

# TAKTIČNI KONCEPTI, ZNAČILNOSTI IN 5 IGRALNIH SITUACIJ

# V tej predstavitvi bomo...

- Taktične koncepte v igri posameznikov
- Razložili temeljne značilnosti taktike vrhunskih igralcev
- Predstavili temeljne taktične principe in cilje za naprednejše igralce v 5 igralnih situacijah

# TAKTIČNI KONCEPTI V IGRI POSAMEZNIKOV

# Zmagovalni taktični koncepti

- Obstaja nekaj temeljnih taktičnih konceptov, ki jih bi morali teniški igralci upoštevati s ciljem uporabe zmagovalnega taktičnega načrta
- Ti taktični koncepti so določeni z dimenzijami teniškega igrišča, ki je vedno enako
- Tako kot za tehniko obstajajo znanstveno utemeljeni principi, enako velja tudi za strategijo in taktiko
- Igralci uporabljajo 10 temeljnih taktičnih konceptov pri razvoju sposobnosti odločanja (ang. decision-making skills) pri igri posameznikov.

# Zmagovalni taktični koncepti v igri posameznikov

- Koncept 1 – igray zanesljivo in upoštevaj %
- Koncept 2 – upoštevaj cone
- Koncept 3 – razumi tarče
- Koncept 4 – zmanjšaj število sprememb smeri
- Koncept 5 – igray v sredino
- Koncept 6 – napadi krajšo žogo
- Koncept 7 – dvojni interval
- Koncept 8 – D.N.O. (defensive, neutral, offensive)
- Koncept 9 – zadrži linijo
- Koncept 10 – variraj.

# Koncept 1 - igray zanesljivo in upoštevaj %

- Enostaven načrt je zmanjšati število neizsiljenih napak in povečati število točk dobljenih z izsiljenimi napakami tekmeca
- neizsiljene napake so napake, kjer tekmelec ne vrši pritiska na igralca
- izsiljene napake so najpogosteje izgubljene točke zaradi pritiska tekmeca
- V igri posameznikov so 3 najpomembnejši udarci, kjer želimo visoko zanesljivost: servis, retern in prehodi k mreži.

# Koncept 2 – upoštevaj cone

- Uporabi predstave: semafor
- Rdeča cona - osnovna črta: zanesljiva igra z čim manj napak
- Rumena cona - sredina igrišča (mid-court): napad ali prehod
- Zelena cona – pri mreži: zaključni, odigraj v stran.

# Koncept 3 - razumi tarče

- Bližje mreži pomeni tudi večji potencialni kot ( $130^\circ$  pri mreži,  $19.6^\circ$  na osnovni črti)
- Višina je enako globina – cilj je 1-2 m okno nad mrežo
- Stranske črte – predstava o notranji črti znotraj igrišče (pr. pri napadih), ne ciljaj stranskih črt
- Zanesljive točke – so vnaprej določene tarče )pr. ko si izven igrišča in pod pritiskom, odigraj visoko in dolgo v sredino, da si pridobiš čas za vračanje).



# Koncept 4 - zmanjšaj število sprememb smeri

- Razlika v kotu med paralelo in diagonalo je zelo majhna ( $19.1^\circ$ ).
- Možnost napake pri spremembi smeri narašča pri globoki žogi, ki prihaja diagonalno.

# Koncept 5 - igranj v sredino

- Najboljša napaka je predolga žoga
- Kadar treniraš uporabi koncept 2 odskokov – navidezna podaljšana stranska linija, kamor mora doskočiti 2. odskok žoge
- Igranje v sredino bo tekmeču zmanjšalo prostor in možnost, da igra udarce pod kotom.

# Koncept 6 – napadi krajšo žogo

- Določi kaj je za tebe krajša žoga (število korakov, da dosežeš dobro pozicijo za volej), od trenutka, ko tvoj napad doskoči
- Napadi na tekmečevo slabšo stran, torej na stran, kjer igra višje ter globlje
- Gibaj se skozi udarec in napadi znotraj varnostnih črt
- Učinkovitost na mreži pomeni, če dobiš 2 od 3 točk (66%).

# Koncept 7 – dvojni interval

- Uporabi dvojni interval v naslednjih situacijah:
  - Napad in volej
  - Nizek in visok volej
  - Prvi in drugi passing
  - Servis in volej.
- Poudari pomen, dobiti točko z drugim udarcem (pr. Prvi passing na slabši volej tekmeca in drugi passing winner).

# Koncept 8 - D.N.O.

- Kadar si na osnovni črti igraš v skladu s svojo pozicijo: obrambno, nevtrarno, napadalno.
  - Obrambno je za osnovno črto = D
  - Nevtrarno je na osnovni črti = N
  - Napadalno je znotraj igrišča = O.

# Koncept 9 – zadrži linijo

- Na nizke voleje blizu mreže je HPT igrati paralelo
- Uporabi velike („safeline“) tarče.

# Koncept 10 - variraj

- Spremeni taktiko in ritem, ko je potrebno in uporabi:
  - Več ali manj spina
  - Slajz bekend
  - Višji lot nad mrežo
  - Ostani na osnovni črti delje
  - Spreminjaj hitrost žoge
  - Napadi res zelo kratke žoge
  - Udari prvi servis kot svoj drugi servis
  - Vzemi si več časa med točkami.

# Temeljne značilnosti taktike vrhunskih igralcev



# Glavne značilnosti taktike vrhunskih igralcev

## Variacija udarcev

- Topspin zagotavlja bistveno višjo kakovost udarcev
- Igralci so sposobni spreminjati količino topspina pri posameznem udarcu
- Sedaj udarjajo žogo bolj ravno (nižje, globoko in hitreje)
- Reterin in passing sta postala udarca s katerimi igralci lahko zaključujejo točke
- Natančnost in zanesljivost se nista poslabšali z uporabo „novega“ topspina.

# Glavne značilnosti taktike vrhunskih igralcev

## Pokrivanje igrišča

- Igralci so sposobni pokriti celotno igrišče zelo učinkovito
- So sposobni igrati natančno in hitro z vseh delov igrišča
- So sposobni tekmece spraviti pod pritisk.

# Glavne značilnosti taktike vrhunskih igralcev

## Dvoročni bekend

- Je spremenil strategijo igre: igra na osnovni črti prevladuje
- Problem servis mreža igralcev, ker igralci z dvoročnim bekend reternom lahko igrajo udarce v različnih višinah
- Igralci z DB vršijo pritisk na tekmece z vseh položajev
- Igralci z DB lahko rešujejo različne situacije z bekend slajzom ali volejem
- Igralci z DB lahko uporabijo „drive“ volej na sredini igrišča
- Igralci z DB praktično nimajo slabosti na igri na osnovni črti.

# Glavne značilnosti taktike vrhunskih igralcev

## Igra na osnovni črti je hitrejša in bolj napadalna

- Značilno boljša kondicijska pripravljenost igralcev
- Tehnična kompetentnost
- Sodobna tehnologija loparjev
- Uporaba sodobne teorije gibanja in treniranja (biomehanika, anatomija, metodologija, psihologija...).

# Glavne značilnosti taktike vrhunskih igralcev

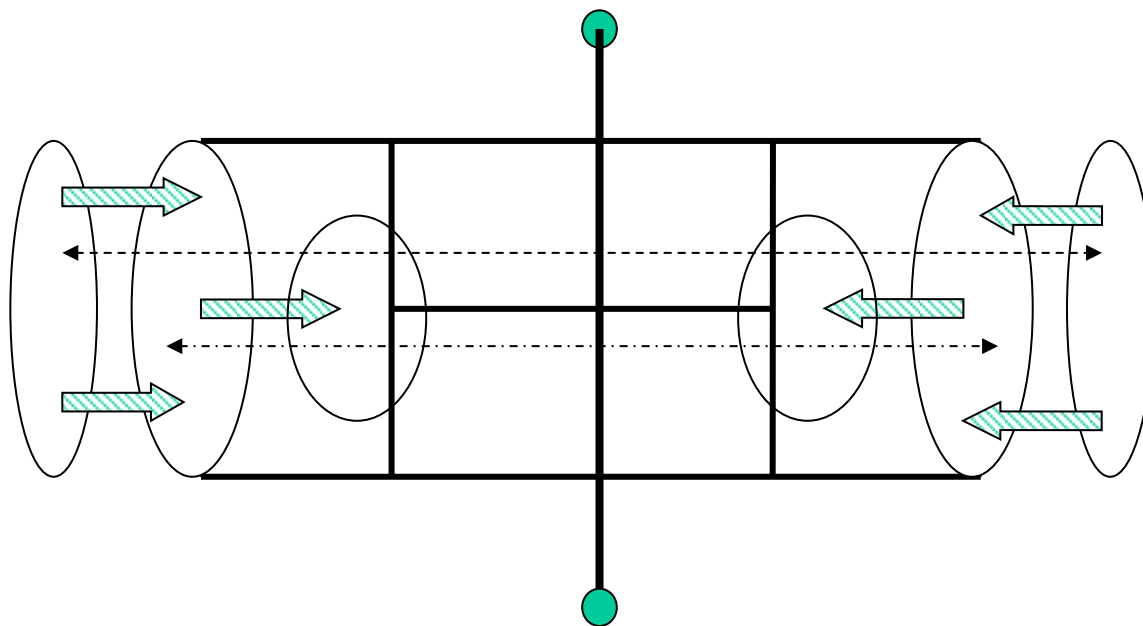
## Nove temeljne strategije vrhunskih igralcev

- Večina igralcev vrši pritisk na tekmeca in želi zaključiti točko z zaključnim udarcem.

# Glavne značilnosti taktike vrhunskih igralcev

## Nova pozicija igralcev na osnovni črti

Razdalja med igralcema se je zmanjšala.



# Glavne značilnosti taktike vrhunskih igralcev

## Igralni stil

- Profesionalni igralci so danes izjemno kondicijsko pripravljene in močni
- Večina igralcev igra zelo hitro, se giblje hitro in pokriva igrišče in so taktično zelo napadalni
- Obrabnih igralcev v profesionalnem tenisu ni več.

# Glavne značilnosti taktike vrhunskih igralcev

## Igralni stil

- V sodobne tenisu je razlik med igralnimi stili vedno manj
- Še vedno je nekaj igralcev, ki temeljijo svojo igro na servisu in voleju, vendar so sposobni igrati tudi na osnovni črti
- Enako se dogaja s specialisti za peščena igrišča
- Svojo igro bazirajo na osnovni črti, vendar so sposobni učinkovito igrati tudi na mreži
- Zato je vedno več vsestranskih igralcev in vedno manj „čistih“ servis mreža igralcev.



# Temeljni taktični principi in cilji za naprednejše igralce v 5 igralnih situacijah

## DELAVNICA

Taktika servisa

Taktika reterna

Taktika igre na osnovni črti

Taktika napada in igre pri mreži

Pomen prvih 4 udarcev...

# Vprašanja?