



MINI - TENNIS

ITF Development Department

MINI-TENIS KONCEPT

- Tenis se igra na manjem terenu, terenu koji je veliki kao igralište za badminton
- Igralište možete postaviti na svakoj ravnoj podlogi
- Reket je drven, plastičan ili aluminiјast (lagan i mali grip).

ŠTA JE MINI TENIS?

- Jedan od najvažnijih mogućnosti da se predstavi tenis početnicima
- Omogućava uvod u tenis mladih početnika kroz zabavu i aktivnost
- Potrebno koristiti posebnu opremu (mini mreže, mekše tenis lopte, male rekete) različite podloge i djeca uče igrati tenis kroz igru.

PREDNOSTI MINI-TENISA

- Svaki ravan teren može se upotrebiti kao igralište
- Pravila su jednostvna
- Igra je cilj.

CILJ MINI-TENISA

- Cilj mini tenisa je, da učenik što prije igra (servira, izmenjuje udarce i broji).
- Učenje taktike i tehnike od prvog trenutka ide zajedno.
- “Game based approach”.

PODUKA TENISA

- Kako ste vi naučili tenis?
- Šta ste radili na prvim satovima tenisa?
- S kakvim reketom i lopticama ste počeli igrati?
- Kada ste prvi put odigrali poen, servis, počeli brojit...

MODERNA PODUKA

- Dali je to moguće postići kod početnika da učimo taktiku i tehniku zajedno i od početka?
- Šta mi kao treneri trebamo napraviti, da to postignemo?
- Šta to znači za učenike?

UPOTREBA MINI-TENISA

- Idealna je upotreba tenis u školi
- Popularizacija tenisa
- Mogućnost izbora talenata za “junior” program
- Posebna mogućnost za početnike.

MINI TENIS U ŠKOLI

- Suradnja sa školskim vlastima
- Kontakt sa načelnikom škole i predstaviti mu program
- Organizacija: gdje, kada, koliko, oprema, obaveze...
- Sastanak sa roditeljima
- Suradnja teniskog kluba i škole...

OPREMA

- Iskustva iz različitih zemalja izkazuje to, da tenis treba pokušati igrati što više mladih
- Vrlo je važno, da je oprema prilagođena djeci i mladima.

PODLOGA & VELIČINA IGRALIŠTA

- Teniska igrališta, sportske dvorane, asfaltni školski tereni i svaka ravna velika podloga kde je moguća sportska aktivnost
- Veličina igrališta može biti kako igralište za badminton (približno 15 x 7 m)

LOPTICE

- Spužvaste loptice su odlične u sportskim dvoranama i prostorijama bez vetra
- Idealno je upotrebiti mekše i lakše loptice
- Ako nemamo spužvastih i mekših lopti mogu se upotrebiti stare “mrtve” lopte

LINIJE IGRALIŠTA

- Linije igrališta mogu se zaljepit ili označiti na različite načine
- Polje za servis može biti označeno tako, da se podjeli igralište na polovinu. Bolje je imati najmanje 2 m. iza terena in 1-2 m. među terenima
- Na jednom teniskom terenu možemo postaviti od 4 do 6 mini-tenis terena.

MREŽA

- Može se upotrebiti lagana mreža (mreža za badminton). Može se upotrebiti samo vrpcom ili plastičnu traku.
- Optimalna visina je oko 80 cm
- Može se upotrebiti komercijalne mreže i nosioci.
- Treba biti snalažljiv.

REKET

- Mali reketi sa malim gripovima i mekim strunama
- Mnogo reketa je već prilagođenih djeci
- Ali za početnike odličan je drven ili plastičan “bat”

ZAKLJUČAK

- Mini-tenis zabava i jednostavan.
- Mini-tenis je upotrebljiv za stare i mlade.
- Mini-tenis može se održati svugdje.
- Mini-tenis oprema je jeftina.
- Kod mini tenisa učenje taktike i tehnike ide zajedno od početka.

Od MINI-TENISA do TENISA

- Mini-tenis je koristan za sve uzraste i odličan uvod u tenis
- Sve vještine u mini tenisu mogu se upotrebiti u tenisu
- Mini-tenis je idealan za razvoj svih uzrasta
- Vještine razvijene u mini-tenisu mogu se bez problema prenjeti na cjelin teren.