



DEPARTAMENTUL PROGRAME DE EXCELENȚĂ

Relații între Experiență, Pregătire
Fizică, Factori Morfologici, Deprinderi Psihologice, Nivel
de Performanță, Vârsta Jucătorului.

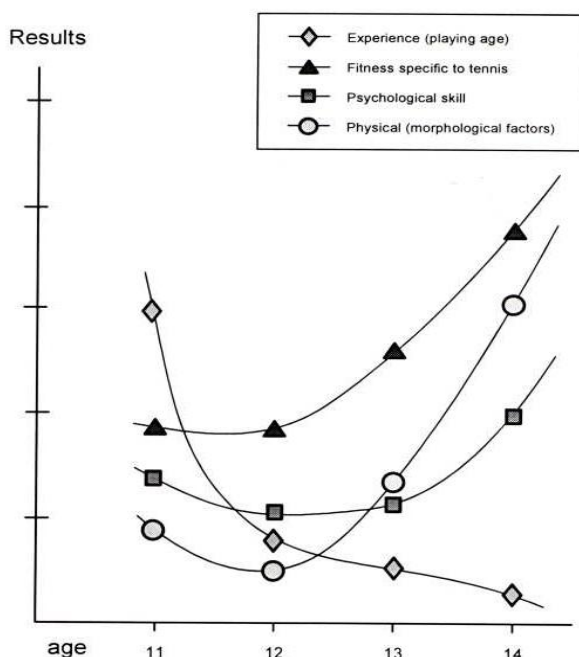
Un studiu făcut într-un interval de timp de cinci ani, pe jucatori cu vârste cuprinse între 11 - 14 ani, și-a propus să identifice modul în care factorii menționați în titlu, determină dezvoltarea și performanța sportivului.

Jucătorii din acest studiu au fost împărțiți în trei grupe

- A. Jucatori de vârf, cu un Clasament internațional bun
- B. Jucatori de nivel Național, cu Clasament Național între 5-30 la grupa lor de vârstă
- C. Alți jucatori cu Clasament inferior

Au fost folosite:

1. Teste psihologice
2. Teste de abilități motorii specifice tenisului
3. Teste antropometrice
4. Factorul Temporal (anii petrecuți în tenis)



Rezultate si Concluzii (vezi graficul de mai sus)

- Experiența (notat cu romb)
- Pregătirea Fizica specifica tenisului (notat cu triunghi)
- Deprinderi Psihologice (notat cu patrat)
- Parametrii fizici (Morfologici, notat cu cerc)

Asa cum se poate vedea din grafic, in primii ani de tenis, rezultatele sunt influențate in mod predominant de Experiența, adică de numărul de ani de când jucătorul joaca tenis. Pe măsura ce jucătorul crește (13-14 ani), următorii factori devin mult mai importanți in determinarea performantei sportive:

- Pregătirea fizica (Abilitățile Motorii) specifice tenisului (in principal viteza de reacție si agilitate)
- Structura corporală (Înălțime, Greutate,)
- Deprinderi Psihologice

Se considera a fi greșit a se aprecia talentul jucătorului numai pe baza rezultatelor înregistrate la concursurile din categoria 10 si 12 ani. Când se dorește identificarea tinerelor talente pentru includerea lor in programe competiționale , nu este suficient sa iei in calcul doar rezultatele de performanța . Este la fel de important sa se considere potențialul jucătorului asa cum reiese

din ceilalți trei factori menționați în studiu . Ei conturează o probabilitate mare de dezvoltare în viitor.

Traducere din ITF Coaches Review, Issue 3

Dumitru Bucur
Psiholog Sportiv