



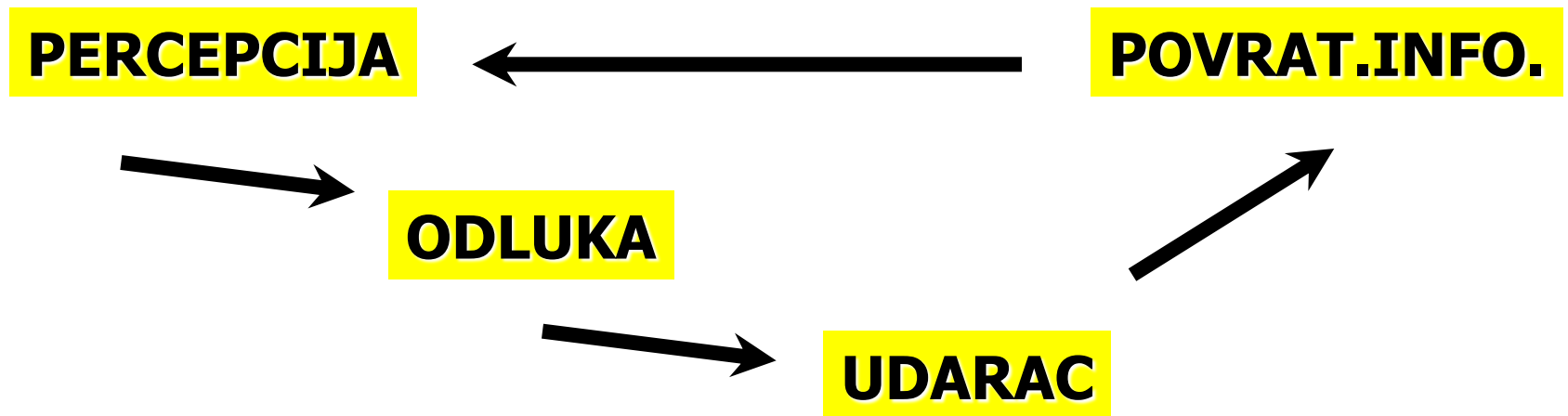
OSNOVE TAKTIKE ZA POČETNIKE

ITF Development Department

KAKAV SPORT JE TENIS?



TENIS – “open skill sport”



STRATEGIJA

OPĆI PLAN!

TAKTIKA

NAČIN KAKO!

IGRAČ

- Nivo igre
- Taktično znanje
- Tehnična kompetentnost
- Fizična spremnost
- Mentalne karakteristike
- Izkustvo, igrački stil, nivo priprave
- Takmičarske sposobnosti.



PROTIVNIK

- Iste kao za igrača ali i:
- Putanje lopte, smjer, visina, dubina, rotacija
- Izbor udaraca: pozicija lopte, pozicija igrača, taktička intencija
- Oružja i slabosti protivnika.



OKOLINA

- Podloga: spora, brza,
- Vreme: vjetar, kiša, sunce, visoka nadmorska visina
- Ostali faktori: publika, sudac, vreme meča, posebne psihološke situacije...



STRATEGIJA TENISKE IGRE ZA POČETNIKE

1. Da ne napravim pogrešku
2. Da prisilim protivnika na pogrešku
3. Da postignem direktan poen.

3 IGRAČKE SITUACIJE

1. Servis i retern
2. Igra na osnovnoj liniji (base line)
3. Napad, igra na mreži i igra protiv igrača na mreži.

Podijeliti kandidate u grupe i dati zadatke - igračke situacije

- S-R

- osnovna linija

- mreža i odbrana

i sa različitim ciljevima:

- na napraviti pogrešku

- priseliti igrača, da napravi pogrešku

- napravi viner.

OSNOVNI TAKTIČKI PRINCIPI

Serviranje i reterniranje:

1. Da počnem poen:

- siguran servis/retern
- precizan servis/retern
- servis/retern na lošiju stranu

2. Da postignem ili nevtraliziram prednost:

- brz, dubok servis/retern
- visok servis/retern.

OSNOVNI TAKTIČKI PRINCIPI

Igra na osnovnoj liniji:

1. Da igram sigurno:
 - visoko iznad mreže
 - u sredinu terena
 - igram više diagonale
 - igram sporije kao obično
2. Da prisilim protivnika na pogrešku:
 - igram duboke lopte
 - igram precizno (krećem protivnika; L-D, N-N)
 - upotrebim svoj bolji udarac
 - igram na lošiju stranu
 - igram brže kao protivnik (brže uzimam loptu, više ubrzavam)
3. Da postignem direktan poen:
 - napadam kraće, sporije lopte, visoke lopte.

OSNOVNI TAKTIČKI PRINCIPI

Igra na mreži i protiv igrača na mreži:

Nakon krače, sporije, visoke lopte idem prema mreži i onda:

1. Prisilim protivnika na pogrešku:

- prestrezanje lopti na mreži ili na osnovnoj liniji (pokušam vratiti svaku loptu)
- igranje dubokog volej/smeš
- passing u tjelo igrača (taktika 2 passinga).

2. Postignem direktan poen:

- igram kratak volej u prazan prostor
- igram volej, smeš, passing, lob u otvoreni deo terena
- igram na volej, smeš na “krivu nogu”

OSTALO

OSNOVNI TAKTIČKI PRINCIPI (I)

Igra na zadnoj liniji:

1. Sigurnost: igranje visoko preko mreže, igranje dugih udaraca
2. Pokrivanje terena: vraćanje u centralnu poziciju
3. Kretanje protivnika: igranje na stranu, igranje diagonalna, “drop shot” ...
4. Upotreba vlastitog orožja (pr. F): igranje “inside out” forhenda
5. Igranje na protivnikov lošiji udarac: duge izmjene, mreža, visoke (nizke) lopte...

OSNOVNI TAKTIČKI PRINCIPI (II)

Servis:

1. Sigurnost: 1.servis dug, 2.servis visoko preko mreže
2. Otvaranje igrališta sa servisom: spin, slajz servis
3. Pokrivanje terena: vraćanje u centralnu poziciju nakon servisa
4. Servis kao orožje: 1.servis na T, servis u tjelo...
5. Servis na protivnikov lošiji udarac: spin servis na bekend, slajz servis kada igram protiv ljevaka...

OSNOVNI TAKTIČKI PRINCIPI (III)

Retern:

1. Sigurnost: na 1.servis dug retern u sredinu, 2.servis na stranu, u naravnim pravcima...
2. Otvaranje igrališta sa reternom: forhend, “inside out” forhend...
3. Pokrivanje terena: vraćanje u centralnu poziciju nakon reterna
4. Retern kao orožje: na 2.servis vršim pritisak, idem na mrežu....
5. Retern na protivnikov lošiji udarac: na 2.servis odigram na lošiji udarac...

OSNOVNI TAKTIČKI PRINCIPI (IV)

Napad:

1. Preciznost: napad na kraču, sporiju loptu, kada imam otvoren teren...
2. Pokrivanje terena kada idem na mrežu: krećem se u pravcu lopte
3. Napad sa boljim udarcem: obično je to forhend (djevojke)
4. Napad na lošiju stranu protivnika: pr. bekend ili otvoren teren...

OSNOVNI TAKTIČKI PRINCIPI (V)

Igra protiv igrača na mreži:

1. Sigurnost: igram pasing u sredinu, igram visoki lob...
2. Pokrivanje terena kada sam u defanzivi: krećem sa nazad, pokušavam anticipirat napad
3. Pasing ili lob na lošiju stranu protivnika: pr. bekend (smeš), loš bekend volej, u sredinu ili otvoren teren...