



ДИНАМИКА НА ТЕХНИЧЕСКИТЕ УМЕНИЯ  
НА 16 – 18-ГОДИШНИ УЧЕНИЦИ СЛЕД ПРИЛАГАНЕТО НА МОДЕЛ  
ЗА НАЧАЛНО ОБУЧЕНИЕ ПО ТЕНИС

Дима Крос<sup>1</sup>

DYNAMICS OF THE TECHNICAL SKILLS OF 16–18-YEAR-OLD STUDENTS  
AFTER THE APPLICATION OF A MODEL FOR PRIMARY TENNIS TRAINING

Dima Kross

**Abstract:** *This article analyses the changes in the technical skills of secondary school students after the application of a model for primary tennis training in Physical Education lessons.*

**Keywords:** *tennis; interest; Physical Education; sports.*

### ВЪВЕДЕНИЕ

Навлизането на съвременните технологии във всички сфери на живота води до минимална двигателна активност. За решаването на този проблем много големи са очакванията от благотворното въздействие на физическата култура върху растящия организъм. Според С. Матикова часовете по физическото възпитание и спорт са важен фактор за повишаване на физическата дееспособност при децата (Матикова 2006).

През последните години се търсят различни механизми, които да мотивират учениците за по-голяма спортнодвигателна активност. В тази насока практикуването на нови спортове в училищното физическо възпитание провокира интереса на учениците (Пенева 2004). Един от тях е тенисът. Ние насочихме вниманието си към него, защото е модерен и интересен за учениците. За да бъде ефективно обучението по тенис в извънурочните форми на работа по физическо възпитание и спорт, се налага да се изработят ефективни модели за управление на тренировъчния процес, като тяхното научно моделиране е в основата на ефикасното регулиране и контролиране на самата тренировка (Нейков 2010).

### МЕТОДОЛОГИЯ

*Целта на настоящото изследване* е да установим динамиката на технически умения на 16 – 18-годишни ученици от средна образователна степен след прилагане на модел за начално обуче-

<sup>1</sup> Дима Крос – докторант към катедра „Теория и методика на физическото възпитание“, Педагогически факултет, Великотърновски университет „Св. св. Кирил и Методий“, Велико Търново, България, e-mail: ddimafilipova@gmail.com

ние по тенис в извънурочните форми на работа по физическо възпитание и спорт. За постигането на тази цел си поставихме следните **задачи**:

- ❖ Да се разкрият средните нива на основните признаци на техническите умения в тениса.
- ❖ Да се сравнят резултатите от първото и второто тестване със спортнопедагогическите тестове.

**Контингент на изследването.** С оглед на така поставената цел изследвахме 30 юноши на възраст 16 – 18 години, разпределени в две групи: една контролна група от 15 ученици (КГ юноши) и една експериментална групи от 15 ученици (ЕГ юноши).

За измерване и за установяване на техническите умения на изследваните ученици са използвани стандартизирани тестове за техническа подготовка в тениса (Димов, Захариева 2005). Те са систематизирани в тестова батерия (табл.1).

**Таблица 1.** Тестова батерия

№	Показатели	Мерни единици	Точност	Посока
<b>ТЕСТОВЕ ЗА УСТАНОВЯВАНЕ НА ТЕХНИЧЕСКИТЕ УМЕНИЯ</b>				
10	Форхенд по отскочила топка.	бр.	1	+/-
11	Бекхенд по отскочила топка.	бр.	1	+/-
12	Изпълнение на сервис	бр.	1	+/-
13	Изпълнение на воле	бр.	1	+/-

При количествения анализ на резултатите от проведените изследвания сме използвали вариационен и сравнителен анализ.

## РЕЗУЛТАТИ

На таблица 2 и таблица 3 сме представили вариационния анализ на спортнопедагогическите тестове за юноши. Коефициентът на вариация се движи в нормалния диапазон по време на първото изследване ( $V=5,35\%$  до  $V=11,8\%$ ), както и на второто изследване ( $V=4,76\%$  до  $V=10,75\%$ ), което дава основание да считаме, че изследваната съвкупност е еднородна.

**Таблица 2.** Вариационен анализ на резултатите от спортнопедагогически тестове – I изследване (юноши)

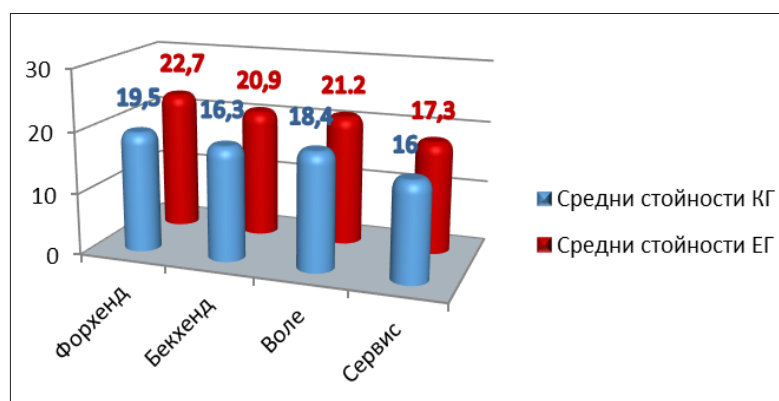
показатели	n	X min	X max	R	$\bar{X}$	S	V
ветрило	15	20,5	23,3	2,8	22,66	0,43	7,89
пергел	15	50	57	7	54,13	2,35	5,35
форхенд по отскочила топка	15	15	19	4	18,5	1,63	8,90
бекхенд от отскочила топка	15	11	17	6	17,8	2,11	11,86
изпълнение сервис	15	12	17	5	15	1,60	10,69
изпълнение воле	15	17	19	2	19	1,60	8,43

**Таблица 3.** Вариационен анализ на резултатите от спортнопедагогически тестове – II изследване (юноши)

показатели	n	X min	X max	R	$\bar{X}$	S	V
ветрило	15	20	21,7	1,7	21,84	0,51	5,62
пергел	15	54	60	6	57,13	2,72	10,75
форхенд по отскочила топка	15	17	25	8	22,75	1,27	7,62

бекхенд от отскочила топка	15	16	24	8	20,92	2,25	6,71
изпълнение сервис	15	16	20	4	17,33	1,39	2,36
изпълнение воле	15	19	24	5	21,20	1,55	4,76

На фигура 1. сме представили графика със средните стойности от получените резултати. При теста „Форхенд по отскочила топка“ средните стойности на ЕГ ( $\bar{X} = 22,7$ ) са по-високи в сравнение с тези на КГ ( $X = 19,5$ ). Аналогични са резултатите и при теста „Бекхенд по отскочила топка“, като конкретно средните стойности за КГ са  $X = 16,3$  докато за ЕГ на  $X = 20,9$  в края на експеримента. Ние установихме, че в резултат на прилагането на специализирана подготовка подрастващите тенисисти от ЕГ постигат значително по-голям резултат в сравнение със своите връстници от КГ.



**Фигура 1.** – Средни стойности на резултатите от тестове: Форхенд, Бекхенд по отскочила топка, Воле и Сервис – юноши

На таблица 4 сме представили динамиката на развитие на резултатите от спортно-педагогическите тестове на юношите. Наблюдава се подобряване на средното постижение  $\bar{X}$  при всички тестове. Получените разлики  $d$  са достоверни, което е видно от стойностите на  $A < 0,005$  и можем да твърдим, че разликите  $d$  са статистически значими.

**Таблица 4.** Сравнителен анализ на спортнопедагогически тестове – юноши

	тест	м.ед.	изм.	$\bar{X}$	S	D	T	A
1	ветрило момчета	сек.	1	22,67	0,43	0,82	2,86	0,005
			2	21,85	0,52			
2	Пергел момчета	бр.	1	54,13	2,36	-3,00	3,29	0,003
			2	57,13	2,72			
3	форхенд по отскочила топка момчета	бр.	1	18,40	1,64	-4,33	4,2	0,05
			2	22,73	1,28			
4	бекхенд от отскочила топка момчета	бр.	1	17,80	2,11	-3,13	2,75	0,023
			2	20,93	2,25			
5	Изпълнение на сервис момчета	бр.	1	15,00	1,60	-3,33	3,68	0,004
			2	18,33	1,40			
6	Изпълнение на воле момчета	бр.	1	19,00	1,60	-4,13	4,22	0,02
			2	23,13	1,55			

От голямо значение за ефективността на спортното постижение в тениса е умението на тенисиста да изпълнява основните удари – форхенд и бекхенд. На фигура 2 сме представили сравнителният анализ на тест „Форхенд“ за юноши.



**Фигура 2.** Сравнителен анализ на спортнопедагогически тестове – юноши, тест „Форхенд по отскочила топка“

При изпълнение на теста юношите на КГ дават първоначално резултат  $X_{max}=19$ , а в крайното тестване го подобряват на  $X_{max}=22$  форхенда. Съществен прираст се наблюдава при юношите от ЕГ. Техният резултат от 20 успешно изпълнени форхенда в началото на експеримента нараства до  $X_{max}=25$  в края на експеримента.

Благоприятното въздействие на прилагания модел на обучение позволява да се разкрият съществени разлики между крайните постижения на двете изследвани групи. След съпоставянето на крайните постижения установихме съществен прираст в постиженията на ЕГ, който е резултат от приложения тренировъчен процес за техническа подготовка.

На фигура 3 сме представили графиката на сравнителния анализ от спортнопедагогическия тест „Бекхенд“. Тенисистите от КГ подобряват постижението си от 20 успешни бекхенда в началото на изследването на 22 в края на изследването.



**Фигура 3.** Сравнителен анализ на спортнопедагогически тестове – юноши, тест „Бекхенд по отскочила топка“

Юношите от ЕГ подобряват значително своя резултат – от  $X_{max}=21$  в началото на измерването на  $X_{max}=25$  в края на изследването. След прилагане на иновативния модел на обучение

ние установихме съществени изменения в развитието на техническите умения и навици на тенисистите от ЕГ.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Въздействието, което оказва прилагането на модела, е в положителна посока и се обективира чрез по-високите резултати на експерименталната група. Доказан е развиващият ефект на специализирания модел на обучение по тенис. Той влияе пряко върху овладяването и усъвършенстването на основните знания и умения от техниката на тенис.

## ЛИТЕРАТУРА

**Димов, И., Ц. Захариева (2005).** Спортно-технически контрол върху нивото на техническа подготвеност на подрастващи 8 – 10-годишни тенисисти. *Личност, Мотивация, Спорт*. София: НСА Прес, 240 – 249. // **Dimov, I., Ts. Zaharieva (2005).** Sportno-tehniчески kontrol varhu nivoto na tehniческа podgotvenost na podrastvashti 8 – 10 godishni tenisisti. *Lichnost, Motivatsia, Sport*. Sofia: NSA Pres, 240 – 249.

**Матикова, С. (2006).** Основни проблеми в процеса на обучение в часовете по ФВС със студенти от ТУ София, филиал Пловдив. *Четвърти международен конгрес на НСА „Спорт, Стрес, Адаптация“*. // **Matikova, S. (2006).** Osnovni problemi v protsesa na obuchenie v chasovete po FVS sas studenti ot TU Sofia, filial Plovdiv. *Chetvarti mezhdunaroden kongres na NSA “Sport, Stres, Adaptatsia”*.

**Нейков, И. (2010).** Модел за начално обучение по тенис на корт за 9 – 10-годишни ученици. *Сборник доклади на студентска научна сесия – СНС’10*. Русе: РУ „Ангел Кънчев“, 10 – 15. // **Neykov, I. (2010).** Model za nachalno obuchenie po tenis na kort za 9 – 10-godishni uchenitsi. *Sbornik dokladi na studentska nauchna sesia – SNS’10*. Ruse: RU “Angel Kanchev“, 10 – 15.

**Пенева, Б. (2004).** За нова стратегия на физическото възпитание в началното училище. *Научна конференция с международно участие „Физическото образование и спортът в образователната система“*. Благоевград: ЮЗУ „Неофит Рилски“, 62 – 64. // **Peneva, B. (2004).** Za nova strategia na fizicheskoto vazpitanie v nachalnoto uchilishte. *Nauchna konferentsia s mezhdunarodno uchastie „Fizicheskoto obrazovanie i sportat v obrazovatelната sistema“*. Blagoevgrad: YuZU „Neofit Rilski“, 62 – 64.

**Пенчев, А. (1984).** *Тенис*. Учебник за студентите от ВИФ „Г. Димитров“. София: Медицина и физкультура. // **Penchev, A. (1984).** *Tenis*. Uchebnik za studentite ot VIF „G. Dimitrov“. Sofia: Meditsina i fizkultura.

**Цонкова, Д. (2014).** *Спортна психология*. Велико Търново: Star Way. // **Tsonkova, D. (2014).** *Sportna psihologia*. Veliko Tarnovo: Star Way.

**Чолова, Е. (2004).** *Първоначален подбор и оптимизиране на техническото обучение и усъвършенстване на деца, специализиращи тенис – 8–12 год.* София: НСА, Дисертация. // **Cholova, E. (2004).** *Parvonachalen podbor i optimizirane na tehniческиkoto obuchenie i usavarshenstvane na detsa, spetsializirashti tenis – 8–12 god.* Sofia: NSA, Disertatsia.