

•
•
•
•
•
•
•
•
•
•
•
•

METODIČNI PRISTOPI IN METODE PRI UČENJU TENISA



1. Metodični pristopi in metode
2. Pristop usmerjen k igri
3. Pristop usmerjen k tehniki
4. Celostna in razčlenjena metoda
5. Mini in midi tenis
6. ITF Play & Stay



CILJI

- Poznate različne pristope in metode učenja
- Poznate značilnosti sodobnega modela učenja, ki poteka skozi igro
- Poznate značilnosti posameznih učnih metod.





Učenje tenisa

- Velika tekmovalnost med športi
- V ostalih športih otroci začnejo z igro (nogomet, košarka, rokomet...)
- Takoj začnejo tekmovati!
- Razvoj taktike in tehnike poteka vzporedno.



Kako učiti tenis?

- standardna – analitična metoda
 - učimo dele udarcev
- samo učenje / sintetična metoda
 - učijo se celega udarca
- moderen pristop / skozi igro “game based approach”
 - razumeti kako uporabiti udarce v igri.

⋮

2. METODIČNI PRISTOPI IN METODE PRI UČENJU TENISA

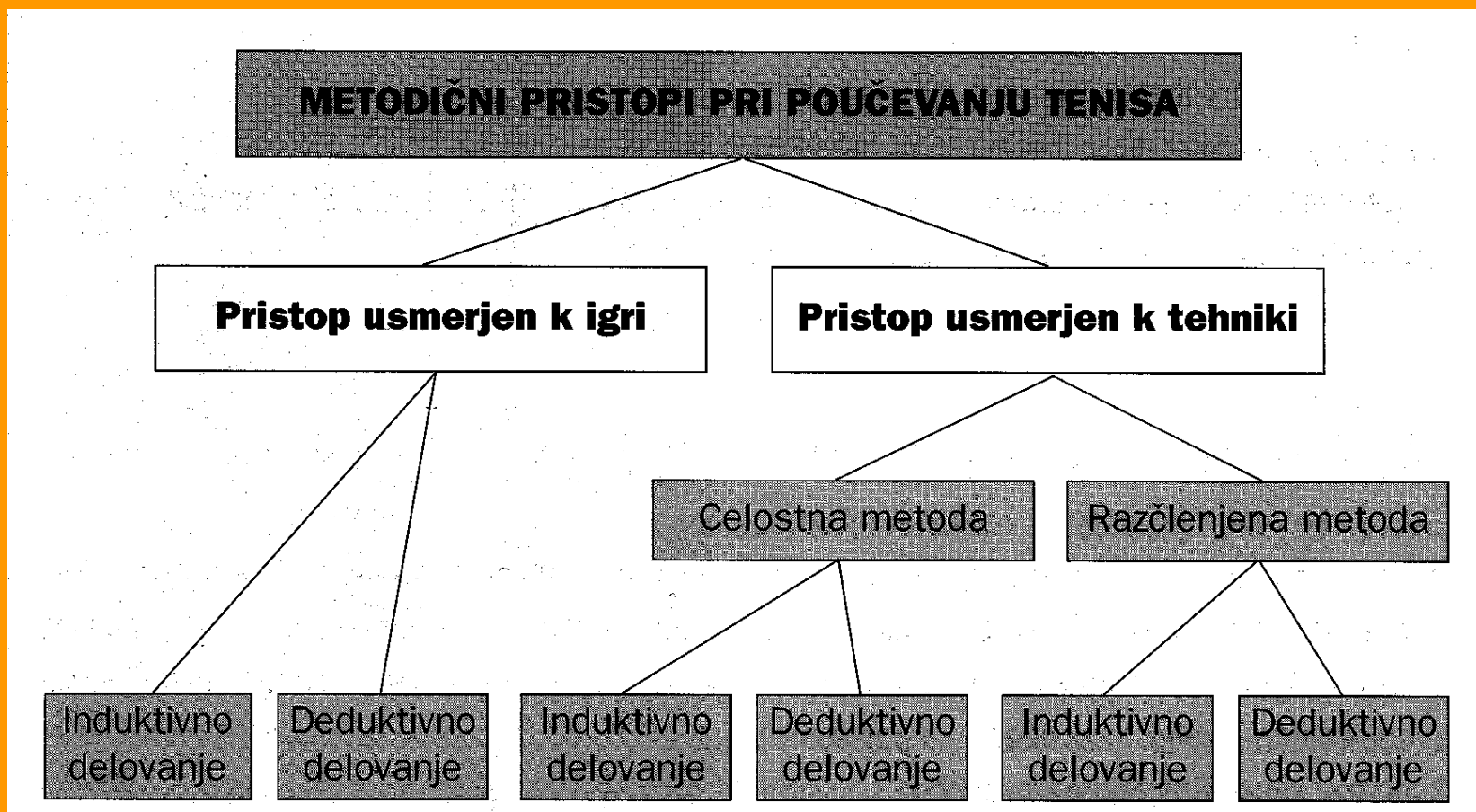
Metodični pristop:

1. igralno – taktični (ciljni)
2. gibalno – tehnični.

Metode učenja:

1. celostna – sintetična
2. razčlenjena – analitična.

Metodični pristopi in metode pri učenju tenisa



• • • Pristop usmerjen k tehniki

- je zastarel pristop
- dve metodi: celostna, razčlenjena
- cilj je: najprej učenje tehnike, kasneje prenos v igro
- primerna za učenje starejših, “nerodnih” začetnikov.



Pristop usmerjen k igri

- je sodoben pristop učenja
- prilagojena učencem, trenutnim razmeram
- cilj je: učenje skozi igro
- primerna za učenje vseh začetnikov
- potrebna uporaba ustreznega igrišča in rekvizitov.



•
•
•

Elementi pristopa usmerjenega k igri

- Razumevanje (trener)
- Taktika in tehnika vzporedno
- Notranja motivacija
- Interes otrok
- Tenis je kompleksen šport.

•
•
•

Tenis je enostaven...če igraš s primerno žogo!

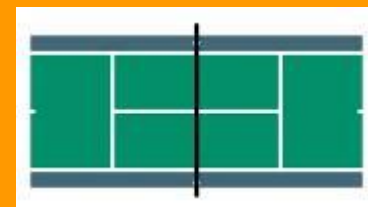
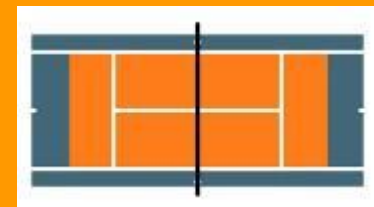
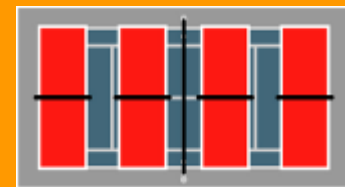
Rdeča – Mini tenis!

11 metrov

Oranžna – 50% lažja žoga – optimalna za učenje vseh starosti!

18 metrov

Zelena – 25% lažja žoga – optimalna za začetek igranja na celem igrišču!



Tenis za otroke

Otroški tenis	Starost	Velikost igrišča
Bela	3-5	Koordinacija in funkcija tenisa
Modra	5-6	8m
Modra	6-7	
Rdeča	7-8	12m
Rdeča	8-9	
Oranžna	9	18m
Oranžna	10	
Zelena	10-12	24m



Kaj je mini tenis?

- Najbolj pomembna pot kako začeti se tenisom pri začetnikih
- V tenis aktivno vključuje najmlajše
- Uporablja “optimalne” rekvizite (mehkješe žoge, mini mreže, manjše loparje...), ki omogočajo hitrejše učenje





Prednosti mini tenisa

- Za učenje lahko uporabimo vsako ravno in dovolj veliko površino
- Pravila so enostavna
- Tehnika je enostavna in primerna za začetnike.





Zakaj mini tenis?

- Mini tenis je enostaven in zabaven
- Mini tenis je primeren tako za mlade kot stare
- Mini tenis lahko izvajamo povsod
- Mini tenis rekviziti so poceni.





Možnosti mini tenisa

- Daje možnost velikemu številu učencev, da se spoznajo s športno aktivnostjo in da uživajo
- Učence lahko učimo osnov teniške igre
- Omogoča učencem, da nadaljujejo z učenjem tenisa v klubih...





Igrišča, žoge, rekviziti...

- Igrišča so različno velika
- Žoge morajo biti prilagojene učencem
- Loparji morajo biti primerni učenčevemu znanju, sposobnostim...
- Primerna uporaba rekvizitov (mreže, tarče, oznake, ovire...).





Midi tenis

- Midi tenis je bližnica do tenisa
- Igralci igrajo z običajnimi loparji in midi tenis žogami
- Velikost midi igrišča je različna
- Igralci uporabljajo vse udarce in igralne situacije
- Igralci, ki igrajo midi tenis imajo manj tehničnih težav (ekstremni prijemi, (pre)dolgi zamahi, neuporaba celega telesa...)



-
-
-

Midi tenis



-
-
-
-
-
-
-
-

ITF Play & Stay



Kako popularizirati tenis!



Izziv!

- Sprememba življenjskega sloga.
- Velika konkurenca zabavnih iger in športov
- Tenis je zanimiv, AMPAK
- Veliko igralcev (pre)hitro preneha z igranjem tenisa!





- 6-8
- 9-11
- 12-17
- 18-24
- 25-40
- 40+

Prilagoditi tenis
zahtevam igralcev in
njihovim potrebam!





Cilji projekta

- Popularizacija tenisa
- Kako zadržati čim več igralcev v tenisu
- Sodelovanje s proizvajalci teniške opreme
- Izmenjavanje idej.



•
•
•

3 slogani za promocijo tenisa!

- **Tennis is easy!**
- **TENIS JE ENOSTAVEN!**
- **Tennis is fun!**
- **TENIS JE ZABAVEN!**
- **Tennis is healthy!**
- **TENIS JE ZDRAV!**



Dosedanje izkušnje ljudi...

- Mnogi ljudje poskušajo igrati...ampak hitro prenehajo!
- Pogosto so prve izkušnje frustrirajoče!
- Preveč pozornosti je posvečeno tehniki in premalo razvoju igre!



Žoga je najpomembnejša!

- Uporaba optimalnih žog za začetnike vseh starosti!!!
- Če začetnik ne more vzpostaviti izmenjave z normalno žogo, potem je potrebno uporabiti mehke žoge!

•
•
•

Tenis je zabaven...,
če serviraš, igraš in
šteješ!
“Serve, rally & score”

**TENNIS
IS EASY
& FUN**

**USE THE SLOWER RED, ORANGE
AND GREEN BALLS AND PLAYERS
WILL SERVE, RALLY AND SCORE
FROM THE FIRST LESSON**

First play the
game, then teach
technique so players
play better.

PLAY+STAY
SERVE-RALLY-SCORE

ITF As recommended by:
The International Tennis Federation
tennisplayandstay.com



Prvi vtisi začetnikov

- začetniki morajo igrati.....“Serve, Rally and Score” od prve ure naprej!
- Kako ste vi začeli igrati?
- Kako se otroci učijo drugih športov?



•
•
•

Kakšna je vloga trenerja?

- Organizacija igre
- Pomoč igralcem, da **igrajo** bolje
- Tehnika je samo eden od elementov razvoja. Igra je prva!

•
•
•

Teniška tekmovanja
so lahko zabavna
..... vendar
obstajajo oblike
prilagojene
modernemu načinu
življenja!

**SERVE
RALLY &
SCORE**

**MAKE COMPETITION GREAT
FUN... USE NEW FORMATS
AND SCORING SYSTEMS
TO FIT TENNIS TO
PLAYERS' LIFESTYLES**

Short sets
Tie-break 3rd set
No ad scoring
Multimatch formats/
round robins

PLAY+STAY
SERVE-RALLY-SCORE

ITF As recommended by:
The International Tennis Federation
tennisplayandstay.com

The advertisement features a yellow and green background with a white speech bubble containing the text 'Short sets', 'Tie-break 3rd set', 'No ad scoring', and 'Multimatch formats/round robins'. A circular logo with a tennis ball and two curved arrows is positioned above the 'PLAY+STAY' text. The ITF logo and website URL are located at the bottom left.

Play & stay spletna stran

ITF International Tennis Federation

Play Tennis

global link | global link | global link | global link | global link | global link | global link

search

Competitions
Fun Games
Game Based Coaching
Fitness
Schools
The Ball is Key
ITN 10 to 7
Resources

Tournament Formats
CHALLENGE FORMATS:
Ladders (1)
Pyramids (2)
'Round the racket' (3)
Box leagues (4)
Related Link
ELIMINATION FORMATS:
Traditional (5)
Progressive draws (6)
Staggered draws (7)
Compass draws (8)

Play Tennis Home Page
Competition Home Page

Click on the table below for competition formats to suit players and time available:

	CHILDREN	TEENS	ADULTS			MIXED
	Under 10	11-17	18-25	25-50	50 +	Mixed groups
1 hour	Competitive	Competitive	Competitive	Competitive	Competitive	
	Social	Social	Social	Social	Social	
3 hour	Competitive	Competitive	Competitive	Competitive	Competitive	
	Social	Social	Social	Social	Social	
1 day	Competitive	Competitive	Competitive	Competitive	Competitive	
	Social	Social	Social	Social	Social	
2 day	Competitive	Competitive	Competitive	Competitive	Competitive	
	Social	Social	Social	Social	Social	
> 2 days	Competitive	Competitive	Competitive	Competitive	Competitive	
	Social	Social	Social	Social	Social	
On-going	Competitive	Competitive	Competitive	Competitive	Competitive	
	Social	Social	Social	Social	Social	

•
•
•

ITN no. - teniški hendikep

- Označuje igralčevo raven igre
- ITN 1: profesionallec
- ITN 10: začetnik



Programi za odrasle

ADULT TENNIS PROGRAMME Teaching and experiencing tennis differently

UK The evolution of society and of attitudes in recent years has paved the way for new trends in sports activities. Today, people expect activities that are closer to nature, easier and more accessible and where the notions of fitness, well-being and immediate enjoyment, as well as the quest for new sensations and freedom are essential. These new trends meet these expectations. In the light of this evolution, the search for an answer in tennis has led to the development of the adult tennis programme.

The three trends that have come out of this programme have helped to reorganise the educational contents. The 'discovery' trend is about the immediate enjoyment of the game, the 'fitness' trend is focused on the quest for well-being and physical condition and health, the 'performance' trend is about making progress in match play or improving a specific stroke.


Through real situations, the film illustrates the logic behind the teaching approach adopted for adults. It also presents fun and original sports activities which contribute to creating a friendly atmosphere and a positive energy within the club.

FTF

ES La evolución de la sociedad y de las actitudes durante los últimos años ha facilitado el camino para la aparición de nuevas tendencias en las actividades deportivas. En la actualidad, la gente busca de actividades que son más cercanas a la naturaleza, más fáciles y accesibles y en las que las nociones de forma física, bienestar y disfrute inmediato, así como la búsqueda de sensaciones nuevas y de libertad son esenciales. Estas nuevas tendencias cumplen esas expectativas. En consonancia con esta evolución, la respuesta del tenis ha llevado al desarrollo de un programa de tenis para adultos.

Las tres tendencias que se han desarrollado a partir del programa han contribuido a reorganizar los contenidos educativos. La tendencia hacia el 'descubrimiento' está relacionada con el disfrute inmediato de jugar, la tendencia de 'forma física' se centra en la búsqueda de bienestar y de la condición física y, finalmente, la tendencia de 'rendimiento' comienza proponer competitivamente o mejorar un golpe en especial.

Mediante situaciones reales, este vídeo ilustra la lógica que subyace a esta enfoque de enseñanza adaptado a los adultos. También presenta actividades deportivas originales y divertidas que ayudan a crear una atmósfera amigable y positiva en el ambiente de club.




Technical supervisor
YVES BETHIÈRE
Nathalie DELAUNAY

Director
ALAIN FORTIN ZÉNIS

© 2007 FTF

ADULT TENNIS PROGRAMME Teaching and experiencing tennis differently



FTF

Fédération Française de Tennis

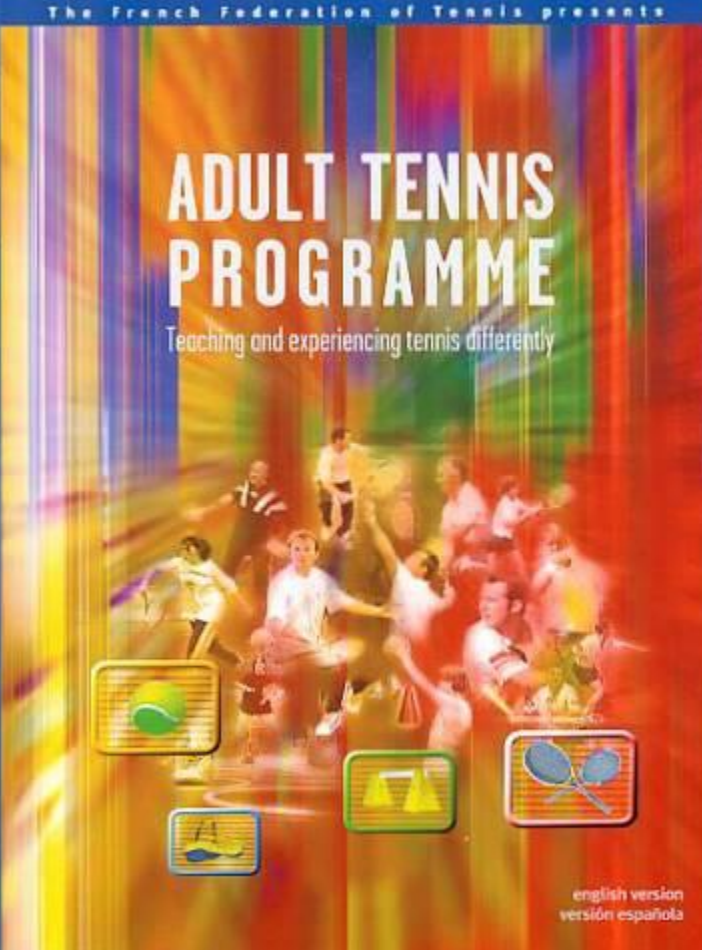
FTF • 2 av Gordon Bennett • 75016 PARIS




Tous droits de production et de projection de cet ouvrage réservés. Sauf autorisation la reproduction, le prêt, l'emprunt ou l'utilisation de ce matériel ne peut être effectués sans la permission de la Fédération Française de Tennis.

The French Federation of Tennis presents

ADULT TENNIS PROGRAMME

Teaching and experiencing tennis differently



english version
versión española

Promocija programa za otroke



⋮

Promocija programa z energijsko komponento



Ulični tenis (street tennis)



Tenis na plaži (beach tennis)



Cilji Play & Stay

- Da vsi trenerji uporabljajo mehke žoge in učijo “Serve, rally and score” že na prvi uri učenja
- ITF želi promovirati optimalno metodiko za učenje začetnikov
- Razviti zaznavanje tenisa kot:
- “ENOSTAVEN, ZABAVEN & ZDRAV”
 (“Easy, fun & healthy”)

Priložnosti Play & Stay

- Program ni obvezujoč
- Daje možnost uporabe ITF materialov
- Podpira obstoječe programe
- Katalizator v kreiranju in uvajanju novih programov za razvoj tenisa





Tenis čez 5 let...

- Tenis je atraktiven šport v katerem ljudje ostajajo celo življenje!
- Večje število ljudi igra tenis

