**2.3 ТАКТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В НАСТОЛЬНОМ ТЕННИСЕ**

Важным моментом в определении уровня тактического мастерства игроков в настольный теннис является знание критериев и способов оценки эффективности спортивной тактики. Технико-тактическую подготовленность теннисистов предлагается оценивать в целом, без разделения на составные части, — по показателям объема, вариативности, надежности, активности, эффективности и логичности применения технико-тактических действий в игровых упражнениях и соревновательной деятельности.

*Объем технико-тактических действий* определяется суммарным количествомконкретных технико-тактических действий, выполненных теннисистом, как правило, за одну партию. Данный критерий выявляет, какие технико-тактические комбинации и соче-тания технико-тактических действий теннисист выполнял: на своих подачах в атаке , на своих подачах в контратаке, на подачах противника в атаке, на подачах противника в контратаке, на подачах противника в защите; какими он владеет атакующими технико-тактическими комбинациями в розыгрыше очка, контратакующими комбинациями, защитными комбинациями в розыгрыше очка.

*Вариативность технико-тактических действий* определяется количествомразновидностей одного и того же технико-тактического приема, используемого спортсменом, — по длине траектории полета мяча, по направлению его полета, по скорости полета и темпу игры, по силе вращения мяча, по тактическому разнообразию — атаке, контратаке, подготовке к атаке и защите.

*Надежность технике-тактических действий* оценивается сохранением качества ибезошибочностью выполнения технико-тактических действий, несмотря на противодействие соперника и прогрессирующее утомление теннисиста.

*Активность технико-тактических действий* определяется количеством атакующих изащитных действий, примененных в процессе розыгрыша одной партии, а также стремлением теннисиста атаковать и контратаковать не только из удобных , но и неудобных положений и игровых ситуаций, неожиданно и без длительной подготовки. *Эффективность технико -тактических действий* оценивается процентным отношениемколичества выполненных за партию определенных технико-тактических действий к количеству выигранных данными действиями очков.

*Логичность применения технико-тактических действий* определяется грамотностьюоценки спортсменом возникающих игровых ситуаций, правильностью и целесообразностью выбора им конкретных действий, приносящих успех. Регистрация вышеперечисленных параметров проводится путем экспертной оценки, проверенных на надежность и информативность тестов, аналитической и стенографической записи соревновательной деятельности. Для конкретного анализа игровых эпизодов можно использовать видеозапись, а также для статистической обработки результатов соревновательной деятельности теннисистов — компьютерную программу.

Тактика игры должна непрерывно обогащаться новыми знаниями и вооружаться новыми средствами, способами и формами ведения игры. Тактика не стоит на месте, она развивается, совершенствуется и в каждый период развития существует современная т.е. наиболее передовая тактика — самая эффективная из существующих, самая рациональная. Необходимо постоянно разрабатывать новую тактику — она должна опережать тактику противника, являться для него неожиданностью.

**2.3.1 Основы тактики игры**

*Тактика игры* —это самый сложный раздел теории и практики настольного тенниса.Ведьпонятие «тактика» неразрывно связано с понятиями «стратегия» и «техника». Эти три категории являются краеугольными основами и включают в себя все без исключения стороны теории и методики как всего тренировочного процесса подготовки спортсменов, так и непосредственно ведения поединка.

Тактика — подчиненная часть стратегии. *Стратегия игры* — это совокупность общих закономерностей подготовки спортсмена, его поведения и ведения соревновательной борьбы на протяжении длительного периода. Стратегический план учитывает различные варианты построения подготовки, соревновательной борьбы, а также формы, средства и способы достижения результата. Он может относиться как к системе соревнований, так и в отдельному турниру и встрече. В основе стратегии и тактики лежат глубокие знания теоретических законов, закономерностей и умение оперировать этими знаниями.

В связи с вышесказанным можно дать такое — в широком смысле — определение тактики. *Тактика* *—* *это раздел теории и практики,* изучающий закономерности развития игры, средства, способы и формы ведения спортивного поединка и их рациональное применение против конкретного соперника.

Однако ближе к проблемам игры целесообразным будет следующее определение тактики. Тактика — это осмысленное использование спортсменом своего технико-тактического арсенала и соревновательное поведение с учетом индивидуальных технико-тактических и психофизиологических особенностей соперника в конкретной игровой ситуации, направленное на достижение поставленной в соревновании цели.

Проще говоря, тактика — это целесообразное использование своих возможностей с учетом сил и особенностей игры соперника.

Тактика игры всегда являлась предметом пристального изучения специалистов — она зависит и от хватки ракетки, и от арсенала сложных технико-тактических приемов, и от способов перемещений, и от качеств инвентаря и т.п. Тактика по существу является подлинным двигателем прогресса игры в настольный теннис. Тактика на разных этапах своего развития диктует условия применения тех или иных технических приемов, повышает интенсивность игры, способствует развитию физических качеств теннисистов, определяет направление развития современной игры.

Тактика находится в тесной взаимосвязи с техникой, на которую влияет и от которой, в свою очередь зависит: чем совершеннее техника спортсмена, тем более разнообразной может быть тактика. Эффективность тактического замысла определяется наличием определенного арсенала технических приемов, способностью игрока применять их целесообразно, вовремя, точно и творчески; а эффективность реализации тактического плана зависит от технической и физической подготовленности спортсмена и развития его интеллектуальных способностей.

Таким образом, уровень тактической подготовленности теннисиста представляет конечный интегральный показатель спортивного мастерства и проявляется в конкретной игровой деятельности.

*Тактическое мастерство игроков в настольный теннис* зависит от их техническойподготовки, тактического мышления и соревновательного опыта. Процесс соревновательной деятельности построен на элементах мышления , которое, в свою очередь, является основой тактики. *Тактическое мышление* *—* это мышление наглядно-действенного характера, направленное на решение возникающих в ходе игры тактических задач в соответствии с планом выступления и внезапными ситуациями спортивного противоборства.

Неотъемлемой частью тактического мастерства являются *соревновательный опыт* спортсмена, *знания и навыки,* имеющие важное значение при разборе его игровых действий, анализе тактики, прогнозировании и программировании игры. Знание особен-ностей соперника, прогнозирование наиболее вероятного его тактического замысла и основных вариантов ведения им игры, а также правильное поведение на соревнованиях основаны на опыте теннисиста.

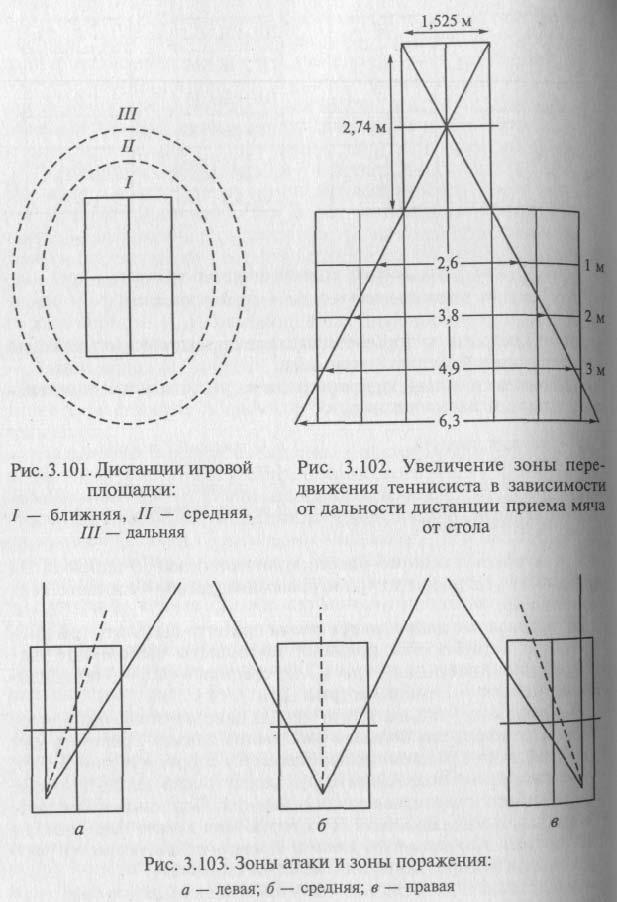
Для правильного построения тактических действий большое значение имеет понимание *тактических основ игры.* Знание этих основ поможет правильно выбрать момент удара,место нанесения удара и зону поражения, а также грамотно строить тактику защиты и нападения.

**Классификация игровых зон.** *Игровую* ***поверхность стола*** принято делить натри части — *левую* (Л), *середину* (С) и *правую* (П) на три зоны — *ближнюю к сетке* (Б), *среднюю* (С) и *дальнюю* (Д) (рис. 3.100).



Сочетание частей и зон стола позволяет определить игровые квадраты, которые учитываются в тактических целях для определения места попадания мяча.

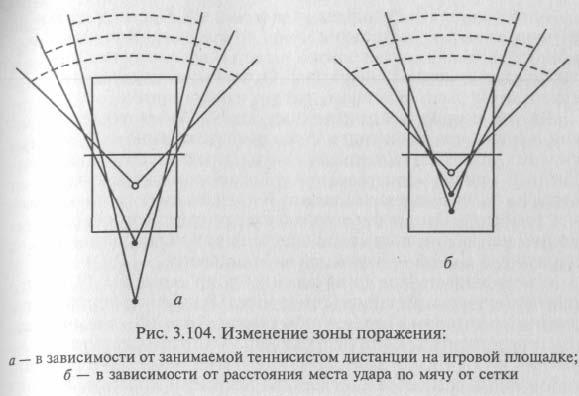
На ***игровой площадке вокруг стола*** принято выделять три дистанции, с которых, как правило, теннисисты выполняют удары: ближняя дистанция — до 1,3 м, средняя — 1,3 — 3 м и дальняя дистанция — свыше 3 м (рис. 3.101).



Очень важно учитывать, что чем дальше от стола выполняет Удары теннисист, тем большее расстояние должен пролететь мяч и тем на большие расстояния перемещается спортсмен (рис. 3.102).

В тактические показатели игры входят также такие понятия, как зона атаки и вероятная зона поражения. Под зоной атаки подразумевается площадь стола, в которую мяч может быть послан теннисистом. *Под вероятной зоной поражения* подразумевается пространство, в которое соперник может послать мяч.

Зона атаки существенно изменяется в зависимости от расстояния и места положения теннисиста относительно стола (рис. 3.103, 3.104).



При этом чем дальше теннисист отходит от стола, тем большую площадь он должен контролировать своими передвижениями . По мере удаления спортсмена от стола увеличивается и площадь которую могут поражать мячи противника, и увеличивается вероятность ситуаций, когда для отражения мяча теннисисту не хватает игровой площадки.

На площадь поражаемой зоны влияют также угол атаки и высота отскока мяча (рис.

3.105).



Эту картину видоизменяет топ-спин с изогнутой траекторией полета мяча: увеличивается площадь, необходимая для отражения мяча в боковом направлении, сложнее обстоит дело и с рас-смотренными выше закономерностями, характерными для ударов, после которых мяч летит по прямой.

Необходимо отметить, что деление стола и игровой площадки на части и зоны носит условный методический характер.

**История развития тактики игры.** В процессеразвития и становления настольного тенниса как вида спорта постоянно совершенствовалась материальная база игры: размеры стола, высота сетки, вес и материал мяча, материал игровой поверхности ракетки и стола. А поскольку техника неразрывно связана с этими факторами, то каждый раз менялись и технические приемы, и тактика игры. Новая же тактика игры оказывала влияние на прогресс техники. В истории развития тактики игры выделяют четыре периода.

Первый период (с момента Появления настольного тенниса нашей стране до середины 1930-х гг.) отличался примитивностью тактических приемов игры, основанных на длительной перекидке мяча с малой затратой физических сил, но требующих продолжительного напряжения внимания . При этом одно очко разыгрывалось от нескольких минут до получаса. В те годы большинство игроков стояли близко у стола и вели игру технически и тактически довольно однообразно. Основными техническими при-емами игры были подставка, толчок, срезка, драйв.

Второй период (с послевоенных лет до 1960-х гг.) характеризовался тем, что теннисисты строили тактику игры на отдельных сильных ударах слева и справа. Для их отражения был найден защитный прием — подрезка, — при котором игрок отходил от стола на значительное расстояние и придавал мячу сильное нижнее вращение. Этот период можно охарактеризовать как одностороннее нападение, когда один спортсмен в ближней игровой зоне нападает, а другой — в дальней — защищается.

Следующий период (с начала 1960-х до середины 1970-х гг.) примечателен возрастанием темпа игры. Теннисисты приблизили защитные позиции к столу, чтобы быстрее отражать сильные удары и переходить в контрнаступление. Тактика основывалась на умении вести атаку и контратаку быстрыми накатами и ударами, применении разнообразных хорошо освоенных приемов. Техника игры отличалась не только быстрыми короткими движениями, но и стремлением придать мячу сильные сложные вращения. Появляется новый технический прием — топ-спин. Этот прием на данном этапе развития игры применялся теннисистами в основном для завершения атаки.

Современный этап развития настольного тенниса (с середины 1970-х гг. по настоящее время) характерен постоянно возрастающим темпом игры, ее активным наступательным характером. При этом применяется тактика активного нападения и контрнападения, сочетающаяся с кратковременной активной защитой — вспомогательным средством для достижения победы. Игроки владеют большим арсеналом технических приемов, которые вариативно и активно применяют в зависимости от возникающей игровой ситуации. При выполнении технических приемов теннисисты стремятся как можно полнее использовать работу ног, корпуса и руки с ракеткой, чтобы придать мячу разнообразные мощные вращения. Идет борьба за инициативу в игре. Мощь и острота атакующих технико-тактических действий придают игре в настольный теннис динамичный, напряженный характер, а введение в 2002 г. правил игры до 11 очков и смен подач через каждые 2 очка сделали игру еще более скоротечной и динамичной.

Анализ соревновательной деятельности сильнейших игроков в настольный теннис позволил определить следующие направления в современном развитии тактики игры.

Придание процессу спортивной борьбы активного, наступательного, динамичного характера.

Возрастание роли стратегии и тактики, использование многообразных тактических вариантов в процессе игрового противоборства.

Возрастание значения рациональности техники и ее вариативности при экономизации движений.

Усложнение набора технико-тактических действий и уменьшение тем самым их информативности для соперника. Появление новых разновидностей технических приемов.

Убыстрение игрового темпа, частое применение технических приемов по восходящему мячу, уменьшение времени розыгрыша очка, увеличение сложных и неожиданных ситуаций в игре.

Возрастание точности и стабильности технико-тактических приемов. Широкое использование технических приемов с различными вращениями мяча, особенно с верхним и верхнебоковым. Универсализация игры, широкое использование разнообразных и раз-ных по тактической направленности технико-тактических действий.

Возрастание значения наступательной тактики подач в розыгрыше очка.

Усиление в процессе борьбы значения стратего-тактического мышления, прогностических способностей, интуиции. Высокое развитие таких волевых качеств, как инициативность, решительность, смелость.

Улучшение качества инвентаря. Появление качественно новых накладок и оснований, способствующих убыстрению темпа игры, возрастанию скорости вращения мяча, что сказывается на улучшении техники и тактики игры и усложнении борьбы с «неудобными» противниками, использующими накладки с длинными пупырышками и «Антиспин». Знание тенденций развития соревновательной деятельности и тактики игры открывает широкие возможности оптимизации этой деятельности и системы спортивной подготовки, создания эффективных условий для достижения высшего спортивного мастерства.