

FAKULTETA ZA ŠPORT
Športno treniranje
Badminton

RACKETLON - NOVA OBLIKA TEKMOVANJA ŠPORTOV Z LOPARJI

Diplomsko delo

MENTOR
doc. dr. Miran Kondrič

RECENZENT:
doc. dr. Aleš Filipčič

KONZULTANT:
Miha Košnik prof. šp. vzg.

AVTOR DELA:
Danilo Podgoršek

Ljubljana, 2009

Ključne besede: racketlon, namizni tenis, badminton, tenis, squash, speedminton, športni dan

Racketlon - nova oblika tekmovanja športov z loparji

Danilo Podgoršek

Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, 2009

Športno treniranje; badminton

Št. strani: 43 ; št. slik: 16 ; št. tabel: 2 ; št. virov: 25

Izvleček

Racketlon je šport, sestavljen iz štirih posameznih športov z loparji; namiznega tenisa, badmintona, tenisa in squasha. Razvil se je sredi osemdesetih let prejšnjega stoletja v Skandinaviji. Pomemben korak k mednarodni uveljavitvi je bil storjen leta 2001, ko so v Gotteborgu priredili prvi mednarodni turnir v racketlonu.

V Sloveniji so leta 2007 ustanovili Zvezo športnih iger z loparji - Racketlon Slovenije, vendar do sedaj deluje brez vidnejših aktivnosti. Možnosti za razvoj racketlona in organizacijo tekmovanj so pri nas zelo omejene, ker primanjkuje športnih centrov, ki bi na enem mestu ponujali igrišča za vse športe z loparji.

V diplomskem delu predstavljam zgodovino in razvoj racketlona, značilnosti in pravila igre, opis posameznih disciplin, možnosti razvoja racketlona v Sloveniji ter prilagojeno obliko za možnost uporabe v šoli.

Key words: racketlon, table tennis, badminton, tennis, squash, speedminton, sports day

Racketlon - the new form of competition in racket sports

Danilo Podgoršek

University of Ljubljana, Faculty of Sport, 2009

Sports training; badminton

Nr. of pages: 43 ; Nr. of Pictures: 16; Nr. of tables: 2; Nr. of sources: 25

Abstract

Racketlon is a sport in which you challenge your opponent in four racket sports, table tennis, squash, badminton and tennis. The origins of racketlon can be traced back to Scandinavia in the mid Eighties. A significant step towards the internationalisation of racketlon was taken in the autumn of 2001 when the first ever international racketlon tournament took place.

Slovenian association of racket sports was established in 2007. Unfortunately its activities in past two years were minor. This is mostly because there is not enough sport centres offering four different courts needed to organise a racketlon tournament.

The graduation thesis begins with history and development of racketlon, its characteristics, rules and description of the individual disciplines. Thesis deals with possibilities for the growth of this sport in Slovenia and modified version of racketlon that can be used in school.

KAZALO

1 UVOD	7
2 PREDMET IN PROBLEM	8
2.1 ZGODOVINA IGER Z LOPARJI	8
2.1.1 Namizni tenis	8
2.1.2 Badminton	9
2.1.3 Tenis	10
2.1.4 Squash.....	11
2.2 RACKETLON - PREDSTAVITEV, ZGODOVINA IN RAZVOJ	12
2.3 ORGANIZIRANOST RACKETLONA V SVETU	13
2.4 TEKMOVANJA NA MEDNARODNEM NIVOJU	14
3 CILJI	15
4 METODE DE LA	16
5 OPIS RACKETLONA IN VKLJUČUJOČIH ŠPORTOV	17
5.1 RACKETLON.....	17
5.1.1 Opredelitev racketlona	17
5.1.2 Pravila za posameznike	17
5.1.2.1 Vrstni red	17
5.1.2.2 Točkovanje	17
5.1.2.3 Izbira strani in servisa	18
5.1.2.4 Podaljšana igra ali Gummiarm Tiebreak.....	18
5.1.2.5 Neprekinjeno igranje in odmori	19
5.1.2.6 Svetovanje.....	19
5.2 NAMIZNI TENIS	19
5.3 BADMINTON	20
5.4 TENIS	21
5.5 SQUASH	22

5.6 PRAVILA NAMIZNEGA TENISA, BADMINTONA, SQUASHA IN TENISA.....	23
6 OPREMA.....	24
6.1 LOPARJI, STRUNE, OBLOGE IN ŽOGICE.....	24
6.2 OBUTEV.....	25
6.3 OBLAČILA.....	25
7 PRILAGOJENA PRAVILA ZA IZVEDBO TEKMOVANJA V ŠOLI.....	26
7.1 ŠPORTNO TEKMOVANJE.....	26
7.2 FAIR PLAY KOT NOSILNA TEMA ŠPORTNEGA DNE	26
7.3 ŠPORTNI DAN - RACKETLON	27
7.3.1 Speedminton kot zamenjava za squash.....	28
7.3.1.1 Igrišče	28
7.3.1.2 Oprema	28
7.3.1.3 Pravila	29
7.3.2 Mini in midi tenis namesto pravega tenisa	29
7.3.2.1 Igrišči za mini in midi tenis.....	30
7.3.2.2 Oprema	31
7.3.2.3 Pravila	31
7.3.3 Organizacija dela	31
7.3.3.1 Sodelujoči učitelji in njihove zadolžitve	31
7.3.3.2 Navodila učencem	32
7.3.3.3 Snovna predpriprava na športni dan.....	32
7.3.3.4 Pripomočki in oprema:.....	32
7.3.3.5 Predstavitev prilagojenih pravil	32
7.3.3.6 Razporeditev igrišč	33
8 MOŽNOSTI ZA RAZVOJ RACKETLONA V SLOVENIJI	38
9 SKLEP.....	41
10 VIRI	42

1 UVOD

Tekmovanja v kombinaciji športov pozna zgodovina že vse od starogrških časov in znamenitega pentatlona. Od nekdanje je v ljudeh obstajala želja tako po specializaciji kot njej nasprotni raznovrstnosti na mnogih področjih, tudi na športnem. Tekmovanje v pentatlonu je v stari Grčiji pomenilo vrhunec olimpijskih iger, zmagovalci v tej disciplini pa so postali najbolj cenjeni športniki (Šugman, 1997).

Med bolj znanimi športi v tej kategoriji danes najdemo triatlon ter sedmerboj in deseterboj v atletiki. Sestavljanje več športov v enega poznamo tudi v zimskih športih. Najbolj poznana sta biatlon in nordijska kombinacija. V zadnjih dveh desetletjih pa v ospredje vse bolj prihaja tudi racketlon. Vzroke za njegov nastanek bi najverjetneje lahko našli v popularizaciji športov z loparji. Edini, ki je dobro poznan in razširjen po vsem svetu, je tenis. Namizni tenis in badminton ter njuni uspehi na mednarodnih tekmovanjih so bili v preteklosti vse preveč vezani na daljni vzhod, kar je botrovalo slabši priljubljenosti teh dveh sicer lepih športov drugod po svetu. Šele z njuno uvrstitvijo med olimpijske discipline (namizni tenis 1988, badminton 1992) se je to dodobra spremenilo. Squash je še edini izmed štirih športov z loparji, ki ni uvrščen na olimpijske igre in je tako prikrajšan za hitrejšo mednarodno uveljavitev, omejujejo pa ga tudi prostorske zmožnosti (Vučković, 2000). Zato je racketlon zaenkrat omejen na eni strani z razvitostjo posameznih centrov v različnih državah, ki na enem mestu ponujajo vse štiri panoge, na drugi strani pa je relativno mlad šport in zato še ne tako prepoznaven. Zagotovo gre za šport, ki ima dobre možnosti, da se množično razširi po vsem svetu. To dokazuje vedno večje število tekmovalcev, ki se udeležujejo posameznih turnirjev.

V Sloveniji so sicer leta 2007 ustanovili Zvezo športnih iger z loparji - Racketlon Slovenije, vendar njenega delovanja skoraj ni zaslediti, onemogočen pa je tudi dostop do njene spletne strani. Ta, zanimiv šport je pri nas dokaj nepoznan in zaenkrat še tudi niso organizirali nobenega turnirja. Znano je le, da so na Odprtem prvenstvu Madžarske, med drugimi nastopili tudi štirje Slovenci.

V delu bom predstavil nekaj zgodovine športov z loparji, opremo, tekmovalna pravila, možnosti razvoja racketlona v Sloveniji in njegovo prilagojeno obliko za izvedbo tekmovanj v šolah.

2 PREDMET IN PROBLEM

Športne igre z loparji predstavljajo v Sloveniji in svetu vse večji delež tako v množičnem in šolskem kot tudi tekmovalnem športu. Osnovni pomen iger z loparji je v motivaciji pozitivnih čustev in doživljanjev v konkretni igri (Kondrič, 2003).

Vsaka posamezna disciplina, ki sestavlja racketlon, je v Sloveniji dokaj dobro poznana. Njihova združitev v en šport, verjetno predvsem zaradi nepoznavanja racketlona pri nas, pa je skoraj nepoznana. Na Madžarskem in v Avstriji prirejajo veliko turnirjev (aktualni svetovni prvak je Avstrijec), in edina možnost, da se Slovenci udeležujejo tekmovanj v racketlonu, je vsaj za zdaj tujina. Z diplomskim delom bi zato postavil nekaj osnov, na katerih bi lahko temeljil nadaljnji razvoj racketlona pri nas oziroma, na katerih bi se razvoj lahko začel.

2.1 ZGODOVINA IGER Z LOPARJI

2.1.1 Namizni tenis

Prve sledi izvora namiznega tenisa segajo na kitajske dvore, kjer naj bi različico današnjega namiznega tenisa igrali že pred skoraj dva tisoč leti. Igro, ki je bila mešanica tenisa, namiznega tenisa in badmintona, so poznali v petnajstem stoletju na indokitajskem polotoku. Že v srednjem veku so poskušali prenesti igro z žogico iz odprtega prostora v notranjost. Glede na prve pisne podatke, pa je to uspelo šele v zadnji četrtini 19. stoletja v Angliji in Ameriki, kjer so namizni tenis z improvizirano opremo igrali pod imenom gossima oziroma whiff-waff. Prvo opremo za igranje in pravila so patentirali v Ameriki. Po uvedbi celuloidne žogice leta 1900 so igro poimenovali pingpong in od takrat naprej se je igra zelo hitro razvijala. Kožo in pluto na loparjih so zamenjale gumijaste obloge, igra je postala hitrejša in bolj napadalna. V Angliji in Walesu so leta 1920 ustanovili prva združenja - zveze, leta 1926 so organizirali prvo svetovno prvenstvo, od leta 1988 pa je namizni tenis tudi olimpijska disciplina.

Ime je namizni tenis verjetno dobil po tenisu oziroma po podobnosti igre s tenisom. Razvil se je v eno najbolj razširjenih športnih panog, ki jo igra okoli 40 milijonov športnikov in še mnogo več rekreativnih igralcev. Od samega začetka se igra ni bistveno spremenila, postala je hitrejša, s tem pa so postale tudi druge zahteve v igri mnogo večje. Menjave pravil so bile skozi zgodovino namiznega tenisa vezane predvsem na dolžino in trajanje igre, višino mreže, na obloge loparjev, izvedbo začetnih udarcev in velikost žogice. Vse z namenom, da bi bila igra zanimivejša in atraktivnejša tako za igralce kot za gledalce (Uzorinac, 1988).

2.1.2 Badminton

Badminton je eden izmed najstarejših športov. Po raziskavah zgodovinarjev segajo začetki te igre v obdobje cesarja Huangti-ja na Kitajskem, to je približno 2000 let pred našim štetjem. Igro, ki je imela razmeroma malo skupnega z današnjo obliko badmintona so imenovali di-džian-dzi. Igrali so jo tako, da je kot lopar služila odprta dlan roke, za žogo pa so uporabljali kovanec, na katerem sta bili pripeti dve peresi. Še v 16. stoletju je bila na Kitajskem nekoliko spremenjena oblika te igre pod imenom ti-jianci bolj popularna od nogometa. V 14. stoletju so na Japonskem dekleta in žene igrale igro »oibane«. Kot žoga jim je služilo sadje, opremljeno s pisanimi fazanjimi peresi. Loparji so bili leseni in podobni današnjim namiznoteniškimi. Na hrbtni strani je bila slika njihovega najdražjega in s to stranjo loparja niso smele udarjati. Torej niso poznali udarca z backhandom. V Koreji so poznali igro, podobno današnji, indiaci, ki so jo igrali z nogami.

Pozneje se je badmintonu podobna igra razvila tudi v Mehiki, kjer je kot žogica služila guma, v katero so bila vdelana ptičja peresa. Lopar je imel obliko podkve, napet pa je bil z usnjenimi jermeni.

V Evropi so badmintonu podobno igro igrali najprej na francoskem dvoru. Znano je, da se je zmagovalec bitke pri Marignanu kralj Franc I. (1515-1547) rad posvečal igri imenovani najprej coquantin, kasneje pa jeu volant oziroma battledore and shuttlecock. V začetku je bila žogica sestavljena iz plute in kokošjih peres. S časom so se razvili tudi rekviziti. Žogica je bila opremljena izmenično s črnimi in belimi peresi, da je bila bolj vidna. V tej fazi razvoja so igro imenovali picandeu. Igrale so jo predvsem dvorne dame. Žogo so morale udariti čim višje, ne da bi se pri tem premaknile z mesta. Pri tem so morale udarjati tudi z backhandom. Najbolj znana igralka badmintona iz teh fevdalnih časov je bila Kristina Švedska.

Mesto Badminton v grofiji Gloucestershire (danes Avon) v Angliji je rojstni kraj modernega badmintona. Na svojem posestvu v tem mestu je leta 1870 beaufortski vojvoda svojim gostom predstavil igro poona, ki so jo v Indiji v mestu Poona igrali angleški oficirji. Ob predstavitvi sta bila nasprotnika ločena z mrežo, s tem pa je igra dobila športni značaj. Leta 1887 so postavili prva pravila in igra iz Badmintona se je hitro širila. Že leta 1877 so Angleži ustanovili prvi badmintonski klub na svetu: Bath Badminton Club in sestavili prva pravila za igro. Sprva so igrali badminton le premožnejši sloji, v glavnem kot družabno igro. Bolj kot športna plat je bila pomembna takratna moda. Obleka za igro je bila natančno predpisana. Moški so nosili frake in cilindre, ženske pa klobuke različnih barv, ogrinjala in obleke z dolgimi vlečkami.

Leta 1893 so v Angliji ustanovili prvo badmintonsko zvezo Badminton Association of England. Tako so badminton dokončno priznali kot nov šport in v istem letu ustanovili 12 klubov. Prvo britansko prvenstvo All England Championships so odigrali leta 1899 v Londonu in so ga končali v enem dnevu. Pozneje je to vsakoletno tekmovanje preraslo v neuradno svetovno prvenstvo za posameznike in dvojice, ki se ga udeležujejo najboljši igralci z vsega sveta. Še danes je zmaga na tem prvenstvu skoraj tako pomembna kot zmaga na olimpijadi ali svetovnem prvenstvu (Kustec, Nagode, Žorga, 2001).

2.1.3 Tenis

Rimljani so že pred več kot dva tisoč leti igrali igro, ki je podobna današnjemu tenisu. Poimenovali so jo trigon. Usnjeno žogo napolnjeno s semeni fig so z lesenim veslom udarjali preko napete vrvi. Igra je bila v tistem času zelo razširjena in se je obdržala dolgo časa. Igrišče je stalo vzdolž visokih zidov. Igralci so kot posamezniki ali moštvo, odvisno od velikosti igrišča in zidu, žogo udarjali z veslom v zid. Tekma je trajala 4 ure ali do rezultata 60 točk. Sčasoma so žogico napolnili z različnimi materiali. Sprva s semeni fig, kot smo že na začetku omenili, nato z lasmi, odrezki jadvovine in z narezano plutovino. Te žoge so odskočile le na kamnitih ali lesenih tleh. V 17. stoletju so začeli graditi pokrite žogarne. Igrišča v žogarnah so merila 30 x 10 m, nasprotnikovi polovici pa je najprej ločevala črta, pozneje vrv in na koncu obešena mreža, ki se ni dotikala tal. Kljub temu, da je mogoče kar natančno rekonstruirati igro, predhodno tenisu, pa si zgodovinarji še danes niso na jasnem o samem izvoru imena igre. Beseda tenis naj bi ime dobila iz francoskega glagola tenir oziroma tenez. Iz tega naj bi nastalo angleško ime tennis. Tudi pri pojasnjevanju logike štetja točk so težave. Obstajata dve teoriji za nastanek sistema točkovanja, ki v obeh primerih ne temelji na decimalnem sistemu, pač pa na geometrijskem sistemu, ki ima za osnovo številko 60 (Klemenc, 1997).

Začetki modernega tenisa segajo v leto 1874. Izumitelj je konjeniški oficir major Walter Clompton Wingfield, sicer potomec stare ugledne angleške družine. Naklonjen športu, dober veslač in še boljši igralec ragbija je izumil igro z žogo in loparji, ki so jo igrali na livadah ob vikendih. Višina mreže je bila takrat 150 cm in je bila skoraj bolj kot tenisu, podobna odbojki ali badmintonu. Igro so igrali posamično ali v parih, vedno po ena in ena do 15 točk. Servirali so z označenega mesta, vedno na desni strani igrišča, ki je bilo ob mreži široko 6,37 m, na osnovni črti pa 9,15 m. Na igrišču je bilo označeno servisno polje. Točka je bila dobljena, kadar je nasprotnik zgrešil žogo, kadar je žoga odskočila dvakrat, kadar je odletela z igrišča ali v mrežo. Takoj, ko je igralec naredil napako, je izgubil začetni udarec in dobil ga je nasprotnik. To je bilo podobno kot pri odbojki. Leta 1875 so igro nekoliko spremenili in jo poimenovali preprosto lawn tennis. Takrat je igrišče dobilo današnjo podobo. Servisna polja so označili na obeh straneh, servirali pa so diagonalno. Igra se je

uveljavila, saj je izpolnila v časnikih napovedano zahtevo po živahnem razgibanju tako močnejšega kot šibkejšega spola. Po prvem nacionalnem prvenstvu Anglije leta 1877 v Wimbledonu, se je nato tenis skokovito širil na vse kontinente (Uzorinac, 1984).

Tenis je bil sestavni del prvih olimpijskih iger leta 1896, nato pa se je zaradi različnih pogledov teniških organizacij in olimpijskega komiteja v presledkih pojavljal vse do olimpijskih iger 1988 v Seulu in od takrat naprej postal stalnica. (<http://www.sportsknowhow.com/tennis/history/tennis-history-2.shtml>)

2.1.4 Squash

Poznamo več različic, kako in kje se je squash razvil ter kdo je njegov začetnik. Prvi zapiski o igri, pri kateri so odbijali žogo, so iz leta 1581. Oče te igre naj bi bil neki učitelj iz Anglije. Zelo podobno igro so pozneje igrali v angleških zaporih. Tam so si zaporniki krajšali čas z udarci majhne trde žoge v zid in to igro so poimenovali rackets.

Podobno igro so obvladali tudi učenci šole Harrow v bližini Londona. Vendar so uporabljali mehko žogico, ki je omogočala večje število različnih udarcev, predvsem pa od igralcev zahtevala veliko več truda, saj se ta žogica ni odbijala tako kot tista pri igri rackets. Prav zato lahko trdimo, da so učenci šole Harrow izumitelji squasha.

Zaradi hitrega razvoja in priljubljenosti igre so kmalu začeli graditi igrišča. Prva štiri igrišča so leta 1864 zgradili v šoli Harrow. Igriščem sprva niso določili enotnih mer. Na pobudo organizacije Tennis and Rackets Association so leta 1911 nastali prvi zapiski in težnje o enotnih merah igrišč. Kljub temu so se zdajšnje mere uveljavile šele leta 1922, ko so organizirali prva uradna tekmovanja. Verjetno so prav začetne razlike v dimenzijah igrišč prispevale k nastanku različic igre. Tako poznamo danes veliko bolj uveljavljeno mednarodno različico igre, znano kot squash. V Ameriki in nekaterih predelih Kanade igrajo podobno igro, ki jo imenujejo hard ball, le da so igrišča nekoliko daljša in ožja. Sprva so za igro uporabljali zelo mehke žoge s številnimi luknjami. Te so povzročile, da je žogica po močnem udarcu pogosto razpadla. Prav mehka žogica in lopar sta igri dala originalno ime. Sprva so igro namreč imenovali squash rackets, pozneje pa besedo rackets opustili.

Prva amaterska tekmovanja segajo v začetek prejšnjega stoletja. Prvo odprto prvenstvo Anglije - nekateri ga imenujejo neuradno svetovno prvenstvo – so odigrali leta 1920. Squash je edini izmed štirih sestavnih športov racketlona, ki še ni uvrščen med olimpijske discipline (Vučković, 2000).

2.2 RACKETLON - PREDSTAVITEV, ZGODOVINA IN RAZVOJ

Zametke racketlona zasledimo že sredi osemdesetih let prejšnjega stoletja na Finskem, kjer so se predstavniki zvez športov z loparji združili in oblikovali igro imenovano mailapelit. Prvo prvenstvo v racketlonu so odigrali v Helsinkih na Finskem leta 1986 in tekmovanja so se od takrat hitro širila. Na posamezne turnirje se je prijavilo tudi do 400 ljudi. Takoj je bilo jasno da se bo mailapelit kot šport obdržal in se razvijal. Od takrat naprej prvenstvo v tem mladem in zanimivem športu pripravijo vsako leto. Zgledu Fincev so sledili tudi njihovi sosedje Švedi. Tam se je racketlon pojavil nekoliko pozneje, leta 1989. Takrat je namreč »Gospod Racketlon iz Švedske«, poznejši dvakratni državni prvak, Peter Landberg, organiziral prvo tekmovanje. Leto pozneje so Švedi organizirali prvo državno prvenstvo, na katerem se je pomerilo več kot 200 tekmovalcev. Od tedaj tam prvenstvo pripravijo vsako leto. Kot zanimivost lahko dodam, da se na vsakem njihovem državnem prvenstvu približno polovica tekmovalcev racketlona udeleži prvič. Iz podatka lahko sklepamo, da se igra hitro širi in dobiva vedno več navdušencev.

V svojih začetkih je racketlon doživel mnoge spremembe. Prvih nekaj let se je pojavljal z imenom »prvenstvo v športih z loparji« (racket championships). Pravila so se razlikovala od današnjih. Na samem začetku racketlona pravil točkovanja niso spreminjali. Tenis so, naprimer, odigrali na en niz do 6 iger, badminton do 15 točk tako, da je igralec točko dobil le na svoj začetni udarec, itn. Seveda je taka metoda seštevanja zapletena, ker po tesnih dvobojih tekmovalca do konca zadnjega dvoboja nista vedela, kdo je zmagovalec. Zato so leta 1994 uvedli in uredili točkovanje po zgledu finskega mailapelita, torej vsak niz do 21, zmagovalec pa je tisti, ki doseže večje število točk.

Začetki racketlona torej izhajajo iz Skandinavije, kjer je tudi najbolj razvit in prepoznaven. Pomemben korak k mednarodni uveljavitvi so storili leta 2001, ko so v Gotteborgu priredili prvi mednarodni turnir. Od takrat naprej racketlon doživlja pravi razcvet tudi drugod po svetu:

- Maja 2002 so na Finskem organizirali 1. Mednarodno prvenstvo v racketlonu;
- Oblikovali so lestvico desetih najboljših igralcev in igralk;
- V avgustu 2002 so organizirali prvi turnir zunaj Skandinavije in sicer na Škotskem (Mullamaa, 2002).

2.3 ORGANIZIRANOST RACKETLONA V SVETU

Mednarodna raketlonska zveza (v nadaljevanju FIR - Federation Internationale de Raketlon) je neprofitna organizacija, katere cilj je spodbujati razvoj, skrbeti za njegovo širitev in prepoznavnost. Skrbi za pomoč in podporo nacionalnim raketlonskim zvezam po vsem svetu. Ustanovili so jo 15. septembra 2002, zveza pa se nahaja v Avstriji. Predseduje ji Marcel Weigl. V njenem statutu je podrobneje določena njena notranja organiziranost, cilji, način in namen delovanja. Število članic iz leta v leto narašča, trenutno jih je 26.

(<http://www.racketlon.net/members.php?p=4&lang=en>)

Tabela 1: Pregled držav članic FIR-a in povezave do spletnih strani

	DRŽAVA	SPLETNA STRAN
1	Anglija	www.englishracketlon.org
2	Avstrija	www.racketlon.at
3	Belgija	www.racketlon.be
4	Bolgarija	
5	Češka	www.czechracketlon.cz
6	Estonija	www.racketlon.ee
7	Finska	www.racketlon.fi
8	Francija	
9	Grčija	
10	Hong Kong	www.racketlon.hk
11	Indija	
12	Italija	www.racketlon-italia.it
13	Južnoafriška republika	http://www.racketlon.co.za
14	Kanada	
15	Latvija	www.racketlon.lv
16	Madžarska	www.racketlon.hu
17	Malezija	
18	Nemčija	www.racketlon.de
19	Nizozemska	www.racketlon.nl
20	Poljska	www.pfr.org.pl
21	Rusija	
22	Slovaška	www.sra.sk
23	Škotska	www.racketlon.co.uk
24	Švedska	www.racketlon.com
25	Švica	www.racketlon.ch
26	ZDA	www.usaracketlon.org

2.4 TEKMOVANJA NA MEDNARODNEM NIVOJU

Leta 2003 je FIR uvedla svetovno lestvico in razčlenila tekmovanja na različne stopnje. Natančno je opisala zahteve, ki jih mora organizator izpolnjevati za njihovo izvedbo. Mednarodna tekmovanja, ki so organizirana pod okriljem FIR-a:

- a) Svetovno prvenstvo v racketlonu
- b) »Super World Tour« turnirji (največ 4 letno)
- c) »International World Tour« turnirji (največ 8 letno)
- d) »Challenger« turnirji (brez zgornje omejitve števila)

Poleg turnirjev, ki štejejo za svetovno jakostno lestvico, pa posamezne nacionalne zveze ločeno skrbijo za organizacijo tekmovanj znotraj svoje države.

3 CILJI

Cilji diplomskega dela so:

- opis razvoja in organiziranosti racketlona
- opis posameznih disciplin
- predstavitev tekmovalnih pravil
- predstavitev potrebne opreme
- opis prilagojenih oblik racketlona
- predstavitev možnosti razvoja racketlona v Sloveniji

4 METODE DELA

Diplomsko delo je monografskega tipa in sloni na zbiranju virov s področja tenisa, namiznega tenisa, squasha, badmintona, speedmintona in racketlona. Pri proučevanju sem uporabil tako domače kot tudi tuje vire, ki so razpoložljivi v knjižnicah in na svetovnem spletu. Za podatke, ki jih ni bilo mogoče najti med razpoložljivimi viri, sem uporabil metodo neformalnega intervjuja.

Uporabljene metode:

- Zbiranje dokumentacijskega gradiva (knjižni in elektronski)
- Metoda neformalnega intervjuja

5 OPIS RACKETLONA IN VKLJUČUJOČIH ŠPORTOV

5.1 RACKETLON

Racketlon je šport, pri katerem tekmuješ z nasprotnikom v vsakem od štirih športov z loparji: namizni tenis, tenis, squash in badminton. Tekma se odigra v štirih nizih do 21, en niz za vsak šport. Zmagovalec je tisti, ki doseže višje število točk.

5.1.1 Opredelitev racketlona

Za uporabo termina racketlon morajo biti izpolnjeni naslednji pogoji:

- a) Igra mora biti sestavljena iz štirih športov: namizni tenis, badminton, squash in tenis.
- b) Koncept igre mora biti v skladu s pravili, ki ga zahteva tekma v racketlonu. Posameznika morata odigrati medsebojni dvoboj tako, da odigrata vsakega od štirih športov do 21 točk.
- c) Vsaka točka šteje. Igralec, ki doseže več točk, je končni zmagovalec.

5.1.2 Pravila za posameznike

5.1.2.1 Vrstni red

Od manjših loparjev k večjim. Nizi morajo biti odigrani po sledečem vrstnem redu: namizni tenis, badminton, squash in tenis.

5.1.2.2 Točkovanje

a) *VSAK OD ŠTIRIH NIZOV SE IGRA DO 21*

V primeru izida 20 : 20, se odigra do razlike 2 točk.

b) *ZMAGOVALEC TEKME*

Zmagovalec je tisti, ki doseže večjo vsoto točk in ne tisti, ki doseže večje število nizov.

c) *PREKINITEV OB NEULOVLJIVEM ZAOSTANKU*

Vsak od tekmecev lahko v primeru dovolj velikega števila osvojenih točk prekine dvoboj in vseeno zmagaja. Torej, ni mu treba odigrati, naprimer, tenisa, saj število točk, ki jih še lahko doseže, ne vpliva na izid tekme. Izjema je moštveno tekmovanje.

d) *PODALJŠANA IGRA*

V primeru, da imata tekmovalca pa štirih nizih enako število točk odigrata t.i. Gummiarm tiebreak.

5.1.2.3 Izbira strani in servisa

a) *ŽREB*

Izbiro strani in začetnega udarca ali branilca v prvi igri določi žreb. Igralec, ki dobi žreb, lahko izbere ali prepusti izbor nasprotniku:

če bo serviral ali branil, potem nasprotnik izbira stran igrišča ali mize, če pa bo izbral stran potem nasprotnik izbira, ali bo izvajalec servisa ali branilec.

Igralec, ki začne tekmo z začetnim udarcem pri namiznem tenisu, začne s sprejemom pri badmintonu, začne s serviranjem pri squashu in začne s sprejemanjem pri tenisu. Igralec, ki sprejema, ima v vsakem nizu pravico do izbire strani (razen pri squashu, seveda).

b) *VSAK SERVIRA DVAKRAT*

Po dveh odigranih točkah servis prevzame drug igralec. Prvi začetni udarec vedno serviramo iz desne strani (izjema je namizni tenis), drugi servis je z leve strani.

c) *MENJAVA STRANI*

Tekmece strani igrišča ali mize zamenjata, ko prvi izmed igralcev pride do 11 točk.

d) *IZID 20 : 20*

Pri morebitnem izidu 20 : 20 vsak izmed igralcev servira po enkrat, dokler niz ni končan. Prva dva servisa sta iz desne strani, druga dva iz leve, naslednja dva zopet iz desne in tako naprej.

e) *DRUGI SERVIS PRI TENISU*

V teniškem nizu ima izvajalec servisa na voljo dva servisa tako kot pri normalnem tenisu. To pa ne velja pri podaljšani igri (Gummiarm tiebreak).

5.1.2.4 Podaljšana igra ali Gummiarm Tiebreak

a) *ZMAGOVALCA DOLOČI TOČKA PRI TENISU*

V primeru, da imata po štirih odigranih nizih tekmovalca enako število točk, zmagovalca določi dodatna točka, ki jo odigrata pri tenisu. Igralec, ki prvi doseže točko v podaljšani igri, je zmagovalec .

b) *ŽREB*

Izbiro strani in začetnega udarca ali branilca v prvi igri določi žreb.

c) **SERVIS**

V podaljšani igri ima igralec pravico le enega servisa. S tem se izvajalcu začetnega udarca odvzame prednost, ki bi jo imel v primeru dveh servisov.

5.1.2.5 Neprekinjeno igranje in odmori

a) **MINUTA PRI 11**

Ko prvi izmed igralcev doseže 11 točko v nizu, je dovoljen odmor. Ta lahko traja največ 60 sekund.

b) **3+3 MINUTE MED NIZOMA**

Ogrevanje za naslednji šport se prične največ 3 minute po končanju prejšnjega niza. Odmor med menjavo športov sme trajati največ 6 minut.

c) **NEPREKINJENO IGRANJE**

Igre se ne sme prekiniti, zadrževati ali ovirati z namenom, da se igralcu omogoči predah ali počitek. Sodnik lahko kaznuje morebitne kršitve pravil.

5.1.2.6 Svetovanje

Trener lahko igralcu svetuje le med menjavo športov in na polovici niza (pri doseženi 11 točki). Med svetovanje pa ne štejemo spodbujanja in navijanja trenerja. Sodnik odloča o tem ali gre za svetovanje ali za spodbujanje. Uporaba zunanjih komunikacijskih pripomočkov je prepovedana. Sodnik lahko kaznuje kakršnokoli svetovanje med potekom igre. (<http://www.racketlon.com/rackrules.html>)

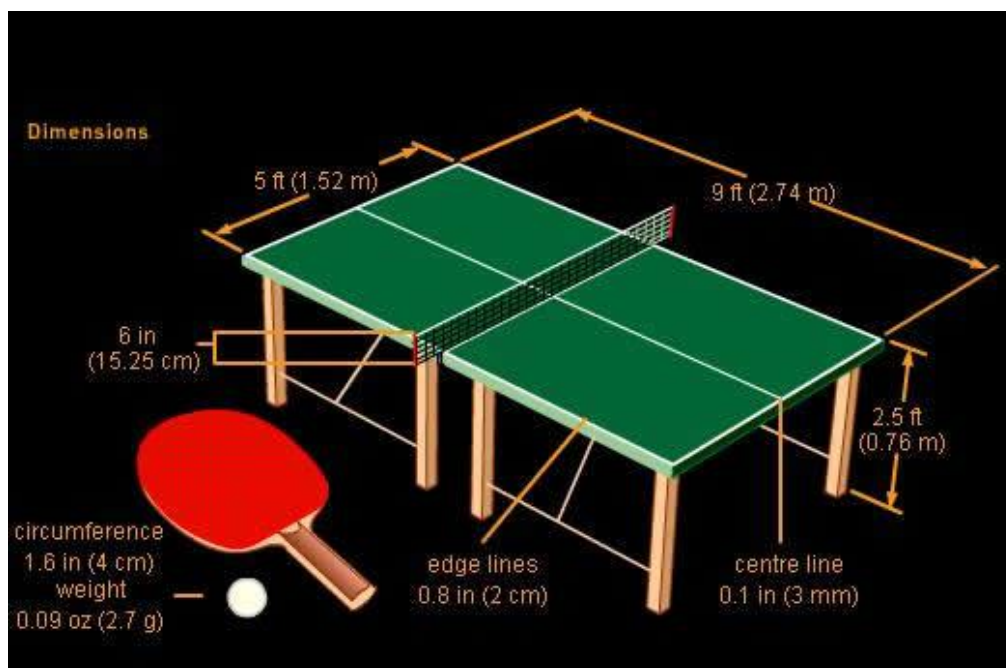
5.2 **NAMIZNI TENIS**

Namizni tenis je igra za dva posameznika ali dva para igralcev. Običajno ga igrajo v dvorani. Igralci z udarci udarjajo majhno, lahko žogico čez nizko mrežico, ki deli mizo na dve enaki polovici. Cilj igre je, da igralec žogico udari z loparjem na nasprotnikovo polovico mize tako, da je ta čez mrežico ne more vrniti na njegovo.

Miza je lahko iz poljubne snovi, običajno pa je lesena. Igralna površina mora biti enotne, mat temne barve. Najprimernejša je temno zelena ali modra brez leska, črte na njej pa morajo biti bele. Dva cm široka bela črta označuje robove mize. Za igro dvojic je igralna površina s 3 mm široko belo črto razdeljena na dve polovici. Stranski robovi mize niso igralna površina.

Mrežica je dolga 183 cm in na vrvici, ki je pritrjena na dve stojali, razpeta čez sredino mize. Zgornji rob mrežice mora biti povsod 15,25 cm nad igralno površino.

Igralni prostor mora biti dolg najmanj 14 m, širok najmanj 7 m in visok najmanj 4 m.



Slika 1: Namiznoteniška miza

(Pridobljeno 3.11.2009, iz http://www.sports.gov.pk/Introduction/D_TableTennis.jpg)

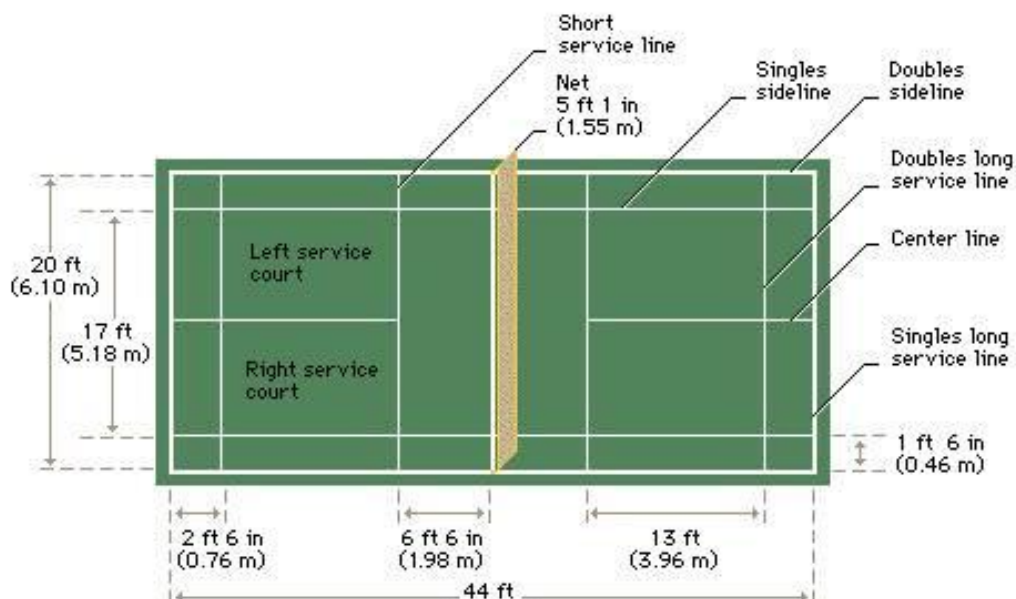
Igralec/igralka mora biti oblečen v majice s kratkimi rokavi, kratke hlače ali krilo in obut v športne copate. Oblečila morajo biti v večjem delu enotne barve, ki pa ne sme biti enaka barvi žogice (Amery idr., 1994). Oblogi na loparju morata biti različnih barv, običajno sta rdeče in črne.

5.3 BADMINTON

Je igra za posameznike in dvojice. Prek visoke mreže, ki deli označeno igrišče na dve polovici, igralci z loparjem udarjajo (peresno ali plastično) žogico. Cilj igre je, da žogica pade na tla v nasprotnikovem igrišču.

Čeprav je badminton možno igrati tudi na prostem, ga običajno igrajo v zaprtem prostoru, kjer ni zračnih tokov.

Igralna površina za badminton ne sme drseti zato mora biti igrišče iz umetne mase s črtami samo za badminton; tla so lahko tudi lesena. Oznake morajo biti bele ali rumene. Črte morajo biti široke 40 mm. Debelina črt je vključena v mere igrišča.



Slika 2: Badmintonsko igrišče

(Pridobljeno 3.11.2009, iz <http://www.badminton-pisece.si/slike/badcourt.gif>)

Stene za mednarodna tekmovanja priporočajo naslednje razdalje med igriščem in stenami:

- od stene do osnovne črte 2,3 m
- od stene do stranske črte 2,2 m.

Za klubska in rekreacijska tekmovanja so te razdalje manjše. Priporočajo naj bo med steno in osnovno črto najmanj 1,5 m praznega prostora ter med steno in stransko črto 1,2 m. Prezračevanje mora biti urejeno tako, da ne povzroča zračnih tokov.

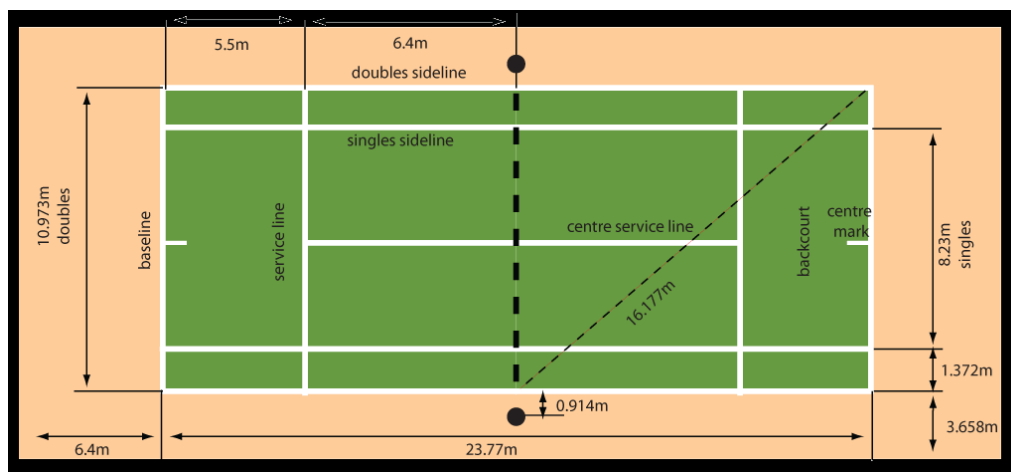
Mreža je iz vrvice z zankami velikosti 15 mm do 20 mm. Napeta mora biti čvrsto, tako da je njen zgornji rob po vsej dolžini poravnana s stoloma, prek katerih je napeta. Stojali sta čvrsti in postavljeni na zunanji mejni črti igrišča. Biti morata dovolj togi, da prenašata napeto mrežo.

Olačila so lahko različnih barv. Igralci nosijo majico, kratke hlače, nogavice in copate z gumijastimi podplati, igralke namesto kratkih hlač običajno nosijo kratka krila (Amery idr., 1994).

5.4 TENIS

Tenis je igra z loparji za dva posameznika ali dva para. Igrajo ga na igrišču, ki ga na sredini deli mreža. Igralec poskuša žogico poslati čez mrežo tako, da na igrišču onkraj mreže odskoči in je nasprotnik ne uspe vrniti.

Teniška igrišča so lahko peščena, travnata, betonska, asfaltna in iz različnih plastičnih mas. Označena so z belimi črtami za igro posameznikov in igro dvojic. Črte so del igrišča.



Slika 3: Teniško igrišče

(Pridobljeno 3.11.2009, iz

<http://www.dsr.wa.gov.au/assets/images/Diagrams/Tennis-court.gif>)

Mreža je na jekleni vrvi razpeta med dvema stebričkoma. Vrv je ovita z belim trakom in jo na sredini napenja bel trak, ki je zasidran v tla. Višino mreže uravnava z ročajem, ki je pritrjen na enega izmen stebričkov. Ob straneh je višina mreže 107 cm, na sredini pa 91 cm.

Teniške žogice so običajno rumene barve. Tehtajo od 56,7 do 58,5 g in v premeru merijo največ 68 mm. Površina žogic mora biti enakomerna, spoji morajo biti brez šivov.

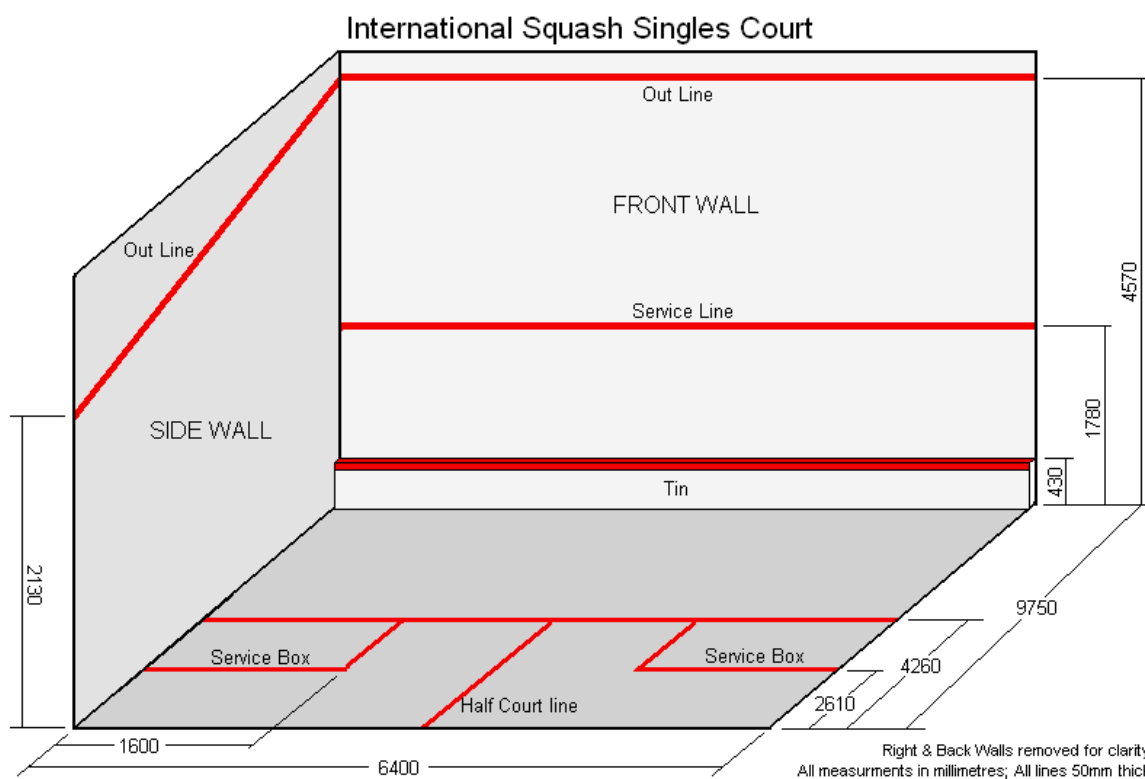
Igra se na dva dobljena niza razen na turnirjih serije Grand Slam, kjer moški igrajo na tri dobljene nize. Na začetku igre servis in stran igrišča žrebajo (Amery idr., 1994).

5.5 SQUASH

Squash je igra z loparjem v zaprtem igrišču. Igralčev cilj je obdržati žogico v igri in z različnimi udarci otežiti nasprotnikovo igro. Pravila in mere igrišča so standardne, razen v ZDA ter delih Kanade in Mehike.

Mere igrišča so navedene na sliki. Stena ali deska je pas odzvočnega materiala, ki je ob vznožju sprednje stene. Je zunaj igralnega prostora in ko jo žogica zadane, na poseben način razločno zazveni. Stene morajo biti bele ali bledobebe barve in

povsem gladke. Vrata igrišča morajo imeti tako kljuko, ki se poravna s ploskvijo vrat in se od nje žogica ne more nepredvidljivo odbiti.



Slika 4: Igrišče za squash

(Pridobljeno 3.11.2009, iz:

http://upload.wikimedia.org/wikipedia/en/e/ec/Squash_Court.PNG)

Oznake na igrišču morajo biti rdeče in ne smejo biti širše od 5 cm. Tla so navadno obita z deskami iz trdega lesa listavcev. Deske so položene vzporedno s stranskima stenama.

Igralci smejo nastopati v oblačilih različnih barv. Obuti morajo biti v copate, ki ne puščajo sledov (Amery idr., 1994).

5.6 PRAVILA NAMIZNEGA TENISA, BADMINTONA, SQUASHA IN TENISA

Razen pravil, ki so opisana, je raketlon določen s pravili, veljavnimi za vsak šport posebej.

6 OPREMA

6.1 LOPARJI, STRUNE, OBLOGE IN ŽOGICE

Za vsak šport obstajajo posebne žogice in loparji, ki so mu kar najbolj prilagojeni. Medtem ko so teniški lopar, lopar za badminton ter lopar za squash prešli iz lesa na bolj obstojnejše in lažje materiale (grafit, karbon in titan) pa v namiznem tenisu do večje spremembe materialov ni prišlo zaradi določil Mednarodne namiznoteniške zveze (ITTF - International Table Tennis Association). Ta določa, da mora biti namiznoteniški lopar izdelan večinoma iz lesa. (http://www.cek.ef.uni-lj.si/u_diplome/janskovec1260.pdf). Znotraj vsake športne panoge racketlona se loparji ločijo na tekmovalne in rekreativne. Razlikujejo se po velikosti glave, trdoti, teži, dolžini, težišču loparja in debelini ročaja. Namiznoteniški loparji imajo malenkost drugačne značilnosti zaradi same sestave. Prav tako se osnova (leseni del) loči po teži in trdoti lesa, razlikujejo pa se tudi oblike ročajev.

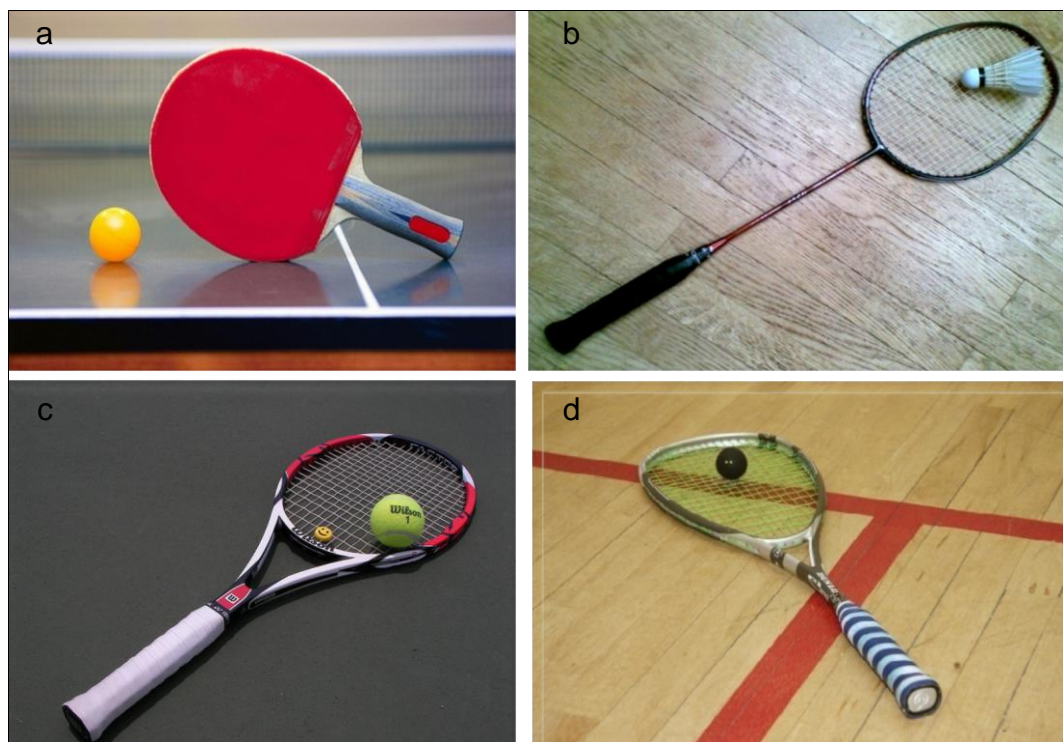
Napetost strun pri badmintonu, tenisu in squashu uravnava razmerje med močjo in kontrolo. Manjše napetje pomeni večjo moč in manjši nadzor, večje napetje pa zmanjšuje moč in povečuje nadzor.

(<http://tc.engr.wisc.edu/uer/uer96/author7/index.html>)

Pri namiznem tenisu strune nadomesti obloga, ki je nalepljena na obeh straneh glave loparja. Po podatkih ITTF-a za tekmovalni namizni tenis obstaja kar 800 različnih oblog, od katerih se vsaka deli še na debelino, ki vpliva na igralne lastnosti, kot so rotacija, hitrost in nadzor. (http://www.cek.ef.uni-lj.si/u_diplome/janskovec1260.pdf)

Žogice na uradnih tekmovanjih določi organizator, ustrezati pa morajo določenim standardom. Pri namiznem tenisu uporabljajo bele ali rumene žogice označene s tremi zvezdicami, badminton se mora igrati s pernatimi žogicami, teniške žogice morajo ustrezati standardom ITF-a (International Tennis Federation), pri squashu pa se igra z žogico, ki ima odtisnjeni dve rumeni piki.

(http://www.racketlon.net/media/documents/FIR_WT_TOURNAMENT_REQUIREMENTS_2010_6.pdf)



Slika 5: Loparji in žogice za namizni tenis (a), badminton (b), tenis (c) in squash (d)

6.2 OBUTEV

Pred leti so obstajali vsestranski copati za dvorano, ki so jih uporabljali za igranje odbojke, rokometu in drugih dvoranskih športov. Z leti je šla tehnologija in trženje v smer, ko vsak proizvajalec izdeluje športne copate za določen šport. Za manj zahtevne igralce je običajen dvoranski copat še vedno zadovoljiv, za zahtevnejše igralce pa obstajajo copati, ki so prilagojeni športu, za katerega so namenjeni.

V primeru da se tenis igrajo na peščenih igriščih, je poleg dvoranskih copat potrebno imeti tudi copate za tenis. Zaobljeni robovi in drobno narezan podplat preprečujejo uničevanje igrišča in so pogoj za uporabo tovrstnih igrišč. Seveda pa se na njih nabira umazanija, ki v dvorani ni zaželena.

6.3 OBLAČILA

So edini del opreme, ki je lahko različna. Potrebne so kratke hlače (najbolj primerne so teniške z globokimi žepi zaradi spravljanja teniških žogic, uporabljajo lahko tudi držalo za žogice), pri ženskah pa običajno krila in majica s kratkimi rokavi. Tekmovalci pri namiznem tenisu zaradi boljše vidljivosti žogic ne nosijo svetlih majic.

7 PRILAGOJENA PRAVILA ZA IZVEDBO TEKMOVANJA V ŠOLI

7.1 ŠPORTNO TEKMOVANJE

Športna tekmovanja predstavljajo izziv vsakemu športniku. Tekmovanja so pomemben člen v programu in delu organizacij, ki se ukvarjajo s športno vadbo. So propagandno sredstvo za koristno izrabljanje prostega časa z različnimi dejavnostmi. Tekmovanje je potrebno pripraviti tako, da vsakdo lahko preizkusi sposobnosti na primerno zahtevnih tekmovalnih pogojih in v primerni konkurenci. Tekmovanja morajo biti raznovrstna in prilagojena zanimanju udeležencev v posameznih kategorijah. Usklajena morajo biti z vsakodnevno vadbo in načrtovana tako, da se jih lahko udeleži čim več ekip ali posameznikov. Uspešnim in najbolj prizadevnim udeležencem tekmovanj se izroči primerna priznanja in pohvale, kar velja tudi za zaslužne organizatorje tekmovanj in prireditev (Malič, 1979).

Tekmovanje je merjenje (preverjanje) moči med posamezniki in moštvi, zato temeljijo tekmovanja na spoštovanju in upoštevanju pravil. Vse podrobnosti v zvezi s tekmovanjem morajo biti dogovorjene in zapisane pred pričetkom tekmovanja, udeleženci morajo biti s pravili seznanjeni in jih tudi obvezno upoštevati (Šugman, 1995).

Organizacije tekmovanj se mora vsak lotiti enako vestno, z enako odgovornostjo in strokovnim pristopom, ne glede na to ali gre za svetovno prvenstvo ali le za šolsko tekmovanje. Večkrat je slišati, da je za otroke vsaka organizacija dobra, da zanje ni potrebne popolne organizacije. Ravno nasprotno, prav za najmlajše starostne kategorije je treba uveljaviti najboljšo organizacijo. Mnogo bolj se je treba potruditi, kajti otroci si vse podrobnosti izjemno vtisnejo v spomin, zlepa ne pozabijo svojih prvih tekem, uspehov, neuspehov, krivic ali celo malomarnega, včasih podcenjevalnega odnosa do njih. Vse organizacijske postavitve, vključno s protokolom, morajo biti take kot na največjih tekmovanjih (Šugman, 1995).

7.2 FAIR PLAY KOT NOSILNA TEMA ŠPORTNEGA DNE

Športno obnašanje ali fair play predstavlja način razmišljanja in ne le obnašanja. Vsebuje izhodišča, ki odpravljajo tako telesno kot besedno nasilje in izkoriščanje neenakih možnosti. Eno od temeljnih izhodišč pri športni vzgoji učiteljem nalaga, da načrtno spodbujajo otroke k humanitarnim odnosom in k športnemu obnašanju - fair playu.

Čeprav bi morala biti prizadevanja za spoštovanje v odnosih med učenci in z njimi stalnica v učiteljskem delu, ki naj bi se udejanjala na vsaki uri športne vzgoje, so

posebni dogodki kot so šolska tekmovanja ter še zlasti športni dnevi, tista dodatna priložnost, ko se lahko področja fair playa lotijo še bolj načrtno.

Športni dan s poudarkom na tematiki fair playa omogoča udeležanje pozitivnih vedenjskih vzorcev (spodbujanje k medsebojnemu sodelovanju, zdravi tekmovalnosti, strpnosti in sprejemanja drugačnosti).

Hitrost žogice in njeni odboji v bližini črt, ki omejujejo igrišča so pogostokrat vzrok za spore pri nekaterih športih. Od tekmovalca se zato zahteva veliko mero strpnosti na eni strani in poštenosti na drugi. Spori med profesionalnimi in rekreativnimi tekmovalci zaradi »sumljivih žog« so zato stalnica dvobojev. Vse pogosteje se športniki zaradi porazov znašajo tudi nad sodniki, ki naj bi bili njihov glavni vzrok za slabe igre. Zato je pomembno, da mlade ozaveščamo s športnim obnašanjem čim pogosteje. Učencem s tem povečamo občutek varnosti in jim omogočimo, da se bodo lahko športno borili, brez strahu zaradi nasilja ali nepravilnosti na športnih igriščih (Cankar, Gaberšček, Kovač idr., 2008).

7.3 ŠPORTNI DAN - RACKETLON

Športni dnevi so celodnevne športne dejavnosti, ki imajo pomembne vzgojno - izobraževalne učinke. Smiselno morajo biti razporejeni skozi celo leto in biti namenjeni vsem učencem. V vsakem razredu osnovne šole imajo učenci pet športnih dni. Vsaj trije športni dnevi naj potekajo v naravi:

- pohodništvo;
- zimske dejavnosti: drsanje, smučanje, tek na smučeh, sankanje, pohod, igre na snegu;
- različne druge aerobne dejavnosti v naravi (orientacija, kolesarjenje, veslanje, kajakaštvo).

En športni dan naj bo namenjen medrazrednim tekmovanjem v različnih športnih igrah ali atletskem mnogoboju. En športni dan pa naj bo namenjen seznanjanju učencev z različnimi, novimi športi (različne oblike aerobike, seznanjanje z različnimi plesnimi zvrstmi, jahanje, lokostrelstvo, borilni športi, hokej na travi, rugby, softball, tenis, squash) ali športi, ki jih ne moremo izpeljati med rednim poukom športne vzgoje (plavanje in druge dejavnosti v vodi). Zaželena je povezava različnih dejavnosti (napimer: jahanje, lokostrelstvo, hokej na travi, ples, aerobika, plavanje, tenis, squash, borilni športi) (Kovač, 2007).

V zadnjo kategorijo športnih dni bi bilo smiselno uvrstiti racketlon zaradi večje pestrosti ponudbe, seznanitve z novim športom in navsezadnje, učenci bi se na enem športnem dnevu seznanili s štirimi različnimi športi.

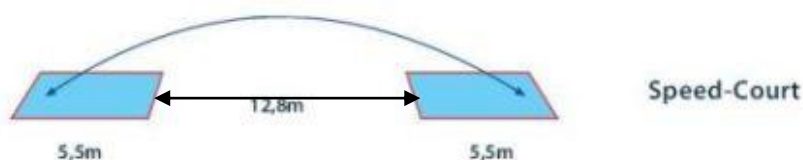
7.3.1 Speedminton kot zamenjava za squash

Speedminton ali speed badminton je razgibana igra, ki je lahko zamenjava za badminton, tenis ali squash. Igra se jo lahko praktično kjerkoli. Vse, kar potrebujemo za njegovo izvedbo sta dva loparja, žogica (speeder) in igrišče, ki sestoji iz dveh kvadratov. Mreže ne potrebujemo. Pri tekmovalni različici igre stoji vsak od igralcev v svojem kvadratu, ki ga mora braniti. Točko si prisluži v primeru, če žogica pade v nasprotnikov kvadrat.

(http://www.speedmintonusa.com/fileadmin/downloads/pdf/TEACHERS_GUIDE.pdf)

7.3.1.1 Igrišče

Igrišče tvorita 2 kvadrata s stranico 5,5 m, ki sta med seboj oddaljena 12,8 m.

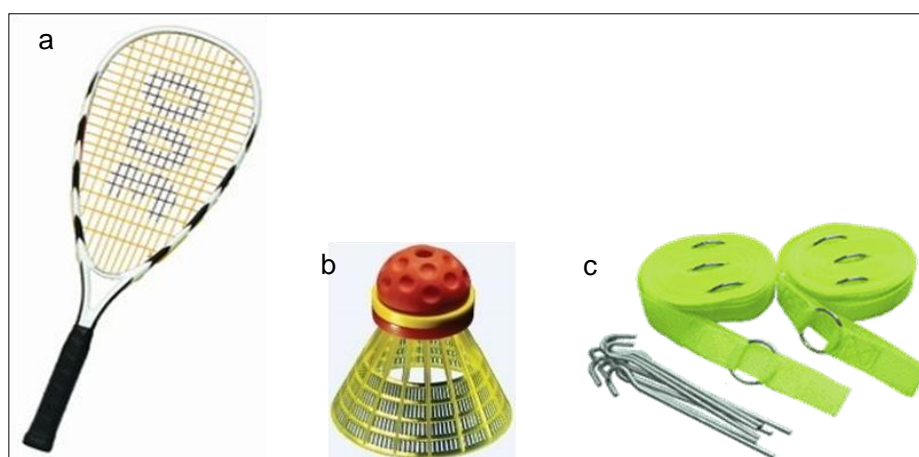


Slika 6: Igrišče za speedminton

(Pridobljeno 30.10.2009, iz
<http://www.reddevils-bautzen.de/images/court.jpg>)

7.3.1.2 Oprema

Oprema, ki jo potrebujemo za speedminton, vsebuje lopar, žogico in lepilne trakove, s katerimi označimo igrišče. Za tekmovanje na prostem lahko uporabimo tudi prenosno igralno površino.



Slika 7: a) lopar; b) žogica oz. speeder; c) easy court oz. prenosna igralna površina za tekmovanje na prostem

(Pridobljeno 30.10.2009, iz <http://www.speedminton.si>)

7.3.1.3 Pravila

Igra

Igre je konec, ko eden izmed igralcev doseže 16 točk. Če je rezultat pri 15 točkah ali več, izenačen, se igra nadaljuje, dokler nima eden izmed igralcev prednosti dveh točk. Igra se konča, ko prvi tekmovalec doseže tri zmage (igra se največ pet iger).

Servis

Igralci izžrebajo, kdo izmed njih bo prvi serviral. Po treh servisih je na vrsti naslednji igralec. Vsak servis šteje. Če je rezultat izenačen pri 15:15, se servis menja za vsako dobljeno točko. Servirati je mogoče iz sredine igralne površine ali zadnje črte. Žogico spustimo iz rok v višini bokov in jo medtem, ko pada, udarimo. Servis, izveden iznad glave ali iz skoka, je dovoljen le iz zadnje črte. Poražena ekipa pri naslednji igri vedno prva servira.

Točkovanje

Vsak odboj žogice šteje, razen, če je servis potrebno ponoviti. Točke so dobijo v naslednjih primerih:

- napačen servis
- žogica pade na tla, preden jo udarimo
- žogica pade v avt
- če žogica pristane v nasprotnikovem polju (ali na črti) in jo ne uspe vrniti
- če žogici zaporedoma dvakrat udari isti igralec
- če se žogica dotakne telesa

Če igralec vrne žogico, ki bi pristala v avt-u, se igra nadaljuje.

Menjava strani

Igralci zamenjajo strani po vsaki igri, da se zagotovijo enaki pogoji igranja (veter in svetloba). Če je potrebno odigrati peto igro (tiebreak), igralci zamenjajo strani (polja), ko eden izmed igralcev doseže 8 točk.

(<http://www.speedminton.si/Pravila.15+M52087573ab0.0.html>)

7.3.2 Mini in midi tenis namesto pravega tenisa

Zaradi prostorskih omejitev namesto tenisa izberemo mini tenis ali midi tenis. S tem prilagodimo igro tudi mlajšim, saj so loparji in teniške žogice za pravi tenis za mlajše običajno pretežke (Filipčič in Lorencon, 2000). V prvi vrsti je mini tenis namenjen igralcem, mlajšim od 10 let. Kot zelo zanimivo in zabavno igro pa ga igrajo tudi starejši otroci in vrhunski teniški igralci (Filipčič, 2003).

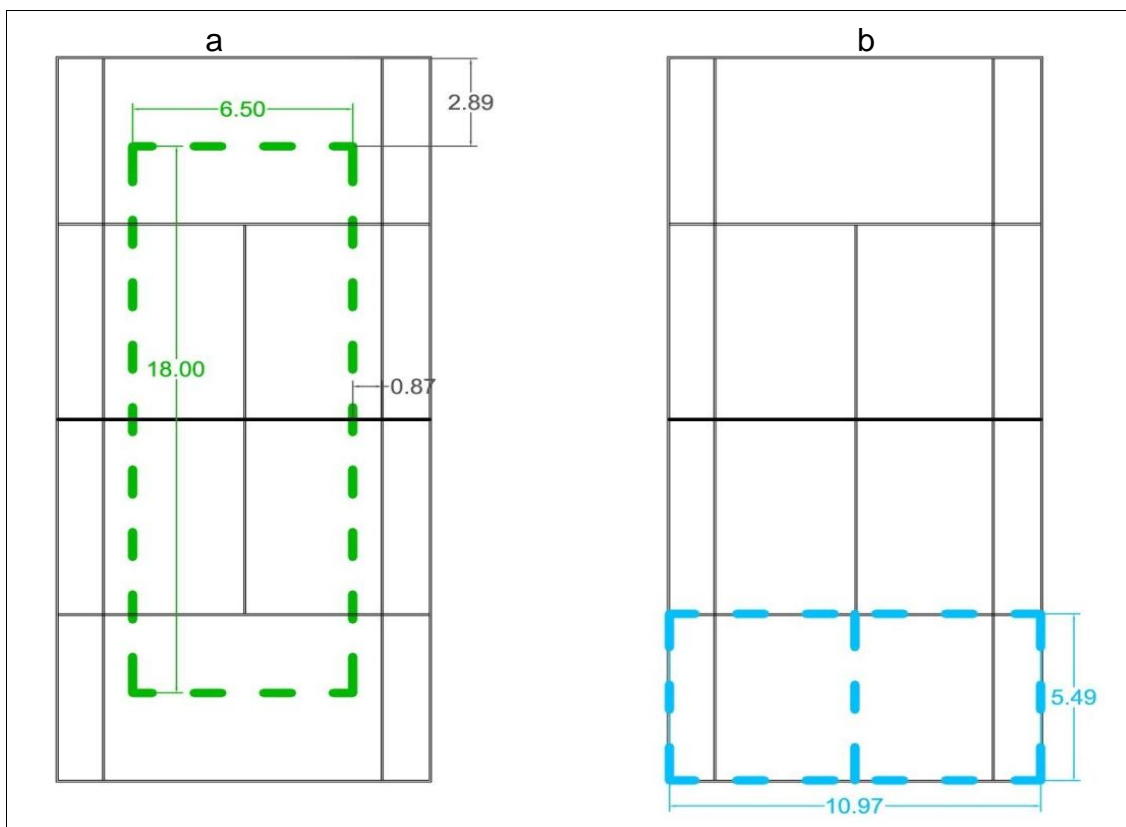
Nacionalne teniške zveze navadno določajo pravila za uradna tekmovanja, le ta pa se razlikujejo od države do države. Razlike so predvsem v merah igrišča, načinu točkovanja in uporabi pripomočkov.

7.3.2.1 Igrišči za mini in midi tenis

V nadaljevanju diplomskega dela sta izbrani in prikazani igrišči mer:

- mini tenis, 11 m * 5,5 m (slika 8 b in slika 10)
- midi tenis, 18 m * 6,5 m. (slika 8 a in slika 9)

(http://www.leinstertennis.ie/juniors_tennis.php?number=96)



Slika 8: Mere igrišč za a) midi tenis in b) mini tenis



Slika 9: Midi teniško igrišče

Slika 10: Mini teniška igrišča

(Pridobljeno 2.11.2009, iz http://www.aftennis.si/files/predavanja/trener_d/D4%20-%20Metodicni%20pristopi%20in%20metode%20pri%20ucenju%20tenisa.pdf in <http://www.leinstertennis.ie/userfiles/Image/Database/large.MiniTennis.jpg>)

7.3.2.2 Oprema

Pri mini in midi tenisu se uporabljajo krajši in lažji loparji, ki so primerni starosti in znanju. Najpomembnejši rekviziti pri mini in midi tenisu so žoge. Te so lahko penaste ali mehkejše teniške žoge. So počasnejše kot prave, omogočajo daljšo izmenjavo, odskok pa je podoben kot pri pravih žogicah. Višina mreže pri mini tenisu je 80 cm, pri midi tenisu pa je običajno enaka višini mreže pri pravem tenisu (Filipčič, 2003).



Slika 11: Žogice za mini, midi tenis



Slika 12: Loparji za mini, midi tenis

(Pridobljeno 11.11.2009, iz <http://www.head.com/tennis/balls.php?region=eu&tag=methodical> in <http://www.tengo.si>)

7.3.2.3 Pravila

Pri igri mini tenisa obstajajo pravila, ki so malce drugačna od običajnih teniških pravil. Tekmovalci servirajo le s spodnjim servisom, saj zgornji ni dovoljen. Kot pri pravem tenisu imajo na voljo dva servisa. Igra se z mehko »slow play« teniško žogico. Vmesna postaja med mini tenisom in velikim tenisom je midi tenis. Midi igrišče je malce večje in tudi žogice so nekoliko trše kot pri mini tenisu. Igra se z »easy play teniško žogico«. Pravila igre so podobna kot pri mini tenisu, le da je tu dovoljen tudi zgornji servis. Igrišče je običajno razpolovljeno s servisno črto, zato se servira diagonalno.

(<http://www.teniska-zveza.si/PortalGenerator/document.aspx?ID=1184&Action=2&UserID=0&SessionID=960540&NavigationID=50>)

Mere igrišča in višino mreže lahko vedno prilagodimo prostorskim zmožnostim, znanju otrok in rekvizitom, ki jih imamo na voljo (Filipčič, 2003).

7.3.3 Organizacija dela

7.3.3.1 Sodelujoči učitelji in njihove zadolžitve

Za izvedbo športnega dne potrebujemo ob učitelju športne vzgoje tudi razrednike in druge učitelje. Število učiteljev naj bo prilagojeno številu prijavljenih. Športni pedagog

je odgovoren za vodenje tekmovanja, poskrbeti mora za označbo igrišč in njihovo pravilno umestitev v telovadnico zaradi funkcionalnosti in varnosti. Drugi učitelji pomagajo pri izvedbi posameznega športa. Zaželeno je, da so seznanjeni s pravili športa in poznavanjem tekmovalnih sistemov.

7.3.3.2 Navodila učencem

Učencem najprej predstavimo športni dan, nato jih še pisno obvestimo o namenu športnega dne, datumu, uri in kraju zбора, damo pa jim tudi seznam primerne obleke, obutve in opreme.

7.3.3.3 Snovna predpriprava na športni dan

Zaradi štirih športnih panog združenih v eno, racketlon zahteva poznavanje kopice pravil. Učenci naj zato že pri urah športne vzgoje pridobijo določena znanja. Razdelimo jih v 5 skupin, vsaka pa naj ustvari in predstavi značilnosti in pravila posameznega športa (namizni tenis, badminton, speedminton, tenis in racketlon).

7.3.3.4 Pripomočki in oprema:

- 2 loparja za namizni tenis
- 2 loparja za badminton
- 2 loparja za tenis (priporočeni so nekoliko manjši in lažji loparji prilagojeni starostni stopnji)
- 2 loparja za speedminton
- za vsak šport potrebujemo tudi ustrezno žogico, ki naj bo prilagojena starosti in sposobnostim
- 1 namiznoteniška miza
- 1 mrežica za namizni tenis
- 1 prenosljiva mreža za mini tenis ali prava teniška mreža
- 1 mreža za badminton
- lepilni trak s katerim označimo igrišča

Priporočljivo je, da ima šola na zalogi kakšen lopar več, saj se lahko pri začetnikih hitro zgodi, da ga poškodujejo. Enako velja za žogice, ki so potrošni material.

7.3.3.5 Predstavitev prilagojenih pravil

Pravila prilagojene oblike racketlona naj bodo čim bolj podobna izvorni različici igre, saj s tem obdržimo njeno bistvo. Preden začnemo s tekmovanjem, je potrebno predstaviti kratek pregled pravil. V primeru, da med igro prihaja do nejasnosti, naj bo učitelj športne vzgoje ali kdo od pomočnikov vedno na razpolago. To je pogoj, da igra poteka tekoče in nemoteno. Sistem tekmovanja se postavi ob prejemu podatka o udeleženi učencih. V nadaljevanju sledi predstavitev pravil, ki jih je potrebno prilagoditi.

Vrstni red

Vrstni red naj poteka od manjših loparjev k večjim, torej se najprej odigra namizni tenis in badminton, sledita pa jima speedminton ter tenis.

Točkovanje

Točkovanje je odvisno od števila udeležencev. Ob dejstvu, da imamo za vsak šport na voljo le eno igrišče, se naj vsak šport igra največ do 11 točk. S tem pridobimo na razgibanosti igre, preprečujemo predolgo čakanje in nedejavnost učencev. V primeru izida 10 : 10, odigrata nasprtonika do razlike 2 točk. Strani zamenjata, ko prvi izmed igralcev pride do 6-ih točk. Pri morebitnem izidu 10 : 10 vsak izmed učencev servira po enkrat, dokler niz ni končan.

Neprekinjeno igranje med odmori

Zaradi skrajšanja igre in zato manjših obremenitev, odmori niso potrebni. Učenca naj zato takoj po menjavi strani nadaljujeta z igro. Edini odmor, ki naj obstaja, je med menjavo iger. Takrat naj se učenca nekoliko spočijeta in nato ogrejeta za nov šport. Odmor in ogrevanje trajata nekje od 3 do 4 minute.

7.3.3.6 Razporeditev igrišč

Osnovnih, poklicnih in srednjih šol, ki bi si poleg športne dvorane lastile še teniška ter squash igrišča, pri nas ni. Za izvedbo tekmovanja v racketlonu je zato primeren le najem velikega športnega centra, vendar pa se na tem mestu takoj pojavi smiselnost takšne organizacije s finančne plati. V Sloveniji imamo trenutno le dva centra, ki ustrezata pogojem izvedbe tekmovanja v racketlonu. Zato v poštev za racketlon pride le prilagojena oblika. Za pripravo športnega dne je opisana izvedba tekmovanja v športni dvorani povprečne velikosti in večji dvorani, v kateri je lahko tudi rokometno igrišče.

Povprečna velikost telovadnic osrednjih osnovnih šol v Sloveniji je 402,75 m². To pomeni, da je v njej lahko košarkarsko igrišče, ki ustreza meram 24 m x 14,5 m tako, daje ob prečnih črtah 1 m, ob vzdolžnih pa 0,5 m do stene. Te mere igrišča so v nadaljevanju diplomskega dela uporabljena za manjšo športno dvorano. Prostornina večjih športnih dvoran pa znaša 44 m x 24 m, v katerih je lahko 40 m x 20 m veliko rokometno igrišče, ki ima ob straneh vzdolžnih in prečnih črt 2 m do stene.

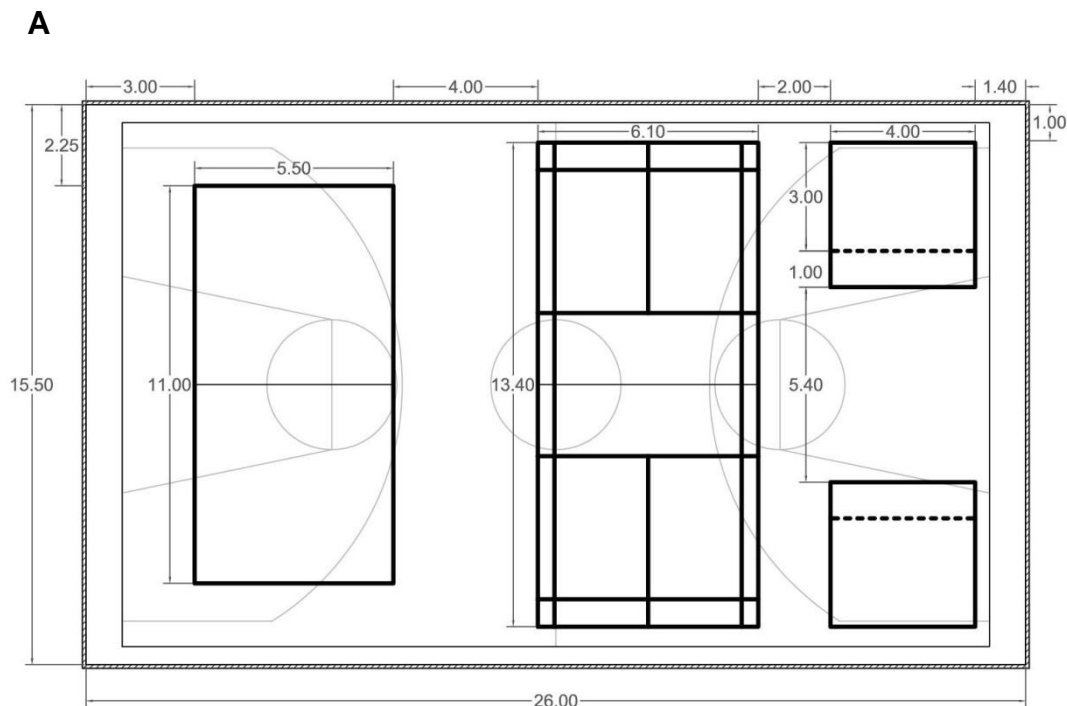
([http://www.pef.uni-](http://www.pef.uni-lj.si/didaktikasv/zaposleni/CLANKI/Vesna_Stemberger_PODRUZNICNE-SOLE-13-2-07.pdf)

[lj.si/didaktikasv/zaposleni/CLANKI/Vesna_Stemberger_PODRUZNICNE-SOLE-13-2-07.pdf](http://www.pef.uni-lj.si/didaktikasv/zaposleni/CLANKI/Vesna_Stemberger_PODRUZNICNE-SOLE-13-2-07.pdf))

Uradne dimenzije:

- košarkarskega igrišča so 24 m - 28 m x 13 m - 15 m.
- rokometnega igrišča so 40 m x 20 m (Amery, Berwick, Berwick idr., 1994).

Primer razporeditve igrišč v manjši telovadnici

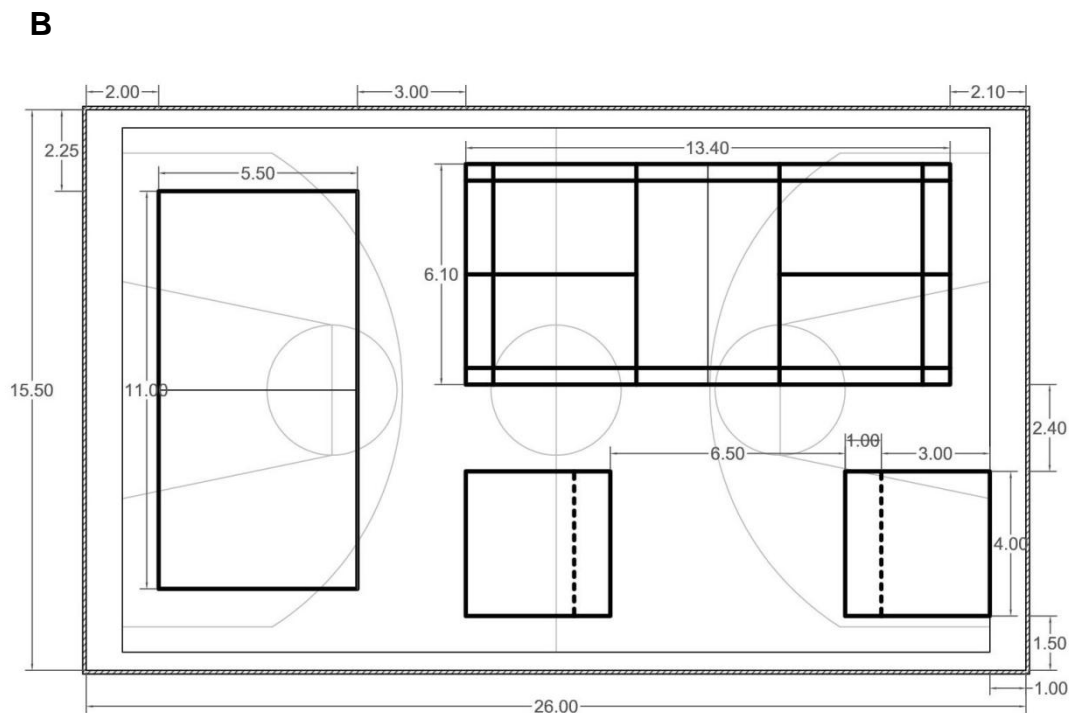


Slika 13: Razporeditev igrišč v manjši telovadnici - primer A

Velikost manjših športnih dvoran nam ne omogoča, da bi v njih spravili vsa igrišča, potrebna za prilagojeno obliko racketlona. Namizni tenis, razen v profesionalni obliki, ne potrebuje toliko prostora kot drugi trije športi. Zato za namiznoteniško mizo poiščemo ustrezen prostor v bližini telovadnice. To je lahko manjša telovadnica, orodjarna, balkon, če ga telovadnica ima ali kakšen drug primeren prostor.

Teža teniških žogic in slabše znanje so vzrok, da žogice pogostokrat pošiljamo v smer, ki si je nismo želeli. Največ težav s tem imajo predvsem začetniki. Zato igrišče za mini tenis postavimo tako, da ga obdajajo tri stene. Tri metre od vzdolžne črte proti sredini igrišča postavimo še ogrado. Uporabimo lahko švedske skrinje in klopi. S tem omejimo uhajanje žogice na sosednja igrišča (enaka umestitev igrišča za mini in midi tenis je uporabljena tudi v naslednjih primerih). Pri tenisu se pojavlja največ gibanja preko stranskih črt igrišča, zato mora biti tam več prostora kot pri ostalih igriščih.

Vrstni red igranja racketlona, od manjših k večjim loparjem, narekuje smiselno umestitev badmintonskega igrišča k drugi steni telovadnice. Običajno pa je tam postavljen koš za igranje košarke, ki lahko ovira igro. Leti žogice so namreč pri badmintonu zaradi mreže navadno višji kot pri speedmintonu. Zato igralni prostor postavimo na sredino dvorane. Tako ostane prostor za igro speedmintona ob drugi steni telovadnice.

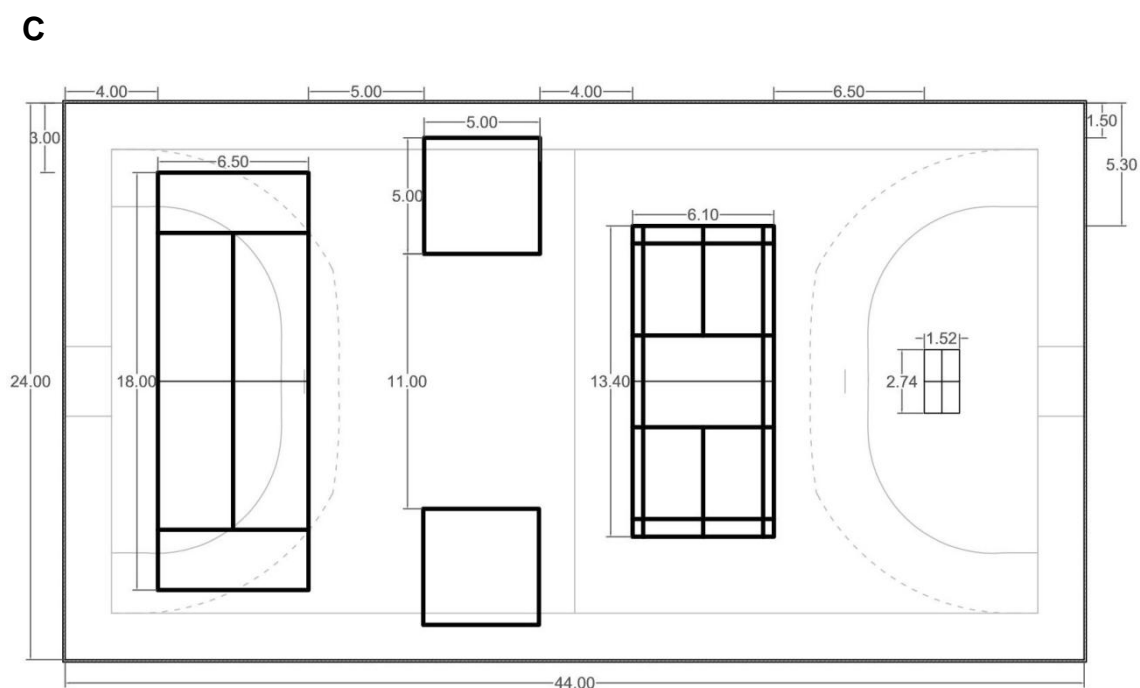


Slika 14: Razporeditev igrišč v manjši telovadnici - primer B

Pri razporeditvi igrišč B ostaja igrišče za mini tenis na istem mestu, ostali igrišči pa obrnemo vzdolž telovadnice. Tako se v veliki meri izognemo košu, ki bi lahko oviral igro speedminton (glede na prejšnjo razporeditev igrišč) in nekoliko pridobimo na razdalji med kvadratoma, ki označujeta igrišče za speedminton.

Igrišče za speedminton je v obeh primerih prilagojeno razsežnostim telovadnice in že postavljenih igrišč. Kvadrata sta zmanjšana na 4 m, s čimer pridobimo večjo razdaljo med njima. V primeru, da je športni dan organiziran za starejše učence (3. triletje), ki so fizično močnejši, lahko namesto kvadratov uporabimo pravokotnik (označeno s črkanimi črtami) in še povečamo razdaljo. Priporočeno je, da uporabimo prilagojene žogice za začetnike, ki so nekoliko počasnejše.

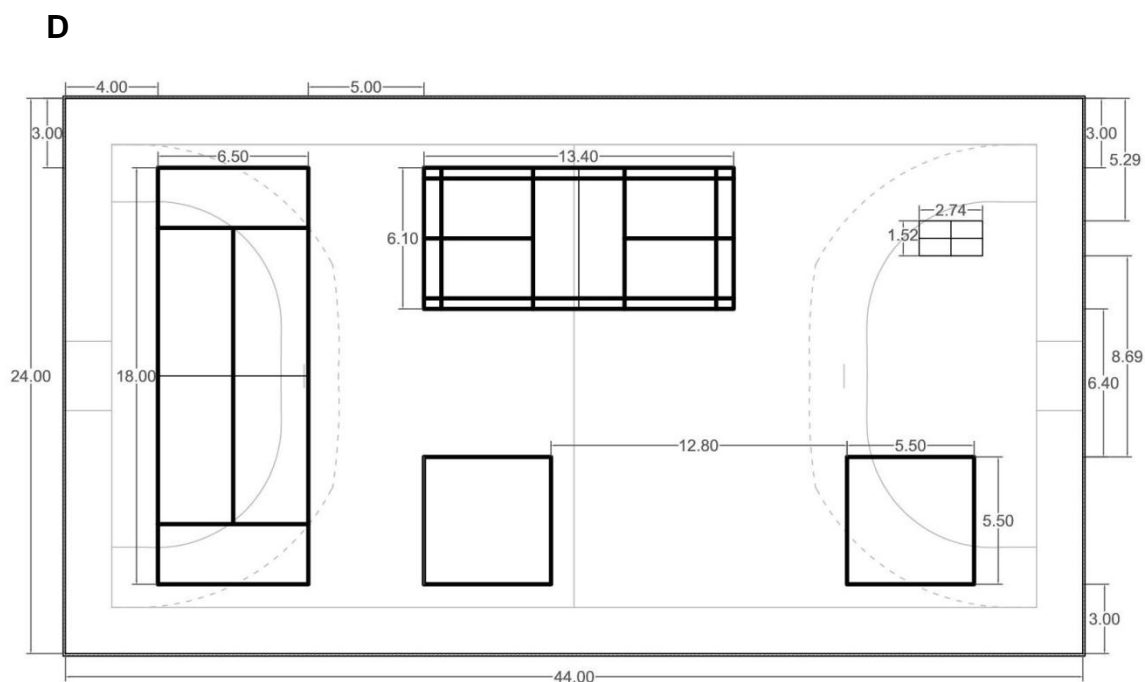
Primer razporeditve igrišč v večji telovadnici



Slika 15: Razporeditev igrišč v večji telovadnici - primer C

Večja dvorana nam omogoča, da namesto mini tenisa uporabimo midi tenis. Igrišče za speedminton malenkost zmanjšamo. Tako kvadrata merita 5 m, razdalja med njima je 11 m. Igrišče za badminton je enako kot v mali dvorani in ima mere pravega igrišča.

Za razliko od manjših športnih dvoran lahko v večjo postavimo še namiznoteniško mizo. Tako pridobimo večji pregled nad dogajanjem. Enako, kot pri tenisu, tudi tu ogradimo igrišče, da nam žogice ne uhajajo na sosednja igrišča.



Slika 16: Razporeditev igrišč v manjši telovadnici - primer D

Igrišče za midi tenis ostaja na enakem mestu kot v primeru C. Igrišči za badminton in speedminton postavimo vzdolž športne dvorane. Namiznoteniško mizo umestimo na sredino prostora, ki ga omejujejo badmintonsko igrišče, steni in igrišče za speedminton. V tej postavitvi lahko uporabimo prave mere igrišča za speedminton.

Prikazane skice so zgolj v pomoč pri morebitni organizaciji racketlona. Športne dvorane in telovadnice namreč niso grajene po enotnih merah (vsaj starejše ne), prav tako nekatere šole ne razpolagajo s toliko opreme in pripomočki kot druge. Prostor je pomemben dejavnik, ki vpliva na to ali bo posamezna šola lahko speljala tekmovanje v racketlonu ali ne. To pa ne pomeni, da šole, katerih telovadnice ne dosegajo velikosti povprečja telovadnic osrednjih osnovnih šol, ne morejo organizirati tekmovanja.

Tako speedminton in tenis sta namreč športa, ki ju v toplejših mesecih ob lepem vremenu lahko igramo na prostem, naprimer na šolskem igrišču (tenis) oziroma travniku v bližini šole (speedminton). Tako pridobimo prostor v telovadnici za badminton in namizni tenis, hkrati pa učencem omogočimo prijetnejše okolje.

Profesor športne vzgoje ima pri organizaciji tekmovanja, določanju pravil tekmovanja, tekmovalnih sistemih in uporabi opreme ter pripomočkov popolnoma proste roke. On je tisti, ki s svojo iznajdljivostjo in domišljijo pripomore k uspešni izpeljavi prilagojene oblike racketlona.

8 MOŽNOSTI ZA RAZVOJ RACKETLONA V SLOVENIJI

V Sloveniji so leta 2007 ustanovili Zvezo športnih iger z loparji – Racketlon Slovenije. Vzrokov, da zveza nikoli ni zaživela v pravem pomenu besede, je lahko več. Zagotovo pa med dva pomembnejša sodita:

- zahtevnost organizacije izvedbe tekmovanja v racketlonu
- pomanjkanje športnih centrov, ki na enem mestu nudijo pogoje za izvedbo tekmovanja

FIR v svojih določilih navaja najnižje zahteve za organizacijo racketlona. V njih je zapisano, da morajo biti za pripravo turnirjev na razpolago:

- najmanj 4 igrišča za vsak šport za organizacijo svetovnega prvenstva
- najmanj 3 igrišča za vsak šport za organizacijo super world tour turnirjev
- najmanj 2 igrišči za vsak šport za organizacijo international world tour turnirjev in challengerjev.

Organizator tekmovanja lahko v toplejših mesecih tenis prestavi na zunanja igrišča, vendar pa morata biti zaradi primera dežja vedno na voljo tudi 2 pokriti igrišči.

(http://www.racketlon.net/media/documents/FIR_WT_TOURNAMENT_REQUIREMENTS_2010_6.pdf)

V raziskavi, v kateri sem iskal centre, kjer bi lahko v Sloveniji organizirali primerna tekmovanja v racketlonu, sem prišel do zaključka, da je pri nas pravzaprav malo možnosti za igranje tega zanimivega športa. Dvoran za squash je namreč v naši državi malo in so v primerjavi z igrišči za badminton in tenis v manjšini. Namizni tenis je zaradi manjših in premakljivih miz edini izmed športov racketlona, ki je prilagodljiv. Običajno je pogojen s športnimi dvoranami, ki so v raziskavi zajete pri badmintonu, zato sem namizni tenis iz raziskave izključil.

Merila, po katerih sem določil ustreznost oziroma neustreznost posameznih centrov, so bila izbrana na podlagi priporočil FIR-a za organizacijo tekmovanj. To pomeni, da je ustrezen organizator le tisti, ki razpolaga z vsaj dvema igriščema za posamezen šport.

Pogojno sem izbral tudi centre, ki na enem mestu ponujajo dva športa in imajo v bližini do 1000 m objekt, ki ponuja preostali šport. Ob tem je potrebno omeniti, da je pripravo tekmovanja bolje, če igrišče, ki ni na istem mestu kot druga tri, pripada prvemu (namizni tenis) ali zadnjemu (tenis) odigranemu športu v tekmi racketlona.

Tabela 2 : Vrsta in število posameznih igrišč v športno rekreativnih objektih po Sloveniji

Št.	Kraj	Število igrišč		
		squash	tenis	badminton
1	Ljubljana, Bit	2		12
2	Ljubljana, ŠRD Sostro	1		
3	Ljubljana, Konex	4	3	12
4	Kranj, Vogu	2	3	3
5	Kranj, Mega center	2		1
6	Kranj, Fitnes Irena	2		
7	Murska Sobota, Hotel Diana	1		
8	Murska Sobota, Mešič	1		
9	Veržej, Penzion Bobnjar	1		
10	Rogla, Hotel Planja	2		
11	Zreče, Pension Težak	2		
12	Športno društvo Mat	1		
13	Vojnik ŠGS Simon Močnik	1		
14	Velenje, Rdeča dvorana	1		
15	Velenje, Vihar	1		
16	Velenje, Mihelak Miran	2		
17	Maribor, Hotel Habakuk	2		
18	Maribor, ŠP Krsnik	2	2	
19	Maribor, Pristan	2		
20	Maribor, UŠC Leon Štukelj	2	Bližina teniških igrišč, Branik 1km	10
21	Šempeter pri Gorici, ŠC Hit	1		
22	Bled, Hotel Kompas	1		
23	Zapuže, Društvo Polet	1		
24	Škofja Loka, Mini hotel	2	3	Bližina OŠ Ivana Groharja, 500m
25	Čatež, Terme Čatež, Hotel Toplice	1		
26	Voličina, Bar Žogica	2		

Legenda:

	- športni centri, ki ustrezajo zahtevam FIR-a
	- športni centri, ki pogojno ustrezajo zahtevam FIR-a
	- športni centri, ki nimajo na voljo vseh potrebnih igrišč za racketlon

Športnih centrov, kjer bi bilo mogoče izvajati tekmovanja v racketlonu, je v Sloveniji zelo malo. Povedati je potrebno, da tudi centri, ki so označeni kot ustrezni, v popolnosti ne izpolnjujejo zahtev FIR-a.

Pomanjkljivost Konex centra v Ljubljani in Rekreatijskega centra Vogu v Kranju je v tem, da nimata pokritih teniških igrišč. To se sicer lahko rešimo s takoimenovanimi baloni, s katerimi igrišče lahko pokrijemo. Običajno so ti postavljeni od zgodnje jeseni do spomladi in jih pospravimo, ko se vreme otopli. Za izpolnitev zahtev FIR-a bi zato morala obstajati igrišča, ki so pokrita vso sezono, saj v primeru slabega vremena tenisa ni moč igrati zunaj.

Težava pri UŠC (Univerzitetnem športnem centru) Leona Štuklja v Mariboru je, da tekmovanja ne bi bilo možno organizirati na istem mestu (ni teniških igrišč). FIR v svojih organizacijskih zahtevah navaja, da se tekmovanje izjemoma lahko izvede tudi na prizoriščih, ki v celoti ne izpolnjujejo njegovih zahtev, vendar mora to potrditi uradnik FIR-a. V bližini UŠC Leona Štuklja se nahaja Teniški klub Branik, v katerem bi lahko odigrali tenis. Zaradi prevoza tekmovalcev pa postane organizacija zahtevnejša, vendar ne neizvedljiva. Prednost UŠC Leona Štuklja in Teniškega kluba Branik kot morebitnih organizatorjev, je v tem, da nedaleč od tam obstaja dvorana za tenis in tako možnost organizacije tekmovanja ne glede na vreme in letni čas.

V raziskavi je pogojno ustrezen označen še Mini hotel v Škofji Loki. Na istem mestu ponuja squash in tenis, preostala dva športa pa bi lahko odigrali v bližnji telovadnici OŠ Ivana Groharja.

9 SKLEP

Racketlon je zagotovo šport, ki se mu obeta lepa prihodnost. Že njegova osnova, ki jo tvorijo tenis, badminton in namizni tenis, mu daje možnost, da postane prepoznan po svetu. Našteti športi namreč spadajo med najbolj razširjene na svetu. Le squash nekoliko zaostaja, saj je igrišč bistveno manj in je tudi edina panoga racketlona, ki ni uvrščena na olimpijske igre.

Število udeležencev posameznih turnirjev in število držav članic mednarodne racketlonske zveze - FIR (Federation Internationale de Racketlon) narašča iz leta v leto. Oviro na njegovi poti razvoja in prepoznavnosti predstavljajo le pomankanja športnih centrov, ki bi na enem mestu ponujali igrišča za vsakega od športov z loparji. V Sloveniji sta zaenkrat le dva športna centra, ki pogojno nudita možnost za organizacijo tekmovanja. Pogojno zato, ker jima manjkajo pokrita teniška igrišča, kjer je možno igrati tenis v primeru slabega vremena ali neprimernega letnega časa. To je zaenkrat tudi največja težava, da racketlon ne zaživi v Sloveniji. Tistim, ki se želijo preizkusiti v tekmovalnem racketlonu, tako zaenkrat ostaja le tujina. Veliko turnirjev so že organizirali v sosednji Avstriji in Madžarski, kjer racketlon hitro napreduje. Vzrok temu je ravno razširjenost primerne športne infrastrukture.

Pomanjkanje športnih centrov sicer omejuje razvoj racketlona in organizacijo turnirjev, kar pa ne pomeni, da racketlona ni možno igrati. Igro lahko vedno prilagodimo, in če nam uspe obdržati bistvo izvirne različice, lahko v njej še vedno uživamo. V diplomski nalogi sem zato opisal prilagojeno obliko racketlona, ki je lahko osnova za morebitnega organizatorja turnirja, predvsem pa je namenjena šolam in njihovim športnim pedagogom. Ti lahko racketlon uporabijo za popestritev ponudbe športnih dni, hkrati pa učence na enem mestu seznanijo s štirimi različnimi športi.

V Sloveniji skoraj ni možno dobiti nikakršne literature o racketlonu. Prav tako je redka tuja literatura, ki jo lahko najdemo le na nekaterih spletnih straneh. Vzrok za to je najverjetneje mladost racketlona in pomanjkanje primernih športnih objektov. Namen diplomskega dela je, da tudi pri nas racketlon bolje zaživi in vsaj nekoliko obogati slabo založeno strokovno literaturo.

10 VIRI

- Amery, H., Berwick, D., Berwick, N., Bill, F., Caddell, L., Fawcett, A. idr. (1994). *Pravila iger*. Ljubljana: Državna založba Slovenije.
- Cankar, Ž., Gaberšček, M., Kovač, M., Lešnik, B., Majerič, M., Markelj, N., idr. (2008). *Športni dan*. Ljubljana: Zveza društev športnih pedagogov Slovenije.
- Filipčič, A., Lorencon, R. (2000). *Tenis: organizacijske oblike*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Filipčič, A., Filipčič, T. (2003). *Tenis: učenje*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Janškovec, Ž. (2004). *Posebnosti strateškega planiranja v malih družinskih podjetjih*. Pridobljeno 29.10.2009, iz http://www.cek.ef.uni-lj.si/u_diplome/janskovec1260.pdf
- Klemenc, M. in A. (1997). *100 let tenisa na slovenskem*. Radomlje: Teniški klub Radomlje.
- Kondrič, M. (2002). *Male skrivnosti najhitrejše igre na svetu: namizni tenis tako in drugače*. Murska Sobota: Tiskarna AIP.
- Kondrič, M. (2003). *Popularizacija športnih iger z loparji*. Šport 51 (4), (str. 3-4).
- Kovač, M. (2007). *Didaktika športne vzgoje*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Kugovnik, O., Filipčič, A. (1992). *Mini tenis*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Kustec, A., Nagode, M. in Žorga, M. (2001). *Priročnik za trenerje badmintona*. Ljubljana: Badmintonska zveza Slovenije.
- Malič, J. (1979). *Organizacija športnorekreativnih tekmovanj: Priročnik za organiziranje in izvajanje športnorekreativnih tekmovanj v telesnokulturnih organizacijah, v šolah, organizacijah združenega dela in v krajevnih skupnostih*. Ljubljana: Šolski center za telesno vzgojo.
- Member states. (2007). Pridobljeno 3.10.2009, iz <http://www.racketlon.net/members.php?p=4&lang=en>

Mullamaa, H. (2002). *What is racketlon?* Pridobljeno 3.6.2009, iz
<http://www.racketlon.com/rackpres.html>

Pravila teniških tekmovanj TZS 2009. (2009). Pridobljeno 24.11.2009, iz
<http://www.teniska-zveza.si/PortalGenerator/document.aspx?ID=1184&Action=2&UserID=0&SessionID=960540&NavigationID=50>

Racketlon world ranking events Tournament Requirements. (2009). Pridobljeno 6.11.2009, iz
http://www.racketlon.net/media/documents/FIR_WT_TOURNAMENT_REQUIREMENTS_2010_6.pdf

Štemberger, V. (2007). *Športna vzgoja na podružnični šoli.* Pridobljeno 27.9.2009, iz
http://www.pef.uni-lj.si/didaktikasv/zaposleni/CLANKI/Vesna_Stemberger_PODRUZNICNE-SOLE-13-2-07.pdf

Šugman, R. (1995). *Športna prirediteljev.* Ljubljana. Fakulteta za šport.

Šugman, R. (1997). *Zgodovina svetovnega in slovenskega športa.* Ljubljana: Fakulteta za šport.

Tennis history. (2004). Pridobljeno 1.7.2009, iz
<http://www.sportsknowhow.com/tennis/history/tennis-history-2.shtml>

The rules of racketlon. (2009). Pridobljeno 3.6.2009, iz
<http://www.racketlon.com/rackrules.html>

Uzorinac, Z. (1988). *60 godina stolnog tenisa u Jugoslaviji.* Ljubljana: Namiznoteniška zveza Slovenije.

Uzorinac, Z. (1984). *Teniške legende.* Zagreb: Spektar.

Vokoun, M. (2002). *The Design Aspects of Tennis Rackets.* Pridobljeno 25.11.2009, iz
<http://tc.engr.wisc.edu/uer/uer96/author7/index.html>

Vučković, G. (2000). *Osnove squasha.* Ljubljana: Samozaložba.