КГ недостоверное увеличение показателей ($p > 0,05$), а в ЭГ было отмечено достоверное увеличение ($p \leq 0,01$).

В тесте № 2: в начале эксперимента в сентябре результат в среднем в КГ составил $4\pm 0,37$ повторений комбинаций, а в ЭГ он был $4\pm 0,25$ повторениям. В июле было проведено повторное тестирование в конце эксперимента. В КГ прирост результата в данном тесте улучшился до $+2$, а ЭГ прирост составил $+3$ повторений. Подводя итог, можно отметить, что прирост результатов у спортсменов КГ увеличился на 50%, а в ЭГ на 75%. Проанализируем полученные данные из таблицы 2, мы выявили достоверное ($p\leq 0,01$) увеличение показателей в обеих группах.

В тесте № 3: в сентябре в начале эксперимента средний результат ребят из КГ составил $6\pm 0,25$ повторений комбинаций, а ребята из ЭГ показали результат $6\pm 0,50$, при повторном тестировании в июле результат улучшился ребят, занимающихся в КГ повысился до $8\pm 0,50$, в ЭГ данный показатель повысился до $9\pm 0,37$ повторений комбинаций. Подводя итог, можно отметить, что средний результат теннисистом из КГ увеличился на 33%, стоит отметить заметное увеличение данного показателя на 50% в ЭГ. Анализируя данные, представленные в таблицы по комбинации, замечено достоверное увеличении ($p\leq 0,01$), как в ЭГ, так и в КГ.

В тесте № 4: в сентябре ребята из КГ показали $5\pm 0,50$ повторений в среднем результате, а ребята, занимающиеся в ЭГ выполнили $6\pm 0,50$ повторений комбинаций. В июле в повторном тестировании результат теннисистов из КГ повысился до $6\pm 0,37$ повторений, ребята из ЭГ заметно улучшили свой результат до $9\pm 0,74$ повторений. Рассмотрев, данные таблицы 1, можно отметить, что в данном тесте прирост результата спортсменов из КГ составил 20%, а у ребят, занимающихся в ЭГ – 50%. Проведя оценку полученных данных, мы выявили, достоверное увеличение показателей в КГ в данном тесте ($p>0,05$), и в ЭГ достоверное увеличение ($p\leq 0,05$).

В тесте № 5: в сентябре средний результат КГ был равен $4\pm 0,37$ повторений комбинаций, а результат ребят из ЭГ составил $4\pm 0,25$ повторений. В июле после при проведении повторного тестирования, результат теннисистов из КГ увеличился до $5\pm 0,50$, в то время как в ЭГ ребята показали $6\pm 0,37$ повторений. Подводя итог, стоит отметить, что средний результат спортсменов из КГ повысился на 25%, а у ребят из ЭГ прирост составил 50%. Анализируя данные из таблицы 1, отмечено недостоверное увеличение показателей в КГ ($p>0,05$) в данном тесте, в то время как в ЭГ отмечается достоверное ($p\leq 0,05$).

Рассмотрим таблицу 2, где представлены результаты ребят, занимающихся в КГ и ЭГ в тестах № 6–9 в начале и в конце эксперимента.

Таблица 2 – Результаты тестирования технико-тактической подготовки теннисистов из ЭГ и КГ в начале и конце эксперимента, тесты № 6–9, $n=16$

№	Название теста	КГ			ЭГ		
		Сент., $\bar{x}\pm\sigma$	Июль, $\bar{x}\pm\sigma$	Δ (%)	Сент., $\bar{x}\pm\sigma$	Июль, $\bar{x}\pm\sigma$	Δ (%)
6	Удары на приеме подачи справа в первом поле, кол-во попаданий из 10 приемов	$4,9\pm 0,94$	$5,4\pm 0,87$	+10%	$5,3\pm 1,3$	$6,1\pm 0,48$	+15%
7	Удары на приеме подачи слева в первом поле, кол-во попаданий из 10 приемов	$4,3\pm 0,67$	$5,3\pm 0,67$	+23%	$4,6\pm 0,94$	$5,6\pm 0,73$	+21%
8	Выполнения подач с выходом к сетке с последующей попыткой выиграть мяч ударом с лета, кол-во повторений, 10 раз	$4,5\pm 0,57$	$5,3\pm 0,63$	+17%	$4,2\pm 0,69$	$5,0\pm 0,52$	+19%
9	Выполнения подач с последующими действиями: без выхода к сетке с последующей попыткой выиграть мяч ударом с лета, кол-во повторений, 10 раз	$4,4\pm 0,63$	$5,2\pm 0,82$	+18%	$4,6\pm 0,81$	$5,5\pm 0,56$	+19%

Оценивая полученные данные экспериментальной и контрольной группы в таблице 2 при сравнении показателей начала и конца педагогического эксперимента, наблюдается повышение результатов по всем показателям как в КГ, так и в ЭГ.

В тесте № 6 мы наблюдаем улучшение итоговых июльских показателей на 10% в КГ $5,4\pm 0,87$ по среднему значению и на 15% в ЭГ $6,1\pm 0,48$ в сравнении с показателями, полученными в сентябре. При оценке полученных данных было выявлено, что наблюдается

достоверное ($p \leq 0,01$) увеличение показателей в КГ и в ЭГ также достоверное ($p \leq 0,01$).

В тесте № 7: анализируя результаты в тестовом упражнении, мы вновь можем отметить положительные изменения: показатели, полученные в июле, улучшились на $5,3 \pm 0,63$, +23% в КГ и $5,6 \pm 0,73$, +21% в ЭГ в сравнении со сентябрьскими. При оценке полученных данных было выявлено, что наблюдается достоверное ($p \leq 0,01$) увеличение показателей в КГ в данном тесте, и в ЭГ так же достоверное ($p \leq 0,01$).

В тесте № 8 мы наблюдаем улучшение итоговых июльских показателей на в КГ $5,3 \pm 0,63$, на 17% и в ЭГ $5,0 \pm 0,52$, на 19% в сравнении с показателями, полученными в сентябре. При оценке полученных данных было выявлено, что наблюдается достоверное ($p \leq 0,01$) увеличение показателей в КГ в данном тесте, и в ЭГ так же достоверное ($p \leq 0,01$).

В тесте № 9 мы вновь можем отметить положительные изменения: показатели, полученные в июле, улучшились на $5,2 \pm 0,82$ 18% в КГ и $5,5 \pm 0,56$, 19% в ЭГ в сравнении со сентябрьскими результатами. При оценке полученных данных было выявлено, что наблюдается достоверное ($p \leq 0,01$) увеличение показателей в КГ в данном тесте, и в ЭГ так же достоверное ($p \leq 0,01$).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Подводя итоги нашего исследования, можно констатировать, что в ходе проведения тестирований, выявлена динамика прироста показателей уровня технико-тактической подготовленности спортсменов групп тренировочного этапа в теннисе. Для объективной количественной оценки игровых комбинаций, был осуществлен контроль технико-тактической подготовки спортсменов. Исходя из полученных результатов, были определены показатели уровня развития технико-тактической подготовленности испытуемых.

Согласно нормативам, теннисисты контрольной группы имеют следующие результаты: тест № 1 «Правый треугольник» – оценка 10 баллов; тест № 2 «Левый треугольник» – оценка 6 баллов; тест № 3 «Восьмерка» – оценка 8 баллов; тест № 4 «Три удара справа вдоль коридора, затем по длинной диагонали» – оценка 6 баллов; тест № 5 «Три удара слева вдоль коридора, затем по длинной диагонали» – оценка 5 баллов; тест № 6 «Удары на приеме подачи справа в первом поле» – оценка 5 баллов; тест № 7 «Удары на приеме подачи слева в первом поле» – оценка 5 баллов; тест № 8 «Выполнения подач с выходом к сетке с последующей попыткой выиграть мяч ударом с лета» – оценка 5 баллов; тест № 9 «Выполнения подач с последующими действиями: без выхода к сетке с последующей попыткой выиграть мяч ударом с лета» – оценка 5 баллов.

Оценивая полученные данные в экспериментальной группе по повышению уровня технико-тактической подготовки теннисистов 12-13 лет, выявлено достоверное увеличение показателей по всем показателям в тестах. Согласно нормативам, спортсмены экспериментальной группы имеют следующие результаты: тест № 1 «Правый треугольник» – оценка 10 баллов; тест № 2 «Левый треугольник» – оценка 7 баллов; тест № 3 «Восьмерка» – оценка 9 баллов; тест № 4 «Три удара справа вдоль коридора, затем по длинной диагонали» – оценка 9 баллов; тест № 5 «Три удара слева вдоль коридора, затем по длинной диагонали» – оценка 6 баллов; тест № 6 «Удары на приеме подачи справа в первом поле» – оценка 6 баллов; тест № 7 «Удары на приеме подачи слева в первом поле» – оценка 6 баллов; тест № 8 «Выполнения подач с выходом к сетке с последующей попыткой выиграть мяч ударом с лета» – оценка 5 баллов; тест № 9 «Выполнения подач с последующими действиями: без выхода к сетке с последующей попыткой выиграть мяч ударом с лета» – оценка 6 баллов.

Анализ данных, полученных в ходе 11-месячного эксперимента по повышению уровня технико-тактической подготовки теннисистов, занимающихся на тренировочном этапе, позволяет констатировать, что лучшими оказались показатели юных теннисистов экспериментальной группы.

ЛИТЕРАТУРА

1. Аль Халили, Моханед Скоростно-силовая подготовка юных теннисисток / М. Аль Халили, Е.В. Стрекалова // Теория и практика физической культуры. - 2020. – № 4. – С. 101.

2. Аль Халили, Моханед. Определение и анализ стратегических показателей результативности в теннисе / М. Аль Халили, М. Осаилех Абдулмаджид, А.В. Кулябин // Экстрем. деятельность человека. – 2017. – № 3. – С. 47–50.
3. Барчукова, Г.В. Способ оценки технического и технико-тактического мастерства спортсменов в индивидуально-игровых видах спорта (на примере настольного тенниса) / Г.В. Барчукова, Ю.Н. Лохов // Теория и практика физической культуры. – 1998. – № 2. – С. 15–17.
4. Скородумова, А.П. Техничко-тактические особенности соревновательной деятельности теннисистов 15-16 лет / А.П. Скородумова, О.И. Жихарева // Олимпийский бюллетень. – 2009. – № 10. – С. 170–174.

REFERENCES

1. Al Khalili, M. and Strekalova, E.V. (2020), “Speed and power training of young tennis players”, *Theory and practice of physical cultures*, No. 4, pp. 101.
2. Al Khalili, M., Osailekh Abdulmadzhid, M. and Kuliabin, A.V. (2017), “Definition and analysis of strategic performance indicators in tennis”, *Extreme human activity*, No. 3, pp. 47–50.
3. Barchukova, G.V. and Lokhov, Iu.N. (1998), “Method of assessment of technical and technical-tactical skill of athletes in individual-game sports (on the example of table tennis)”, *Theory and practice of physical cultures*, No. 2, pp. 15–17.
4. Skorodumova, A.P. and Zhikhareva, O.I. (2009), “Technical and tactical features of competitive activities of tennis players 15-16 years old”, *Olympic Bulletin*, No. 10, pp. 170–174.

Контактная информация: rgufk@list.ru

Статья поступила в редакцию 21.03.2023

УДК 37.037:796.01

РАЗВИТИЕ СИЛОВЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ПОДРОСТКОВ 16-17 ЛЕТ СРЕДСТВАМИ ТЯЖЕЛОЙ АТЛЕТИКИ В РАМКАХ СЕКЦИОННОЙ РАБОТЫ В УСЛОВИЯХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ

Виктор Викторович Андреев, кандидат педагогических наук, доцент, **Олег Семенович Домогащев**, кандидат исторических наук, доцент, мастер спорта, **Станислав Николаевич Милованов**, старший преподаватель, Хакасский государственный университет им. Н.Ф. Катанова, Абакан

Аннотация

Введение. Существующие несоответствия, выявленные в процессе практикой работы, накладывают ряд проблем на подготовку допризывной молодежи к требованиям не только специфики службы по призыву, но и на получение других профессиональных общественно значимых навыков. Наличие необходимого уровня развития силовых способностей позволяет осваивать умения и навыки, основанные на разнообразии программного материала. Цель исследования. Теоретически обосновать и в рамках практического апробирования выявить эффективность применения методики на внеурочных секционных занятиях с применением средств тяжелой атлетики. Организация исследования. Реализация происходила на базе МБОУ «СОШ поселка Аскиз», и МБОУ «Аскизская открытая (сменная) общеобразовательная школа», Республики Хакасия. В первой организована секция тяжелой атлетики, во второй - секция атлетической гимнастики. В исследовании принимали участие школьники 16-17 лет занимающиеся указанными видами второй год. Тренировочная работа в экспериментальной группе была направлена на совершенствование техники основных и вспомогательных упражнений, увеличение показателей силовых способностей и быстроты. Результаты исследования и их обсуждение. После применения методов математической статистики были выявлены позитивные изменения в обеих группах, однако результаты, отнесенные к экспериментальной группе, оказались более высокими. Выводы. Анализ произошедших изменений, позволил констатировать, что предложенные средства и методы, реализуемые в условиях сельского образовательного учреждения в рамках секционной работы, явилась эффективными. В контрольной группе, аналогично, выявлены позитивные изменения, однако они явились менее значимыми.

Ключевые слова: подростки 16-17 лет, тяжелая атлетика, средства и методы, секционная работа.