

UVOD U TAKTIKU TENISA

1. Taktika – uvod
2. Strategija in taktika
3. Možne poti do uspeha
4. Taktični trening in sistem polj

1. TAKTIKA - UVOD

- Šta znamo o taktiki?
- Kakav je utjecaj taktike u tenisu?
- Koje su ključne riječi vezane na taktiku?
- Koji su trendovi razvoja teniske taktike i do kakvih promjena je došlo u zadnje vrijeme?
- Koji su problemi kod razumijevanja taktike?
- Koji su problemi kod razvoja taktike kod mladih igrača? (analiza: zašto su izgubili meč, dali je bio razlog u taktiki)

- taktika – prvi riječ upotrebe starih Grci (način upotrebe oružja za ciljem pobijediti protivnika)
- strategija je razmišljanje i planiranje (šta trebamo odigrati?); ima indirektan utjecaj na uspjeh
- taktika je djelovanje (kako moramo odigrati?); ima direktan utjecah na uspjeh (Schönborn, 2003).

2. STRATEGIJA IN TAKTIKA

- **Strategija** (def.) znači tačan plan, koji igraču omogućava, da na osnovu svojih sposobnosti, karakteristika i znanja, povećava mogućnosti za pobjedu (šta moramo odigrati, da ćemo pobjediti?).
- **Taktika** (def.) znači optimalnu taktičku odluku i upotrebu tehnike u određenoj igralnoj situaciji (kako moramo odigrati, da ćemo pobjediti?).

Cilj taktike

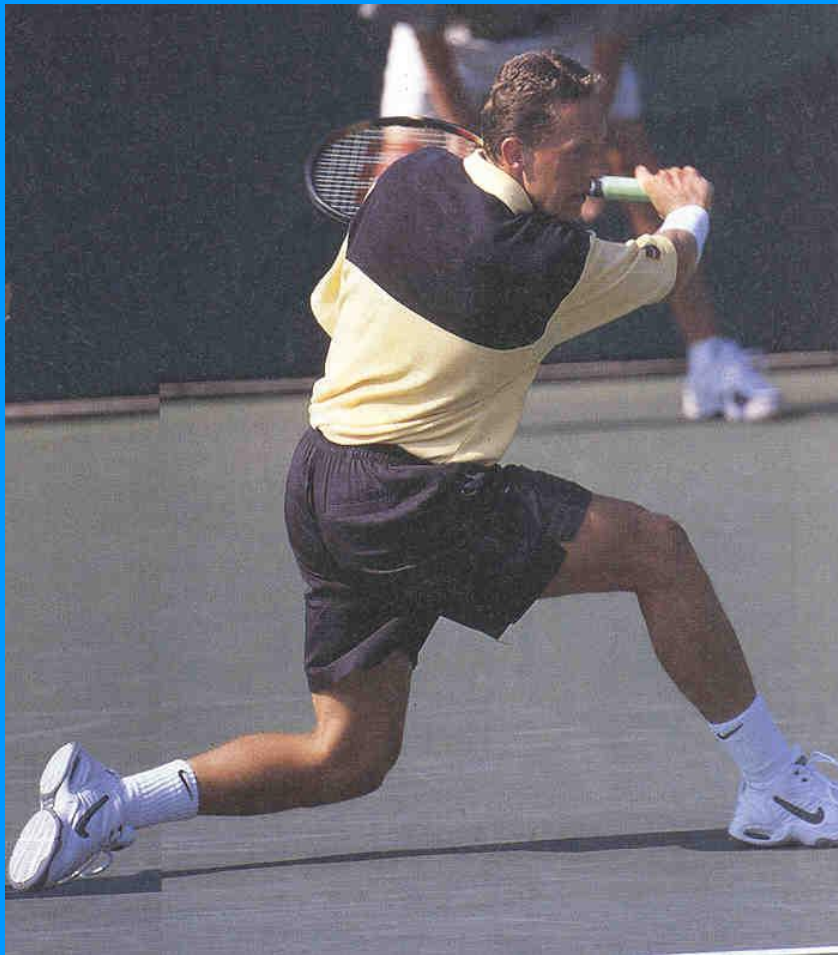
Taktika je drugim riječima, sposobnost teniskog igrača, da upotrebo na osnovu svojih tehničkih, kondicionih, psiholoških sposobnosti, upotrebi svoju ideju, na način da iskoristi svoja oružja protiv slabostima protivnika (Schönborn, 1999).

3. MOGUČI PUTEVI DO USPJEHA

Igrač može biti uspješan na više načina:

1. da ne radi (neforsirane) greške
2. da protivniku ne omogućava, da ta napravi viner
3. da protivnika pripremi, da napravi grešku
4. da napravi viner (ang. winner).

Izjava



Radije bi poznao
nekoliko pitanja,
nego sve odgovore.

James Thurber

4. TAKTIČKE AKCIJE

- 1. Percepcija situacije i analiza situacije** – važno je taktičko znanje i anticipacija.
- 2. Izbor rješenja – taktička odluka** – važno je taktičko znanje i anticipacija i poznavanje protivnika.
- 3. Izvođenje udarca** - važna je kvaliteta izvođenja.
- 4. Analiza utjecaja udarca** – važna je za pripremu na sledeći udarac i za proces učenja (tarče, ciljevi).

1+2+4 - KOGNITIVNO DJELOVANJE

3 - MOTORIČKO DJELOVANJE

(Koju fazu najviše treniramo?)

Taktičko i tehničko rješenje

Kod izvođenja udarca postoji:

1. Taktičko rješenje

(izbor prvca, brzine, visine, rotacije lopte...)

2. Tehničko rješenje

(izvođenje udarca: spin, slajz, lob, passing, skraćena lopta itd.).

Taktički pojmi

1. **Napadalni udarac:** sa takvim udarcem igrač kontrolira događanje na terenu; odigra ga planirano, sa ciljem i optimalnom brzinom.
2. **Obrambeni udarac:** nije izvođen sa optimalnom kontrolom; igrač odigra ono što može; ne može izabrati određenu vrstu, smjer, rotaciju i brzinu.
3. **Napadalni položaj** – nakon udarca protivnika.
4. **Obrambeni položaj** – nakon vlastitog udarca.

Taktički plan

Taktički plan najvažniji je u situacijama, kada su igrači na istom nivou. Kod pripreme taktičkog plana moramo uzeti u obzir:

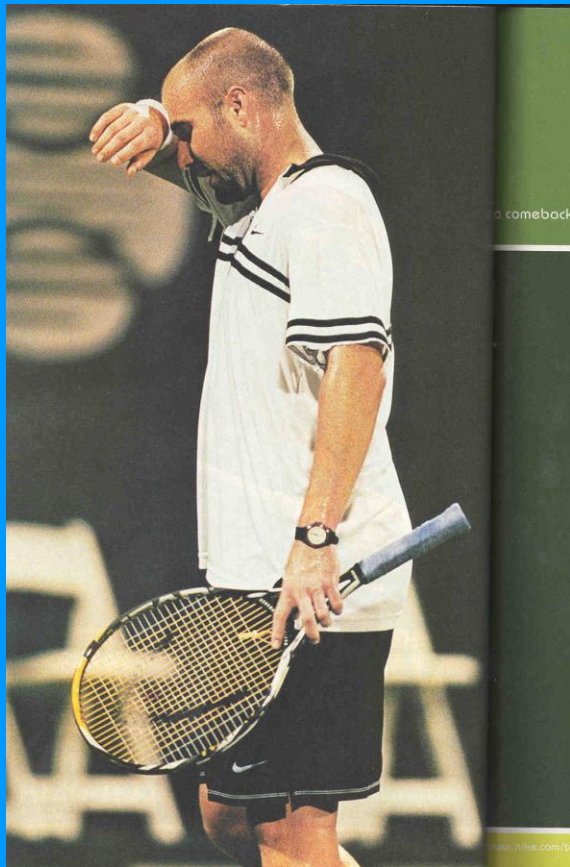
1. Sve karakteristike igrača (taktičke, tehničke, anatomske, mentalne, kondicijske idr.)
2. Taktički plan pripremimo na osnovu:
 - naših oružja i
 - slabosti protivnika.
3. Taktički plan za utakmicu treba biti realan (nikad ne idealan) i pripremimo ga zajedno sa igračem.

5. MODELI ODLUČIVANJA

| Model 1 | Model 2 | Model 3 |
|---|--|--|
| Donosi odluku po određenom planu (patern) | Donosi odluku po određenom miselnem modelu | Donosi odluku sa gledišta situacije |
| Sistem: AKO→ONDA | Sistem: BODISI → ILI | Sistem: zaviso od lopte koja dolazi |
| Prednost: anticipira situaciju | Prednost: varira odluku | Prednost: različite odluke u istim situacijama |
| Slabost: teško varira | Slabost: reagira kasnije (prekasno) | Slabost: nije svjestan odluke, iznenađenje |
| Ferrero, Williams | Federer, Mauresmo | Roddick, Schnyder |

6. TAKTIČKI TRENING

Šta razmišlja?



Taktički trening može se izvesti samo u igralnoj i otvorenoj situaciji (Schönborn, 1993).

Cilji na taktičkom području



- Razvoj i avtomatizacija određenih igralnih situacija (otvaranje terena, odmicanje igrača od zadnje linije, mjenjanje tempa, dolazak na mrežu...)
- Razvoj sposobnosti upotrebe taktičkih uputa i planova
- Razvoj sposobnosti osjećanja važnih trenutaka u utakmici i izbor pravih rješenja (match flow).

Taktika – področja razvoja

Taktičko – tehnička področja:

1. Preciznost (placement)
2. Brzina (speed)
3. Rotacija lopte (spin of the ball)
4. Variabilnost (variability)
5. Prikrivanje (disguise)

Psihološka področja (vezana i na taktiku):

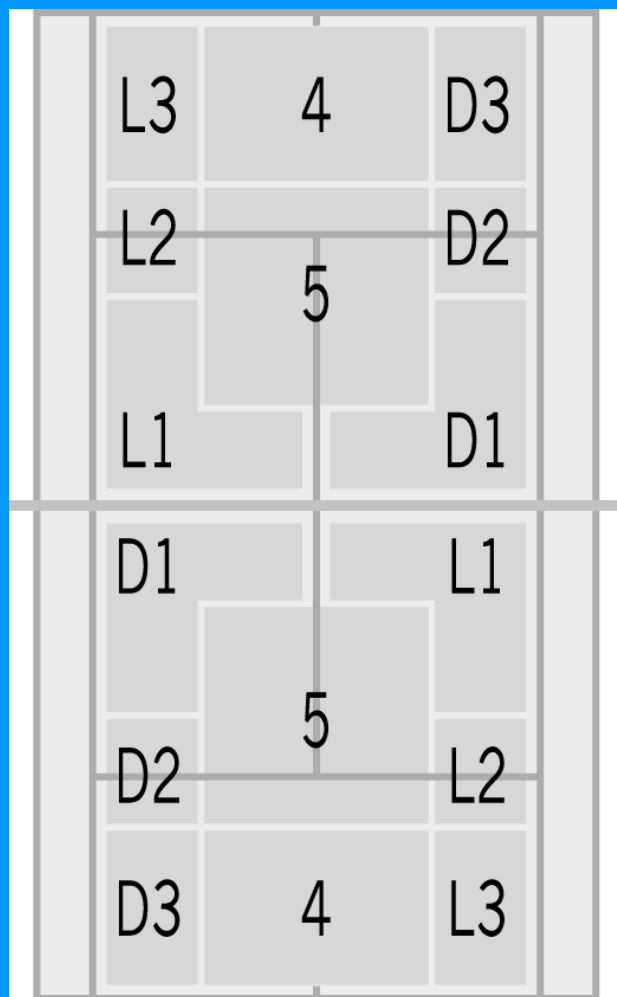
1. Borbenost (fighting spirit)
2. Želja po zmagi (will to win)
3. Osjećaj za rezultat, utakmicu, igro (match flow, momentum)
4. Zvitost (slyness)
5. Hrabrost i odlučnost (determination)

Sistem ciljeva

Kod taktičkog treninga možemo upotrebiti sistem ciljeva (Target system dr. Richarda Schönborna). Sistem postavlja osnove za odlučivanje igrača, a dopušta i prostor za njihova kreativna taktička rješenja.

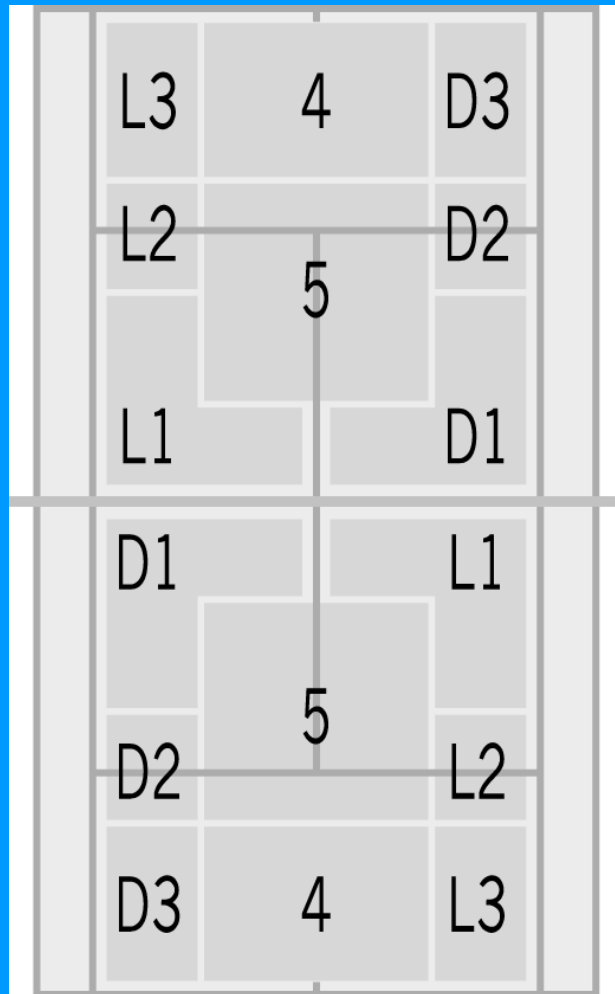
Tenisko igralište podeljeno je na 5 ciljeva, koje igrači gađaju različitim udarcima. Za servis postoje još 3 dodatna cilja.

Sistem ciljeva



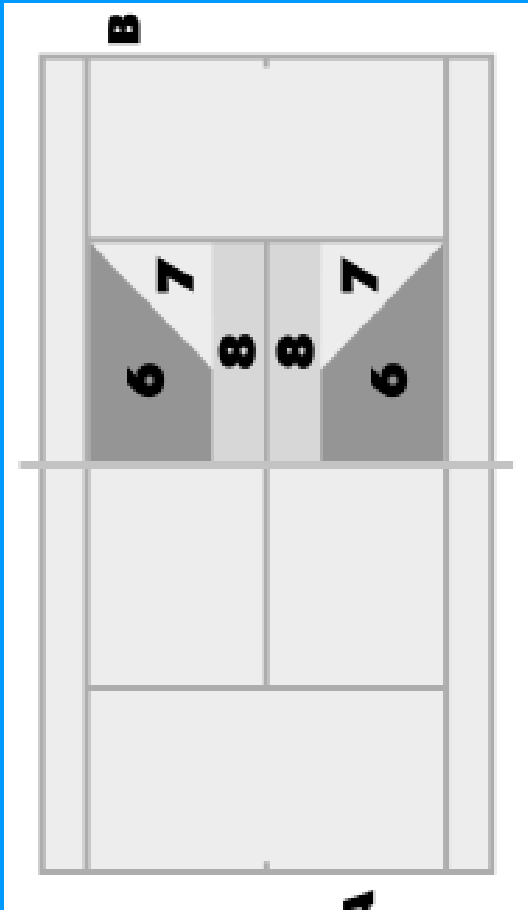
- Cilj D1 i L1: skraćena lopta, štop volej, ostra diagonalna i kontra drop šot.
- Cilj D2 i L2: volej, smeš, pasing, viner sa forhendom i bekendom, retern (kada protivnik igra servis volej).

Sistem polj



- Cilj D3 i L3: retern, udarac sa osnovne linije, napad, viner, smeš, 1.volej.
- Cilj 4: udarac sa zadnje linije, lob, retern.
- Cilj 5: igrači što manje žele igrati u taj cilj (jedino ako igrač ide prema mreži).

Sistem polj - servis



- Cilj 6: servis na van (diagonalno)
- Cilj 7: servis u tjelo
- Cilj 8: servis u sredinu (paralelno):

Igralne situacije

- Igralne situacije:
 - sa servisom
 - sa reternom
 - na zadnoj liniji i u terenu
 - kod mreže
 - obrambene
 - kod igre dublova.