



# IGRALNE SITUACIJE - DVOJICE



1. Igra dvojic
2. Položaji in naloge igralcev
3. Igralne situacije

# 1. IGRA DVOJIC

- taktika igre dvojic je taktično zahtevnejša kot igra posameznikov.
- igra dvojic ni igra dveh posameznikov, pač pa moštva.
- pri igri dvojic se različne igralne situacije pojavljajo pogosteje, kot pri igri posameznikov (igra pri mreži, passing, lob, smeš).
- pri igri dvojic je zelo pomembno sodelovanje obeh igralcev in njihova medsebojna uigranost.

# Igra dvojic – osnovni podatki

- 1. Napadalna igra** se kaže v želji, zasedi optimalen položaj pri mreži pred tekmecem. Par, ki prvi pride do tega položaja, ima veliko več možnosti, da dobi točko.
- 2. Komunikacija igralcev** je pogoj za uspeh v igri. Sodelovanje in komuniciranje med igralcema omogoča skladno delovanje, kar pomeni, da igralca vesta drug za drugega, kako bosta v določeni situaciji odigrala. Komunikacija lahko poteka na neverbalen način (znaki, obrazna mimika) in verbalen način. Igralca se dogovarjata o igralnem načrtu, smeri servisa, reterna, gibanju po servisu ali reternu, položaju na igrišču idr.). Čas komunikacije je v veliki meri povezan s tekmovalnim uspehom dvojice.

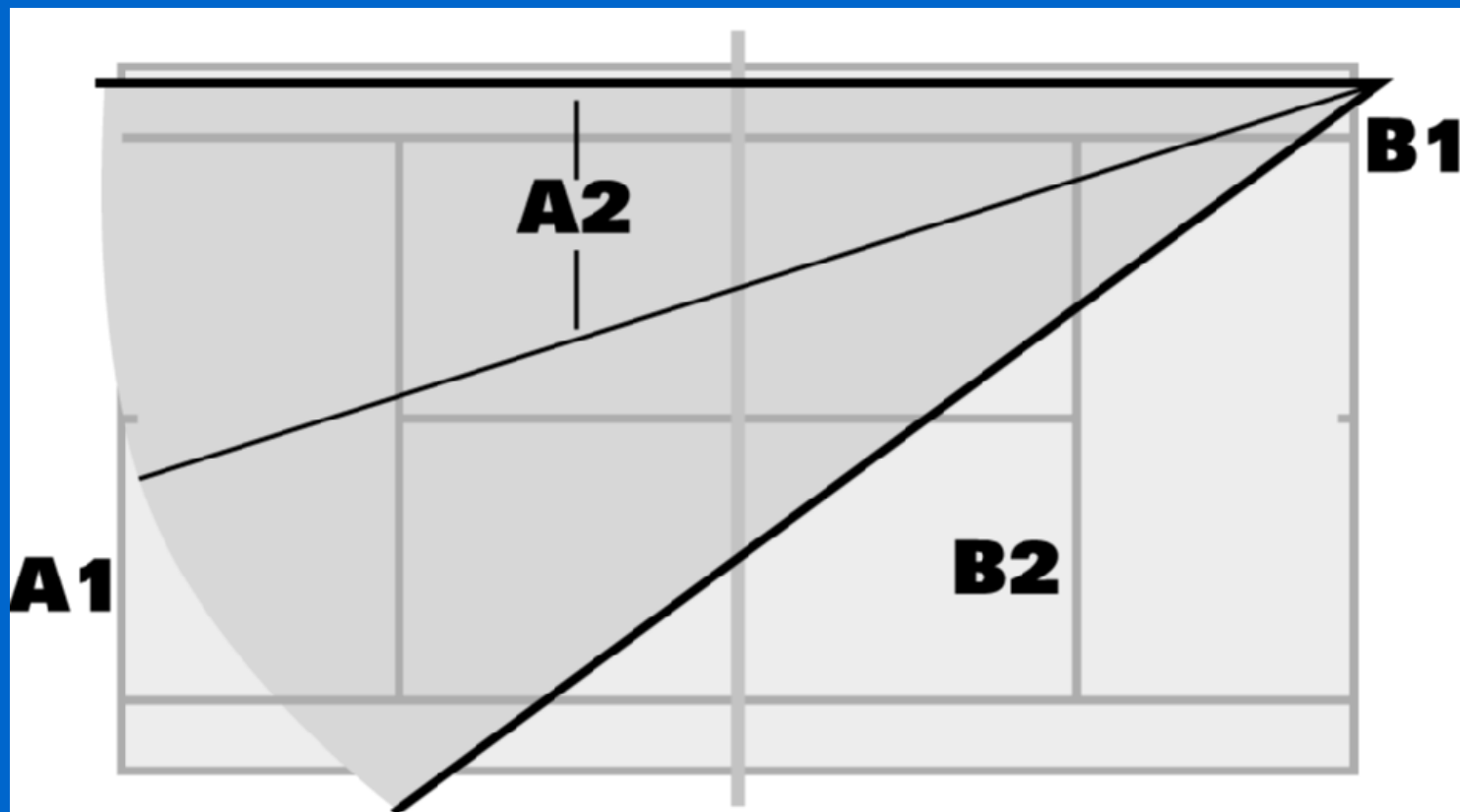
# Igra dvojic – osnovni podatki

**3. Medsebojno razumevanje in dopolnjevanje igralcev** je značilno za vse uspešne dvojice (McEnroe-Fleming, Woodbridge-Woodford, Harhuis-Elting idr.). Za uspešne ekipe je značilno odlično razumevanje obeh igralcev, tako na igrišču, kakor izven njega. Pri tem se kaže, da najbolje sodelujejo igralci, ki se razlikujejo oz. dopolnjujejo, glede na nekatere osebnostne lastnosti (pr. agresiven-neagresiven igralec). Običajno je v dvojici vedno eden od igralcev tisti, ki vodi tekmo - lider. Ni nujno, da je vodja tudi teniško bolj uspešen igralec (pr. Shriver-Navratilova).

## 2. POLOŽAJI IN NALOGE IGRALCEV

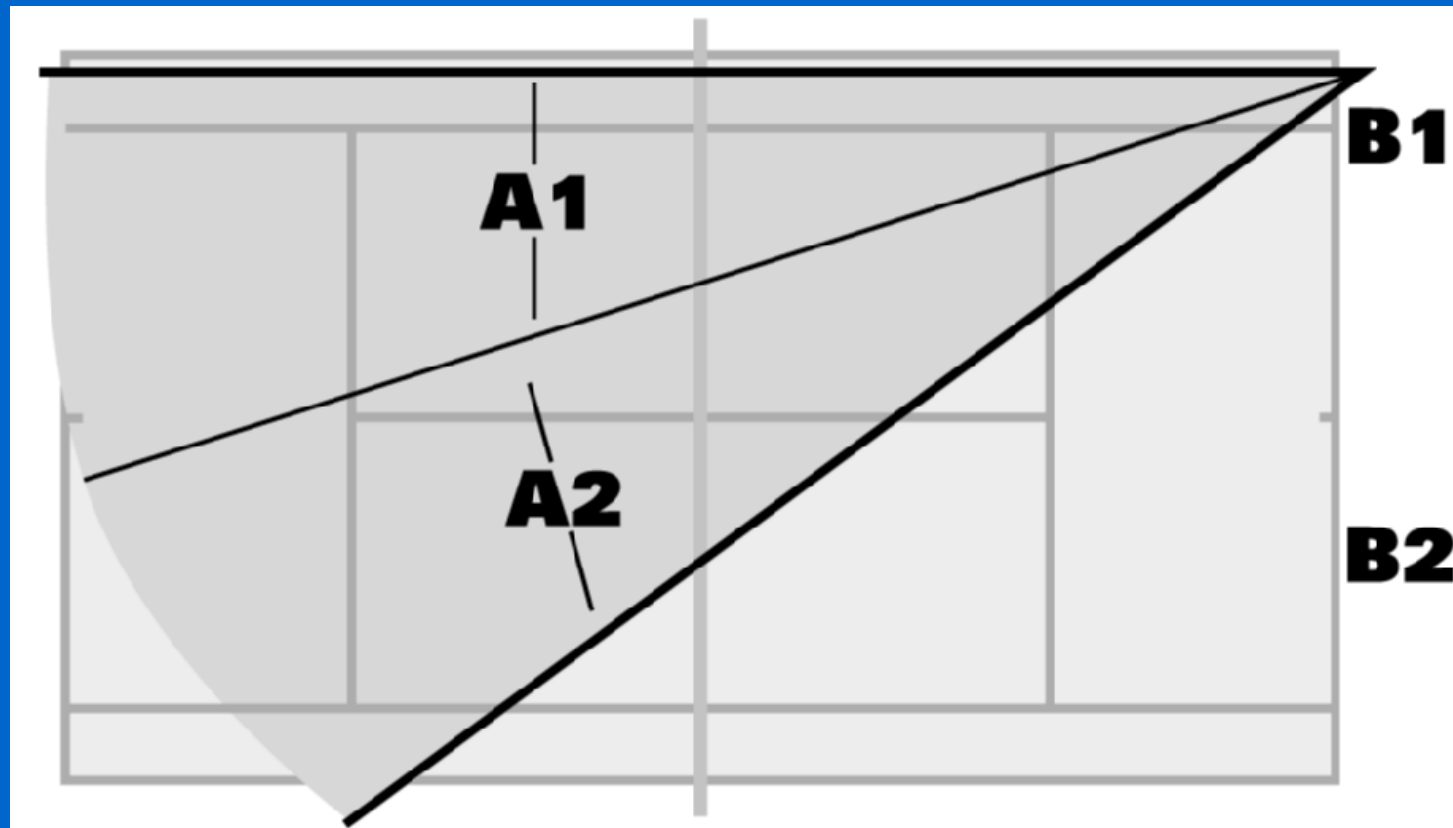
1. igralec, ki servira
2. partner igralca, ki servira
3. igralec, ki reternira
4. partner igralca, ki reternira

# Položaji igralcev pri igri dvojic



© Aleš Filipčič, 2005 dva igralca zadaj, druga dva pri mreži

# Položaji igralcev pri igri dvojic



igralca pri mreži, druga dva zadaj

# Igralec, ki servira

- **postavitev** (1 - 2 m levo ali desno od sredine)
- **cilji servisa** (bolj pogosto na sredino, manjša možnost reterna v smeri kratke diagonale)
- **igra servis – volej** (pogoj)
- **možne igralne situacije** (menjava strani, “sekanje”...)

# Partner igralca, ki servira

- **postavitev** (na sredini med servisno in stransko črto; oddaljenost odvisna od vrste servisa, igralne podlage; optimalna oddaljenost od mreže je od 1,5 do 2 m)
- **gibanje** (ob servisu in udarcu soigralca se giblje v smeri udarca, s tekmečevim udarcem pa nekoliko nazaj)
- **pripravljenost** (slab retern, paralelo, lob...)
- **možne igralne situacije** (menjava strani, “sekanje”...)
- **3 možnosti “sekanja”:**
  1. reakcija (slaba žoga)
  2. anticipacija (pričakuje slabo žogo, glede na R)
  3. dogovor (pr. vsak 2. servis, ki gre na T).

# Igralec, ki reternira

- **postavitvev** (blizu zadnje črte, položaj odvisen od servisa)
- **cilj reterna** (najbolj pogosto diagonalno – polje 2 ali 3, v določenih situacijah tudi druge možnosti; slab servis, igralec na mreži “seka”, igralec na mreži je zelo blizu mreže idr.)
- **izvedba** (obrambna, napadalna...)
- **možne igralne situacije** (ostane zadaj, gre proti mreži...)
- **levičar: dva razloga zakaj je levičar v dvojicah postavljen na levo stran:**
  1. S slajz prihaja pod manjšim kotom
  2. večina servisov pri deblu gre na T, zato ni potrebno dolgo gibanje na F (Cayer, 2003).

# Partner igralca, ki reternira

- **postavitev** (na sredini med servisno in stransko črto; oddaljenost odvisna od vrste servisa – pri drugem bližje, pri prvem dlje; optimalna oddaljenost je 0,5 – 1 m pred servisno črto)
- **gibanje** (ob reternu in udarcu soigralca, se giblje v smeri udarca, s tekmečevim udarcem pa nekoliko nazaj)
- **pripravljenost** (slab servis, paralelo, lob...)
- **možne igralne situacije** (“sekanje”, če je tekmečev udarec slab...)
- **triki**: partner reternerja namenoma odpre igrišče na zunanji strani, ko ga tekmeč trikrat spasira z V, potem začne zapirati paralelo, sicer pa vrši stalen pritisk na sredino (Cayer, 2003).

# Možnosti reternerjev

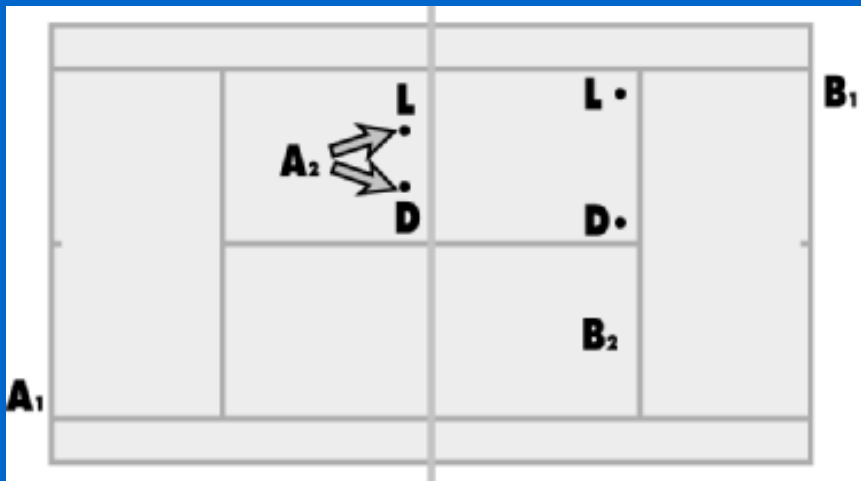
Reternerja imata 5 možnosti:

1. paralela
  2. paralela v telo igralca
  3. diagonalno
  4. ostra diagonalna
  5. lob (to profiji ne delajo; ni časa).
- Na “ad” strani, ko je servis na ven, reterneju ni potrebno, da gre po udarcu nazaj proti sredini, ker že pokriva igrišče (Cayer, 2003).

### 3. IGRALNE SITUACIJE

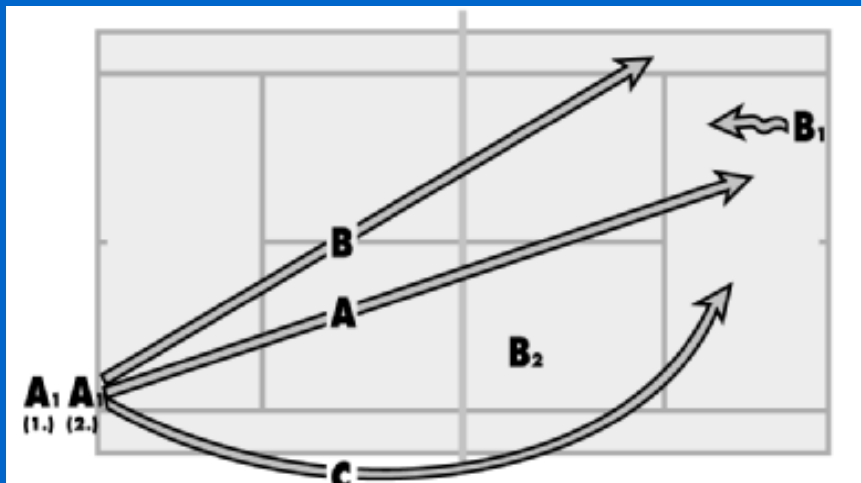
1. menjava strani, server ostane na zadnji črti
2. menjava strani, server odide proti mreži
3. igralec pri mreži samo nakaže menjavo strani
4. sredinska "I" postavitev igralca pri mreži
5. »avstralska« postavitev igralcev
6. »španska« - obrambna postavitev igralcev.

# Igralne situacije - treniranje



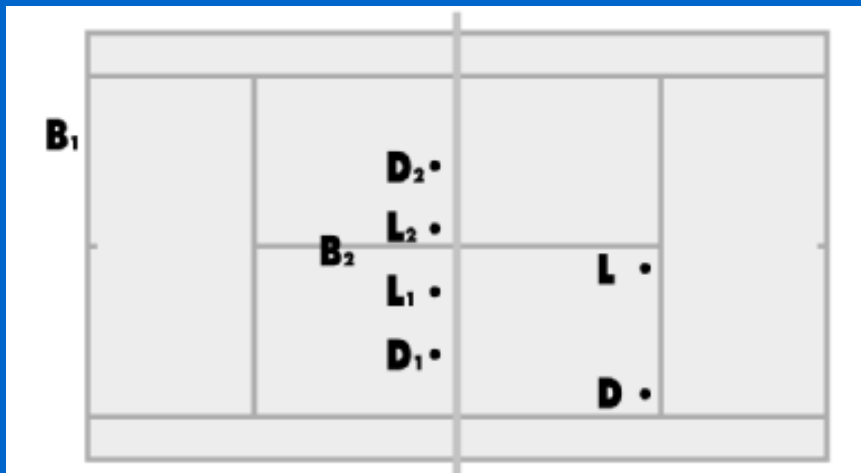
- trening gibanja igralca A<sub>2</sub> pri mreži, glede na smer servisa (L, D), ki ga izvaja A<sub>1</sub>.

# Igralne situacije - treniranje



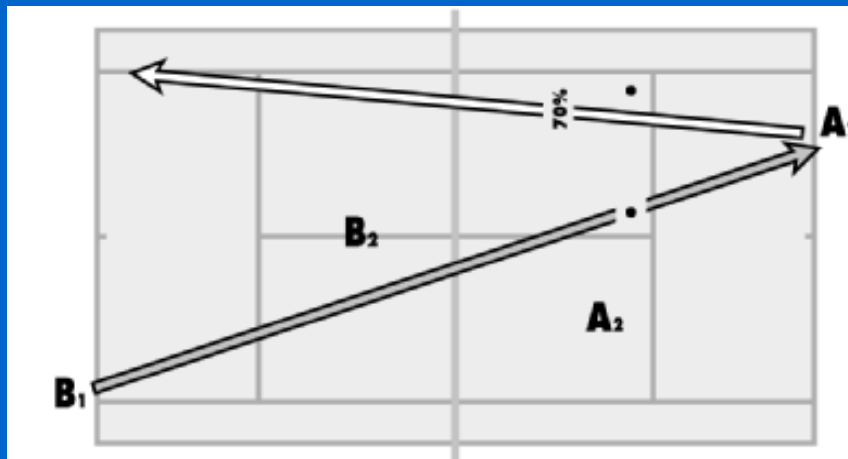
- servis igralca A1, A2 in trening gibanja igralca B1, ki se giblje k mreži. Igralec B2 je pozoren na lob.

# Igralne situacije - treniranje



- prikaz položajev, če igralec B<sub>1</sub> servira, igralec B<sub>2</sub> je postavljen v “I” postavitev.

# Igralne situacije - treniranje

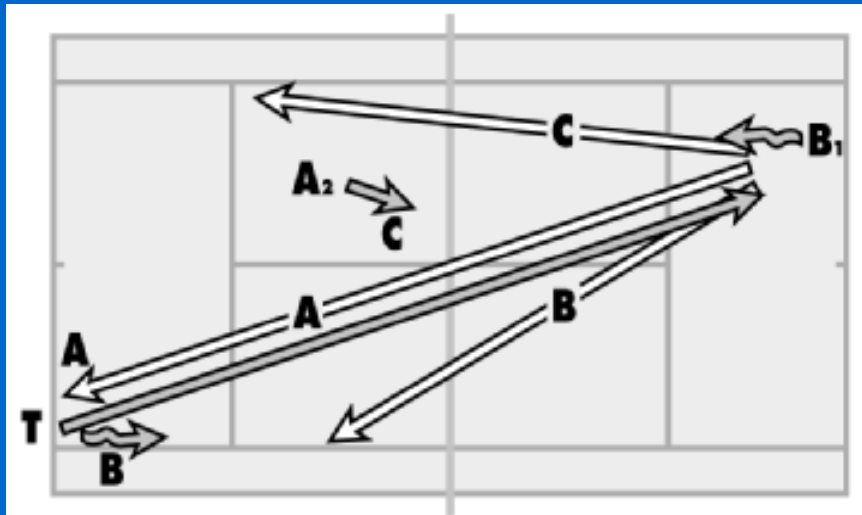


- igralec B1 servira, igralec B2 je postavljen v "I" postavitev
- igralec A1 reternira, pri tem 70-80% reternov usmerja paralelno.

# Retern proti "I" postavitvi

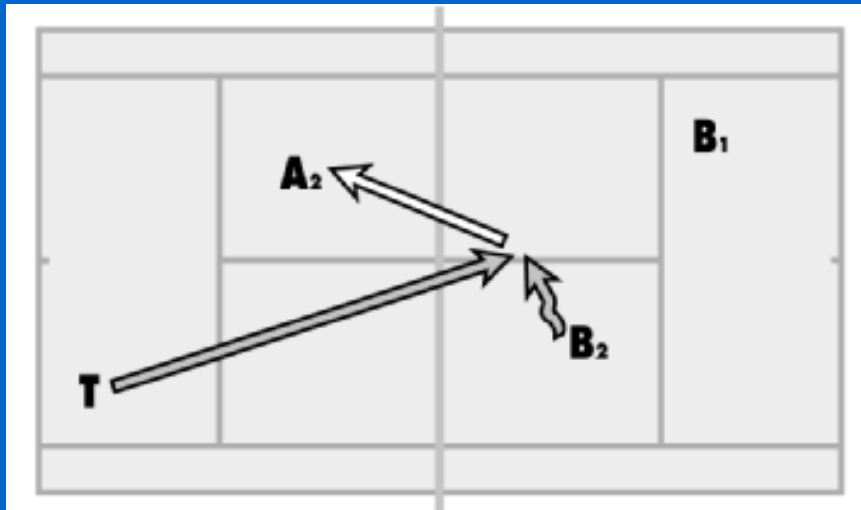
- retern proti "I" postavitvi; serverja imata 4 možnosti:
- najboljši retern proti "I" postavitvi je paralela (70-80%)
- igralec pri mreži ima najdaljšo pot in partner reternerja pri mreži ima največ časa za vračanje voleja.

# Igralne situacije - treniranje



- trener poda žogo igralcu B1, ki izbira ustrezno rešitev glede na gibanje igralcev A2 in T
  - trener je zadaj – dolg volej (A)
  - trener gre naprej – kratek (B) volej
  - A2 “seka” – paralela (C).

# Igralne situacije - treniranje



- trener poda žogo diagonalno, če jo igralec B2 lahko prestreže, potem odigran volej na igralca A2 (vroč stol)
- točka se nadaljuje do konca.

# Igra dvojic in razvoj igralcev

Igra dvojic ima pozitiven vpliv na razvoj igre mladih teniških igralcev in predvsem igralk:

- z igro dvojic razvijamo::
  - vsestransko igro
  - uporabo voleja, smeša – igro pri mreži na sploh
  - uporabo reterna v težkih okoliščinah (malo prostora, pritisk...)
  - uporabo specifičnih kotov, smeri
  - hitro reakcijo in reflekse
  - skupinsko delo in sodelovanje
  - komunikacijo
- pritisk se porazdeli na oba igralca
- zaupanje v igro pri mreži
- več zabave in užitka
- uspeh v igri dvojic lahko pomaga pri doseganju uspeha v igri posameznikov (ITF, 2002).

# Igra dvojic in vrhunski igralci

- v ekipnih tekmovanjih je igra dvojic pogosto odločilna (Davis cup, Fed cup, Winter cup, Copa del sol...),
- skozi igro dvojic je možen učinkovit trening določenih situacij
- igralec lahko zasluži nekaj denarja z nagradami in ima možnost nastopa v kvalifikacijah za turnir posameznikov (ITF, 2002).

# Kako sestaviti dvojico?

- v primeru, da je eden od igralcev boljši, igra ta na levi (ad) strani, ker se o večini odločilnih točk odloča na tej strani
- če je v dvojici levičar, potem običajno igra na levi (ad) strani, razen če imata oba igralca boljši bekend kot forehend
- če ima kateri od igralcev boljši en udarec in se bolje počuti na eni strani, potem naj igra na tej strani igrišča (ITF, 2002).

# Kako izbrati soigralca?

- Pomembna odločitev:
  - vsak igralec mora poznati svoje kvalitete
  - različne vendar skladne osebnosti (čustvena harmonija)
  - ekipa, ki združuje “orožja”, ne slabosti
  - potreben čas, da se igralca “ujameta”
  - ko eden od igralcev pod pritiskom (pr. naredil nekaj napak), mu drugi mora pomagati
  - igralec mora preizkusiti več soigralcev.

# Skupinska kohezivnost

Navodila za dobro skupinsko kohezivnost;

- bodi odkrit, pomagaj in razumi soigralca
- pomagaj soigralcu razviti samozaupanje
- pohvali ga za dober udarec
- ne opravičuj se ob napakah
- ne govori preveč
- izogibaj se negativne neverbalne komunikacije (zavijanje z očmi, reakcija ob napaki soigralca...).

# Taktični cilji pri dvojicah

## U11

- komunicirati med seboj
- igrati z visoko intenzivnostjo in pozitivno energijo
- ostati osredotočen na sedanji trenutek oz. točko.

# Taktični cilji pri dvojicah

## U11-U13

- poiskati igralca, ki igra tako, da je dvojica skladna
- razumeti temelje zanesljive igre dvojic
- poznati položaje/odgovornosti posameznega igralca
- imeti prilagodljiv in različen igralni način, ki omogoča spreminjanje taktike med tekmo
- izdelati taktični načrt za posamezno točko.



# Taktični cilji pri dvojicah

## U14-U16

- razviti napadalno igro, kjer izkoriščaš tekmečeve slabosti.



# Verbalna komunikacija

Situacija	Neučinkovita komunikacija	Učinkovita komunikacija
Soigralec naredi napako ob pomembni točki	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ne rečeš nič</li> <li>- pripraviš se na naslednjo točko, soigralca ne upoštevaš</li> <li>- 'Slabo igraš pomembne točke'</li> <li>- 'Zakaj ne moreš zadeti retena? Bila je pomembna točka!'</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 'OK, ni problema'</li> <li>- 'Dajmo, naslednja točka'</li> <li>- 'Dobro, zadel boš naslednjo, ne skrbi!'</li> </ul>
Pred pomembno točko	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 'Te retern moraš zadeti!'</li> <li>- 'Vse je odvisno od tebe!'</li> <li>- 'Ne naredi dvojne napake' ali 'Prosim, zadeni ta retern!'</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 'OK, dajva to točko!', 'Midva to zmoreva!'</li> <li>- 'Gremo, ti najbolje igraš te točke'</li> </ul>
Soigralec igra slabo	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 'Dajmo, bolj uporabi kolena!'</li> <li>- (cinično) 'Danes pa res igraš super!'</li> <li>- 'Ne vem zakaj igram s teboj'</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 'Dajmo, ti to zmoreš!'</li> <li>- 'Ne skrbi, boš že zadel!'</li> <li>- 'Gremo zdaj, to točko!'</li> </ul>
Soigralec je živčen	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 'Dajmo, spravljaš me ob živce, umiri se, prosim!'</li> <li>- 'Prosim, ne zakrči zdaj'</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 'Dajmo, vzemi si čas!'</li> <li>- uporabi humor za relaksacijo</li> </ul>
Soigralec je jezen	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 'Ne morem prenesti tvojega obnašanja!'</li> <li>- 'Počni kar hočeš!'</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 'OK, pozabiva to točko, greva naprej'</li> <li>- 'Osredotočiva se na naslednjo točko'</li> <li>- uporabi humor za relaksacijo</li> </ul>
Soigralec ni motiviran	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 'Jaz se borim, kaj pa ti?'</li> <li>- 'Ali moram to tekmo zmagati sam?'</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 'Dajmo, udari žogo!'</li> <li>- 'Greva zdaj, igrajva aktivno!'</li> </ul>

# Neverbalna komunikacija

Učinkovita komunikacija	Neučinkovita komunikacija
Igralca se obrneta drug proti drugemu takoj po končani točki.	Igralec so obrne proč od soigralca.
Igralca hodita skupaj (rama ob rami).	Igralec odklanja skupno hojo.
Uporabljata "znak" za dogovor o tem, kaj bosta odigrala.	Igralec je tiho in ne komunicira.
Telesni kontakt (petka...).	Zavrača telesni kontakt.
Smeh, skupno iskanje konstruktivnih rešitev.	Igralec je pretirano čustvem, ciničen in kritičen.
Pogost kontakt s pogledom (ang. eye contact)	Ni kontakta s pogledom.

# Literatura

1. Bornemann in sod. (1993). Tennis 1 - Methodik. München: BLV Verlagsgesellschaft GmbH.
2. Brett, B. (2003). Top coaching tactics. Vilamoura: ITF 13th Worldwide coaches workshop.
3. Filipčič, A. (2001). Tenis – tehnika in taktika. Ljubljana: Fakulteta za šport.
4. Filipčič, A. (2002). Tenis – treniranje. Ljubljana: Fakulteta za šport.
5. Gilbert, B. (1994). Winning ugly. New York; Simon & Schustre.
6. ITF. (2002). Advanced coaches manual – 2. editition. London: ITF.
7. Schönborn, R. (1999). Advenced Tecniques for Competitive Tennis. Aachen: Meyer und Meyer.
8. Van Frayeenhoven, F. (2004). Razvoj in trening igralcev U14. Ljubljana: Licenčni seminar.