

TENIS KOT ODPRT ŠPORT

Ključne kompetence

Razumete zahteve tenisa in znate smiselno vključiti v poučevanje in treniranje tenisa

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. Razumeti, da je tenis igra odprte zanke.
3. Uporabiti idejo odprte zanke pri poučevanju tenisa.

Otroški tenis 1



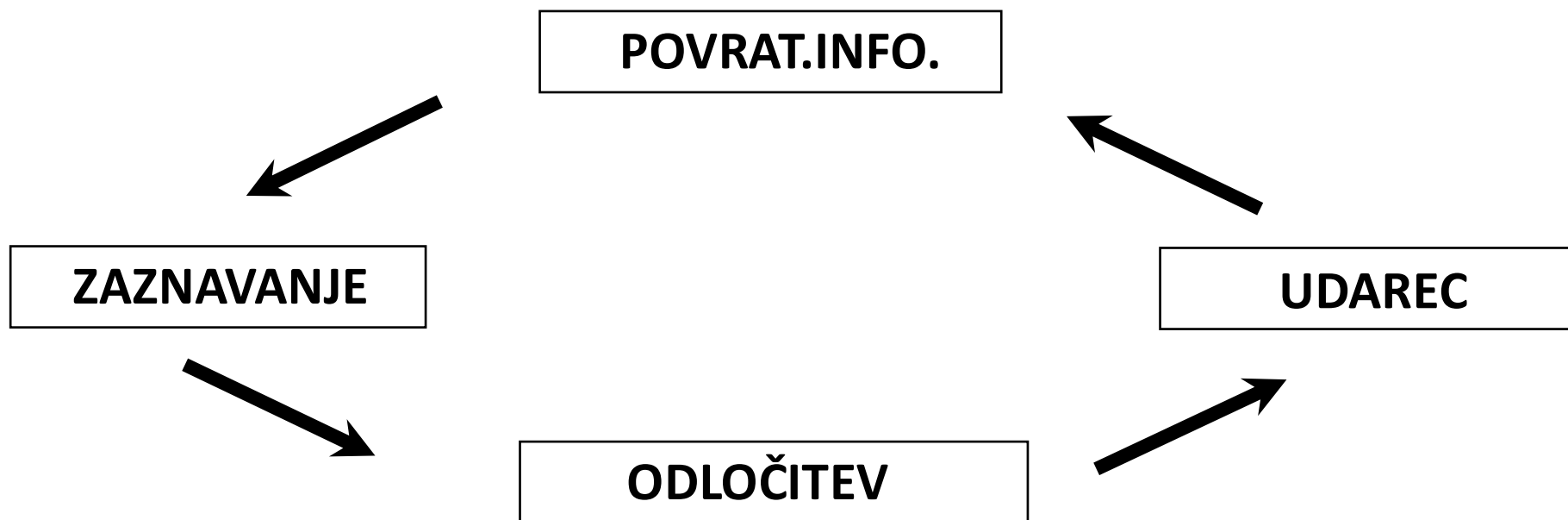
Otroški tenis 2



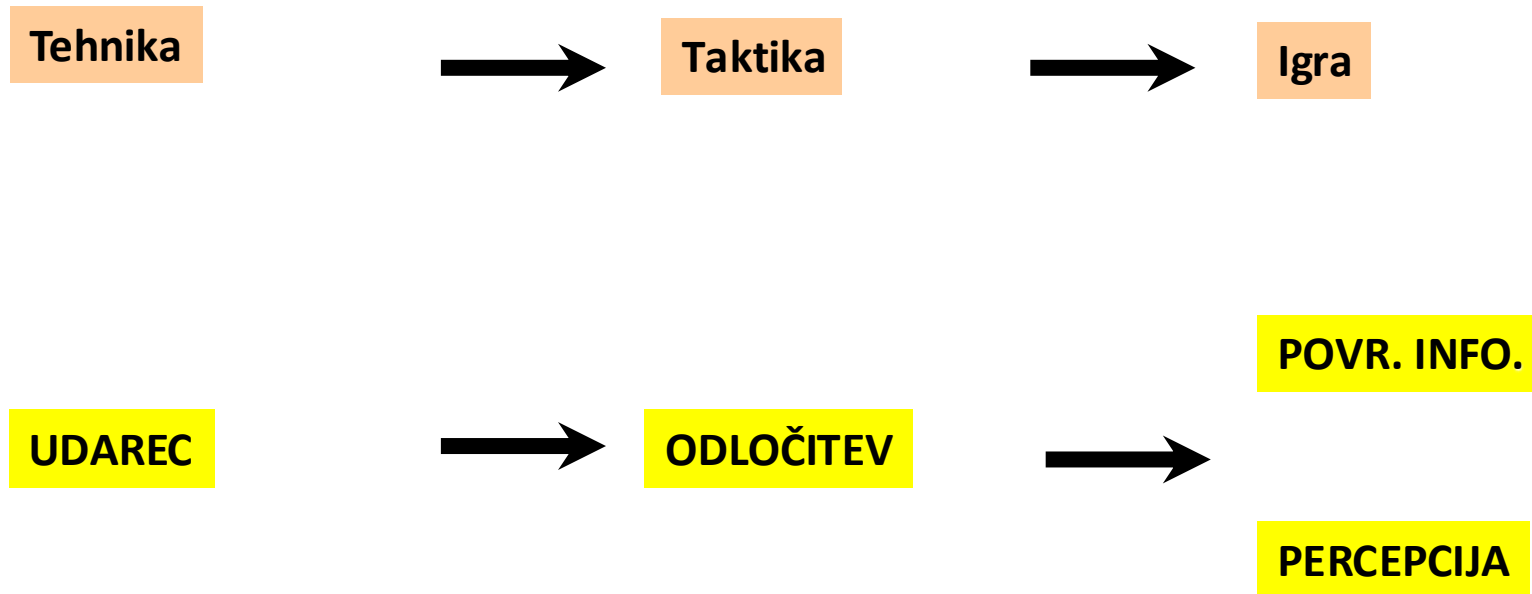
Otroški tenis 3



TENIS – IGRA “ODPRTE” ZANKE



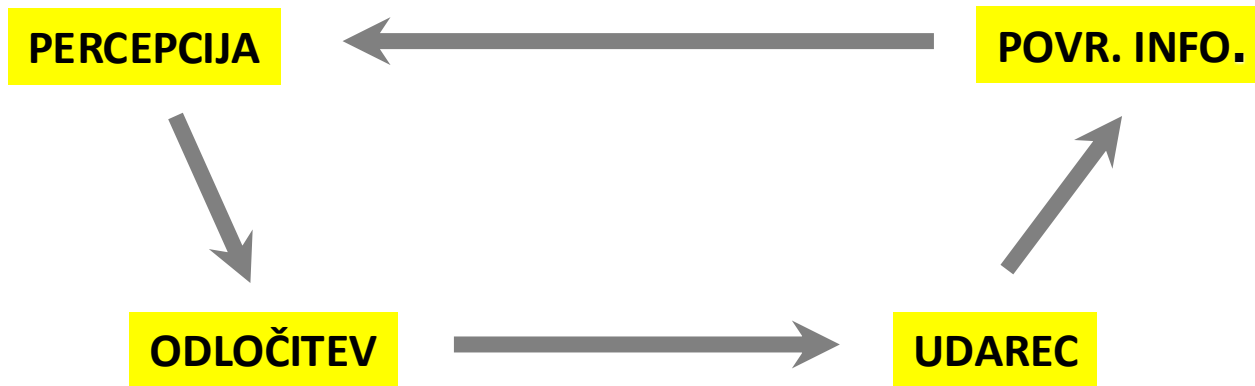
Učenje tenisa včasih 1



Učenje tenisa včasih 2



Sodoben pristop 1



Sodoben pristop 2



Sodoben pristop 3



“Odprtost” & učenje

- Igralec nikoli ne ponovi istega udarca, ker nikoli ...
- Kaj naj bo prvi cilj poučevanja tenisa?
- Kaj motivira začetnike?
- Kaj omejuje začetnike pri učenju?
- Kaj je pogosta težava učiteljev?
- Kaj potrebujemo za učinkovito poučevanje začetnikov?



Pogosti problemi pri učenju

- Lastna učna izkušnja (iz preteklosti),
- Neustrezni metodični postopki (začetniki, nadarjeni, starejši)
- Pomanjkanje metodičnih rekvizitov,
- Nepravilna organizacija učencev,
- Prenizka aktivnost učencev,
- Komunikacijske veščine in veščine vodenja
- ...

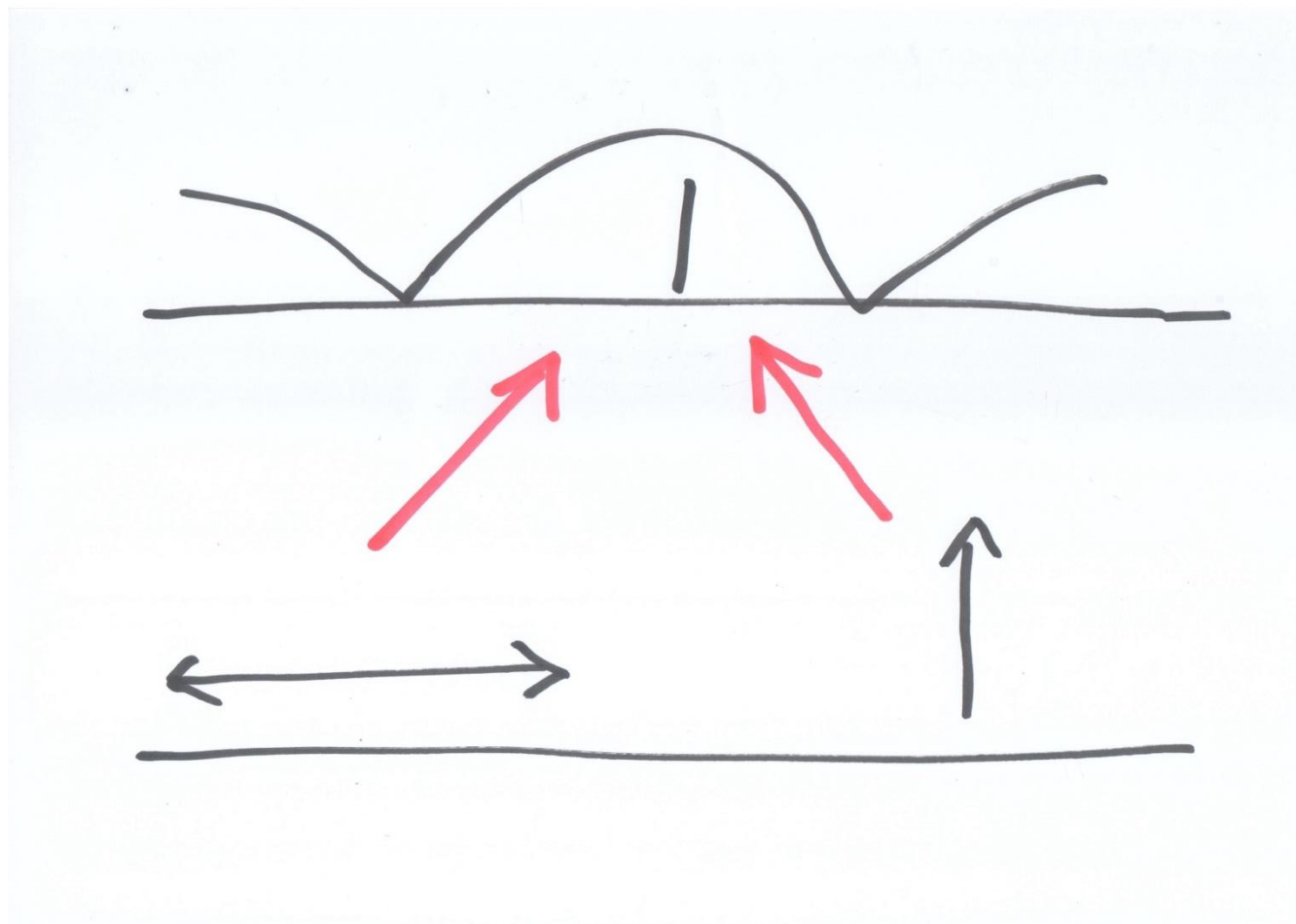
Kdaj se učenec uči?

- Ima korist
- Razume
- Razvija sposobnosti
- Se uči novih veščin
- Izboljša učinkovitost gibanja
- Se zabava in uživa
- ...
- Vloga trenerja?

Metodika poučevanja

- Znanost o metodičnih postopkih
- Najkrajša pot do doseganja učnih ciljev (način in vrstni red podajanja informacij, veščin, izbor pravi, navodil)
- Pospešuje učni proces
- Korist ima večje število učencev
- Učenje poteka progresivno in po korakih
- Pri učenju trener uporablja različne pristope, postopke, rekvizite in navodila (ITF, 2002).

Razvoj igre na osnovi črti



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.