

# OSNOVE TENIŠKE TAKTIKE POSAMEZNIKOV

# Ključne kompetence

Pokažete znanje in v vajah uporabite ključne vidike strategije in taktike za začetnike ter srednje napredne teniške igralce.

# Cilji

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

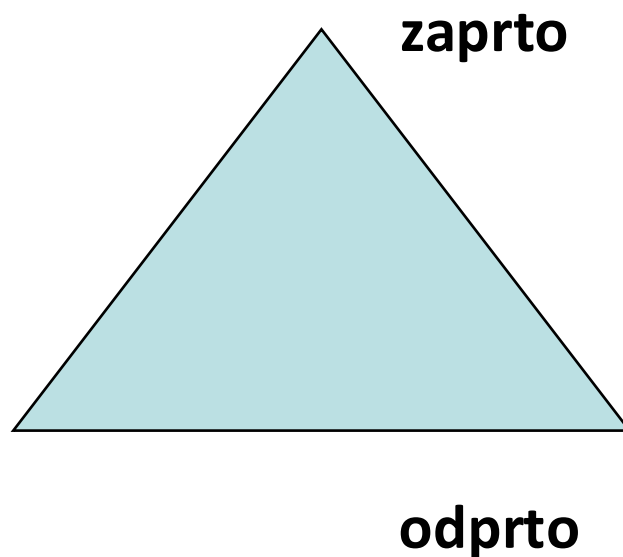
# Tradicionalni pristop razvoja igre

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

# Vprašanje 1

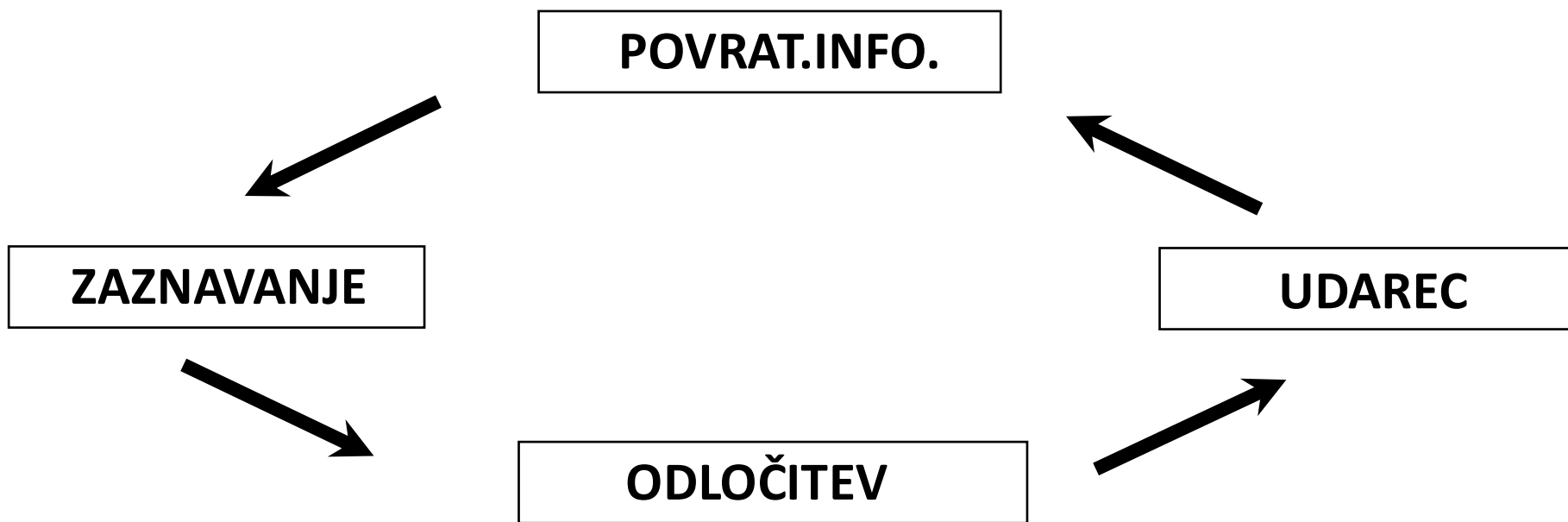
Opišite svoje prve teniške korake. Kako so potekali prvi teniški treningi? Kakšna igrišča, žoge in rekvizite ste uporabili?

# Tradicionalni pristop razvoja igre



**Tradicionalni  
pristop**

# Tenis – igra „odprta“ zanke

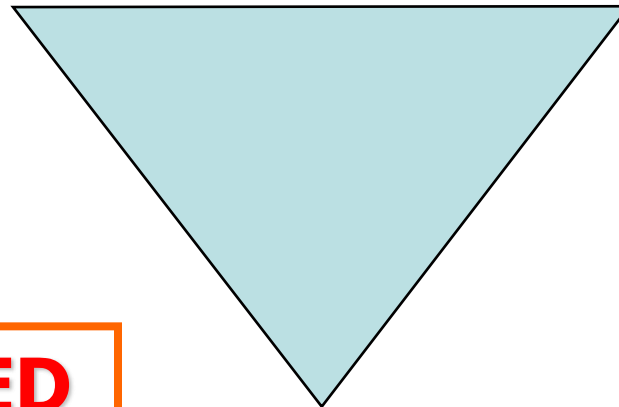


# Razvoj tenisa skozi igro (GBA)

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

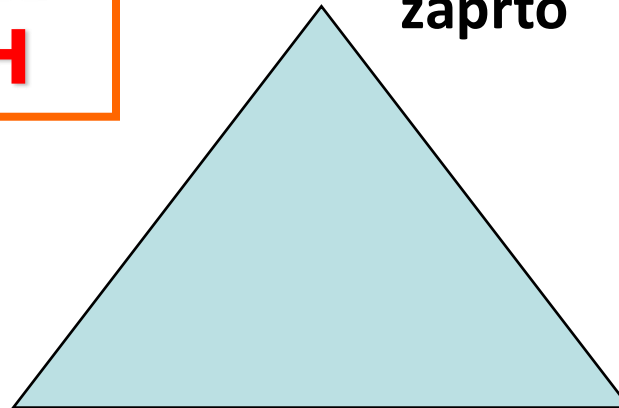
# Razvoj tenisa skozi igro

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:



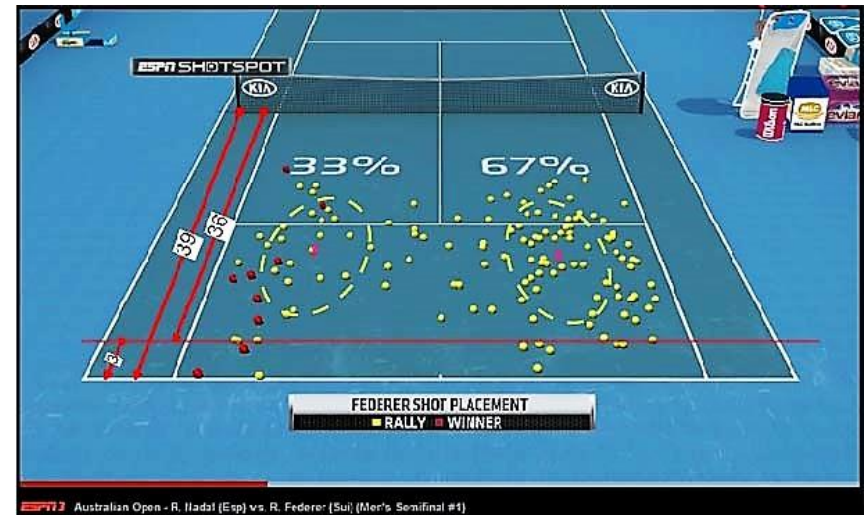
# Odločitveni model (Rodionov)

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	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 tekmeca,
- Napadalnost/Aktivnost/Hitrost,
- Odločanje/Vzorci/Dejavniki (tekmec, prihajajoča žoga, lasten položaj).



# Video - High percentage tennis

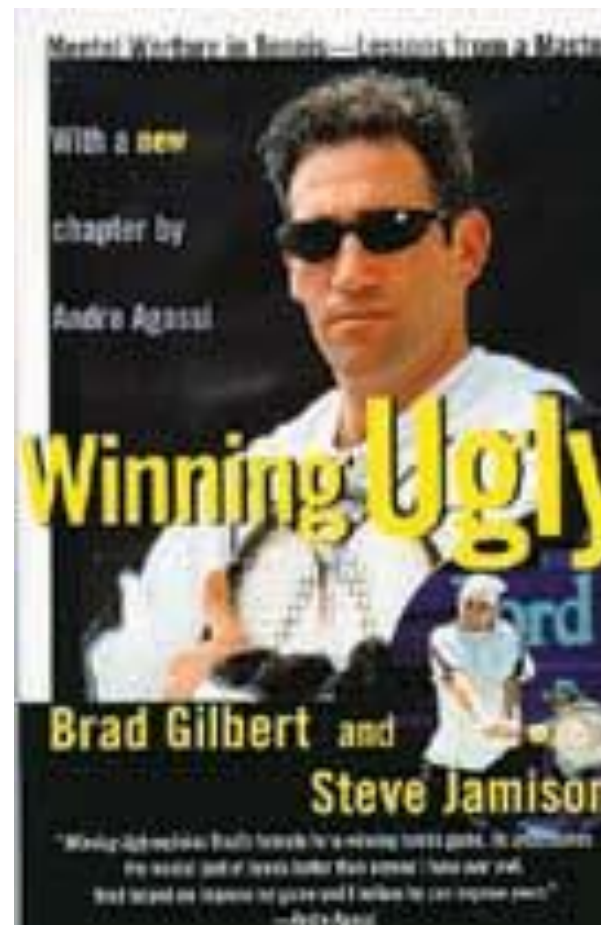
# Vprašanja?

# Dodatni viri

ITF Academy eLearning courses

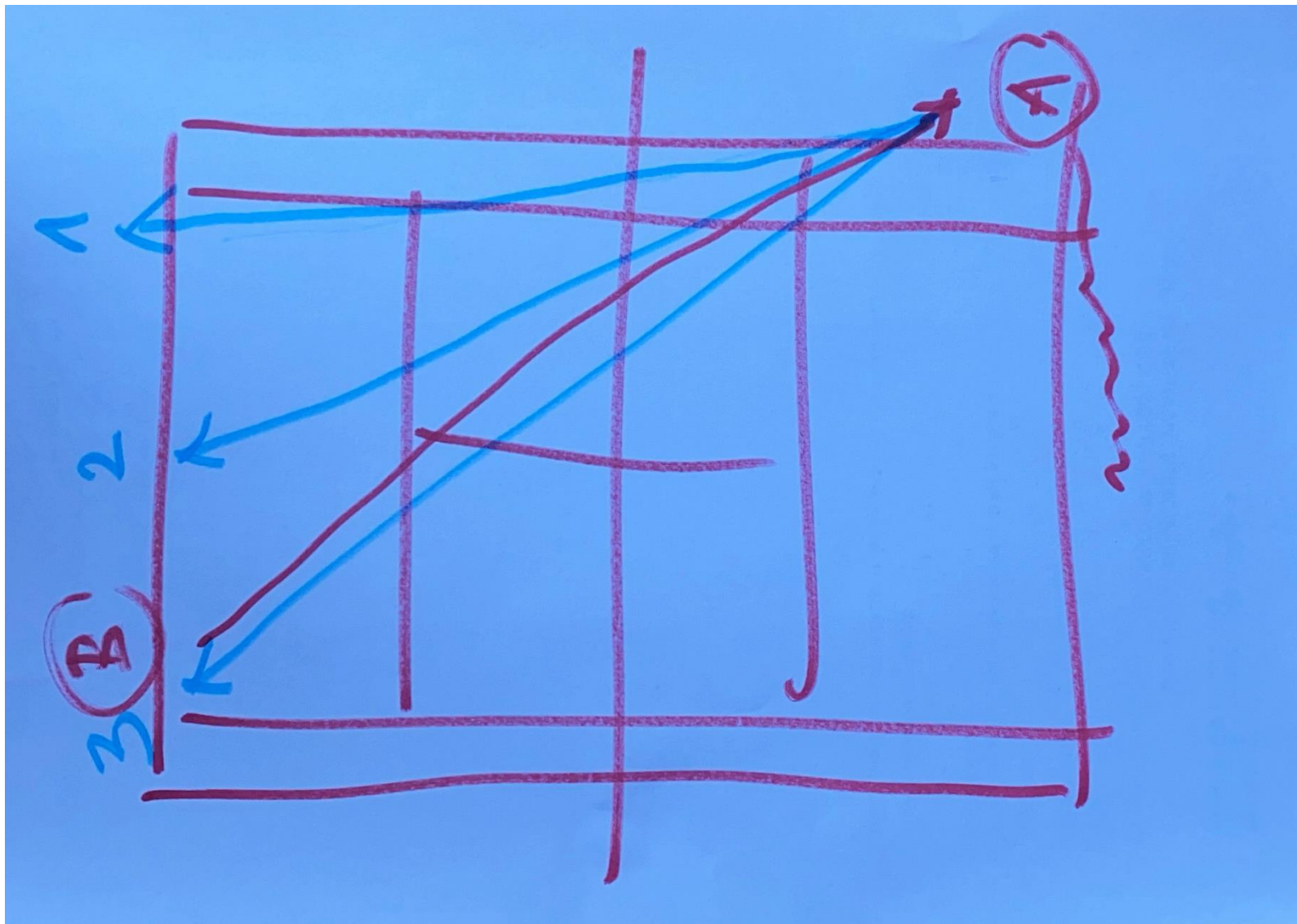
ITF Coaching Beginner and Intermediate Players  
Course - Introduction to strategy and tactics

# TAKTIKA ZA NAPREDNEJŠE IGRALCE



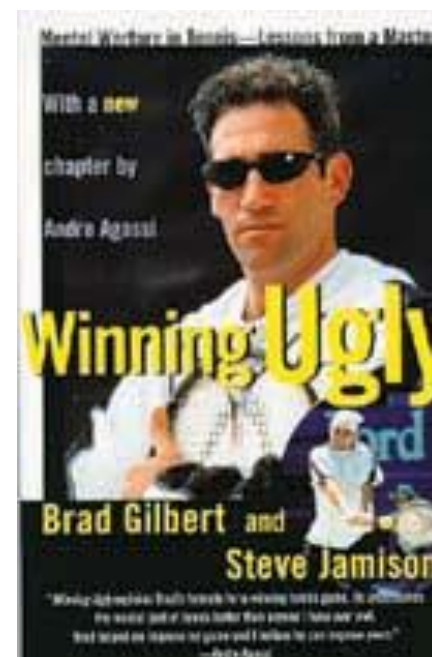
# Taktika za naprednejše igralce

<b>Kreiranje</b>	<b>Odzivanje</b>
<b>Procentni tenis</b>	<b>Sprejemljivo tveganje</b>
<b>Igralni vzorci</b>	<b>Prilagodljivost/Variabilnost</b>
<b>Orožja</b>	<b>Slabosti</b>



# Strategija sodobnega tenisa - trendi

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



# Naloge za PTT

1. Začeti izmenjavo s servisom in reternom
2. Ostati v izmenjavi na osnovni črti
3. Ustvariti prednost na osnovni črti
4. Zaključiti izmenjavo pri mreži
5. Ostati v izmenjavi, ko ima tekmelec prednost