

OSNOVE TAKTIKE V IGRI POSAMEZNIKOV

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.

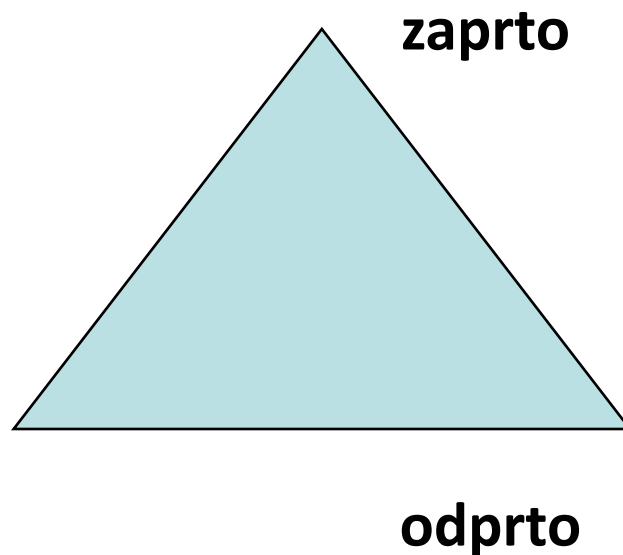
Tradicionalni pristop razvoja igre

- Tehnika je v ospredju,
- Razvoj taktike sledi tehničnemu razvoju,
- Igralci začnejo tekMOVATI, ko imajo ustrezno raven tehnike.

Vprašanje 1

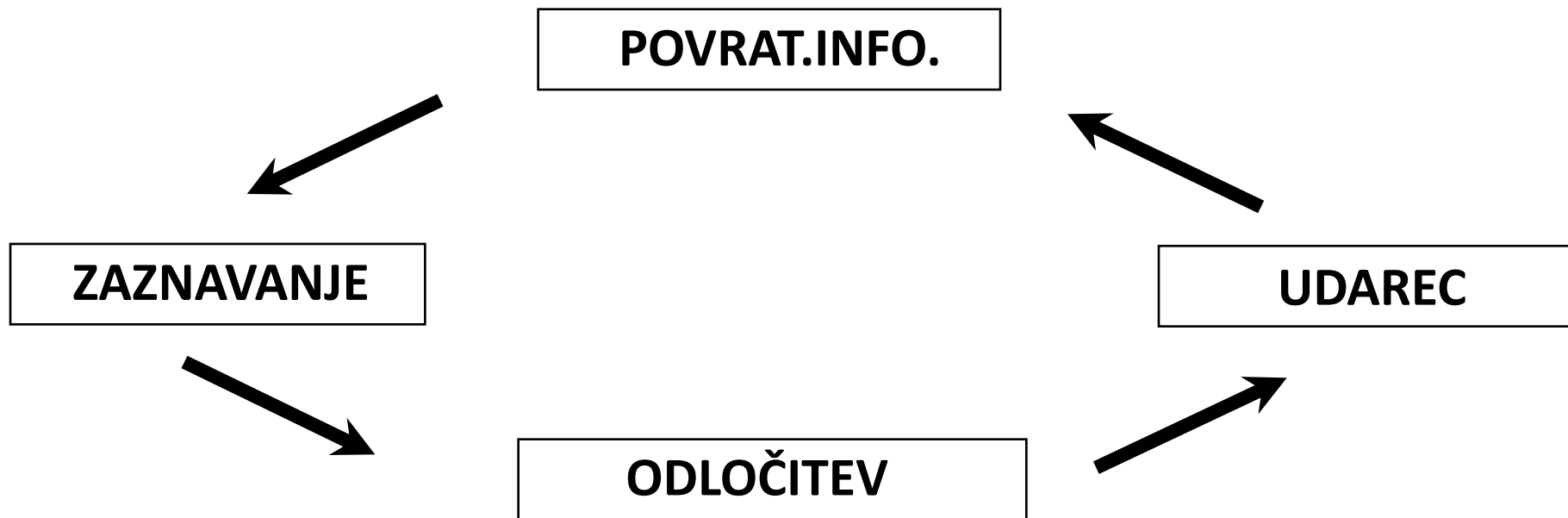
Opišite svoje prve teniške korake. Kako so potekali prvi teniški treningi? Kakšna igrišča, žoge in rekvizite ste uporabili?

Tradicionalni pristop razvoja igre



**Tradicionalni
pristop**

Tenis – igra „odprta“ zanke

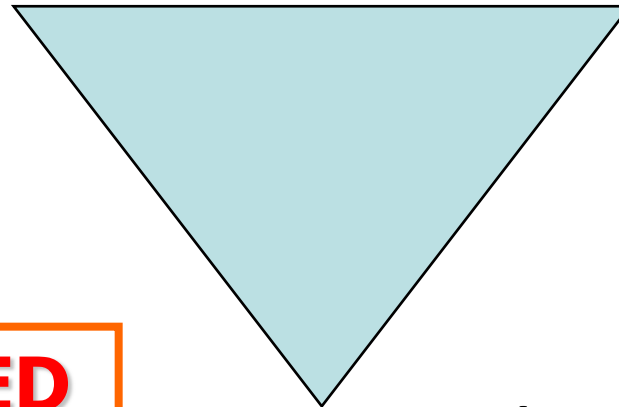


Razvoj tenisa skozi igro (GBA)

- Temeljni cilj je razumeti IGRO,
- Razvoj taktike in tehnike potekata istočasno,
- Igralci igrajo tekme že na začetku razvojne poti.

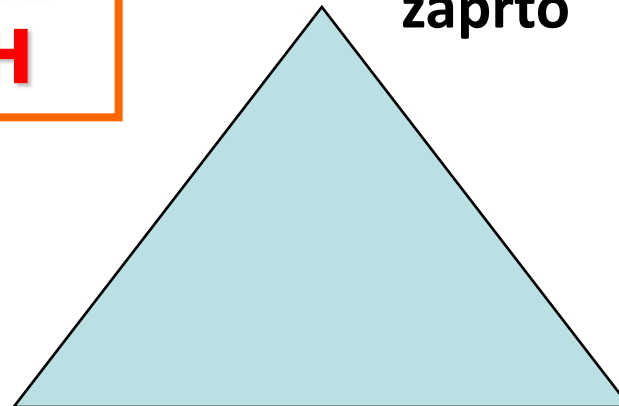
Razvoj tenisa skozi igro

odprto



zaprto

**GAME BASED
APPROACH**



odprto

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.



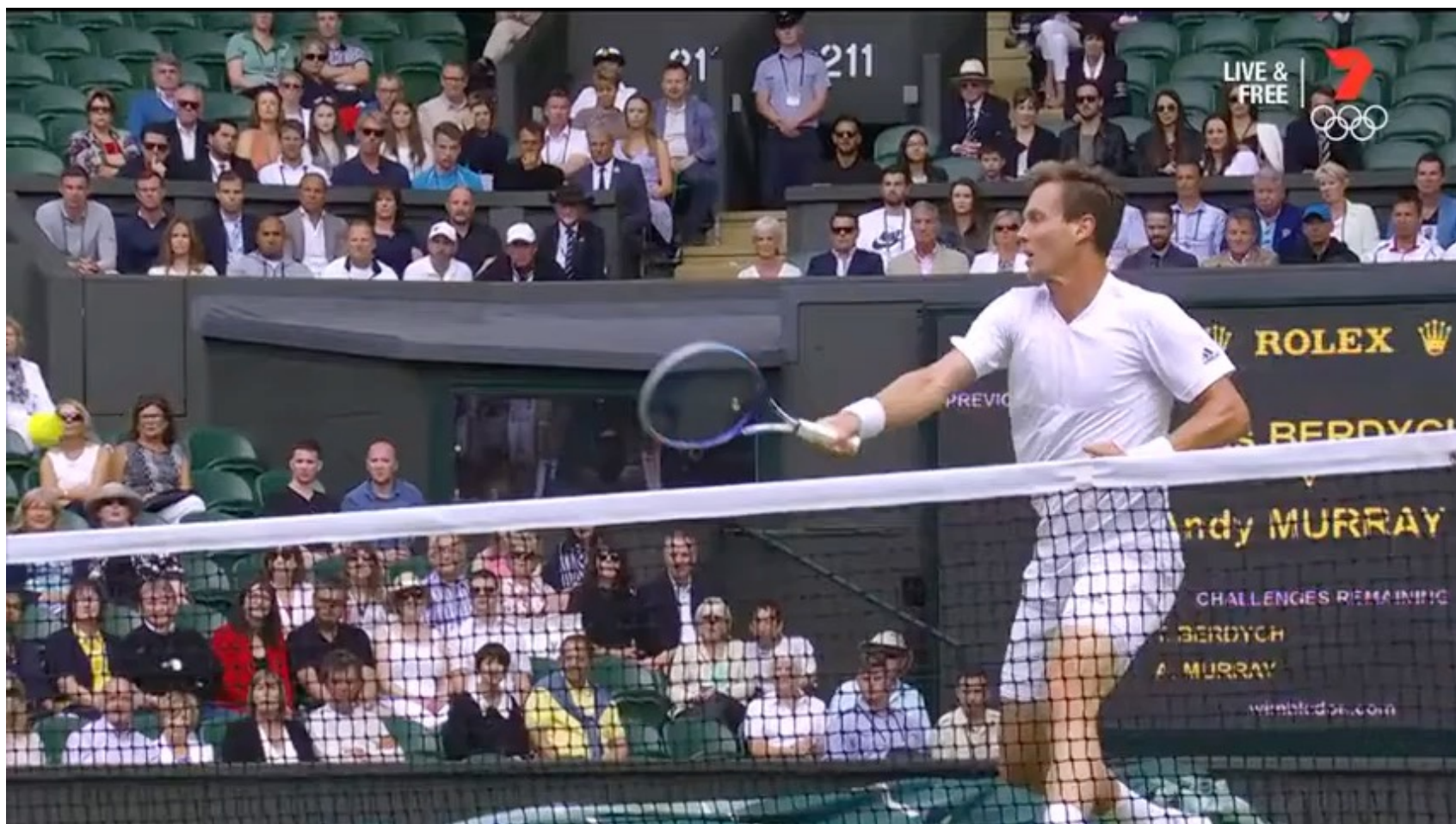
Vprašanje 2

Z lastnimi besedami napišite kaj je teniška taktika.

Strategija in taktika

- **Strategija** (def.) pomeni natančno načrtovan plan , ki igralcu omogoča, da si na osnovi razpoložljivih sredstev povečuje možnosti za zmago (kaj moramo igrati, da zmagamo?).
- **Taktika** (def.) pomeni racionalno uporabo igralčeve tehnike v dani situaciji ter ustvarjanje kreativne imaginacije za izbiro prave rešitve v določeni igralni situaciji (kako moramo igrati, da zmagamo?).

Intervju po tekmi



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.

Tehnika

Definicija:

“Športnik uporablja specifična gibanja ali dele gibanja za reševanje specifičnih situacij v športu s ciljem čim višje učinkovitosti”.

5 igralnih situacij

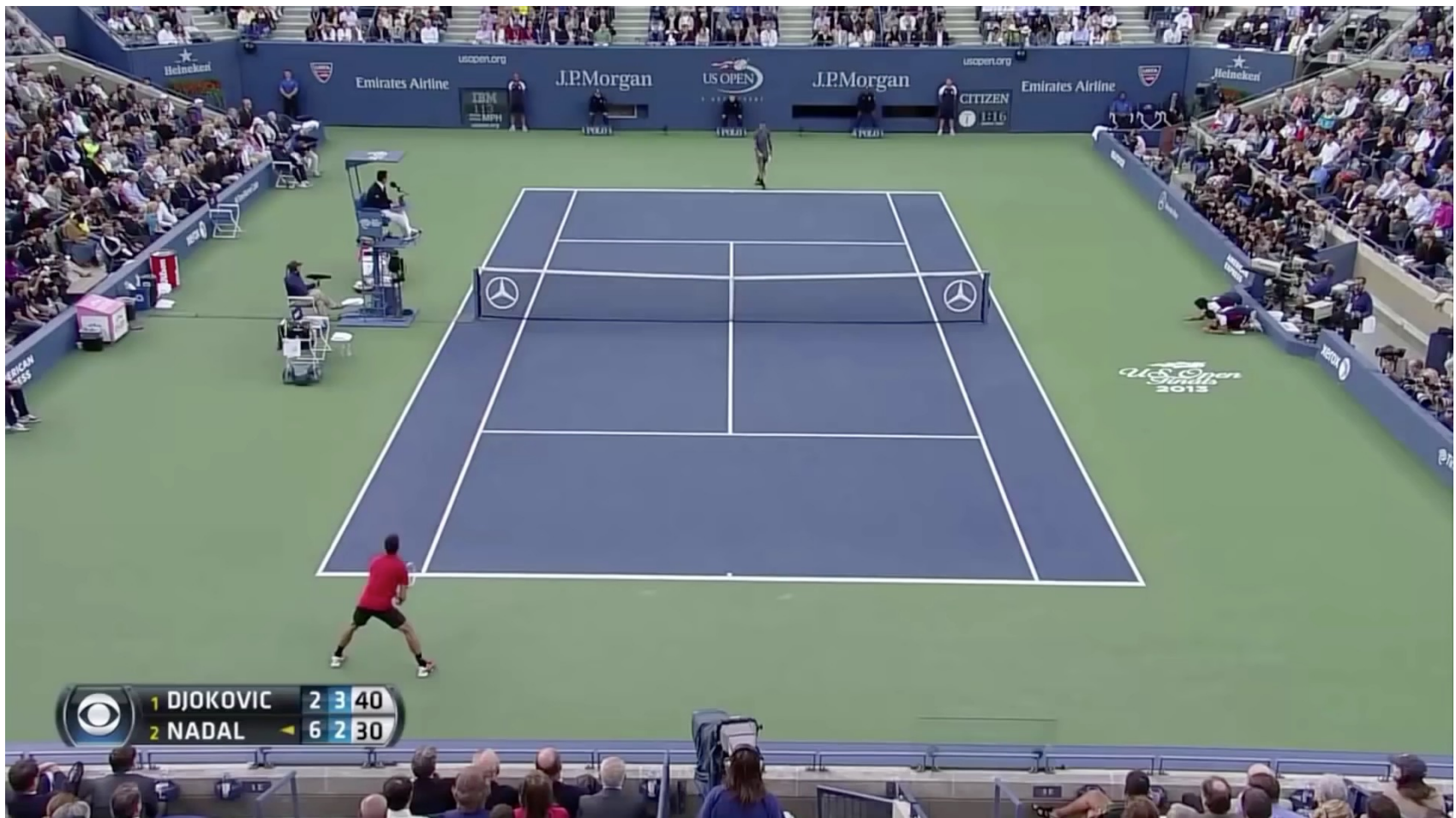
1. Serviranje,
2. Reterniranje,
3. Igranje na osnovni črti,
4. Napad in igra pri mrežo,
5. Igra proti igralcu na mreži.

Taktična namera/Vrsta udarcev

- PRIPRAVLJALNI (Building-up shot),
- NEVTRALNI (Neutral),
- ZAKLJUČNI (Winner),
- PROTI NAPAD (Counter attack),
- OBRAMBNI (Defensive).



Taktična namera/Vrsta udarcev



Vprašanje 2

Kateri igralni stili so aktualni v sodobnem tekmovalnem tenisu (moški, ženske, mladi)?

Napadalec z osnovne črta



Značilnosti:

Vsestranski

Značilnosti:



Servis-mreža igralec



Značilnosti:

Proti napadalec

Značilnosti:



Odločitveni model (Rodionov)

Odločitveni model 1	Odločitveni model 2	Odločitveni model 3
Odloča se po vnaprej določenem modelu (vzorcu)	Odloča se po miselnem modelu	Odloča se glede na situacijo
Sistem: ČE → POTE M	Sistem: BODISI → ALI	Sistem: glede na to kakšna žoga pride
Prednost: anticipira situacijo	Prednost: varira izbiro	Prednost: odziva se glede na situacijo
Slabost: težko varira izbire	Slabost: odziva se z zamikom (pozno)	Slabost: je presenečen nad situacijo
Ferrero, Williams	Federer, Mauresmo	Roddick, Dokić

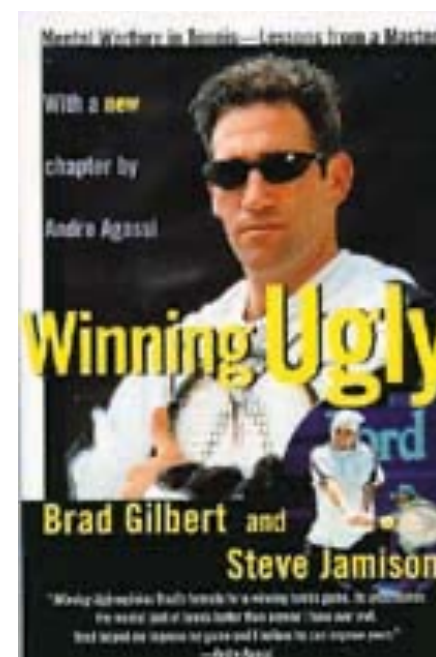
Osnove procentnega tenisa

Cilj je omejiti število neizsiljenih napak:

- Natančnost/Zanesljivost/Geometrija in pokrivanje igrišča/Kontrola tekmeča,
- Napadalnost/Aktivnost/Hitrost,
- Odločanje/Vzorci/Dejavniki (tekmeč, prihajajoča žoga, lasten položaj).

Strategija sodobnega tenisa - trendi

1. Nadzor, kontrola (diktiranje; akcija/reakcija, prilagajanje)
2. Visok tempo,
3. Vzorci/nepredvidljivost,
4. „Procentni” tenis,
5. Tveganje,
6. ...



Video - High percentage tennis

Vprašanja?

Dodatni viri

ITF Academy eLearning courses

ITF Coaching Beginner and Intermediate Players
Course - Introduction to strategy and tactics

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.

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.