

TAKTIKA PAROVA

1. Igra parova
2. Pozicije i zadatki igrača
3. Igralne situacije
4. Kako stvoriti par
5. Igralne karakteristike u različitim razdobljima
6. Važnost komunikacije kod igre parova

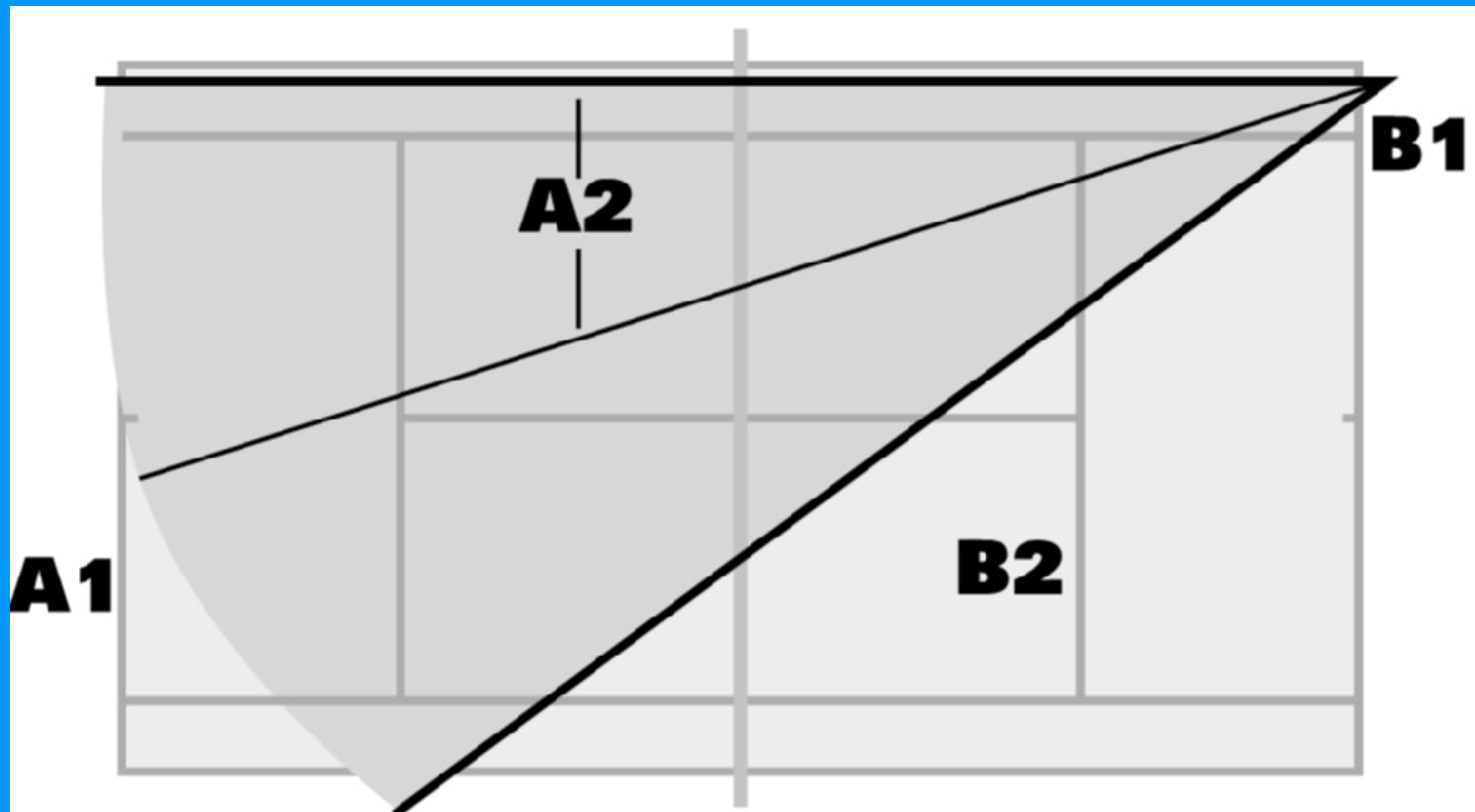
1. IGRA PAROVA

- taktika igre parova je zahtevnija kao igra pojedinaca
- igra parova nije igra dva pojedinaca nego igra ekipe (tima)
- kod igre parova različite igralne situacije pojavljaju se češće (igra na mreži, passing, lob, smeš).
- Kod igre parova vrlo je važna komunikacija među igračima i uigranost igrača.

2. ZADATKI IGRAČA NA RAZLIČITIM POZICIJAMA

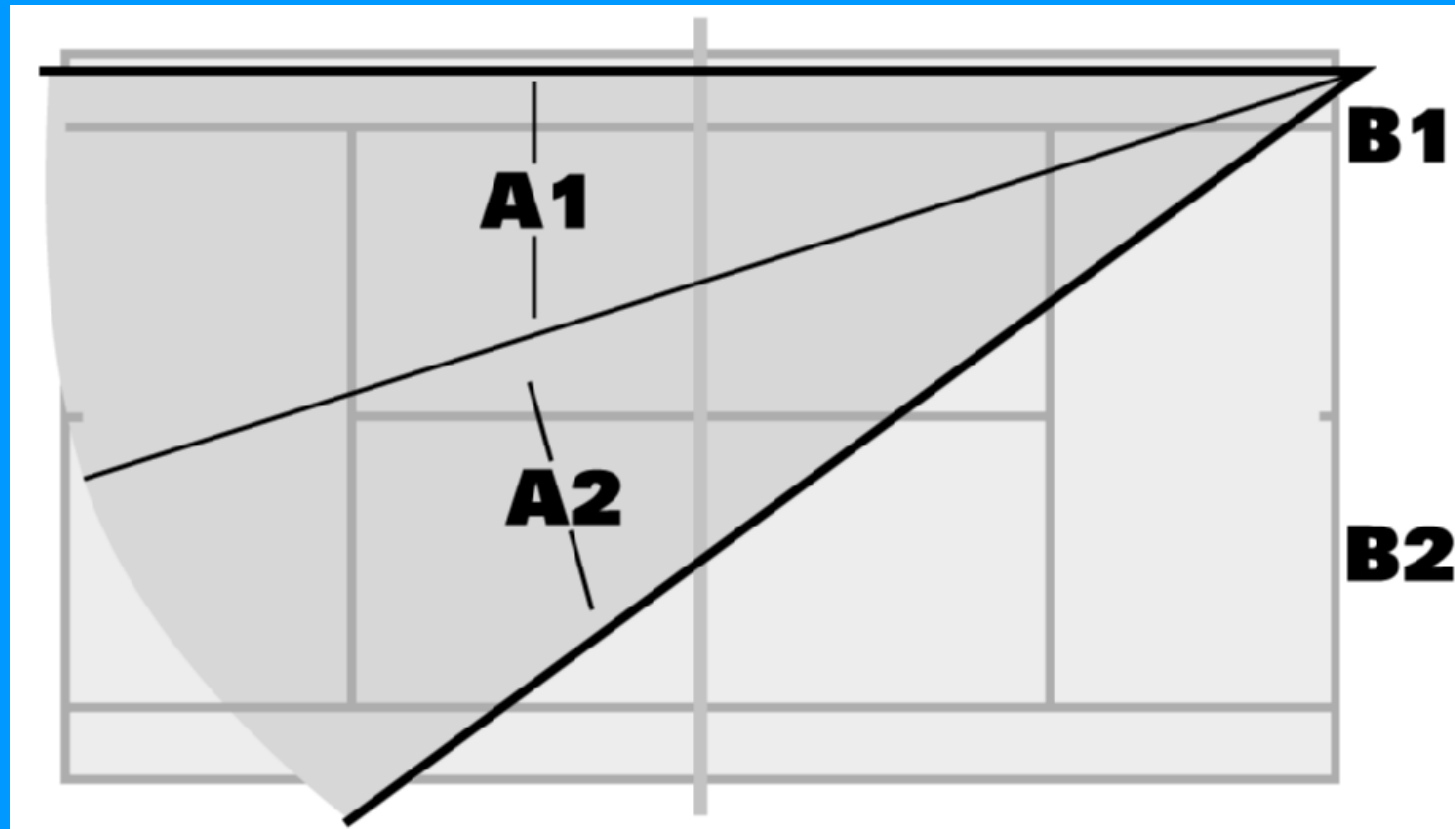
1. igrač, koji servira
2. suigrač igrača koji servira
3. igrač koji reternira
4. suigrač igrača koji reternira.

Položaj igrača kod parova



jedan igrač na mreži, drugi pozadi

Položaj igrača kod parova



oba igrača na mreži, druga dva pozadi

igrač, ki servira

- **pozicija** (1-2 m ljevo, desno od sredine + igralište za parove)
- **cilji servisa** (češče na sredino, manja možnost otvaranja terena)
- **igra servis – volej** (uslovi)
- **moguče igralne situacije** (mjenje pozicija, "poaching"...)

Partner igralca, ki servira

- **pozicija** (na sredini između servisno i bočnu liniju; pozicija zaviso od vrste servisa i podloge)
- **kretanje** (kod servisa i udarca suigrač kreče naprijed v smeri udarca, sa udarcem protivnika nazad)
- **spremnost** (loš retern, paralela, lob...)
- **moguče igralne situacije** (mjenjanje strana, "poaching"...)
- **3 mogućnosti "pochinga":**
 1. reakcija (loša lopta)
 2. anticipacija (očekuje lošu loptu, zavisi od R)
 3. dogovor (pr. svaki 2. servis, koji ide na T).

igrač, ki reternira

- **pozicija** (blizu zadnje linije, položaj zavisi od servisa)
- **cilj reterna** (najčešće diagonalno – cilj 2 ili 3, u određenim situacijami i druge mogućnosti (loš servis, igrač na mreži "poaching", igrač na mreži je blizu mreže idr.)
- **izvođenje** (defenzivno, ofanzivno)
- **moguće igralne situacije** (igrač ostane na zadnoj liniji, ide naprijed)
- **levičar: dva razloza zašto je ljevak u parovima postavljen na ljevo stranu:**
 1. Slajz S dolazi pod manjim uglom
 2. Mnogo servisoa kod parova ide na T, zato je put na F kraći (Cayer, 2003).

Partner igralca, ki reternira

- **pozicija** (na sredini između servisne i bočne linije; pozicija zavisi od vrste servisa)
- **kretanje** (kod servisa i udarcu suigrač kreće naprijed u smjeri udarca, sa udarcem protivnika nazad)
- **spremnost** (loš servis, paralela, lob...)
- **moguće igralne situacije** ("poaching", ako je protivnikov udarac loš...)
- **triki**: suigrač reternerja otvori teren i vrši pritisak na sredinu; ako ga protivnik prođe zatvori paralelu (Cayer, 2003).

mogućnosti reternerjev

Reternerja imata 5 mogućnosti:

1. paralela
2. paralela u tjelo igrača
3. diagonalna
4. kratku diagonalna
5. lob (to profi igrači ne rade; nemaju vremena).
 - Na "ad" strani, ako je servis na van, igrač ne mora da se vraća nazad na sredinu, može upotrebiti F (Cayer, 2003).

3. IGRALNE SITUACIJE I POZICIJE

1. Igrači menjaju strane, server ostane na osnovnoj liniji
2. Igrači menjaju strane, server ide prema mreži
3. Igrač kod mreže samo vara, da će menjat stranu
4. sredinska "I" pozicija igrača kod mreže
5. »avstralska« pozicija igrača
6. »španska« - defenzivna pozicija igrača.

Retern kod "I" formacije

- retern protiv "I" formacije; tim koji servira ima 4 mogućnosti:
- najbolji retern protiv "I" formacije je paralela (70-80%)
- igrač kod mreže ima najduži put i suigrač retenera ima najviše vrmeena za vraćanje voleja.

Igra parova i razvoj igralcev

Igra parova ima pozitivan utecaj na razvoj igre mladih teniskih igrača i posebno igračica:

- kroz igru parova razvijamo:
 - vsestransku igru
 - upotrebo voleja, smeša – igru na mreži
 - upotrebo reterna v težkih okolnostima (malo prostora, pritisak...)
 - upotrebo specifičnih kuteva i pravca
 - brzinu reakcija i reflekse
 - timski rad i surađivanje
 - komunikaciju
- pritisak se podjeli na oba igrača
- samopouzdanje u igru na mreži
- više zabave i uživanja
- uspjeh u igri parova može pomoći kod uspjeha u singlu (ITF, 2002).

Igra parova i vrhunski igrači

- u ekipnih takmičenjima igra parova često odlučuje (Davis cup, Fed cup, Winter cup, Copa del sol...),
- kroz igru parova možemo kvalitetno trenirati određene situacije
- igrač može zaraditi novac i može igrati kvalifikacije za singl (ATP, WTA) (ITF, 2002).

Kako formirati tim?

- u slučaju, da je jedan igrač bolji, on igra na levoj (ad) strani, zato što se važni poeni igraju na ovoj strani
- ako u paru igra ljevak, onda on igra levoj (ad) strani (osim ako imaju oba igrača bolji bekend)
- ako ima jedan od igrača bolji jedan udarac onda on igra na toj strani igrališta (ITF, 2002).

Kako izabrati suigrača?

- Šta je važno:
 - svaki igrač mora da zna svoje kvalitete
 - različite i složene ličnosti (čustvena harmonija)
 - tim, koji udružuje "orožja", ne slabosti
 - Potrebno je vreme, da se igrači uigraju
 - ako je jedan igrač pod pritiskom (pr. napravio je nekoliko grešaka), drugi mu mora pomoći
 - igrač mora "testirati" više suigrača.

Skupinska kohezivnost

Upute za dobru kohezivnost tima:

- budi otovoren, pomogni i razumi suigrača
- pomogni suigraču razviti samopouzdanje
- čestitaj mu za dobar udarac
- ne opraštaj se kada napraviš grešku
- ne pričaj previše
- ne upotrebljavaj negativnu neverbalnu komunikaciju (zavijanje sa očima, reakcija kada suigrač napravi grešku...).

Taktični cilji u igri parova

U11

- međusobna komunikacija
- igrati z visokom intenzivnošću i pozitivnom energijom
- koncentracija na "sada" i ovaj poen.

Taktični cilji u igri parova

U11-U13

- pronaći optimalnog suigrača
- razumijeti i osvojiti taktične osnove igre parova
- poznavati pozicije/odgovornosti pojedinačnog igrača
- imati prilagodljiv i različiti način igre, koji omogućava primenjivanje taktike u meču
- izraditi taktički plan za svaki poen.

Taktični cilji u igri parova

U14-U16

- razviti napadački stil igre, kojim možeš koristiti protivnikove slabosti.

Neverbalna komunikacija

Neefikasna komunikacija	Učinkovita komunikacija
Igrač se okrene od suigrača.	Igrača se nakon poena okreneta jedan prema drugome.
Igrač ne želi da hoda zajedno sa suigračem.	Igrača hodata zajedno, rama uz ramu.
Igrač je tiho i ne komunicira.	Upotrebljavaju „signale“, šta će napraviti.
Ne želi tjelesni kontakt.	Tjelesni kontakt (high five).
Igrač je previše negativan, kritičan i ciničan.	Smiju se, zajedno traže rješenja,
Nema kontakta pogledom.	Čest kontakt pogledom.

Verbalna komunikacija

Situacija	Neefikasna komunikacija	Efikasna komunikacija
Suigrač napravi grešku – važan poen	<ul style="list-style-type: none"> - ne kažeš ništa - pripremiš se na sledeći poen, suigrača ignoriraš - 'Slabo igraš važne poene' - 'Zašto ne možeš pogoditi retern Bilo je važan poen!' 	<ul style="list-style-type: none"> - 'OK, nema problema' - 'Ajde, sledeći poen' - 'Dobro, pogodi sledeću, ne brini!'
Prije važnog poena	<ul style="list-style-type: none"> - 'Ovaj retern moraš pogoditi!' - 'Sve zavisi od tebe!' - 'Ne napravi duplu' ili 'Molim, pogodi taj retern!' 	<ul style="list-style-type: none"> - 'OK, ajmo sledeći poen!', 'Mi to možemo!' - 'Ajde, ti najbolje igraš važne poene'
Suigrač igra slabo	<ul style="list-style-type: none"> - 'Ajde, sagni koljena!' - (cinično) 'Danas stvarno igraš super!' - 'Ne znam zašto igram sa tobom' 	<ul style="list-style-type: none"> - 'Ajde, ti možeš!' - 'Ne brini, pogodit češ!' - 'Ajde, ovaj poen!'
Suigrač je nerozan	<ul style="list-style-type: none"> - 'Ajde, nerviraš me, smiri se, molim!' - 'Molim, ne deri se' 	<ul style="list-style-type: none"> - 'Ajde, uzmi si vreme!' - upotrebi humor za relaksacijo
Suigrač je ljut	<ul style="list-style-type: none"> - 'Ne mogu podnjeti tvoje ponašanje!' - 'Radi šta očeš!' 	<ul style="list-style-type: none"> - 'OK, zaboravi taj poen, ideva naprijed' - 'Koncentriraj se na sledeći poen' - upotrebi humor za relaksacijo
Suigrač nije motiviran	<ul style="list-style-type: none"> - 'Ja se borim, a šta ti?' - 'Dali moram svaki meč dobiti sam?' 	<ul style="list-style-type: none"> - 'Ajde, udari loptu!' - 'Idemo sada, igrajmo aktivno!'