

РАЛЬФ ЭККЕРТ | ЙОРГЕН СЭНДМАН | АНДРЕАС ХУБЕР



рот

ПУЛ-БИЛЬЯРД



От начинающих до
продвинутых новичков

**Тренировочная программа
по пул-бильярду**

включает официальный, утверждённый ВАП
тест игровых способностей на предварительном
уровне

Составлено и рекомендовано:



The European Pocket
Billiard Federation



WORLD POOL-BILLIARD
ASSOCIATION



Чемпион Мира
**Thorsten
Hohmann**





пат
ПУЛ-БИЛЬЯРД

ТИС – Старт

От начинающих до
продвинутых новичков

«Усердие каждому даёт право на похвалу»

*- Готтхольд Ефраим Лессинг -
(1729 - 1781)*

Эта часть содержит сведения о системе ТИС,
о том, как работать с программой, а также об
эмблемах ТИС



© Лито-Верлаг е. К., Вольфхаген-Германия 2007
Все права защищены
1-е издание 2010
Напечатано в Германии

Иллюстрации:

Обложка: А. Хубер, Графика: А. Хубер / ECHU

Перевод: Сергей Васьковский

Корректирование: Анна Сендман

ISBN 13: 978-3-941484-15-3

www.billiardbook.com • www.pat-billiard.org



Раздел	Содержание.....	Стр.
	Предисловие.....	005
0.1	Что такое ТИС? Как пользоваться программой.....	006
0.2	Система эмблем / Уровни ТИС	007
1.	Тест игровых способностей – Обложка.....	009
1.1.	Ключ к условным обозначениям / Как пользоваться страницами программы для тренировки упражнений	010
1.2.	ТИС: 1. Контроль скорости.....	012
1.3.	ТИС: 2. Прямолинейность удара	014
1.4.	ТИС: 3. Удары с резкой	016
1.5.	ТИС: 4. Удары накатом	018
1.6.	ТИС: 5. Удары оттяжкой	020
1.7.	ТИС: 6а. Упражнение «Игра с выходом в малую зону»	022
1.8.	ТИС: 6б. Упражнение до бесконечности «Малая зона»	024
1.9.	ТИС: 7а. Упражнение «Игра с выходом в большую зону» ..	026
1.10.	ТИС: 7б. Упражнение до бесконечности «Большая зона» ..	028
1.11.	ТИС: 8. Прижатые к борту шары	030
1.12.	ТИС: 9. Стандартные удары	032
1.13.	ТИС: 10. Игровая ситуация в игре «8-ка»	034
1.14.	ТИС – ведение и заполнение документации	036
1.15.	Тест игровых способностей (РАТ Старт)	037
1.16.	Возможное количество баллов в ТИС Старт / Экзамен ТИС	038
2.	Техническая подготовка – обложка	039
2.1.	Контроль скорости	040
2.2.	Прямолинейность удара.....	042
2.3.	Удары с резкой	043
2.4.	Удары клапшотсом и накатом	044
2.5.	Позиционная игра (с выходом в большую и малую зону) ...	046
2.6.	Прижатые к борту шары	048
2.7.	Игровая ситуация в игре «8-ка».....	049
2.8.	Стандартные удары	050
2.9.	Чистый бланк страницы для тренировки упражнений (для копирования).....	052
3.	Тренировочные игры – обложка	053
3.1.	14.1 с продолжением от Сэндмана (BBV и BV версии)	054
3.2.	«9-ка» от Сэндмана (от BBV до Б версии).....	056
3.3.	Игра «из дома» от Сэндмана (BBV и BV версии).....	058
3.4.	4 чистых бланка для копирования.....	060
4.	Эпилог	061



Тренировка «шаг за шагом» и оценочная концепция, лежащие в основе ТИС-Старт, ТИС 1, ТИС 2 и ТИС 3, предлагает совершенно новую и уникальную систему наилучшего использования упражнений и тренировочных игр. Формат теста обеспечивает как спортсменов, так и тренеров методическим подходом, с помощью которого легко определить тренировочные недостатки, сильные и слабые стороны. После этого несложно определить краткосрочные и долгосрочные цели.

Дорогой читатель и любитель такого увлекательного вида спорта как пул-бильярд, с ТИС-Старт выполнена задача по созданию тренировочной и оценочной системы (ТИС), которая признана и рекомендована Всемирной Ассоциацией Пул-бильярда (ВАП) и предназначена как для новичков, так и для амбициозных игроков, увлекающихся этой игрой на досуге.

Практически не имея никакого опыта, под руко-

водством данной программы теперь возможно научиться играть в пул, используя кий и шары. А под руководством (ТИС) тренера постоянный прогресс и непрерывное совершенствование практически запрограммированы.

В то же время ТИС-Старт даёт возможность в глобальном масштабе сравнить способности одного игрока относительно других игроков, используя базу данных системы ТИС.

Продолжение обучения на следующем, более требовательном уровне системы ТИС (ТИС 1 - 3), является только одной из возможностей, предлагаемой прошедшему экзамен и обученному основам игроку...

Теперь, когда вы входите в увлекательный мир бильярдного спорта, мы желаем Вам удачи и огромного успеха и рады, что вы решили делать это вместе с нами.



Ваша команда-ТИС

Команда: Дирк Швайвагер – Йорген Сэндман – Ральф Эккерт – Андреас Хубер



Что такое ТИС?

Научиться очень хорошо играть на пул-бильярде намного сложнее, чем это может показаться на первый взгляд, после наблюдения за опытными игроками в действии. Очень важно, чтобы начинающие, не имеет значения дети это или взрослые, изучили основы очень внимательно и затем шаг за шагом, методически закрепили их на тренировках. Первый и наиболее важный урок – это понимание того, что нет короткого пути и что на совершенствование уйдёт намного больше времени, если эти шаги пропустить или просто ими пренебречь. Играть в пул весело и увлекательно, и в этом нет ничего плохого, как раз наоборот, но важно различать игру для развлечения, и тренировки, необходимые для обучения. С должной долей дисциплины, концентрации, а также личной мотивации, необходимыми для овладения различными техническими приёмами, игра в пул вскоре станет ещё более увлекательной!

ТИС означает «Тест Игровых Способностей», но фактически намного больше чем тест. Это также методическая система для приобретения различных умений и навыков, необходимых для того, чтобы играть в пул на самом высоком уровне! ТИС-Старт – это первый из четырёх уровней, который охватывает основы, от базовых ударов до технически требовательной, позиционной игры, которую показывают профессиональные бильярдисты, в непринуждённой манере заканчивающие без ошибок партию за партией! ТИС-Старт, как и все другие уровни ТИС предлагает вам тестирование в десяти различных аспектах игры, каждый из которых необычайно важен для вашего совершенствования. Так как все упражнения руководствуются правилами относительно расстановки шаров и подсчёта очков, все попытки можно количественно оценить и сравнивать с последующими. Внимательно изучите данные упражнения, следите за тем, чтобы шары были правильно расставлены и выполняйте их снова и снова, руководствуясь правилами, пока не добьётесь требуемого результата. ТИС намного упрощает планирование тренировок, определение краткосрочных и долгосрочных целей и их достижение!

В данной программе вы найдёте не только те упражнения, которые являются частью теста, но также и другие упражнения и тренировочные игры, позволяющие применить приобретённые знания и умения. В дополнение к этому имеются ещё протоколы и диаграммы для записи и ведения самотестирования.

.....

При правильном использовании этой тренировочной программы, продолжительное время она будет отличным помощником и хорошо подготовит вас к следующему официальному тесту, но конечно не сможет заменить хорошего тренера!

Как пользоваться программой?

Начинающим игрокам, конечно под руководством тренера, следует просто начинать с выполнения на тренировках упражнений, приведенных в программе. Упражнения и тренировочные игры подбираются после консультации с тренером. Это же касается и постановки первоначальных целей.

Первый тест проводится после тренировки всех входящих в ТИС упражнений и поэтому служит лучшим инструментом для определения и контроля достигнутых результатов, и поможет правильно построить тренировочный процесс в дальнейшем.

Продвинутым игрокам следует начать с выполнения ТИС. Таким образом выбор упражнений, которыми нужно будет заниматься в первую очередь, станет прост – это будут упражнения с наилучшими результатами (с наименьшим количеством набранных баллов).

Выполнив ТИС, как введение перед тренировочным циклом, игрок (даже абсолютный новичок) с самого начала лучше осознает значение самостоятельных занятий над упражнениями и оценит уровень своих способностей. Официальный тест рекомендуется проводить только каждые шесть месяцев на одном и том же уровне ТИС.

Выполнив ТИС, как введение перед тренировочным циклом, игрок (даже абсолютный новичок) с самого начала лучше осознает значение самостоятельных занятий над упражнениями и оценит уровень своих способностей. Официальный тест рекомендуется проводить только каждые шесть месяцев на одном и том же уровне ТИС.

В зависимости от возможного количества тренировочного времени, вам следует поставить цель - мишень на три месяца (например, прогресс на 50%) и продолжать тренировки до тех пор, пока не достигнете намеченной цели три раза подряд (или по крайней мере 80% от намеченного количества баллов ТИС)

Ведение непрерывной статистики результатов упражнений, с помощью протоколов, покажет, как поставленные цели или самостоятельные трени-