

13.00.00 ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

13.00.00 PEDAGOGICAL SCIENCES

УДК 796.799
ББК 75.7

DOI: 10.25683/VOLBI.2019.46.102

Babushkin Gennadii Dmitrievich,
doctor of pedagogical sciences,
professor of the department of theory and technique
of physical culture and sports,
Siberian State University
of Physical Education and Sport,
Omsk,
e-mail: gena41@mail.ru

Бабушкин Геннадий Дмитриевич,
д-р пед. наук,
профессор кафедры теории и методики
физической культуры и спорта,
Сибирский государственный университет
физической культуры и спорта,
г. Омск,
e-mail: gena41@mail.ru

Babushkin Evgenii Gennad'evich,
candidate of pedagogical sciences,
professor of physical education and sport,
Omsk State Technical University,
Omsk,
e-mail: evgen.bab@mail.ru

Бабушкин Евгений Геннадьевич,
канд. пед. наук,
профессор кафедры физического воспитания и спорта,
Омский государственный технический университет,
г. Омск,
e-mail: evgen.bab@mail.ru

Pozherukova Elena Borisovna,
senior lecturer of theory and methods
of physical education and sport,
Siberian State University
of Physical Education and Sport,
Omsk,
e-mail: mokelena@mail.ru

Пожерукова Елена Борисовна,
старший преподаватель кафедры теории и методики
физической культуры и спорта,
Сибирский государственный университет
физической культуры и спорта,
г. Омск,
e-mail: mokelena@mail.ru

Nenashkin Egor Sergeevich,
student of the Master's program,
Siberian State University
of Physical Education and Sport,
Omsk,
e-mail: Egor1992nsk@yandex.ru

Ненашкин Егор Сергеевич,
магистрант,
Сибирский государственный университет
физической культуры и спорта,
г. Омск,
e-mail: Egor1992nsk@yandex.ru

ИНДИВИДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ КАК ФАКТОР ОВЛАДЕНИЯ ТЕХНИЧЕСКИМИ ДЕЙСТВИЯМИ НАЧИНАЮЩИХ ТЕННИСИСТОВ

INDIVIDUAL PSYCHOLOGICAL FEATURES AS A FACTOR OF MASTERING TECHNICAL FEATURES OF BEGINNING TENNIS-PLAYER

13.00.04 – Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки,
оздоровительной и адаптивной физической культуры

13.00.04 – Theory and methods of physical education, sports training, recreational and adaptive physical culture

В статье представлены результаты исследования овладения техническими действиями начинающими теннисистами в возрасте 5–10 лет. Приведены результаты изучения сформированности ряда индивидуально-психологических особенностей юных теннисистов: темперамента, свойств нервных процессов (силы, подвижности, уравновешенности), волевых качеств, рефлексивности, координационных способностей. Изучен процесс овладения теннисистами ряда технических действий. Показано влияние некоторых индивидуально-психологических особенностей личности юных теннисистов на длительность и качество овладения основными техническими действиями.

Юные теннисисты с малым уровнем силы нервной системы в среднем затрачивают гораздо большее количество часов на освоение подачи и ударов с лета, чем спортсмены со средним и большим уровнем силы нервной системы. Это объясняется тем, что выполнение подачи, смеха и ударов с лета является достаточно трудоемким процессом с технической точки зрения. Юным теннисистам трудно быстро понять и освоить эти элементы, поэтому их изучение проходит дольше и требует больших усилий от спортсменов. Следовательно, уровень силы нервной системы оказывает влияние на освоение некоторых технических приемов в теннисе. Высокий уровень развития ловкости и координационных способностей у теннисиста способствует быстрому овладению

техническими действиями, о чем свидетельствует малое количество тренировочных часов, затрачиваемых на изучение технического элемента. Спортсмены с низким уровнем развития этого качества затрачивают существенно большее количество времени на освоение элементов техники.

Полученные результаты позволяют говорить о значимом влиянии некоторых индивидуально-психологических особенностей личности юных теннисистов на овладение техническими действиями. При начальном обучении юных теннисистов техническим действиям тренеру необходимо знать уровень проявления индивидуально-психологических особенностей личности и учитывать это при обучении действиям.

The article presents results of a study of mastering technical features of beginning tennis players aged 5-10 years. The results of the study of formation of a number of individual psychological characteristics of young tennis players: temperament, properties of nervous processes (strength, mobility, and balance), volitional qualities, reflexivity, and coordination abilities are presented. The process of mastering by the tennis players of a number of technical actions has been studied. The influence of some individual psychological characteristics of the personality of young tennis players on the duration and quality of mastering basic technical actions is shown.

Young tennis players with a low level of nervous power, on average, spend much more hours mastering the supply and kicks from the summer than the athletes with an average and high level of nervous system strength. This results from the fact that performance of giving, mix and blows of a meeting, is rather labor-consuming process from the technical point of view. It is difficult for young tennis players to quickly understand and master these elements, so their study takes longer and requires more efforts from athletes. Consequently, the level of strength of the nervous system has an impact on the development of some techniques in tennis. The high level of development of dexterity and coordination abilities of a tennis player contributes to the rapid mastery of technical actions, as evidenced by the small number of training hours spent on the study of a technical element. Athletes with a low level of development of this quality spend significantly more time on mastering the elements of technology.

The results obtained suggest a significant influence of some individual psychological characteristics of the personality of young tennis players on the mastery of technical actions. During the initial training of young tennis players, technical actions, the coach needs to know the level of manifestation of the individual psychological characteristics of the person and take this into account when teaching actions.

Ключевые слова: начинающие теннисисты, техническая подготовка, обучение, индивидуально-психологические особенности, взаимосвязь, волевые качества, ловкость, координационные способности, свойства нервной системы, рефлексивность, тип личности.

Keywords: beginner tennis players, technical training, training, individual psychological characteristics, interconnection, volitional qualities, agility, coordination abilities, properties of the nervous system, reflexivity, personality type.

Введение

Овладение и совершенствование технических действий всегда было и остается одним из важнейших видов подготовки теннисистов. С помощью хорошей и правиль-

ной техники движений в соревнованиях можно компенсировать не только антропометрические данные (рост, вес), но часто и снижение уровня физических возможностей, а именно силы, быстроты, гибкости, выносливости, связанное, например, с возрастом, утомлением или травмой. Имеющийся у спортсмена арсенал технических приемов позволяет реализовать тактические замыслы, способные принести очки и победу в целом. Поэтому интерес к освоению и совершенствованию техники оправдан со стороны всех участников учебно-тренировочного процесса.

Технику ударов в теннисе трудно освоить, не обладая ловкостью, силой, быстротой. Кроме того, физически подготовленный спортсмен способен выдерживать и большую психическую напряженность матчей, когда счет идет очко в очко, гейм в гейм. При этом степень развития физических и психологических качеств в значительной мере определяет уровень достижений спортсмена [1; 2].

Анализ специальной литературы, посвященной вопросам современного тенниса [3–5 и др.], свидетельствует о том, что вопросу взаимосвязи воспитания физических и психологических качеств теннисиста с обучением его техническим элементам тенниса на начальном этапе подготовки не уделено должного внимания. В литературе отмечается также влияние индивидуально-психологических особенностей на рост спортивного мастерства [6–8]. Мы полагаем, что такое влияние обнаруживается при подготовке юных теннисистов, однако в доступной литературе этот вопрос не отражен, что осложняет работу тренера по подготовке юных теннисистов.

Анализ степени изученности проблемы овладения техническими действиями юных теннисистов свидетельствует о недостаточном освещении в литературе вопросов, посвященных изучению влияния индивидуально-психологических особенностей на овладение техническими действиями. В этой связи разработка обозначенной проблемы является актуальной для теории и методики спортивной тренировки.

Научная новизна результатов исследования состоит в следующем: выявлен оптимальный возраст для начала занятий и технической подготовки в теннисе; изучено влияние некоторых индивидуально-психологических особенностей юных теннисистов на быстроту и качество овладения техническими действиями; определены факторы, оказывающие влияние на успешность овладения техническими действиями.

Теоретическая значимость полученных результатов заключается в дополнении положений теории спортивной тренировки новыми данными относительно значения индивидуально-психологических особенностей личности при обучении новым техническим действиям.

Практическая значимость полученных в ходе исследования результатов заключается в том, что знание индивидуально-психологических особенностей личности начинающих теннисистов позволяет учитывать их при обучении теннисистов новым техническим действиям.

Цель исследования — изучить влияние индивидуально-психологических особенностей юных теннисистов в возрасте 5–10 лет на успешность освоения технических действий на начальном этапе подготовки.

Гипотеза исследования. Предполагается, что индивидуально-психологические особенности личности определяют быстроту и качество овладения техническими действиями юных теннисистов в возрасте 5–10 лет на начальном этапе подготовки.

Задачи исследования:

- 1) изучить индивидуально-психологические особенности личности юных теннисистов 5–10 лет;
- 2) определить быстроту и качество овладения техническими действиями с учетом индивидуально-психологических особенностей личности юных теннисистов.

Основная часть

Методы и методики исследования. В работе были использованы следующие методы исследования: анализ научной литературы, анкетирование, беседа, педагогическое наблюдение, тестирование, лонгитюдный метод, методы математической статистики. В исследовании выявлялись следующие индивидуально-психологические особенности личности юных теннисистов: тип темперамента, волевые качества, рефлексивность, сила нервной системы по возбуждению, тип личности, ловкость, координационные способности.

Организация исследования: исследовательская работа проводилась на базе детско-юношеской спортивной школы олимпийского резерва центра игровых видов спорта в отделении тенниса (МБУДО СДЮСШОР ЦИВС) в городе Новосибирске с 2016 по 2018 гг. Проводилось наблюдение за овладением юными теннисистами основных технических действий. Для выявления индивидуально-психологических особенностей личности использовался ряд методик [9–11]. В исследовании приняли участие 10 человек в возрасте 5–10 лет, занимающиеся в группе начальной подготовки. В процессе тренировок юные

теннисисты осваивали основные технические действия. Методом наблюдения совместно с тренерским штабом выявлялись особенности и качество их освоения. Выполненное техническое действие 8 раз из 10 попыток считалось освоенным теннисистом.

Результаты исследования. Исследование влияния свойств нервных процессов на успешность овладения техническими действиями показало следующее. Зависимость успешности освоения технических элементов от уровня силы нервной системы показана в табл. 1. Так, уровень силы нервной системы не оказывает особого влияния на выполнение таких технических элементов, как крученный удар справа и слева, а также резаные удары. Однако на успешное освоение ударов с лета, выполнение подачи и смеха уровень силы нервной системы оказывает достаточно заметное влияние.

Юные теннисисты с малым уровнем силы нервной системы в среднем затрачивают гораздо большее количество часов на освоение подачи и ударов с лета, чем спортсмены со средним и большим уровнем силы нервной системы. Это можно объяснить тем, что выполнение подачи, смеха и ударов с лета является достаточно трудоемким процессом с технической точки зрения. Не каждый юный теннисист способен быстро понять и освоить эти элементы, поэтому их изучение проходит дольше и требует больших усилий от спортсменов. Следовательно, можно сделать вывод о том, что уровень силы нервной системы оказывает влияние на освоение технических приемов в теннисе.

Таблица 1

**Показатели силы нервной системы юных теннисистов
и количество часов, затраченное на овладение действиями**

№	Теннисисты	Сумма	Тип НС	Справа	Слева	С лета справа и слева	С лета слева	Резаный справа и слева	Подача и смех
1	Д. К.	-17	Средний	12	18	28	28	30	15
2	В. К.	-21	Средний	25	30	42	44	40	22
3	С. Т.	-9	Средний	22	24	34	34	52	18
4	К. Г.	-16	Средний	10	12	30	30	38	12
5	Л. Т.	-23	Средний	15	15	50	50	48	25
6	А. Т.	-5	Большой	12	12	24	24	42	14
7	П. К.	-14	Средний	8	8	16	16	14	12
8	М. Б.	-32	Слабый	12	12	35	35	40	34
9	М. Х.	-19	Средний	8	8	14	14	12	10
10	К. К.	-13	Средний	16	16	30	30	34	40

Исследование влияния волевых качеств на успешность освоения техники движений показало следующее. Зависимость успешности освоения технических элементов от степени выраженности волевых качеств показана в табл. 2 на стр. 397. Такие волевые качества, как настойчивость, самостоятельность и инициативность, являются значимыми качествами для достижения успеха любым спортсменом. Однако, как видно из полученных результатов, по отдельности эти качества не являются определяющими успешности освоения технических действий в теннисе. По-видимому, выполнение технических действий вне соревновательной деятельности не представляет собой сложности для юных теннисистов, так как воля проявляется обычно на фоне утомления и преодоления препятствий, трудностей.

Решительность в юном возрасте оказывает, пожалуй, негативное влияние на спортсменов. Спортсмены такого склада характера обычно считают свои действия абсолютно правильными и не хотят слушать чужого мнения. Критические замечания других вызывают у них раздражение, что на начальном этапе тренировок является абсолютно недопустимым, ведь спортсмен должен внимательно слушать и выполнять все указания тренера. Поэтому спортсмены с высоким проявлением такого волевого качества достаточно долго осваивают элементы техники. Следовательно, можно сделать вывод о том, что некоторые волевые качества способны оказывать влияние на освоение технических приемов.

Таблица 2

**Выраженность волевых качеств юных теннисистов
и количество часов, затраченное на овладение действиями**

№	Теннисисты	Настойчивость	Решительность	Самостоятельность	Инициативность	Справа	Слева	С лега справа и слева	Резаный справа и слева	Подача и смеш
1	Д. К.	8	8	7	7	12	18	28	30	15
2	В. К.	7	7	6	8	25	30	42	40	22
3	С. Т.	7	8	7	8	22	24	34	52	18
4	К. Г.	8	8	8	7	10	12	30	38	12
5	Л. Т.	8	8	7	8	15	15	50	48	25
6	А. Т.	6	7	4	9	12	12	24	42	14
7	П. К.	7	7	8	9	8	8	16	14	12
8	М. Б.	5	6	7	8	12	12	35	40	34
9	М. Х.	6	4	6	7	8	8	14	12	10
10	К. К.	9	8	7	9	16	16	30	34	40

Исследование влияния координационных способностей и ловкости на успешность освоения техники движений юными теннисистами показало следующее. Во всех спортивных играх, в том числе и в теннисе, высокую значимость при освоении и выполнении спортивных действий имеет выраженность координационных способностей и ловкости. Мы по-

лагаем, что быстрота освоения технических действий в теннисе зависит от степени выраженности координационных способностей и ловкости. Проведенное нами исследование подтвердило наше предположение. Зависимость успешности освоения технических элементов от уровня координационных способностей и ловкости показана в табл. 3.

Таблица 3

**Уровень развития координационных способностей и ловкости юных теннисистов
и количество часов, затраченное на овладение действиями**

№	Теннисисты	Координация		Ловкость		Справа	Слева	С лега справа и слева	Резаный справа и слева	Подача и смеш
		Лучшая попытка, градусы	Оценка	Лучшая попытка, см	Оценка					
1	Д. К.	360	Хор.	35	Низкий	12	18	28	30	15
2	В. К.	275	Хор.	34	Низкий	25	30	42	40	22
3	С. Т.	280	Хор.	25	Низкий	22	24	34	52	18
4	К. Г.	315	Хор.	25	Низкий	10	12	30	38	12
5	Л. Т.	190	Удовл.	38	Низкий	15	15	50	48	25
6	А. Т.	390	Отл.	17	Средний	12	12	24	42	14
7	П. К.	345	Хор.	17	Средний	8	8	16	14	12
8	М. Б.	365	Отл.	20	Средний	12	12	35	40	34
9	М. Х.	320	Хор.	31	Низкий	8	8	14	12	10
10	К. К.	185	Удовл.	32	Низкий	16	16	30	34	40

Высокий уровень ловкости у теннисиста способствует быстрому овладению техническими действиями, о чем свидетельствует малое количество тренировочных часов, затрачиваемых на изучение технического элемента. Спортсмены с низким уровнем развития этого качества затрачивают существенно большее количество времени на освоение элементов техники. Полученные результаты подтверждают наше предположение о значимости ловкости в теннисе.

Исследование влияния типа темперамента на успешность освоения техники движений юными теннисистами показало следующее. Важнейшим индивидуально-психологическим качеством юного спортсмена является темпе-

рамент. Темперамент личности с физиологической точки зрения обусловлен типом высшей нервной деятельности человека и проявляется в характере поведения человека, в степени его жизненной активности. Влияние темперамента на результаты спортивной деятельности показано в ряде психологических исследований.

На основании имеющихся исследований в этом направлении можно предположить, что тот или иной тип темперамента оказывает влияние на освоение техники в теннисе на начальном этапе подготовки. Полученные нами результаты подтверждают это предположение. Зависимость успешности освоения технических элементов от типа темперамента заметна по данным, приведенным в табл. 4 на стр. 398.

Анализируя полученные результаты, можно сказать, что не являются определяющими успешности освоения технических элементов такие типы темперамента, как холерик и меланхолик. Однако сангвиники менее успешны в освоении технических элементов, это можно объяснить тем, что такому типу личности свойственны нетерпеливость, невнимательность, непоседливость, поверхностность и даже непостоянство. Это отрицательно сказывается на освоении действий

на тренировках. Что касается флегматиков, то они лучше осваивают такие технические элементы, как удары с лета и резаные удары. Эти удары являются сложными по исполнению, что хорошо подходит для флегматиков, которых отличает упорство и настойчивость в работе, спокойствие и уравновешенность. Следовательно, можно сделать вывод о том, что типы темперамента у юных теннисистов по-разному оказывают влияние на освоение новых технических действий.

Таблица 4

Выраженность типа темперамента юных теннисистов и количество часов, затраченное на овладение действиями

№	Имя	Холерик	Флегматик	Меланхолик	Сангвиник	Справа	Слева	С лета справа и слева	Резаный справа и слева	Поддача и смеш
1	Д. К.	14	13	15	15	12	18	28	30	15
2	В. К.	12	17	13	17	25	30	42	40	22
3	С. Т.	18	15	17	16	22	24	34	52	18
4	К. Г.	11	13	12	18	10	12	30	38	12
5	Л. Т.	14	13	12	18	15	15	50	48	25
6	А. Т.	13	13	13	20	12	12	24	42	14
7	П. К.	13	12	10	19	8	8	16	14	12
8	М. Б.	18	14	16	18	12	12	35	40	34
9	М. Х.	19	19	20	9	8	8	14	12	10
10	К. К.	12	19	13	17	16	16	30	34	40

Исследование влияния рефлексивности на успешность освоения техники движений у юных теннисистов выявило недостаточно значимое влияние (табл. 5). Уровень развития рефлексивности на освоение ударов справа, слева, смеха и подачи не оказывает существенного влияния. Видимо, в таких действиях рефлексивные процессы

не проявляются. Что касается изучения подрезанных ударов и ударов с лета, то чем выше уровень рефлексии, тем успешнее их освоение. Эти удары являются в теннисе достаточно сложными с технической точки зрения, поэтому при начальном их изучении наблюдается огромное количество ошибок в техническом исполнении.

Таблица 5

Уровень развития рефлексивности юных теннисистов и количество часов, затраченное на овладение действиями

№	Теннисисты	Сумма	Перевод в стены	Уровень	Справа	Слева	С лета справа и слева	Резаный справа и слева	Поддача и смеш
1	Д. К.	101	2	низкий	12	18	28	30	15
2	В. К.	117	4	средний	25	30	42	40	22
3	С. Т.	104	2	низкий	22	24	34	52	18
4	К. Г.	93	2	низкий	10	12	30	38	12
5	Л. Т.	89	1	низкий	15	15	50	48	25
6	А. Т.	102	2	низкий	12	12	24	42	14
7	П. К.	118	4	средний	8	8	16	14	12
8	М. Б.	98	2	низкий	12	12	35	40	34
9	М. Х.	106	2	низкий	8	8	14	12	10
10	К. К.	123	5	средний	16	16	30	34	40

Выявление у юных теннисистов типа личности по С. Деллингер и его влияние на успешность овладения техническими действиями представлено в табл. 6 на стр. 399.

Тип личности «круг» характеризует личность, заинтересованную в хороших межличностных отношениях, с не-

хваткой решительности в действиях. Эти качества не оказывают отрицательного воздействия на успешность освоения технических элементов. Такой тип личности больше всего нуждается в доброжелательных взаимоотношениях, не вступает в споры, дискуссии.

Тип личности «треугольник» символизирует лидерство и сильную личность. Эти свойства являются положительными для спортсмена, но на освоение технических элементов не оказывают положительного влияния, более того, оказывают отрицательное воздействие.

Тип личности «зигзаг» характеризует личность креативную, творческую, инакомыслящую. Эти свойства личности не оказывают определяющего воздействия на освоение технических элементов. Видимо, у юных теннисистов 5–10 лет данное качество не сформировано и не оказывает влияния на освоение заданных технических действий.

Тип личности «прямоугольник» характеризует личность с такими качествами, как лобознательность, пылливость, живой интерес и смелость. Эти качества оказывают существенное влияние на овладение теннисистами технических действий.

Тип личности «квадрат» характеризует личность трудолюбивую, усердную, упорную в достижении цели, нацеленную на результат. Эти качества оказывают значительное влияние на успешность освоения теннисистами технических элементов. Такие личности обладают выносливостью, терпением и методичностью, стараются выполнить действия без ошибок, что является важнейшими качествами для обучения спортсмена новым действиям.

Таблица 6

Тип личности юных теннисистов и количество часов, затраченное на овладение действиями

№	Теннисисты	«Круг»	«Треугольник»	«Квадрат»	«Прямоугольник»	«Зигзаг»	Справа	Слева	С лета справа и слева	Резаный справа и слева	Подача и смеш
1	Д. К.	1	2	3	4	5	12	18	28	30	15
2	В. К.	2	3	4	5	1	25	30	42	40	22
3	С. Т.	1	3	4	2	5	22	24	34	52	18
4	К. Г.	1	5	3	2	4	10	12	30	38	12
5	Л. Т.	1	3	5	2	4	15	15	50	48	25
6	А. Т.	2	3	4	5	1	12	12	24	42	14
7	П. К.	1	5	4	3	2	8	8	16	14	12
8	М. Б.	2	3	4	5	1	12	12	35	40	34
9	М. Х.	4	3	2	1	5	8	8	14	12	10
10	К. К.	1	2	3	4	5	16	16	30	34	40

Заключение

1. Выявлен уровень проявления ряда индивидуально-психологических особенностей личности у юных теннисистов, свидетельствующий о недостаточном их развитии, что сказывается на овладении техническими действиями начинающими теннисистами.

2. Выявлено влияние некоторых индивидуально-психологических особенностей юных теннисистов на бы-

строту и качество овладения техническими действиями (ловкости, координационных способностей, свойств нервной системы).

3. Установлено, что наибольшее положительное влияние на успешность овладения техническими действиями оказывают высокий уровень развития координационных способностей и ловкости юных спортсменов, высокий уровень силы нервной системы по возбуждению.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

- Советы начинающим. Работа ног — основа основ теннисной техники // Теннисная энциклопедия от Игоря Ивицкого. URL: <http://tennis.com/sovety-nachinayushchim/rabota-nog-osnova-osnov-tennisnoj-tekhniki.html>
- Теннисная энциклопедия. Топ-10 исполнителей подач // Теннисная энциклопедия от Игоря Ивицкого. URL: <http://tennis.com/tennisnaya-entsiklopediya/interesnye-fakty/top-10-ispolnitelej-podach.html>
- Генеральная линия развития современного тенниса // Теннис. URL: <http://tennisport.com.ua/2012/05/generalnaya-liniya-razvitiya-sovremennogo-tennisa/>
- Григорьева О. В. Факторы успешности в большом теннисе // Международный научно-исследовательский журнал. 2012. № 5. С. 86–88.
- Губа В. П., Самойлов А. Б. Влияние морфобиомеханических характеристик на надежность соревновательной деятельности юных теннисистов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2001. № 2. С. 33–36.
- Губа В. П., Тарпищев Ш. А., Самойлов А. Б. Особенности подготовки юных теннисистов. М.: Спорт Академ Пресс, 2003. 132 с.
- Советы начинающим. Какой бэкхенд лучше: одноручный или двухручный // Теннисная энциклопедия от Игоря Ивицкого. URL: <http://tennis.com/sovety-nachinayushchim/kakoj-bekkhend-luchshe-odnoruchnyj-ili-dvuruchnyj.html>
- Иванова Т. С., Иванов Л. Ю., Нгуен Т. К. Повышение эффективности учебно-тренировочного процесса теннисистов 14–16 лет на основе учета их индивидуально-психологических особенностей и технико-тактической подготовленности // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2012. № 2. С. 73–76.

9. Бабушкин Г. Д., Яковлев Б. П. Психолого-педагогические методики в структуре подготовки спортсменов : учеб. пособие. Омск : СибГУФК, 2015. 228 с.
10. Карпов А. В. Рефлексивность как психическое свойство и методика ее диагностики // Психологический журнал. 2003. Т. 24. № 5. С. 45–57.
11. Методика экспресс-диагностики свойств нервной системы по психомоторным показателям Е. П. Ильина (теппинг-тест) // Практическая психодиагностика. Методики и тесты / под ред. Д. Я. Райгородского. Самара, 2001. С. 528–530.

REFERENCES

1. Tips for beginners. Footwork is the basis of tennis technique. Tennis encyclopedia from Igor Ivitsky. (In Russ.). URL: <http://tennis.com/sovety-nachinayushchim/rabota-nog-osnova-osnov-tennisnoj-tehniki.html>
2. Tennis encyclopedia. Top-10 performers submissions. Tennis Encyclopedia from Igor Ivitsky. (In Russ.). URL: <http://tennis.com/tennisnaya-entsiklopediya/interesnye-fakty/top-10-ispolnitelej-podach.html>
3. The general line of development of modern tennis. Tennis. (In Russ.). URL: <http://tennisport.com.ua/2012/05/generalnaya-liniya-razvitiya-sovremennogo-tennisa>
4. Grigorieva O. V. Success factors in tennis. International Scientific Research Journal. 2012. No. 5. Pp. 86–88. (In Russ.).
5. Guba V. P., Samoilov A. B. Influence of morphobiomechanical characteristics on the reliability of competitive activity of young tennis // Physical culture: education, education, training. 2001. No. 2. Pp. 33–36. (In Russ.).
6. Guba V. P., Tarpishchev Sh. A., Samoilov A. B. Features of the preparation of young tennis players. M. : Sport Akadem Press, 2003. 132 p. (In Russ.).
7. Tips for beginners. Which backhand is better: one-handed or two-handed // Tennis encyclopedia from Igor Ivitsky. (In Russ.). URL: <http://tennis.com/sovety-nachinayushchim/kakoj-bekkhend-luchshe-odnoruchnyj-ili-dvuruchnyj.html>
8. Ivanova T. S., Ivanov L. Yu., Nguyen T. K. Improving the efficiency of the training process of tennis players of 14–16 years based on taking into account their individual psychological characteristics and technical and tactical readiness // Physical culture: education, education, training. 2012. No. 2. Pp. 73–76. (In Russ.).
9. Babushkin G. D., Yakovlev B. P. Psychological and pedagogical methods in the structure of training athletes. Омск : SibGUFK, 2015. 228 p. (In Russ.).
10. Karpov A. V. Reflexivity as a mental property and a method for its diagnosis // Psychological Journal. 2003. Vol. 24. No. 5. Pp. 45–57. (In Russ.).
11. Methods of express-diagnostics of the properties of the nervous system by psychomotor indices E. Pilina (Tapping test). In Raygorodskii D. Ya. (ed.) // Practical psychodiagnostics. Methods and tests. Samara, 2001. Pp. 528–530. (In Russ.).

Как цитировать статью: Бабушкин Г. Д., Бабушкин Е. Г., Пожерукова Е. Б., Ненашкин Е. С. Индивидуально-психологические особенности как фактор овладения техническими действиями начинающих теннисистов // Бизнес. Образование. Право. 2019. № 1 (46). С. 394–400. DOI: 10.25683/VOLBI.2019.46.102.

For citation: Babushkin G. D., Babushkin E. G., Pozherukova E. B., Nenashkin E. S. Individual psychological features as a factor of mastering technical features of beginning tennis-player // Business. Education. Law. 2019. No. 1 (46). Pp. 394–400. DOI: 10.25683/VOLBI.2019.46.102.