

МОДЕЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ИГРОКОВ В НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС КАК ОСНОВАНИЕ ДЛЯ ОТБОРА НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ

А.Ибрагимов

Преподаватель кафедры “Физической культуры” АГПИ

Аннотация: в спорте отбор проводится неоднократно. Очень важен отбор на стадии определения будущей успешной профессиональной деятельности. В настольном теннисе это отбор перспективных юных спортсменов на тренировочном этапе. Был проведен факторный анализ различных параметров отбора, в результате которого были отобраны для эксперимента наиболее информативные показатели, которые стали модельными характеристиками игроков в настольный теннис на тренировочном этапе.

Ключевые слова: отбор, настольный теннис, факторный анализ.

Abstract In sports, selection is carried out repeatedly. Selection at the stage of determining future successful professional activities is very important. In table tennis, this is the selection of promising young athletes at the training stage. A factor analysis of various selection parameters was carried out, as a result of which the most informative indicators were selected

for the experiment, which became model characteristics of selecting table tennis players at the training stage.

Keywords: selection, table tennis, factor analysis.

ВВЕДЕНИЕ

Постоянный рост спортивных достижений предъявляет высокие требования к системе подготовки спортсменов-игровиков. Основная роль подготовки – отбор наиболее перспективных кандидатов. В связи с вышесказанным существует необходимость в своевременном повышении качества отбора и поиске талантливых спортсменов.

Отличительной чертой спортивного отбора от высокого процента иных профессий, в которых профессиональный отбор осуществляется лишь на начальном этапе производственной деятельности, является то, что в карьере спортсмена-профессионала отбор повторяется неоднократно, в течение всей многолетней подготовки [3].

Проблема отбора уже давно не находится в стадии становления, а превратилась в самостоятельную науку. Прогнозируя возможности ребенка или подростка, тренер ставит перед собой задачу создания талантливых индивидуумов с надеждой на успешную в дальнейшем спортивную специализацию.

Проблема отбора наиболее перспективных детей находится в стадии постоянного совершенствования и поиска

новых разработок, вопреки многочисленным имеющимся данным на сегодняшний день. В современной системе подготовки спортсменов от игроков начальной подготовки до высшего спортивного мастерства особенным представляется этап прогнозирования их результатов в будущем [2].

Тренировочный этап углублённой специализации (иначе ТЭ(СС)) рассчитан на спортсменов, которые выполнили первый спортивный разряд или разряд кандидат в мастера спорта.

В процессе многолетней подготовки учитывают: исходный уровень, изменение показателей обследования в связи с возрастными изменениями и под влиянием спортивной тренировки, просматривается связь данных показателей и спортивных достижений. Качественный эффективный отбор является условием достижений наивысших результатов и подготовки спортивного резерва. Многообразие методов отбора постоянно расширяется, сам отбор становится более углублённым, это является следствием увеличения количества отсеиваемых спортсменов [1].

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЙ

Цель эксперимента – определить информативные показатели подготовки игроков в настольный теннис.

Принимали участие 3 теннисиста из ДЮСШ Андижана, возраст спортсменов 12–14 лет.

Измерялись следующие характеристики:

1. Силовой индекс.
2. Общая оценка уровня здоровья.
3. Перемещение в 3-х метровой зоне боком (вправо-влево) (кол-во раз) за 1 мин.
4. Имитация топ-спина справа (кол-во раз) за 1 мин.
5. Прыжки через скакалку за 45 с.
6. Прыжок в длину с места.
7. Имитация топ-спина слева (кол-во раз) за 1 мин.
8. Топ-спин справа по подрезке.
9. Топ-спин слева по подрезке.
10. Индекс массы тела.
11. Откидка со всего стола (кол-во ошибок) за 3 мин.
12. Бег на 10 м.
13. Перемещение в 3-х метровой зоне в две точки у стола (вперед-назад) (кол-во раз) за 30 сек.
14. Шкала эмоциональной стабильности-нестабильности (нейротизма) Г. Айзенка.
15. Имитация сочетания ударов накатом справа и слева (кол-во раз) за 2 мин.
16. Выполнение 10 серий игровых комбинаций на своей подаче до выигрыша очка завершающим ударом.

17. Оценка степени готовности спортсменов к риску (А.М. Шуберт).
18. Методика, направленная на определение способности спортсмена быть лидером (Е. Жариков, Е. Крушельницкий).
19. Жизненный индекс.
20. Время восстановления ЧСС.
21. Индекс Робинсона.
22. Бег на 30 м.
23. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 1 мин.
24. Выполнение 10 серий игровых комбинаций на приеме подачи до выигрыша очка завершающим ударом или топ-спин ударом.
25. Диагностика мотивационной направленности личности (Т.Элерс).

Информативные показатели определялись с помощью факторного анализа. На первом этапе были определены собственные числа и степени влияния факторов на полную дисперсию выборки (таблица).

Таблица – Степень влияния каждого фактора на полную дисперсию выборки

№ фактора	Число	Влияние фактора на дисперсию, %	Накопленная степень влияния фактора, %

1	3,89	15,54	15,54
2	2,89	11,56	27,1
3	2,65	10,592	37,69
4	2,22	8,89	46,59
№ фактора	Число	Влияние фактора на дисперсию, %	Накопленная степень влияния фактора, %
5	1,94	7,76	54,34
6	1,57	6,29	60,63
7	1,56	6,23	66,86
8	1,41	5,63	72,49
9	1,22	4,88	77,37
10	0,95	3,81	81,18
11	0,80	3,20	84,38
12	0,76	3,03	87,41
13	0,65	2,61	90,02
14	0,54	2,15	92,16
15	0,41	1,66	93,82
16	0,36	1,45	95,27
17	0,34	1,37	96,64
18	0,25	0,99	97,63
19	0,22	0,90	98,53
20	0,13	0,50	99,03

21	0,09	0,35	99,38
22	0,07	0,27	99,65
23	0,04	0,19	299,83
24	0,03	0,12	99,95
25	0,01	0,05	100

Анализ матрицы факторных нагрузок показал, что:

- фактор 1. Морфофункциональное состояние характеризуют показатели: СИ (0,8) и общая оценка уровня здоровья (0,8);
- фактор 2. Скоростно-силовые способности характеризуют показатели: перемещение на расстояние 3 метра боком на время (1 мин.) (0,8) и выполнение имитационных движений топ-спина справа на время (1 мин.). (0,7);
- фактор 3. Координационные способности характеризуют показатели: прыжки через скакалку на время (45 сек.) (0,6), прыжок в длину с места (0,5), выполнение имитационных движений топ-спина слева на время (1 мин.) (0,6), выполнение топ-спина по правой диагонали с подрезки (0,8), выполнение топ-спина по левой диагонали с подрезки (0,6);
- фактор 4. Общее физическое развитие организма характеризуют показатели:

ИМТ (0,8);

–фактор 5. Скорость движения лучезапястного сустава и предплечья характеризуют показатели: откидка со всего стола на время (3 мин), учитывается количество сделанных ошибок;

–фактор 6. Скорость характеризуют показатели: бег на расстояние 10 м (0,5), перемещение в 3-х метровой зоне в две точки у стола (вперед-назад) (кол-во раз) за 30 сек. (0,5), определение эмоциональной стабильности – (0,8);

–фактор 7. Скорость реакции характеризуют показатели: выполнение имитационных движений накатом по правой и левой диагонали (сочетание) (0,8);

–фактор 8. Скорость мышления характеризуют показатели: 10 игровых комбинаций на своей подаче до выигрыша очка завершающим ударом (0,7), готовность к риску (А.М. Шуберт) (0,8);

–фактор 9. Психоэмоциональная составляющая: проявление спортсменом лидерских качеств (0,9).

Нормативы, описанные в более ранней научной литературе и методических пособиях, не обладают высокой эффективностью оценки подготовленности спортсменов при осуществлении отбора на тренировочном этапе.

ВЫВОДЫ

1. Путем осуществления факторного анализа выделено девять факторов, характеризующих подготовку спортсменов этапа углубленной специализации: морфофункциональное состояние организма, скоростно-силовые способности, координационные способности, общее физическое развитие организма, скорость движения пояса верхних конечностей спортсменов, скорость движений тела, скорость реакции на движущийся объект, максимальная скорость мышления за короткий промежуток времени, психоэмоциональное состояние организма спортсмена.
2. Психологический контроль в соревновательном процессе помогает осуществлять проявление таких психологических качеств, как интеллект спортсмена, эмоциональная стабильность и проявление качеств лидера.
3. Скоростно-силовые качества, скорость реакции, координация движений являются направлением развития общей и специальной физической подготовленности спортсменов.
4. Определяющими компонентами проявления высокого уровня технико-тактических способностей являются: скорость перемещений, скорость движения лучезапястного сустава и предплечья, скорость ответной реакции на движущийся объект, скорость мышления.

ЛИТЕРАТУРА

1. Волков В.М. Спортивный отбор / В.М. Волков, В.П. Филин – Москва : Физкультура и Спорт, 1983. – 176с.).
2. Ильин Е.П. Психология спорта / Е.П. Ильин. – Москва : Питер, 2017. – 352 с.
3. Серова Л.К. Спортивная психология: профессиональный отбор в спорте : учебное пособие для вузов / Л.К. Серова. – Москва : Юрайт, 2017. –161 с.