

# RAZVOJ IN TRENING TAKTIKE V IGRI POSAMEZNIKOV

# Kompetence

Razvijati učinkovitost igralčeve igre skozi 5 igralnih situacij in 5 temeljnih taktičnih namer: zanesljivost in natančnost (accuracy), kontrolo časa in prostora, uporabo orožij in izogibanje slabostim.

- Poiskati in določiti ustrezno taktiko s ciljem povečati učinkovitost igralca glede na raven igre in starost,
- Oblikovati ustrezne vaje za razvoj igralčeve taktike,
- Pojasniti zakaj bo(do) izbrane vaje povečale taktično učinkovitost igralca.

# Definicija taktike

Iz stare grščine “*taktiké*”:

**Razporediti in usmerjati vojake.**

# Taktični pojmi

STRATEGIJA – TEORIJA

TAKTIKA (PRINCIPI) – TEKMA & TEKMEC

TAKTIČNA NAMERA – TOČKE, SITUACIJE

TAKTIČNA ODLOČITEV – UDAREC



Igralec



Tekmec



Okolje



Napadalec z  
osnovne črte



Vsestranski  
igralec

# Igralni stili

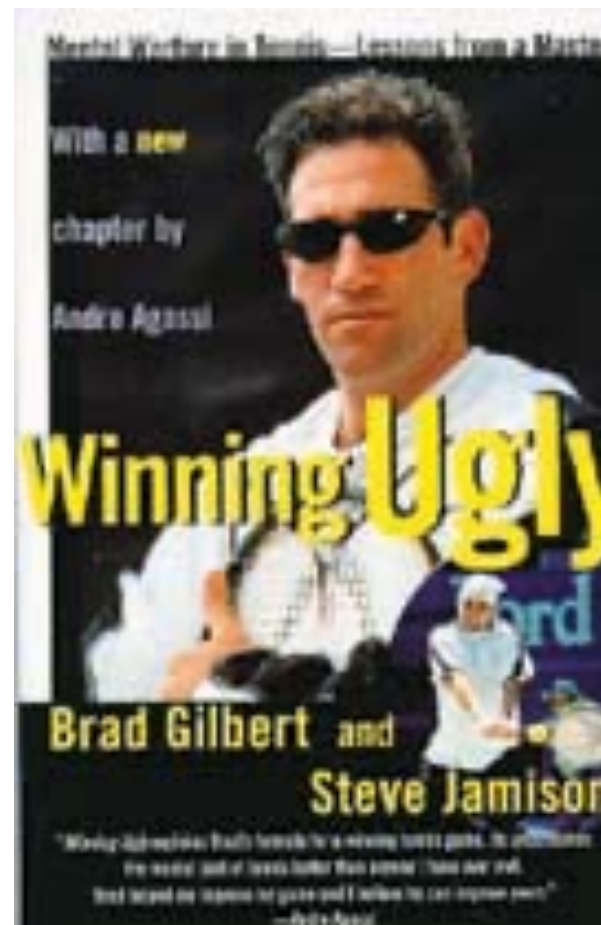


Obrambni igralec?



Igralec servis mreža

# TAKTIKA ZA NAPREDNEJŠE IGRALCE



# Taktika za naprednejše igralce

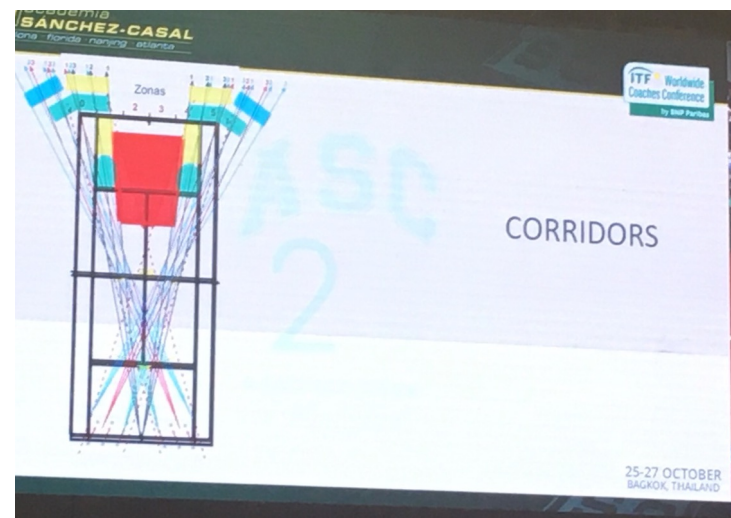
<b>Kreiranje</b>	<b>Odzivanje</b>
<b>Procentni tenis</b>	<b>Sprejemljivo tveganje</b>
<b>Igralni vzorci</b>	<b>Prilagodljivost/Variabilnost</b>
<b>Orožja</b>	<b>Slabosti</b>



# Osnove procentnega tenisa

Cilj je omejiti število neizsiljenih napak:

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



# Taktika in tekme

- Tekmovanja in tekme so idealne (edine) situacije za razvoj igralčeve taktike:
- Trener in igralec razvijata:
  1. Taktičen načrt in priprava za posamezno tekmo (“scouting opponents”)
  2. Analizo tekme (“charting”)
  3. Evalvacijo po tekmi.

# Učenje in razvoj taktike

1. Učenje taktike poteka v igralni situaciji, ob upoštevanju vseh procesov, ki potekajo v igri (percepcija, anticipacija, analiza, imaginacija...).
2. Učenje taktike se prične že s prvimi udarci, oz. v trenutku, ko ima igralec dve možnosti (paralela, diagonala, spin, slajz idr.)
3. Za razvoj taktike uporabljamo “odprte” vaje.

# Koraki učenja taktike

1. Razlaga taktičnih principov (teoretično)
  - pokrivanje igrišča
  - izbira smer (igranje v prazen prostor, v isto smer “na napačno nogo” ali ravnotežni udarec)
  - izbira hitrosti in rotacije
  - izbira trenutka za napad (skrajšano žogo, pasing, lob ipd.).
2. Vadba principov v igri
3. Vadba igralnih situacij v povezavi s posameznimi udarci (smer, dolžina, natančnost, koti, kombinacije udarcev...)

# Taktični trening 1

1. Taktično mišljenje pred tekmo mora biti **intuitivno**, med točkami **operativno**.
2. Pri taktičnem treningu morata biti, tako igralec, kot tudi trener kreativna, kar pomeni, da iščeta vedno nove rešitve.
3. Pri taktičnem treningu mora trener komentirati igralčevo odločitev.
4. Pri taktičnem treningu lahko trener poljubno spreminja pravila igre (št. servisov, način štetja, igre idr.)
5. Vaje morajo biti realistične. Upoštevati morajo splošne in individualne značilnosti igre ter igralca.

# Taktični trening 2

6. Največji omejevalni dejavnik pri taktiki je tehnika. Kvalitetna tehnika nam omogoča ustrezne taktične rešitve.
7. Pri individualnem taktičnem delovanju igralca je potrebno upoštevati:
  - individualne značilnosti igralca
  - trende v igri
8. Pri taktiki ne moremo govoriti o pravilih, pač pa le o idealnih modelih taktičnega obnašanja igralcev v določeni igralni situaciji (pr. Wilander: 80 % bekend pasingov je odigral paralelno).

# Taktični trening z vidika odločanja

	Izvajanje	Uporaba	Časovni pritisk
Strategija	splošna	splošna	brez
Taktika	natančna	serije udarcev	majhen
Taktična odločitev	natančna	posamezni udarec	visok

Povzeto po van Fraayenhoven, 2004.

# Bill Tilden

“Nikoli ne dopusti  
tekmecu, da igra kot želi,  
če je le možno, ga prisli,  
da igra drugače.”

“Nikoli ne daj tekmecu  
možnosti, da igra udarec,  
ki ga želi.”





# Taktični trening – akcijski pristop

Kako določiti igralčev igralni stil (ang. gametype)

1. osebne lastnosti: temelj v mlajših letih (prva 3 leta); vpliv trenerja; primerjava z dnevnimi življenjskimi situacijami (vožnja avta, kazino...); nadzoruje, tvega (trener, igralci) – velik pomen empatije!!!
2. telesne značilnosti: velike spremembe v puberteti (pr. Krajček je zrastel 21 v 1 letu), ocena somatoptipa
3. kondicijske sposobnosti
4. tehnika: ne sme biti stvar trenerjevih želja, gre za osebni stil, potreben univerzalen igralski (tehničen) razvoj do 12-14 let (van Fraayenhoven, 2004).

# Taktični trening – vrste igralcev

Igralni način	Osebnostne značilnosti	Telesne značilnosti	Tehnika
šahist	igra z malo tveganje, potpežljivo in pametno	povprečno razvit, agilen in dobro koordiniran	igra z visoko natančnostjo, ima limit v hitrosti in je vsestranski
nabijač (ang. hardhiter)	igra z veliko tveganja in majhno potrpežljivostjo	visok, močan in ima dober timing	ima dobro tehniko, zelo dober na zadnji črti
“pimplar” (ang. hacker)	igra zelo potrpežljivo, brez tveganja in eksperimentiranja	ima močne noge (lahko so različni somatotipi)	nima najboljše tehnike, dobro pokrivanje igrišča
napadalec (ang. net rusher)	rad igra vznemirljivo, z veliko tveganja, nepotrpežljivo, veliko eksperimentira in se zanaša na lastno intuicijo	eksploziven in ima hitro reakcijo	tehnika je dobra, posebno S, napad in V

# Taktični trening – specifični cilji

Specifični cilji za taktični trening:

1. Pokrivanje igrišča in sprememba kotov
  - igralec začne iz kota; sprememba kotov (kdaj paralelo; kdaj diagonalo, kdaj lovi na napačno nogo)
2. Taktična disciplina
  - igralec mora igrati po določenih vzorcih, ki so del njegovega načina igre
3. Prilagoditev glede na trenutni rezultat
  - igralčev cilj je dobiti 3 točke zapored
4. Sprememba hitrosti, rotacije, smeri, ...
  - igralec spreminja hitrost in rotacijo glede na situacijo v kateri se nahaja (van Fraayenhoven, 2004).

# Taktični trening

“Če želiš biti dober igralec, ni potrebno,  
da si najboljši v vsem,  
lahko si dober samo v tistem, kar  
delaš!”

# Taktični trening – težave

Možni problemi pri taktiki:

- igralec ima tehnične probleme
- igralec pozabi na taktični načrt
- igralec ni discipliniran, da bi igral v skladu z načrtom
- igralec izbira napačne taktične odločitve – rešitev je v percepciji informacije o taktiki in strategiji razložimo dvakrat, ni potrebno ponavljati večkrat
- Analiza taktičnega delovanja:
  - igralec dela vedno enako taktično napako – rešitev: trening te situacije
  - igralec slabo oceni situacijo – rešitev: trening percepcije
- Velik pomen občutka za tekmo; določene točke so bolj pomembne kot druge; ali se igralec ustrezno prilagaja tem situacijam (van Fraayenhoven, 2004).

# Vprašanja?

# **RAZVOJ IN TRENING TAKTIKE V IGRI POSAMEZNIKOV**

- 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.



# Taktika v igri posameznikov

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

# Ustvari vaje za taktično odločanje

- Ustvari optimalne pogoje za učenje
- Določi odločitev s pomočjo vprašanj
- *Kdaj + Kam = Kako*
- Usvari situacijo (več možnosti)
- Določi vizualne kriterije za odločitev
- Uporabi ključne besede.

# Igralne situacije in taktične namere

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

# Vprašanja