

TEMELJNE IGRALNE SITUACIJE IN TAKTIČNE NAMERE

- na teniškem igrišču -

Kompetence

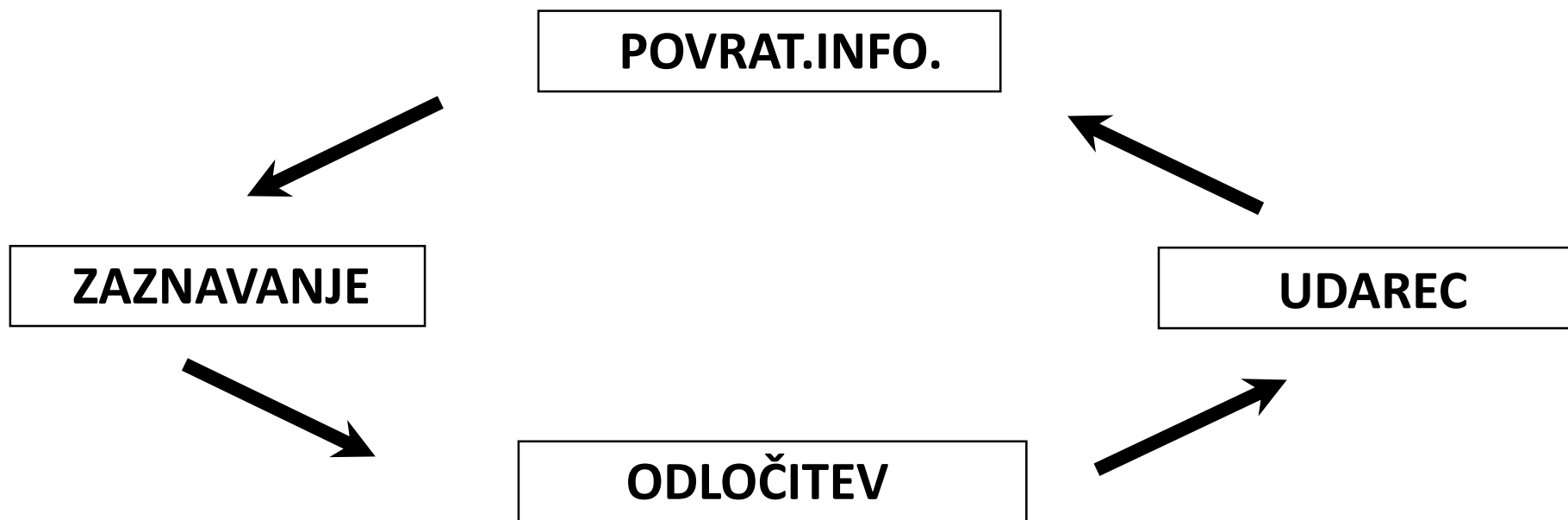
Prikazati temeljno znanje in veščine pri taktičnih vajah primernih za začetnike in rekreativne igralce.

- Trener razume osnove taktike za začetnike in rekreativne igralce ter jih je sposoben prilagoditi sposobnostim in starosti učencev
- Trener razume in izvaja taktičen razvoj igralca iz rdečega proti zelenemu igrišču.

Cilji

1. Poznate taktične pojme
2. Poznate igralne situacije pri mini in midi tenisu
3. Razumete pomen povezave taktike in tehnike.

Tenis – igra „odprta“ zanka



DEJAVNIKI USPEHA V TEKMI

1. Igralec
2. Tekmec
3. Okolje.

Igralec

- Raven igre
- Taktično znanje
- Tehnična usposobljenost
- Fiziološki razvoj
- Psihološke značilnosti
- Izkušnje, igralni stil & raven treniranosti
- Tekmovalnost.



Tekmec

Enako kot za igralca in še:

- Let žoge (smer, višina, dolžina, hitrost, rotacija...)
- Izbira udarcev, pozicija žoge in igralca in taktična namera
- Tekmečeva taktična orožja in slabosti.



Okolje

- Igralna podlaga (vrsta, hitrost..)
- Vremenski pogoji (veter, sonce, nadm.višina...)
- Ostali dejavniki: gledalci, sodniki, čas tekme, posebne rezultatske/psihološke situacije idr.



Taktični pojmi

STRATEGIJA – TEORIJA

TAKTIKA (PRINCIPI) – TEKMA & TEKMEC

TAKTIČNA NAMERA – TOČKE, SITUACIJE

TAKTIČNA ODLOČITEV – UDAREC

Temeljni taktični principi (Kako dobiti točko?)

1. ZAČETI/OSTATI V TOČKI (ne narediti napako...)
2. USTVARITI PREDNOST V TOČKI
(pripraviti tekmeca k napaki...)
3. ZAKLJUČITI TOČKO (končati z zaključnim udarcem...)



Taktika za začetnike

1. Povezava s taktičnimi principi in namerami
2. Igralnimi situacijami.

Igra na osnovni črti

Ostati v točki	Ustvariti prednost v točki	Zaključiti točko

Serviranje

Začeti/ostati v točki	Ustvariti prednost v točki	Zaključiti točko

Reterniranje

Začeti/ostati v točki	Ustvariti prednost v točki	Zaključiti točko

Igra pri mreži

Ostati v točki	Ustvariti prednost v točki	Zaključiti točko

Igra proti igralcu na mreži

Ostati v točki	Ustvariti prednost v točki	Zaključiti točko

Taktični principi, namere in igrišča

Začeti točko



VSA IGRIŠČA

Pokrivati igrišče



VSA IGRIŠČA

Ostati v točki



MINI

Ustvariti prednost v točki



MIDI

Zaključiti točko s F/B



MAXI

Zaključiti točko pri mreži

Temeljni cilji teniškega treninga mladih in najmlajših

- Temeljni cilje je povezati taktiko (taktična namera) in tehniko (razvoj udarca)
- Taktična namera in igralna situacija vplivata na tehnično izvedbo
- Upoštevati značilnosti igralne situacije
- Progresivnost igralnih situacij (upoštevamo čas učenca za sprejem odločitve in zahtevnost izvedbe udarca)
- Tehnična izvedba ima svoje tehnične osnove (ravnotežje, timing, ritem), izvedba (forma) udarca pa se spreminja.

Vprašanja

Taktična namera - razvoj

- Taktična namera: USTVARITI PREDNOST
 - Kako lahko igralec USTVARI PREDNOST na osnovni črti?
 1. Giba tekmeca
 2. Pokriva igrišče
 3. Uporabi orožje.
- DN: Naredi razvoj tudi za ostale taktične namere.

Taktične namere

1. Začeti točko (cilj, izmenjava, sodelovanje...)
2. Igrati zanesljivo (višina, diagonala, spin rotacija...)
3. Pokrivati igrišče („hiša“, simetrala kota, zaznavanje, anticipacija, gibanje...)
4. Odigrati proti napad (zaznavanje, anticipacija, gibanje, dinamično ravnotežje, ...)
5. Odpirati igrišče (diagonala, kot, spin rotacija...)
6. Gibati tekmeča (sprememba smeri, prazen prostor...)
7. Igrati visok tempo (zaznavanje, hitro po odskoku, timing...)
8. Spremeniti ritem (rotacija/hitrost/višina...)
9. Uporabiti lastne prednosti (orožje)
10. Uporabiti tekmečeve slabosti.