

ЗНАЧЕННЯ ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ В ІГРОВІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ТЕНІСИСТІВ

Перевозник Катерина

*Національний аерокосмічний університет імені М. Є. Жуковського
«Харківський авіаційний інститут»*

Анотація. Виявлено значення технічної підготовки для ефективності ігрової діяльності гравців у теніс. Установлено, що для успішної ігрової діяльності в тенісі гравцям необхідно оволодіти арсеналом рухових умінь і навичок, що забезпечують точність і швидкість виконання технічних і тактичних прийомів.

Ключові слова: гра, ігрова діяльність, теніс, тенісисти, технічна підготовка.

Perevoznik Kateryna. The importance of technical training in the playing activity of tennis players.

Abstract. The importance of technical training for the effectiveness of tennis players' game activity is revealed. It has been established that for successful game activity in tennis players need to master an arsenal of motor skills and abilities that ensure the accuracy and speed of technical and tactical techniques.

Key words: game, game activity, tennis, tennis players, technical training.

Актуальність проблеми. Для досягнення високих спортивних результатів тенісистам потрібна не лише ретельна фізична підготовка, але й відмінна технічна майстерність.

Успішність досягнень гравців у теніс визначається рівнем усіх видів підготовленості, зокрема, технічної [1, 5].

Технічна підготовка тенісистів є основою їхньої ігрової діяльності. Вона дає можливість гравцям ефективно виконувати удари, контролювати м'яч, пересуватися по корту та приймати рішення в складних ігрових ситуаціях. Без належної технічної підготовки важко досягти високих спортивних результатів у тенісі.

У сучасному тенісі технічна підготовка стає дедалі важливішою. Розвиток нових технологій, зміни у правилах і тактиці гри вимагають від тенісистів адаптації та постійного вдосконалення техніки.

Виходячи з вищезазначеного, дослідження значення технічної підготовки в ігровій діяльності тенісистів є актуальним і необхідним для розвитку цього виду спорту.

Мета дослідження – виявити значення технічної підготовки для ефективності ігрової діяльності гравців у теніс.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення наукової та методичної літератури, педагогічне спостереження.

Результати дослідження. Технічна підготовка в тенісі передбачає

створення необхідних уявлень про спортивну техніку, оволодіння необхідними вміннями та навичками, вдосконалення спортивної техніки, засвоєння нових прийомів й елементів, збереження стійкості основних характеристик техніки під впливом чинників, що заважають [4].

З метою підготовки тенісиста необхідним є засвоєння ним всього технічного арсеналу гри у теніс. Раціональна техніка призначена для досягнення високої результативності виконання прийомів [3].

Надійність сформованості техніки визначається: показниками її стабільності; стійкістю по відношенню до факторів, що збивають; доцільною варіативністю в мінливих умовах змагань; економічністю при багаторазовому відтворенні змагальних дій із неграничною інтенсивністю [2].

Технічні прийоми гри в теніс є основними засобами, що дають можливість спортсменам реалізовувати свої індивідуальні тактичні дії в нападі й захисті. Ігрова діяльність гравця в теніс пов'язана зі своєчасним вибором і реалізацією технічних і тактичних прийомів.

Ігрова діяльність у тенісі потребує від гравця точності й швидкості виконання технічних елементів та технічних і тактичних прийомів. Оскільки всі фізичні якості довести до досконалості неможливо, доцільно приділяти увагу оволодінню арсеналом рухових умінь і навичок.

Для правильного оволодіння технічними прийомами і їх удосконалення необхідний систематичний розвиток спеціальних фізичних якостей гравців у теніс [3].

Висновки. Технічна підготовка є основою для ефективною ігровою діяльністю гравців у теніс. Вона охоплює створення уявлень про техніку, оволодіння вміннями і навичками, вдосконалення техніки та засвоєння нових прийомів.

Для успішної ігровою діяльності в тенісі гравцям необхідно оволодіти арсеналом рухових умінь і навичок, що забезпечують точність і швидкість виконання технічних і тактичних прийомів.

Список використаних джерел:

1. Бичук І., Грициєнко, Н. Характеристика фізичної підготовленості юних тенісистів. *Молодіжний науковий вісник*. 2013. С. 66-68.
2. Євтифієва І. І. Інтегральна підготовка тенісистів 10-12 років з використанням технологій візуалізації техніко-тактичних дій : дисертація. Харків: Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди, 2020. 235 с.
3. Жуков С. М., Лукачіна А. В. Етапи технічної підготовки студентів у відділенні тенісу. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія : Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт* : зб. наук. пр. Чернігів : ЧНПУ, 2014. Вип. 112 (4). С. 112-114.
4. Ібраїмова М. В. Теніс : навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл майстерності та навчальних закладів спортивного профілю /

за ред. О. П. Моргушенко. Київ : Республіканський науково-методичний кабінет Державної служби молоді та спорту України, 2012. 159 с.

5. Шевченко О. О., Мерзлікін М. В., Чуча Н. І. Порівняльний аналіз показників моторної функціональної асиметрії у студентів спортивної спеціалізації бадмінтон, теніс. *Спортивні ігри*. 2020. Вип. 3 (17). С. 115-124.

ВПЛИВ КОЛОВОГО ТРЕНУВАННЯ НА ВИВЧЕННЯ ТЕХНІЧНИХ ПРИЙОМІВ ГРИ У МІНІ-ФУТБОЛ ЮНИМИ СПОРТСМЕНАМИ

Соболь Денис

*Вінницький державний педагогічний університет
імені Михайла Коцюбинського*

Анотація. У статті розкриваються питання навчання основним технічним прийомам гри юних спортсменів, які займаються міні-футболом на етапі початкової підготовки на основі методу колового тренування. Розроблено методичні умови навчання технічним прийомам гри юних спортсменів і надано їхнє експериментальне обґрунтування. Зазначено, що ігрова діяльність у міні-футболі є переважно динамічною роботою змінної інтенсивності.

Ключові слова: міні-футбол, юні спортсмени, технічні прийоми, колове тренування.

Sobol Denis. Influence of circular training on study technical techniques of the mini-football game young athletes.

Abstract. The article discusses the issue of teaching the basic technical techniques of the game to young athletes engaged in mini-football at the stage of initial training based on the circular training method. Methodical conditions for training young athletes in the technical techniques of the game were developed and their experimental justification was provided. It is noted that game activity in mini-football is mainly dynamic work of variable intensity.

Key words: mini-football, young athletes, technical techniques, circular training.

Актуальність. Стрімке зростання спортивних результатів і рівня підготовленості спортсменів, які спеціалізуються у міні-футболі (футзалі), потребує постійного вдосконалення початкового навчання технічним елементам гри на етапах багаторічної підготовки [1].

Як стверджує колектив авторів [5], необхідно розробляти нові засоби та методи технічної підготовки юних спортсменів, що забезпечують підвищення ефективності тренувального та змагального процесу.

Ігрова діяльність у міні-футболі є переважно динамічною роботою