

RAZLIČNI NIVOJI IGRE

V tej predstavitvi bomo...

- Razložili razvoj taktike skozi različna starostna obdobja igre (od začetnikov do naprednejših igralcev)
 - Do 12 let
 - Do 14 let
 - Do 18 let
- Predstavili druge razvojen vidike taktike.

Taktika v različnih starostnih obdobjih (12, 14, 18)

- Igralci se učijo skozi igro in treniranje
- Trenerji jim pomagajo pri tem procesu
- Taktične veščine se razvijajo sočasno z drugimi (tehnične, kondicijske, psihološke)
- Taktični trening se mora začeti že takoj na začetku učnega procesa.

Taktični razvoj do 12 let

Taktični razvoj do 12 let

VEŠČINE UDARCI	POGOSTE SITUACIJE (REŠEVANJE)	POGOSTE TAKTIKE IN VZORCI (RAZVOJ)	POT DO CILJA
SERVIS	<ul style="list-style-type: none"> - Igralci nimajo cilja in ne dosejajo asov - Ne igrajo servis – mreža - 11/12 let stari igralci se bojijo narediti dvojno napako → zelo slab 2.servis. 	<ul style="list-style-type: none"> - Igralci morajo najti učinkovit servis skozi zanesljivost in globino - Ko postanejo višji morajo začeti s servisom dosežati vinerje. 	<ul style="list-style-type: none"> - pri 11/12 letih morajo dodati udarcem več spina, da so lahko zanesljivi in napadalni hkrati - Ustvariti situacije, kjer igralci začenejo s servisom in reternom (takoj po ogrevanju).
RETERN	<ul style="list-style-type: none"> - Niso zelo napadalni, čeprav so servisi slabi - Temeljni vilj je zanesljivost in globina. 	<ul style="list-style-type: none"> - pri 11/12 letih morajo začeti razvijati napadalen retern v odprt del igrišča (diagonalano) - Na 2.servis morajo dosežati več vinerjev. 	<ul style="list-style-type: none"> - Igrati čim več dvojic, kjer sta vključena servis in retern - Gibati se proti žogi in igrati v najvišji točki - Razvijati odprt položaj - Ustvariti situacije, kjer igralci začenejo s servisom in reternom (takoj po ogrevanju).

Taktični razvoj do 12 let

VEŠČINE UDARCI	POGOSTE SITUACIJE (REŠEVANJE)	POGOSTE TAKTIKE IN VZORCI (RAZVOJ)	POT DO CILJA
IGRA NA OSNOVNI ČRTI	<ul style="list-style-type: none">- Pri 11/12 letih morajo igrati veliko situacij, kjer so učinkovite visoke in globoke žoge- Igralke igrajo preveč na sredino igrišča brez odpiranja igrišča- Pri 11/12 letih morajo igralci začeti razvijati svoje orožje (forhend).	<ul style="list-style-type: none">- pri 11/12 morajo uporabljati diagonale za odpiranje igrišča in biti sposobni pospeševati paralelno- Razumeti morajo prednost igranja žog v najvišji točki ali v dvigovanju, bolj kot igrati kasneje in močno.	<ul style="list-style-type: none">- Igralci in igralke se morajo učiti kako uporabiti svoj boljši udarec → igrati igre, kjer dobijo dodatne točke za viner ali volej.

Taktični razvoj do 12 let

VEŠČINE UDARCI	POGOSTE SITUACIJE (REŠEVANJE)	POGOSTE TAKTIKE IN VZORCI (RAZVOJ)	POT DO CILJA
NAPAD IN IGRA PRI MREŽI	<ul style="list-style-type: none"> - Igralci so lahko uspešni na mreži, predvsem na trdih igriščih - Pri 11/12 letih je lahko lob ali visoka žoga zelo učinkovita → pogosto je njihov polaž predlaeč od mreže - Pogosto namesto smeša igrajo forhend ali smeš po odskoku. 	<ul style="list-style-type: none"> - Igralci pogosteje pridejo k mreži, ko tekmeec tega ne pričakuje, kot pa kot klasičen napad - K mreži gredo na klasičen način, takrat ko dobijo res kratko žogo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Igrati morajo veliko dvojic - Razviti topspin volej skozi vaje ali situacije - Začeti trening s situacijami pri mreži - Trenirati smeš na zidu.
IGRA PROTI IGRALCU NA MREŽI	<ul style="list-style-type: none"> - Pri 11/12 letih so zelo uspešni v obrabnih situacijah, predvsem ker tekmeeci niso uspešni pri mreži - Veliko točk dobijo z visokimi žogami ali lobom. 		

Taktični razvoj do 14 let

Taktični razvoj do 14 let:

Uvod

- Razvoj vsestranske igre
- Napadalna igra in ustrezno taktično odločanje
- V skladu z igralčevimi telesnimi preddispozicijami
- Razvijati kako igrati napadalno ne glede na telesne preddispozicije
- Obrambna igra pri teh starosti:
 - Predstavlja pogost problem
 - Verjetno bo igralca ovirala v kategoriji do 18 let.

Taktični razvoj do 14 let:

Kdaj začeti?

- Individualni taktični razvoj se lahko začne, ko se začne intenzivna rast (ang. growth spurt)
- V tem trenutku moramo imeti dovolj informacij o telesnem, kondicijskem, psihološkem in tehničnem stanju igralca, da ga lahko usmerjamo k njegovemu individualnemu stilu.

Taktični razvoj do 14 let:

Cilji

- **Poznavanje vseh taktičnih situacij**
 - Uporaba igrišče
 - Razumevanje različnih možnosti v taktičnih situacijah
 - **Poskušanje (eksperimentiranje) različnih igralnih stilov**
 - Tako v vlogi igralca kot v vlogi tekmeca
 - Če to ni doseženo, potem se igralec ne bo ustrezno taktično razvijal do kategorije U18.

Taktični razvoj do 14 let:

Kako do cilja?

Zaprta – polodprta – zaprta situacija

- Zaprta situacija:
 - To je sovražnik taktičnega razvoja
 - Zelo pomembna za razvoj tehnične kompetentnosti, ki je potrebna za razvoj taktike
- Polodprta situacija:
 - Vaje se morajo začeti s servisom in reternom.
- Trenerji morajo najti ustrezno ravnotežje pri uporabi teh treh situacij.

Taktični razvoj do 14 let: Kako do cilja?

Kontrola žoge

- Mora uporabljati učinkovito kinetično verigo
- Razumeti, da ima vsak igralec optimalno hitrost, ki mu omogoča optimalno kontrolo udarcev
- Mladi igralci poskušajo igrati tako kot profesionalni igralci, vendar nimajo ustrezne tehnike in moči.

Taktični razvoj do 14 let:

Kako do cilja?

Anticipacija

- Zelo pomemben dejavnik pri taktičnem razvoju igralca
- Zelo pomemben pri napadalni igri, ki se igra danes
- Lahko jo dosežemo, ko ima igralec zelo dobro kontrolo žoge
- Igralci 14U morajo biti sposobni kontrolirati žogo tako, da so sposobni tekmeca spraviti izven ravnotežja, izven igrišča... in si ustvariti priložnost za zaključek točke.

Taktični razvoj do 14 let:

Kako do cilja?

Teoretično razumevanje

- Vseh taktičnih možnosti
- Pripraviti igralca, da samostojno sprejema taktične odločitve med tekmo
- Vaje za igralce 14U morajo podpirati teoretično razumevanje
- To jim bo pomagalo priti do taktične zrelosti
- Intelektualno razumevanje igre mora biti predstavljeno na ustrezen način.

Taktični razvoj do 14 let:

Kako do cilja?

Analiza in prilagajanje

- Analiza tekmeca in prilagoditev igre tekmecu (igralni stil, taktični načrt, orožja, slabosti...)
- Igralna inteligentnost (ang. match intelligence) moramo razvijati od začetka
- Potrebujemo inteligentne igralce sposobne hitrega odločanja.

Taktični razvoj do 18 let

Taktični razvoj do 18 let:

Individualizacija

- Razvoj individualnega taktičnega stila
- Igralec mora biti sposoben samoanalize in ocene svojih orožij slabosti
- Samoanaliza bo pomagala igralcu najti svoj individualni taktični cilj
- Delo na individualnih orožjih (pr. slajz, skrajšana žoga...) in skrivanje (tekmec težje anticipira udarce).

Taktični razvoj do 18 let:

Osnove

- Ne glede na igralni stil:
 - Servis mora biti razvit do te mere, da igralec lahko diktira igro na svoj servis
 - Forhend mora omogočiti stalen pritisk na tekmeca
 - Retern in passing morata biti odigrana čim bolj napadalno.

Taktični razvoj do 18 let:

Osnove

Taktična napadalnost

- Ko ima igralec razvito določeno orožje, v vseh taktičnih situacijah mora izpiliti do te mere, da je sposoben izvajati stalen pritisk, napadati in zaključiti z vinerjem
- To je tudi bistvena razlika glede na igro do 14U.

Taktični razvoj do 18 let:

Osnove

Slabosti

- V tenisu se točke dobivajo z orožjem
- Stalen razvoj orožij
- Delo tudi na odpravi slabosti
- Potreben je taktičen in tehničen trening s cilej odpravljanja slabosti – manj slabosti, pomeni manj težav.

Taktični razvoj do 18 let:

Ostale pomembne značilnosti

Razvoj kakovosti reterna

- Vsi vrhuski igralci imajo zelo učinkovit retern
- Igralci trenirajo servis mnogo več kot retern
- Retern trenirajo preveč pogosto v zaprti situaciji, ker ne izboljšuje anticipacije
- Igralci morajo več trenirati retern na ustrezen način in z boljšim prenosom v tekmovalno situacijo.

Taktični razvoj do 18 let:

Ostale pomembne značilnosti

Prilagajraje na različne taktične stile tekmecev

- Nemogoče je spremeniti igralčev individualni taktični stil, ker je sprejemanje odločitev avtomatizirano
- Mnogo bolje je, da igralec uporabi svoja orožja, kot pa da preveč prilagaja taktični stil tekmeču
- Mora biti nekaj prostora za manjše prilagoditve na tekmečev igralni stil.

Taktični razvoj do 18 let:

Ostale pomembne značilnosti

Prilagajanje taktičnega stila podlagi

- Enako pot pri tekmecu
- Primer: igralci osnovne črte na travi ne bodo vedno prihajali na mrežo, bodo pa prihajali pogosteje kot na pesku
- Takšne prilagoditve je potrebno razviti v mladinskih kategorijah.

Taktični razvoj do 18 let:

Ostale pomembne značilnosti

Ekstremne situacije

- Igralci 18/U igrajo bolj in bolj napadalno, sposobni so reševati ekstremne situacije
- Takšne situacije morajo biti del dnevnega programa treningov.

Taktični razvoj do 18 let:

Ostale pomembne značilnosti

Taktične situacije in specifična tehnike tekmeca

- Pri tej starosti, se mora igralec naučiti izkoristiti prednost, če ima tekmelec specifično tehniko
- Primeri:
 - Igrati nižje žoge, če ima tekmelec ekstremne prijeme
 - Anticipacija servisa glede na met žoge tekmeca.

Taktični razvoj do 18 let:

Ostale pomembne značilnosti

Kako igrati v vetru

- Z vetrom morajo igralci 18U igrati bolj napadalno, pogosteje prihajati k mreži in igrati z več topspina zaradi boljše kontrole žoge
- Proti vetru morajo igralci igrati globoke žoge z udarci na osnovni črti in reternom s ciljem, da bi tekmeč igral napadalno in dominiral v točki.

Taktični razvoj do 18 let:

Ostale pomembne značilnosti

Kako igrati v soncu

- Prilagoditi taktiko servisa (pr. igralec prilagodi met žoge in servira topspin servis kot 2.servis zaradi pozicije sonca)
- Vrši pritisk na serverja, v situaciji ko ga ovira sonce.

Ostale razvojne značilnosti taktike

Nekatero razlike v taktiki

	Profesionalni igralci	Mladinci
Razumevanje: Ustrezno branje tekmečevih namer na osnovi anticipacije.	Osnove. Hitrost igre pomeni limit za igralca.	Pomembna, toda ne odločilna.
Izbira: Izvedba ustreznega udarca v določeni igralni situaciji.	Zelo pomembna.	Ni odločilen dejavnik.
Prilagodljivost: Sposobnost prilagajanja različnim značilnostim tekmecev, podlagi, žogam...	Zelo pomembna. Narašča glede na uspešnost igralca na svetovni jakostni lestvici.	Relativno pomembna.
Zanesljivost: Sposobnost igrati aktivno in zbrano skozi celotno tekmo.	Nepogrešljiva na najvišji ravni.	Da se jo kompenzirati.

Vprašanja?