



METODOLOGIJA UČENJA TENISA

Level II Coaches Course



NAKON PREDAVANJA:

- Razumjeti ulogu i značaj metodike u poduci tenisa
- Razumijeti i moći objasniti i razliku između poduke i učenja
- Razumijeti i moći objasniti razlike između mogućih metoda poduke i načina učenja
- Razumijeti razine usvojenosti znanja
- Korištenje različitih metoda poduke

METODOLOGIJA

Definicija

- Znanost o metodama
- Treneru pomaže dostići ciljeve
- METODA:
 - Način sustavnog prezentiranja informacije
 - Skup pravila koji omogućuju postizanje cilja poduke



METODOLOGIJA

Značajnost

- Ubrzava proces učenja
- Treba biti prilagođena učeniku
- Osigurava postepenost u poduci
- Osigurava korištenje raspoloživih nastavnih pomagala



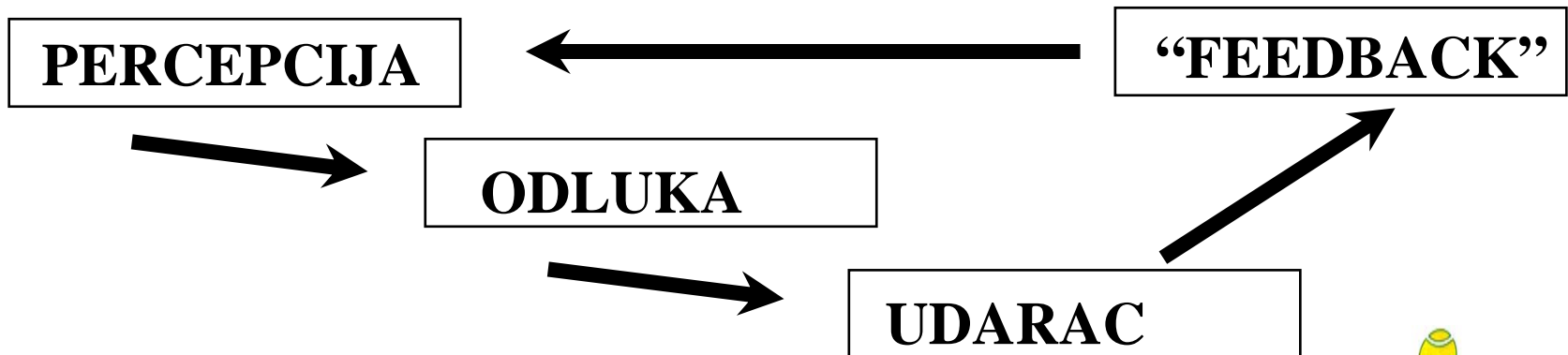


UOBIČAJENI PROBLEMI u podučavanju

- Mnogo teniskih trenera podučava na isti način kao što su bili sami podučavani, bez obzira koga podučavaju
- Mnogi postupci učenja prilagođeni su prosječnim igračima, a ne i talentiranim igračima
- Najvažnija je sistematička struktura sata poduke.

TENIS KAO OTVORENI SPORT

- Igrač nikad ne ponovi isti udarac dva puta, zato jer nikada ne dobije istu loptu
- Faktori koji utječu na to su:



PODUKA I UČENJE

- Poduku čine postupci trenera
- Učenje je ono što učenik čini
- Trener upravlja procesom poduke
- Ako trener podučava, da to ne znači i da učenik uči!!!
- Učenje označava unutarnju promjenu u učeniku



UČENJE MOTORIČKIH VJEŠTINA

- Promjena u kretnjama koje su posljedica promjena u nervnom i mišičnom sustavu
- Prema istraživanjima ove promjene su stabilnije od npr. stranog jezika



USPJEŠNO UČENJE

- Međusobno razumijevanje i poštovanje između učenika i trenera
- Učenikovo iskustvo zavisi o sposobnostima trenera i postupcima, koje upotrebljava
- Usklađenost:
 - Što želimo i
 - Što činimo



FAZE UČENJA

STUPANJ	KARAKTERISTIKE
<p>1 Verbalni/ (Kognitivni)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - zna što, ali ne i kako ili u jednostavnoj formi - traje ca 30% ukupnog vremena poduke
<p>2 Ponavljanje (Asocijativni)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - izvođenje vještine u zatvorenim situacijama mala uloga odluke - na kraju ove faze pokret je usvojen 75%
<p>3 Nesvjesno (Primjenjivost)</p>	<ul style="list-style-type: none"> - primjena vještine u natjecateljskim situacijama - vještina je automatizirana - izvoženje bez svjesnog razmišljanja

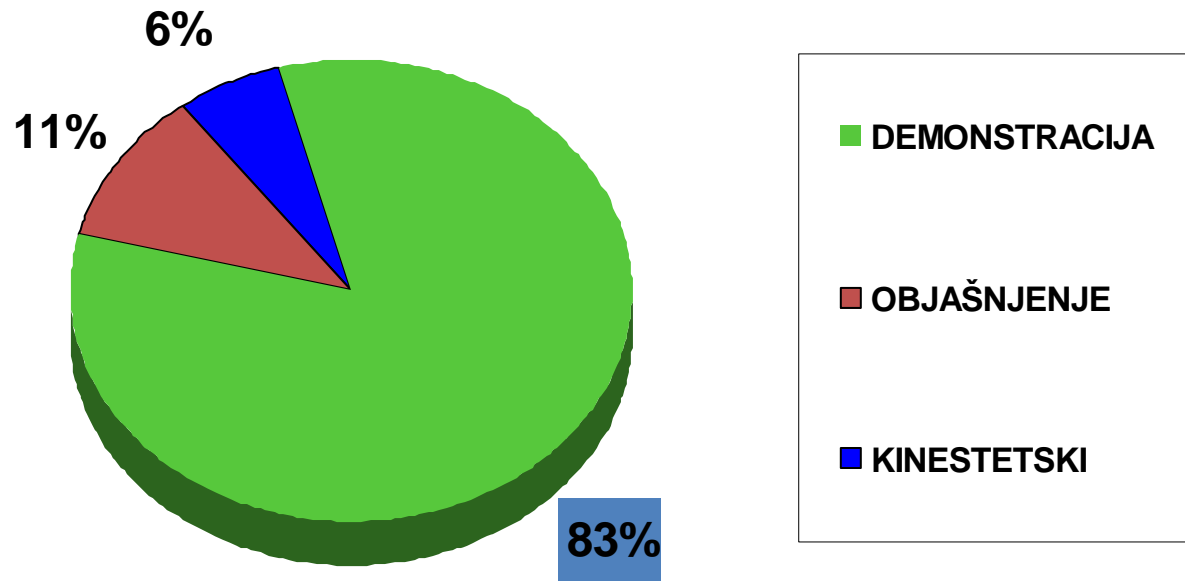
KAKO UČIMO?

- Različiti tipovi učenika
- Svatko ima svoj način
- Tri tipa podražaja:
auditivni, vizualni i kinestetički
- U pravilu kombinacija svih podražaja daje najbolje rezultate

“ZAŠTO JE TO VAŽNO”

- Prepoznati tip učenika
- Ne podučavati na način koji se nama dopada
- Grupna poduka – kombinirati
- Individualna poduka – koristiti učeniku
najlakši put

UČENJE



TIPOVI UČENIKA

	KINESTET.	VIZUALNI	AUDITIVNI
Kako uče	kroz pokret “osjećaj”	gledanjem	slušanjem
Ključne riječi	“ja osjećam...” “daj da osjetim”	“vidim” “pokaži mi”	“objsni mi” “zašto”
Kako govore	govore polako	govore brzo jer “vide/opisuju” slide u glavi	govore polako jer razmišljaju analitički u dijelovima
Interesi	uče po principu pokušaja i pogreške	vole gledati slide, video snimke i sl.	žele znati zašto zanimaju ih detalji
Kako ih podučavati	“uzeti za ruku” “inner game” dijagrami na zidu držači lopti	demonstracija, fotografije, video snimke	objašnjenje čitanjem knjiga

KOD PODUKE

šta trener treba imatu u umu

- Ciljeve učenja i sadržaj
- Metode učenja i stilove
- Upotreba uslova, rekvizita, igrališta, lopti, košara...



Metode poduke

Obj. Demo. Vjezb. Pov.

Naredba U

Metode poduke

Obj. Demo. Vjezb. Pov.

Naredba U U

Metode poduke

Obj. Demo. Vjezb. Pov.

Naredba U U U

Metode poduke

Obj. Demo. Vjezb. Pov.

Naredba U U U U

Vježbanje

Metode poduke

	Obj.	Demo.	Vjezb.	Pov.
Naredba	U	U	U	U
Vježbanje	U			

Metode poduke

	Obj.	Demo.	Vjezb.	Pov.
Naredba	U	U	U	U
Vježbanje	U	U		

Metode poduke

	Obj.	Demo.	Vjezb.	Pov.
Naredba	U	U	U	U
Vježbanje	U	U	U/P	

Metode poduke

	Obj.	Demo.	Vjezb.	Pov.	
Naredba	U	U	U	U	
Vježbanje	U	U	U/P		U
Buddy					

Metode poduke

	Obj.	Demo.	Vjezb.	Pov.	
Naredba	U	U	U	U	
Vježbanje	U	U		U/P	U
Buddy	U				

Metode poduke

	Obj.	Demo.	Vjezb.	Pov.	
Naredba	U	U	U	U	
Vježbanje	U	U	U/P		U
Buddy	U	U			

Metode poduke

	Obj.	Demo.	Vjezb.	Pov.	
Naredba	U	U	U	U	
Vježbanje	U	U		U/P	U
Buddy	U	U		P	

Metode poduke

	Obj.	Demo.	Vjezb.	Pov.	
Naredba	U	U	U	U	
Vježbanje	U	U		U/P	U
Buddy	U	U		P	P
Samokontrola					

Metode poduke

	Obj.	Demo.	Vjezb.	Pov.	
Naredba	U	U	U	U	
Vježbanje	U	U		U/P	U
Buddy	U	U		P	P
Samokontrola	U				

Metode poduke

	Obj.	Demo.	Vjezb.	Pov.	
Naredba	U	U	U	U	
Vježbanje	U	U		U/P	U
Buddy	U	U		P	P
Samokontrola	U	U			

Metode poduke

	Obj.	Demo.	Vjezb.	Pov.	
Naredba	U	U	U	U	
Vježbanje	U	U		U/P	U
Buddy	U	U		P	P
Samokontrola	U	U		P	

Metode poduke

	Obj.	Demo.	Vjezb.	Pov.	
Naredba	U	U	U	U	
Vježbanje	U	U		U/P	U
Buddy	U	U		P	P
Samokontrola	U	U		P	P
Diferencijacija	U				

Metode poduke

	Obj.	Demo.	Vjezb.	Pov.	
Naredba	U	U	U	U	
Vježbanje	U	U		U/P	U
Buddy	U	U		P	P
Samokontrola	U	U		P	P
Diferencijacija	U	U			

Metode poduke

	Obj.	Demo.	Vjezb.	Pov.	
Naredba	U	U	U	U	
Vježbanje	U	U		U/P	U
Buddy	U	U		P	P
Samokontrola	U	U		P	P
Diferencijacija	U	U		P	

Metode poduke

	Obj.	Demo.	Vjezb.	Pov.	
Naredba	U	U	U	U	
Vježbanje	U	U		U/P	U
Buddy	U	U		P	P
Samokontrola	U	U		P	P
Diferencijacija	U	U		P	P

Metode poduke

	Obj.	Demo.	Vjezb.	Pov.	
Naredba	U	U	U	U	
Vježbanje	U	U		U/P	U
Buddy	U	U		P	P
Samokontrola	U	U		P	P
Diferencijacija	U	U		P	P

Otkrivanje

Metode poduke

	Obj.	Demo.	Vjezb.	Pov.	
Naredba	U	U	U	U	
Vježbanje	U	U		U/P	U
Buddy	U	U		P	P
Samokontrola	U	U		P	P
Diferencijacija	U	U		P	P
Otkrivanje	Nema				

Metode poduke

	Obj.	Demo.	Vjezb.	Pov.	
Naredba	U	U	U	U	
Vježbanje	U	U		U/P	U
Buddy	U	U		P	P
Samokontrola	U	U		P	P
Diferencijacija	U	U		P	P
Otkrivanje	Nema	Nema			

Metode poduke

	Obj.	Demo.	Vjezb.	Pov.	
Naredba	U	U	U	U	
Vježbanje	U	U		U/P	U
Buddy	U	U		P	P
Samokontrola	U	U		P	P
Diferencijacija	U	U		P	P
Otkrivanje	Nema	Nema		P	

Metode poduke

	Obj.	Demo.	Vjezb.	Pov.	
Naredba	U	U	U	U	
Vježbanje	U	U		U/P	U
Buddy	U	U		P	P
Samokontrola	U	U		P	P
Diferencijacija	U	U		P	P
Otkrivanje	Nema	Nema		P	P
Problem					

Metode poduke

	Obj.	Demo.	Vjezb.	Pov.	
Naredba	U	U	U	U	
Vježbanje	U	U		U/P	U
Buddy	U	U		P	P
Samokontrola	U	U		P	P
Diferencijacija	U	U		P	P
Otkrivanje	Nema	Nema		P	P
Problem	Nema				

Metode poduke

	Obj.	Demo.	Vjezb.	Pov.	
Naredba	U	U	U	U	
Vježbanje	U	U		U/P	U
Buddy	U	U		P	P
Samokontrola	U	U		P	P
Diferencijacija	U	U		P	P
Otkrivanje	Nema	Nema		P	P
Problem	Nema	Nema			

Metode poduke

	Obj.	Demo.	Vjezb.	Pov.	
Naredba	U	U	U	U	
Vježbanje	U	U		U/P	U
Buddy	U	U		P	P
Samokontrola	U	U		P	P
Diferencijacija	U	U		P	P
Otkrivanje	Nema	Nema		P	P
Problem	Nema	Nema		P	

Metode poduke

	Obj.	Demo.	Vjezb.	Pov.	
Naredba	U	U	U	U	
Vježbanje	U	U	U/P		U
Buddy	U	U	P		P
Samokontrola	U	U	P		P
Diferencijacija	U	U	P		P
Otkrivanje	Nema	Nema	P		P
Problem	Nema	Nema	P		P

Metode poduke

“NAREDBA”

“OTKRIVANJE”

Komanda

Vođeno otkrivanje

Zadatak

Rješavanje problema

Recipročno učenje

Individulni program

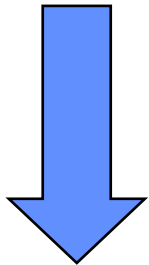
Samokontrola

Samoinicijativno

Diferencijacija

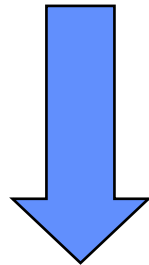
STILOVI VOĐENJA - METODE PODUKE

**NAREDBA
OTKRIVANJE**

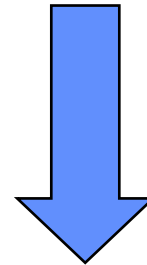


**AUTORITARNI
CASUAL**

OTKRIVANJE



KOOPERATIVNI



METODE PODUKE

“TRENER”	KARAKTERISTIKE	CILJEVI	ZA ŠTO?
Naredba	Voditelj donosi odluke U grupi svi uče na isti način	Efikasno korištenje vremena Sigurnost / disciplina	Razvoj motorike
Vježbanje	Učenik odlučuje u vježbanju	Za razvoj vještina Učenik shvaća svoju ulogu	Razvoj motorike
Buddy	Odgovornost na učeniku Suradnja	Razvoj komunikacije Opservacija	Razvoj motorike Socijalni razvoj
Samo-kontrola	Voditelj određuje kriterije Učenik kontrolira	Samokritičnost, ograničenja Iskrenost, objektivnost	Razvoj motorike Osobni razvoj
Diferencijacija	Razvoj primjeren učeniku Učenik je svjestan napretka	Individulane razlike u spos. Omogućiti razvoj svakom u.	Razvoj motorike Osobni razvoj

METODE PODUKE

“UČENIK”	KARAKTERISTIKE	CILJEVI	KADA
Otkrivanje	Očitelj zna pravilan odgovore “Vođenje pitanjima” Presudan izbor pravilnih koraka	Razvoj sposobnosti pronalaženja rješenja Samomotivacija	Kognitivni razvoj
Rješavanje Problema	Voditelj postavlja problem, učenici pronalaze soulucije	Rješavanje problema Samostalnost Samopouzdanje	Kognitivns Socijalno
Samo- inicijativa	Učenik izabire sadržaj uz odbrenje Voditelja Samostalno izvodi i ocjenjuje	Samostalnost Odgovornost Samodisciplina	Kognitivni i osobni razvoj
Samopoduka	Učenik je potpuno neovisan u izboru sadržaja i načina	Samostalnost Kreativnost	Kognitivni i osobni razvoj

IZABERI METODU

Pridruži metodu odgovarajućem zadatku A - 9

ZADATAK	METODA-E
A. Korekcija tehnike	1.Samo-kontrola
B. Pronalaženje novih varijanti tehnike, vještina I sl.	2.Vježbanje/ Zadatak
C. Individualizacija tehnike	3.Samoinicijativa
D. Učenikovo suodlučivanje u poduci	4.Samo-poduka
E. Učenik odlučuje, a učitelj promatra	5.Otkrivanje
F. Veliki broj ponavljanja	6.Diferencijacija
G. Učenik pronalazi rješenje za određeni zadatak	7.“Buddy teaching”
H. Razvoj međusobnih odnosa	8.Rješavanje problema
I. Uočavanje svojih pogrešaka	9.Naredba
J. Učenik ne treba učitelja	10.Samoinicijativa

IZABERI METODU

Pridruži metodu odgovarajućem zadatku A - 9

ZADATAK	METODA-E
A. Korekcija tehnike	1. Samo-kontrola
B. Pronalaženje novih varijanti tehnike, vještina i slično	2. Vježbanje/ Zadatak
C. Individualizacija tehnike	3. Samoinicijativa
D. Učenikovo suodlučivanje u poduci	4. Samo-poduka
E. Učenik odlučuje, a učitelj promatra	5. Otkrivanje
F. Veliki broj ponavljanja	6. Diferencijacija
G. Učenik pronalazi rješenje za određeni zadatak	7. "Buddy teaching"
H. Razvoj međusobnih odnosa	8. Rješavanje problema
I. Uočavanje svojih pogrešaka	9. Naredba
J. Učenik ne treba učitelja	10. Samoinicijativa

Pitanja?