

УДК: 08.00.05

Исроилов Шоолим Шоакрамович

Преподаватель кафедры теории и методики тенниса, бадминтона

Узбекский государственный университет физической культуры и спорта

ОСНОВЫ ТЕННИСНОЙ ТАКТИКИ

Аннотация: В данной статье рассматривается цель игры тенниса и его игровой тактики для успеха

Ключевые слова: Теннис, игра, тактика, ситуация, тренировка, стратегия

Isroilov Shoolim Shoakramovich

Lecturer at the Department of Theory and Methods of Tennis, Badminton

Uzbek State University of Physical Culture and Sports

BASICS OF TENNIS TACTICS

Annotation: This article discusses the goal of playing tennis and its game tactics for success

Key words: Tennis, game, tactics, situation, training, strategy

Цель игровой тактики - отвлечь оппонента и добиться успеха, используя технику, которая работает в зависимости от ситуации. У каждого теннисного матча своя цель. Эта цель, в свою очередь, основана на заранее определенных конкретных тактических и стратегических задачах. Конечно, постановка таких целей и задач и их эффективное решение на практике требует технических и тактических навыков, физической, функциональной и психологической подготовки спортсмена. Эти качества развиваются в течение многих лет тренировок. Однако

следует отметить, что успешного решения высоких тактических и стратегических задач на соревнованиях можно добиться только при правильной тренировке и, конечно же, игровом опыте.

Стратегические цели будут заключаться в достижении общего и окончательного результата конкурса, который будет разделен на три основные области:

1. Первое направление связано с участием в конкурсном цикле.
2. Второе направление характеризуется участием в конкретном соревновании или турнире, или в турнире.
3. Третье направление - участие в определенной игре (встрече).

Эти задачи включают изучение стратегического плана, тактических методов и технических навыков оппонентов, участвующих в цикле, конкретном соревновании или турнире и конкретном матче, сравнение их стратегических и тактических возможностей с тактическими возможностями оппонентов, а также определение стратегии и тактики. играть против них. значит делать. Решение этих задач заключается в изучении тактики, технических навыков и физических возможностей противников посредством изучения видеофильмов, информации «очевидцев». Такие факторы, как моделирование тренировочного процесса, персональная игровая тактика и стратегия в пользу возможностей противника, чрезвычайно важны для успешного решения этих задач. Это, в свою очередь, связано с точным прогнозированием и максимально объективной оценкой потенциала противника.

Конечно, тактический и стратегический подход, запланированный для конкретного противника в конкретной игре, может меняться в зависимости от ситуации во время игры.

В современном теннисе, каким бы развитым ни был игрок, радость победы принадлежит только теннисисту, вооруженному продвинутой стратегией и тактикой игры. Поэтому в процессе длительной спортивной

подготовки особое внимание следует уделять тактической и стратегической подготовке спортсменов. Этот процесс включает следующие принципы:

Принцип универсального направления. Этот принцип определяет общую спортивную деятельность, стратегическое направление долгосрочной спортивной подготовки теннисиста. Он основан на передовом стратегическом и тактическом опыте, который постоянно меняется и обновляется в современном теннисе, включает в себя разработку интерактивных методов и технологий, используемых в процессе обучения и обучения, а также игровых стилей и навыков, эффективных техник, многовариантных тактических приемов. Поднимает вопрос о формировании уникальной и адекватной игровой тактики и стратегии будущего ракетчика путем наблюдения за играми ведущих теннисистов, их техникой, тактикой, стратегией, физическими и психофункциональными возможностями, анализом видеороликов;

Принцип активности - быть активным во время игры, быть настойчивым, принимать правильные решения, проявлять инициативу в каждой ситуации и на протяжении всей игры и не сдаваться. В основе этого принципа - умение показать свое превосходство перед противником, привить противнику свой стиль игры, одолеть соперника мысленно, подорвать его уверенность, проявить отвагу, настойчивость, высокое джентльменство и другие подобные качества прикладное искусство;

Принцип многогранной и всесторонней игры заключается в умении эффективно применять все технические навыки, присущие игре в теннис в многовариантных вариантах в меняющихся ситуациях, одинаково эффективны в атаке, контратаке, демонстрации игры в защите, универсальном движении и в том, и в другом. позади и впереди поля, призван сформировать умение качественно использовать активные и пассивные движения от начала игры до конца игры;

Принцип создания состояния изменчивости. Этот принцип состоит в том, чтобы наносить удары (включая ввод мяча) с различными скоростями, направлениями, интервалами на протяжении всей игры, направлять мяч сильным и слабым, высоким и низким, длинным и близким, подчеркивает проблему «сдачи» ситуации на свою сторону. за счет резкой смены стиля и тактики, интенсивности и типов движений. Его основная цель - перейти от стандартных односторонних действий, стереотипных тактик к изменяющемуся стилю игры и, наоборот, от нестандартной ситуации к традиционной игровой тактике;

Принцип возникновения нештатной (неожиданной) игровой ситуации - одна из наиболее эффективных тактик игры. Этот принцип заключается в эффективном использовании ранее неиспользованных или совершенно неожиданных игровых приемов во время игры, действия, не раскрывающие метод и направление удара, раскрытие одного решения и резкое принятие другого решения, поворот вправо при ударе, поощряет использование тактических приемов. такие как взгляд и направление мяча влево и наоборот;

Принцип взаимного действия распространяется и на дублёры. Этот принцип направлен на достижение единой тактико-стратегической цели пары за счет использования взаимосогласованных, но в то же время неизвестных для соперника способов игры. Конечно, в этом плане стиль игры двух теннисистов, составляющих пару, близость психологических характеристик мировоззрения позволят завершить общий стратегический план турнира (игры). В таких парных играх каждый игрок имеет свои индивидуальные способности, технический и тактический стиль, некоторые навыки передвижения (удар ногой, прием или повторная атака, игра за сеткой или перед ней) с точки зрения мастерства и этого преимущества. он эффективно может решить судьбу игры на стороне победителя.

Литература:

1. Yakubjanova, H. Y. (2018). ENVIRONMENTAL ECOTOURISM IN UZBEKISTAN INNOVATIVE WAY. *Теория и практика современной науки*, (3), 108-110.
2. ХЁ Ёкубжанова, АМ Сохадалиев. Foreign experience in the development of ecotourism in Uzbekistan. *Молодой ученый*,(5) 2016. 858-861
3. Tuyboevna, K. S. (2020). Interactive method – one of the most popular types of today’s pedagogical technologies. *European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences*, 8 (11), Part II, 83-92.
4. Karimova Sanobar Tuyboevna. (2020). Using the educational electronic resource phet in the teaching of physics. *ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal*. 10 (6). 1424-1426.
5. Karimova Sanobar Tuyboevna. (2021). About the use of interactive method and phet electronic resource in educational process. *Middle European Scientific Bulletin*, 8. <https://doi.org/10.47494/mesb.2021.2.164>