

TENIS KOT ODPRTA IGRA

Cilji

- Poznate temeljne značilnosti tenisa
- Ločite “odprte” in “zaprte” športne panoge
- Razumete kako “odprtost” vpliva na poučevanje tenisa.

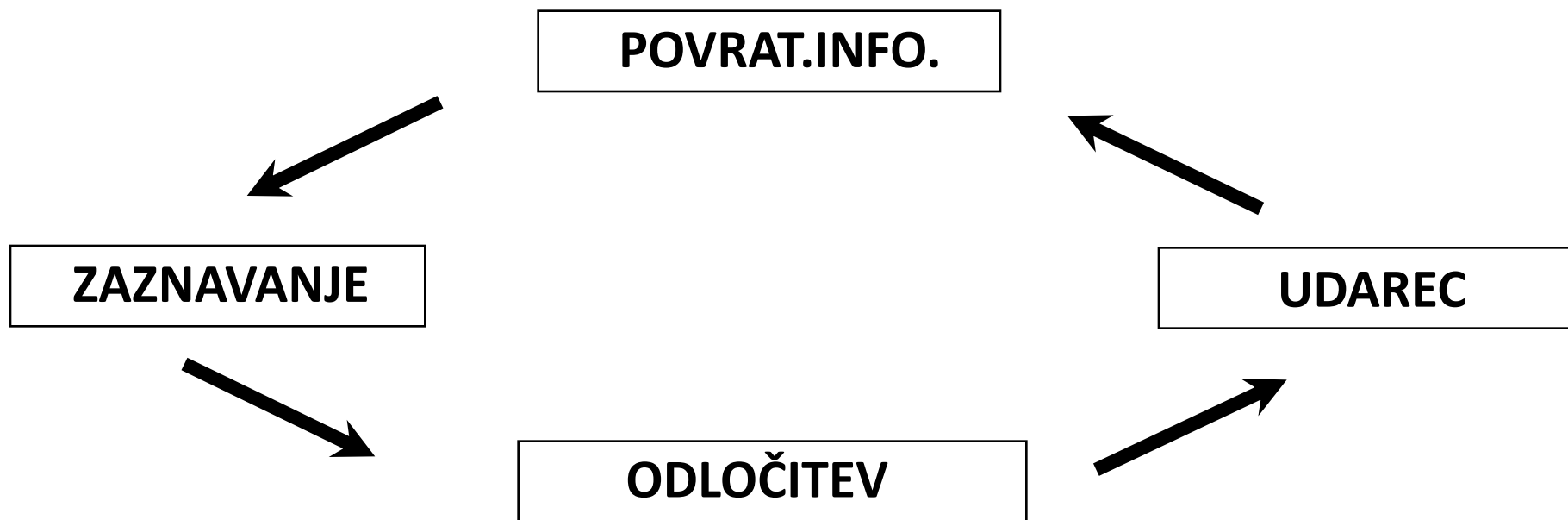
Izhodišča

1. Kaj pomeni “zaprta” in “odprta” športna panoga?
2. Naštej nekaj “zaprtih” športnih panog.
3. Naštej nekaj “odprtih” športnih panog.
4. Tenis kot igra odprte zanke.

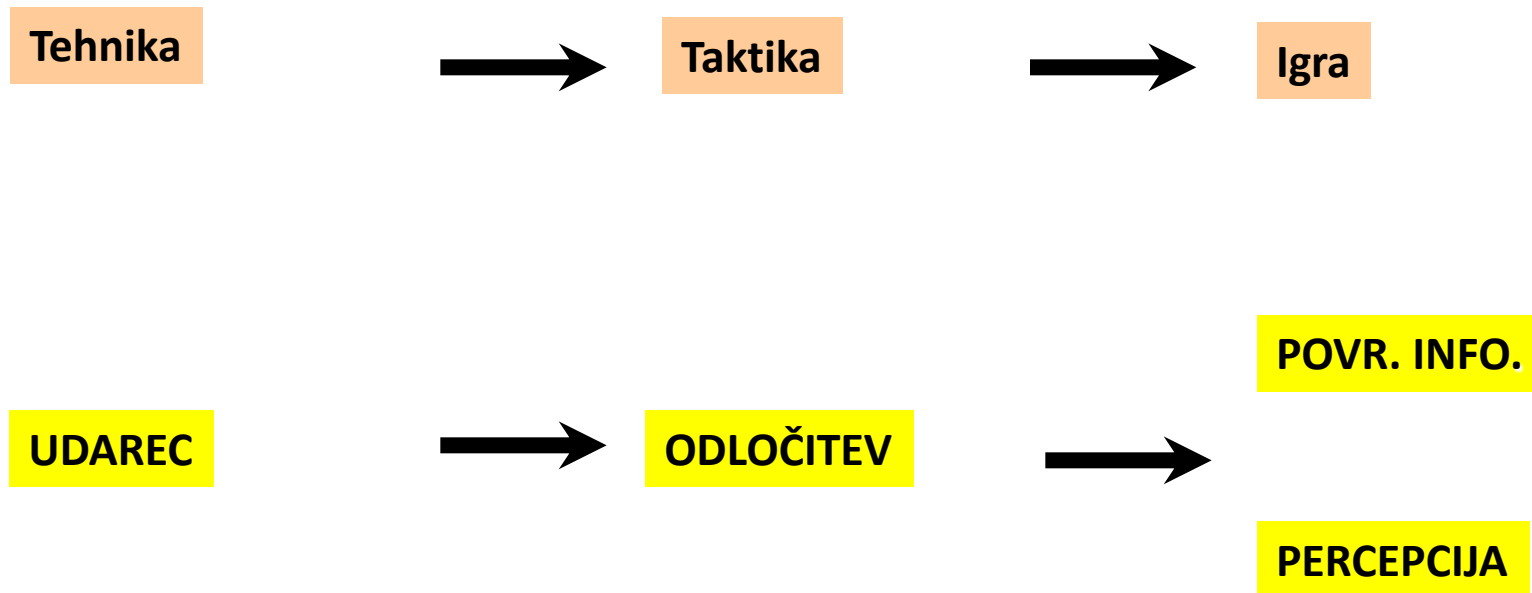
Mini tenis

VIDEO 1

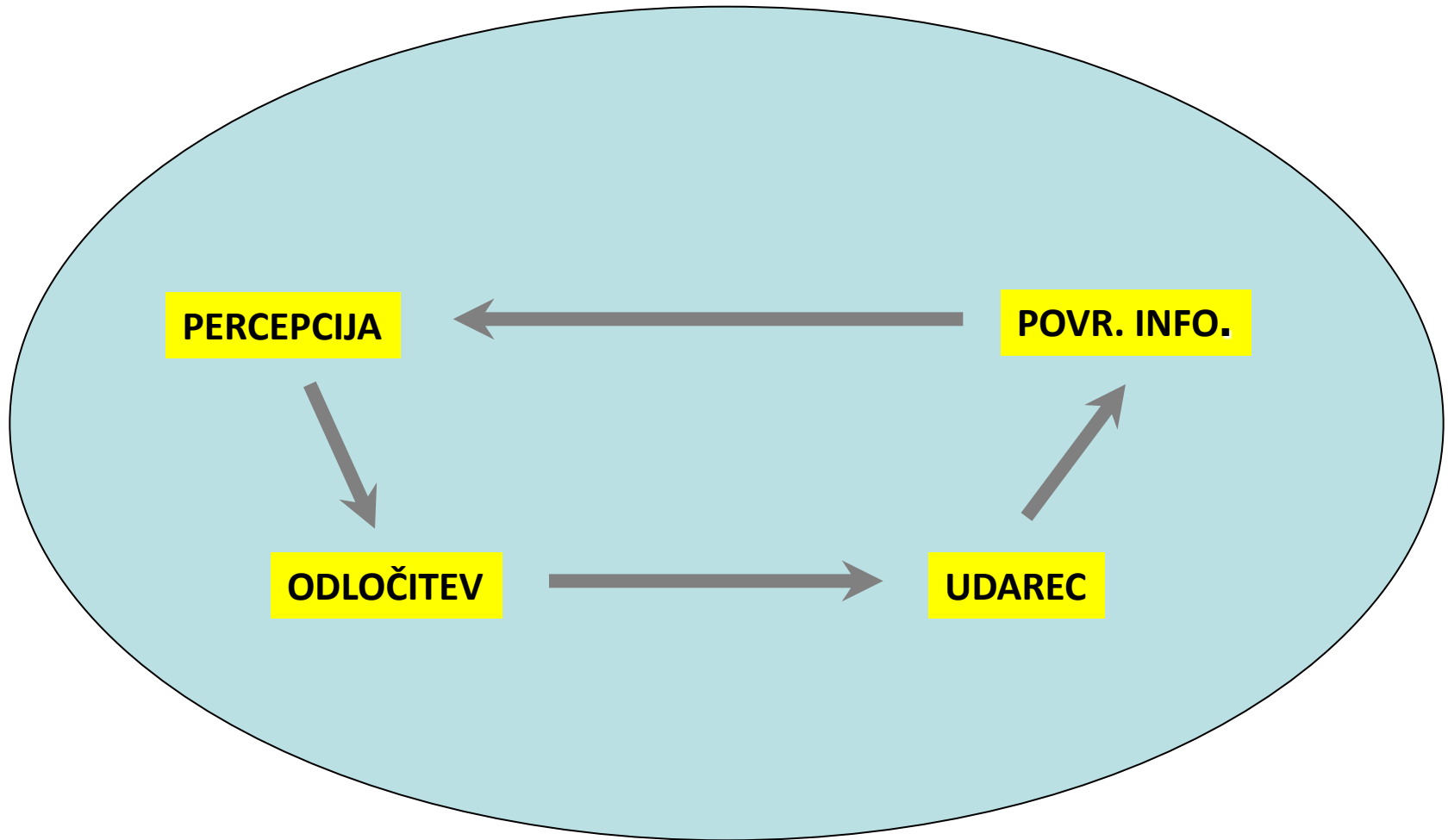
TENIS – IGRA “ODPRTE” ZANKE



Učenje tenisa včasih



Sodoben pristop



“Odprtost” & učenje 1

- Igralec nikoli ne ponovi istega udarca, ker nikoli ne dobi enake žoge.
- Vsaka situacija je drugačna!
- Zakaj nekateri trenerji še vedno učijo obliko udarca (formo)?



“Odprtost” & učenje 2

- Tenis je igra!
- Kaj motivira igralce (učence)?
- Kako učiti tenis skozi igro?
- Kaj je pri učenju tenisa pomembno?
- Kateri so pogosti problemi pri poučevanju?

Pogosti problemi pri učenju

- Veliko teniških trenerjev uči na enak način kot so bili učeni sami in ne glede na to, koga učijo
- Učni in trenažni pristopi in postopki so pogosto primerni za povprečne igralce, nikakor pa za nadarjene
- Za uspešno učenje je ključno sistematično delo, zgradba učne ure ter ustrezna uporaba vsebin (ITF, 2002).

Kdaj se učenec uči?

- trener je izvajalec in usmerjevalec učnega procesa
- vendar ni samoumevno, da če trener/učitelj poučuje, da se učenec tudi uči
- poučevanje je to, kar dela trener (učitelj)
- poučevanje je uspešno, če ima od tega korist učenec (razumevanje in učenje)
- učenje je to, kar dela učenec
- učenje pomeni spremembo (običajno pozitivno) pri učencu (ITF, 2002)

Metodika poučevanja

- znanost o metodičnih postopkih
- v pomoč trenerju pri doseganju učnih ciljev
- metodika pomeni:
 - način in vrstni red podajanja informacij, veščin...
 - izbor pravil kako dosežati učne cilje
- uporaba ustrezne metodike pospešuje učni proces
- pomembno je, da ima korist kar največje število igralcev
- učenje poteka progresivno in po korakih
- pri učenju trener koristi različne pristope, možnosti, objekte in sisteme (ITF, 2002).

Vprašanja?

Temeljne značilnosti tenisa 1

- tenis - šport za celo življenje
- aciklična polistrukturna športna panoga
- igra z nepredvidljivimi pogoji in omejenim igralnim poljem (približno 100 m² pri igri posameznikov) in mrežo (višina 91,4 – 107 cm)
- specifičen način štetja
- aktivni del igre predstavlja le 20 – 30 % celotnega časa trajanja teniškega dvoboja (odvisno od igralne podlage in načina igre)

Temeljne značilnosti tenisa 2

- veliko različnih udarcev (preko 20) in visoka hitrost žoge
- veliko udarcev igralci izvajajo izven optimalnega ravnotežnega položaja in v različnih položajih ter postavitvah (Schönborn, 2004)
- zahtevana visoka raven kondicijske pripravljenosti, motorične informiranosti, psihične pripravljenosti in tehničnega znanja
- na uspeh vplivajo številni dejavniki
- razvejan tekmovalni sistem, ki poteka preko celega leta.