

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA ŠPORT

DIPLOMSKO DELO

Miran Kotnik

Ljubljana, 2013

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA ŠPORT
Športna vzgoja
Elementarna športna vzgoja

VKLJUČEVANJE OTROK PRVE TRIADE OSNOVNE ŠOLE V PROJEKT TENIŠKA OLIMPIJADA

DIPLOMSKO DELO

MENTOR:
izr. prof. dr. Aleš Filipčič

RECENZENT:
prof. dr. Otmar Kugovnik

KONZULTANT:
izr. prof. dr. Miran Kondrič

AVTOR:
Miran Kotnik

Ljubljana, 2013

ZAHVALA

Zahvaljujem se mentorju izr. prof. dr. Alešu Filipčiču za pomoč pri nastajanju
diplomskega dela.
Še posebej se zahvaljujem družini in partnerici Jani, ki so mi ves čas stali ob strani.

Ključne besede: tenis, otroci, prva triada, motorične sposobnosti, tekmovanje

NASLOV DIPLOMSKEGA DELA

Vključevanje otrok prve triade osnovne šole v projekt Teniška olimpijada

Miran Kotnik

Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, 2013

Športna vzgoja, Elementarna športna vzgoja

Število strani: 46; število slik: 6; število virov: 25; število preglednic: 1

IZVLEČEK

Projekt Teniška olimpijada je namenjen otrokom prve triade osnovnih šol. Preko tega projekta se otroci spoznavaajo z osnovami tenisa, pridobivajo nove socialne veščine, vrednote in navsezadnje razvijajo motorične sposobnosti.

Namen projekta je predstavitev tenisa širšemu okolju na zabaven način, spodbujanju otrok k športno aktivnemu preživljanju prostega časa in promocija tenisa kot športa za celo življenje.

Ideja o širjenju projekta znotraj in morda kasneje tudi izven slovenskih meja mora najprej obrodit sadove pri povezovanju in sodelovanju regij znotraj Slovenije.

Obstajajo različni razlogi za trenutno stagnacijo projekta: nizek odstotek otrok, ki se v kasnejši fazi odločijo za igranje tenisa na klubski ravni, pomanjkanje finančnih sredstev s strani teniških klubov, splošna nizka gospodarska rast in nezmožnost plačevanja finančnih obveznosti gospodinjstev ter v nekaterih primerih premalo usposobljenega kadra za izvedbo projekta.

Key words: tennis, children, first triad, motoric skills, competition

TITLE

Involvement of the children of the first triad in project »Tennis olympics«

Miran Kotnik

UNIVERSITY OF LJUBLJANA, Faculty of sport, 2013

Physical education, Elementary physical education

Number of pages: 46; number of images: 6; number of sources: 25; number of tables: 1

ABSTRACT

The project of "Tennis Olympics" is intended for children of the first triad of elementary school. Children familiarise themselves with the basics of tennis, they obtain new social skills and values, and ultimately also develop their motor abilities.

The purpose of the project is to present tennis to a wider audience in an entertaining way, to encourage children towards sporty, active spending of leisure time and to promote tennis as a lifetime sport.

The idea of expanding the project within and later perhaps even outside the Slovene borders at first has to translate into progress with inter-regional integration and collaboration within Slovenia.

There are various reasons for the current stagnation of the project: a low percentage of children who decide at a later stage to play tennis at the club level, lack of funding from the tennis clubs, general low economic growth rate, inability of households to pay their financial liabilities, and in some cases also the lack of qualified personnel to implement the project.

KAZALO

1 UVOD.....	8
2 PREDMET, PROBLEM IN NAMEN DELA.....	11
3 CILJI.....	13
4 METODE DE LA	14
5 PROGRAMI ŠPORT ZA MLADE IN NAJMLAJŠE	15
5.1 Vloga športa v šoli in izven nje	15
5.2. Program Zlati Sonček.....	16
5.3 Program Naučimo se plavati	16
5.4 Ciciban Planinec.....	16
6 Teniška olimpijada.....	17
6.1 Ideja teniške olimpijade v aktualnem trenutku.....	17
6.2 Zgodovina teniške olimpijade.....	18
6.3 Ideja (zakaj, komu, kako).....	19
6.4 Izbor storitev in nalog.....	19
6.5 Program in metodični postopki	20
6.6 Razvijanje športnih, motoričnih, psiholoških in socialnih kompetenc	32
6.7 Rekviziti in podpora	35
6.8 Organizacija in izvedba	36
6.9 Usposabljanje izvajalcev	38
6.10 Trženje projekta.....	39
7 DOSEDANJE IZKUŠNJE.....	41
8 RAZPRAVA.....	42
9 SKLEP	43
10 LITERATURA.....	45

KAZALO SLIK

Slika 1. Odbijanje žoge navzgor v omejenem prostoru (forhend).	23
Slika 2. Hoja med stožci z žogo na loparju.	24
Slika 3. Poligon v obliki kvadrata.	25
Slika 4. Odbijanje žoge preko mreže (forhend).....	26
Slika 5. Pahljača	28
Slika 6. Lestvica klubov za leto 2012.	39

KAZALO TABEL

Tabela 1: Metodika razvoja teniške igre	31
---	----

1 UVOD

Vključevanje otrok prve triade osnovnih šol v športne dejavnosti je primeren način, da otrokom demonstriramo zdrav in športno aktiven način življenja. Že v času predšolskega obdobja, ko se začne t.i. zlata doba motoričnega razvoja, smo ob morebitnem športno neaktivnem načinu življenja, zamudili prve pomembne korake pri pridobivanju gibalnih izkušenj.

V današnjem času je možnosti za razvoj gibalnih sposobnosti otrok čedalje več. Različna športna društva, klubi in razne agencije za šport imajo zelo pestro ponudbo športnih programov, ki zajemajo starostne skupine že od predšolskega obdobja dalje. Seveda mora biti cilj pridobivanja motoričnih izkušenj usmerjen le v pridobivanje gibalnega znanja preko različnih iger.

Z igro spodbujamo in usmerjamo otroka k novim, miselno zahtevnejšim dejanjem. Z njo se otrok razvija, izraža ustvarjalnost, domiselnost, praktičnost in iznajdljivost. V igri je združeno zabava, sprostitiv, opazovanje, razmišljanje, odkrivanje, spoznavanje, delo in učenje.

Beseda igra je najpogosteje povezana z besedama otrok in otroštvo. Splošno pa se pojem igra nanaša na vsako aktivnost, ki se je loti posameznik zaradi nekega zadovoljstva, ne glede na končni rezultat te dejavnosti. Edini motiv za igro je zadovoljstvo, ki ga otrok ob tem doživlja, zato ne potrebuje nikakršne prisile (Videmšek, Berdajs in Karpljuk, 2003).

Športna aktivnost otrok ima velik pomen ne samo kot sprostitveni dejavnik, pač pa je pomembna iz vidika pozitivnih vplivov gibanja na otroka ter predpriprava na spoznavanje športne vzgoje, ki sledi v kasnejših letih pod vodstvom športnega pedagoga. Otroci se tako približje spoznajo z izbranimi cilji, vsebinami, metodami in oblikami dela. Spoznavanje športa preko tenisa mora biti predvsem v zadovoljevanju otrokove prvinske potrebe po gibanju in igri ter čustvenega in razumskega dožemanja športa.

Omeniti velja pomen športa za otrokov celostni razvoj:

- ✓ Šport kot gibanje (naravna razvojna potreba vsakega človeka) zadovoljuje otrokove potrebe po gibanju.
- ✓ S športom prispevamo k ohranjanju in krepitvi otrokovega zdravja še posebno, če izvajamo športne aktivnosti v naravi.
- ✓ Šport vpliva na otrokove duševne in čustvene sposobnosti, na pozitivne odnose v družini.

- ✓ Lahko pripomore k ustvarjalnosti, estetskemu in umetniškemu izražanju.
- ✓ Z gibanjem se lahko povečajo sposobnosti kot so zbranost, hitrost odzivanja in nadzor nad samim seboj.
- ✓ Gibanje v naravi budi ljubezen, pristen, kulturnen in spoštljiv odnos do narave in njene okolice.
- ✓ S športom prispevamo k sproščenemu življenju otroka, kar je pomembno za duševni in socialni razvoj.
- ✓ V igri z vrstniki občuti otrok radost in veselje.
- ✓ S športno vzgojo smotrno, načrtno in organizirano vplivamo na otrokov motorični razvoj in sposobnosti (koordinacijo, hitrost, moč, gibljivost, preciznost, ravnotežje, ...).
- ✓ Otrok spoznava pojave v vsakdanjem življenju: na sprehodih spoznava promet, v različnih gibalnih nalogah spoznava svoje telo, lastne gibe, spoznava vrednote (vztrajnost, tovarištvo, spoštovanje ...) in tako prispeva k oblikovanju lastnega značaja.
- ✓ Otrok skozi igro uresničuje svoje želje in potrebe, skozi igro spoznava prva pravila, ki jih mora spoštovati, doživlja prve zmage in poraze.
- ✓ Postopoma začne otrok spoznavati in osvajati osnovne prvine različnih športnih zvrsti (od splošne telesne vadbe do smučanja, plavanja, letovanja, rolanja ...).
- ✓ Športna dejavnost je pomemben dejavnik družinske integracije.
- ✓ Splošna telesna vadba pripomore k celostnemu oblikovanju otrokove osebnosti (Jambrešič, 2003).

Namenimo še nekaj besed tenisu. Že pred dvema tisočletjema je človeštvo poznalo igro, ki pa je bila nekoliko podobna današnjemu tenisu. Rimljani so igro imenovali Trigon.

Tenis je danes priljubljena športna družabna igra, ki ima po vsem svetu na milijone privržencev. Glede na starost, velikost igrišča, število igralcev, spol, okolje in druge dejavnike se tenis pojavlja v različnih oblikah. Tako poznamo mini, midi in veliki tenis, igro posameznikov in dvojic ter mešanih dvojic, tenis na vozičku, tenis na različnih podlagah in v različnih prostorih, tekmovalni in rekreativni tenis. Vsaka od pojavnih oblik zahteva od posameznika določeno prilagoditev in način igranja, vendar pa je vsem pojavnim oblikam skupna osnovna ideja igre z loparjem; to je udariti žogico s svoje strani preko mreže na nasprotnika (Kušer, 2011).

V diplomskem delu bomo predstavili projekt Teniška olimpijada, ki je prilagojeno teniško tekmovanje osnovnošolskih otrok prve triade. Projekt trenutno ni v polnem zagonu, razloge za to, bomo poskušali iskati pri nastajanju diplomskega dela.

Primarni namen projekta je povečanje števila gibalno aktivnih otrok, sekundarni je predstavitev teniške igre širšemu okolju in predvsem lažjo dostopnost do pridobivanja osnovnega teniškega znanja, ki je bil pred leti, vsaj iz finančnega vidika, težje dostopen ter terciarni, v t.i. rekrutiranju potencialno uspešnih teniških igralcev.

Teniška olimpijada je tudi bistveno pripomogla k sprostitvi otrok od predhodno usmerjenih dejavnosti, ki so potekale v dopoldanskem času ter jih psihofizično pripravila za nadaljnje usmerjene dejavnosti, ki so potekale kasneje v času OPB (oddelki podaljšanega bivanja), kar je bilo tudi potrjeno s strani vaditeljev in učiteljic, ki so sodelovale v projektu.

2 PREDMET, PROBLEM IN NAMEN DELA

V zadnjem obdobju je zaznati trend v zmanjševanju števila otrok, ki so gibalno dejavni, kot tudi v zniževanju gibalnih zmogljivosti (Otrok med vplivi sodobnega življenjskega sloga – gibalne sposobnosti, telesne značilnosti in zdravstveni status slovenskih otrok: končno poročilo, 2008).

Menimo, da ni potrebno posebej poudarjati pomena gibalne aktivnosti ob dejstvu, da so zdajšnje generacije otrok v vseh pogledih, kar se tiče antropometričnih lastnosti in motoričnih sposobnosti bistveno različne v primerjavi z generacijami deset, dvajset in več let nazaj v večini primerov v negativnem smislu.

Da bi trend upadanja gibalno aktivnih otrok ustavili, si intenzivno prizadeva veliko število inštitucij, ki so kakorkoli povezane s športom in splošnim zdravstvenim stanjem prebivalstva. Vzporedno s pomanjkanjem gibanja otrok je bilo pred leti moč opaziti tudi upadanje zanimanja za tenis, ki pa je v zadnjem času zopet v porastu. To je najverjetneje potrebno pripisati različnim teniškim klubom in TZS (Teniška zveza Slovenije), ki so s svojimi marketinškimi manevri pripomogli k večjemu zanimanju.

Namen diplomskega dela je predstavitev projekta Teniška olimpijada, kot projekta, ki lahko pripomore k večjemu odstotku športno aktivnih otrok, saj je s svojo vsebino in načinom posredovanja le-te dovolj privlačen, da lahko prepriča otroke, da se po končanem udeleževanju pri projektu, kasneje odločijo za aktivni življenjski slog in za svoj prvi šport izberejo tenis. Vsekakor je namen projekta tudi promocija tenisa in širjenje športne ponudbe v času OPB (oddelki podaljšanega bivanja) na osnovnih šolah ter iskanje talentiranih mladih teniških igralcev in igralk.

S širjenjem osnovne ideje o tekmovanju na občinski ravni in prehodu na državno raven ali na meddržavno, bi se projekt lahko približal razsežnosti projekta ITF (Mednarodna teniška zveza), ki se imenuje »Play & stay«. Program je ITF zagnala leta 2007 z namenom širjenje popularizacije tenisa, kot enostavne, zabavne in zdravju neškodljive igre. Z uporabo prilagojenih (mehkih) žogic so poskrbeli, da so prve izkušnje s teniško igro pozitivne. Enako velja za teniško olimpijado.

Omeniti velja, da se v določenih slovenskih klubih izvaja podoben program, katerega nameni so enaki, kot pri programu Teniška olimpijada, ki se imenuje Teddy tenis.

Teddy Tennis je edinstven športni program na svetu, ki s pomočjo glasbe in slikanic vzpodbuja otroke starosti 3–5 let biti aktiven, igrati tenis in se seznanjati z angleškim jezikom.

Vključevanje glasbe in slikanic v učni proces prinaša izreden učinek. Sluh in vizualnost sta ključni človeški čutili, ki še posebej pri otrocih odločilno vplivata na motivacijo, koncentracijo in dožemanje.

Izobraževalni učinki Teddy Tennisa so presenetljivi. Teddy Tennis pospešuje učni proces, spodbuja veselje do športa, razvija osnovne motorične in teniške spretnosti, koordinacijo, izboljšuje zaupanje in samopodobo, gradi komunikacijske spretnosti in timsko delo, postavlja temelje za poslušanje in učenje ter razvija posluš za angleški jezik. Vendar je zabava tisto ključno, kar dejansko, poleg vsega omenjenega, ponuja Teddy Tennis.

Teddy Tennis je strukturiran in precizno določen ter načrtovan učni program, ki je zajet v trenerskem priročniku in vključuje tri ključne komponente: igro, aktivnosti in glasbo (glasba je kreirana tako, da daje pravilen ritem in timing za izvajanje vsake aktivnosti ali igre). (Kaj je Teddy tennis?, b. d.)

Vsem trem programom, ki smo jih omenili (Play & stay, Teddy tenis in Teniška olimpijada), je skupno, učenje preko igre. Takšen pristop je trenutno trend poučevanja modernega tenisa za najmlajše.

3 CILJI

Cilj diplomskega dela je pojasniti različne vplive na vključevanje otrok v športne aktivnosti, saj ima vadba pozitiven vpliv na otrokov razvoj (telesni, čustveni, gibalni, ipd.).

Temeljni cilji Teniške olimpijade:

- pridobiti motorične, psihološke, socialne in druge kompetence,
- privzgojiti zdrav življenjski slog,
- širiti popularizacijo športa in teniške igre,
- pridobiti široko bazo bodočih teniških igralcev in igralk.

Kar se tiče operativnih ciljev, kot so razvijanje gibalnih in funkcionalnih ciljev, so pomembni tudi cilji pridobivanja socialnih veščin, ki jih otroci zlasti pridobivajo na sami vadbi (spodbujanje, pomoč, fair play...) in ob zaključkih posameznih vadbenih vsebin, kadar se otroci različnih osnovnih šol zberejo na tekmovanju.

Tenis je zanimiv šport, ki brez težav privablja nove igralce, a vendar se v kasnejši fazi pojavljajo težave, kako igralce vzpodbuditi, ko končajo igralsko kariero, da bi z njim nadaljevali. Razlog, da je tenis preveč zahtevna igra in da otroci niso dovolj dolgo vztrajali v tenisu v začetni fazi, je bil do sprejetja programa »Play & stay« v tem, da žoge niso bile prilagojene vadečim. Z vpeljevanjem mehkih žogic je igra postala počasnejša in tenis lažje učljiv, kar je tudi eden izmed ciljev tega projekta.

4 METODE DELA

Diplomsko delo je izdelano na osnovi študije, kritične obdelave ter interpretacije domače kot tudi tuje literature, virov pridobljenih iz svetovnega spleta ter s pomočjo gospoda Marka Tekavca (direktorja Max tenis kluba), ki ga lahko označimo kot očeta ideje o »Teniški olimpijadi«. Njegove misli in ideje so pripomogle k širšemu in poglobljenemu pristopu pri izdelavi diplomskega dela.

5 PROGRAMI ŠPORT ZA MLADE IN NAJMLAJŠE

5.1 Vloga športa v šoli in izven nje

Šolska športna vzgoja je nenehen proces bogatenja znanja, razvijanja sposobnosti in lastnosti ter pomembno sredstvo za oblikovanje osebnosti in odnosov med posamezniki. Z redno in kakovostno športno vadbo prispevamo k skladnemu biopsihosocialnemu razvoju mladega človeka, sprostivni, nevtralizaciji negativnih učinkov večurnega sedenja in drugih nezdravih navad. Ob sprotni skrbi za zdrav razvoj ga vzgajamo in učimo, kako bo v vseh obdobjih življenja bogatil svoj prosti čas s športnimi vsebinami. Z zdravim življenjskim slogom bo tako lahko skrbel za dobro počutje, zdravje, vitalnost in življenjski optimizem (Kovač in Novak, 2011).

V današnjem svetu je vedno več negativnih dejavnikov in stranskih poti, na katere lahko otroci zaidejo (kajenje, alkohol, narkomanija...). Starši, ki so dovolj ozaveščeni, da vedo, da lahko te odklone preprečijo in da je lažje preprečiti kot zdraviti, vpeljujejo šport v družinski vsakdanjik. Zavedajo se, kako pomemben del življenja je šport in da je to sredstvo, ki motivira, koristi in osrečuje. Ukvarjanje s športom znotraj družine je zelo pomembno tudi za nadaljnjo gibalno dejavnost otrok in sprejemanje športa kot vrednote. Otrok se namreč zgleduje po starših in sčasoma prevzema tudi mišljenje, navade in vrednote staršev.

Družina, ki se zaveda pomena kakovostnega načina življenja, tako vključuje vanj tudi aktivno športno delovanje. To pomembno vpliva na:

- odnos med njenimi člani,
- uveljavljanje vsakega od njih v ožjem (družina) in širšem (družba) okolju,
- intelektualni razvoj, ki je eden od ciljev ukvarjanja s športom,
- izogibanje mnogim travmatičnim stanjem (Videmšek, Strah in Stančević, 2001).

Družinsko okolje je prostor, kjer potekajo osnove otrokovega razvoja. Starši svoje otroke vzgajajo, učijo, jim razvijajo delovne navade in pozitiven odnos do dela, z njimi pa preživljajo tudi svoj prosti čas. V prostem času se lahko družina igra, počiva, dela, pogovarja in rešuje probleme, ali pa uživa v gibanju. Kako bo družina preživela svoj skupni čas je odvisno od staršev in njihovega zavedanja pomena športa.

Otroci imajo v modernem času vedno manj možnosti za sproščeno gibanje in preizkušanje svojih gibalnih sposobnosti, saj večino časa preživijo pred televizijo, računalnikom, v majhnih stanovanjih, na okrnjenih igriščih. Postajajo vedno bolj

nemirni, saj nimajo dovolj gibalnih izkušenj in imajo zato težave pri zaznavanju, pa tudi težje ostanejo pozorni.

Dandanes smo ljudje nasploh vse bolj in bolj pasivni. Sodobna tehnologija nam življenje mnogokrat olajša, hkrati pa nam onemogoča marsikatero stvar. Ena izmed teh je zagotovo tudi gibalna aktivnost, ki je pomemben dejavnik zdravja, saj pripomore k boljši kakovosti življenja. Otrok, katerega starši so športno aktivni in ga vzgajajo v smislu zdrav duh v zdravem telesu, se bo gotovo znal odločiti pravilno in izbral športno aktivni življenjski slog.

5.2. Program Zlati Sonček

Športni program Zlati sonček je namenjen najmlajšim; starim 5 do 11 let. Izvajajo ga vrtci, osnovne šole, v popoldanskem času pa tudi društva ali zasebniki.

Z njim lahko popestrimo redni vzgojno-izobraževalni proces in delo v družtvih, saj ima zaradi privlačne vsebine; kot so rolanje, smučanje, drsanje, plavanje, pohodništvo, spretnosti z žogo pa vključujejo tudi v druge programe namenjene otrokom, kot je Hura prosti čas (Športni program Zlati sonček, b. d.).

5.3 Program Naučimo se plavati

Že v predšolskem obdobju in prvem razredu osnovne šole je otrokom na voljo deseturni plavalni tečaj prilaganja na vodo v okviru programa Zlati sonček. V šoli lahko nudijo veliko pestrih plavalnih vsebin: obvezni dvajseturni tečaj v drugem ali tretjem razredu, šolo v naravi v petem razredu, preverjanje znanja plavanja v šestem razredu, petnajsturni plavalni tečaj za neplavalce v šestem razredu in zadnjem triletju devetletke ter športne dneve s plavalno vsebino (O programu Naučimo se plavati, b. d.).

5.4 Ciciban Planinec

Program je namenjen predšolskim otrokom in otrokom do vključno drugega razreda osnovne šole. Ob začetku sodelovanja udeleženec prejme Cici dnevnik. V njem so naloge, napotki za raziskovanje in beleženje osebnih vtisov. Ti so prilagojeni letnemu času izletov in starosti otrok. Izvajalci programa so praviloma vrtci in mladinski odseki planinskih društev, enakovredno pa lahko izvajanje poteka tudi v okviru družine. Program je namenjen tudi otrokom, ki niso člani Planinske zveze Slovenije, s čimer komisija prevzema pobudo pri gorniškem usposabljanju civilne družbe. Program se povezuje tudi s športnim programom Zlati sonček ter je prilagojen za osebe s posebnimi potrebami (Ciciban Planinec, b. d.).

6 Teniška olimpijada

6.1 Ideja teniške olimpijade v aktualnem trenutku

Ideja projekta v aktualnem trenutku je povezovanje čim večjega števila osnovnih šol po vsej Sloveniji, da sodelujejo v enotnem tekmovanju, najprej na občinski, kasneje na medobčinski in na koncu še na državni ravni. S projektom želimo približati teniško igro vsem otrokom na prijazen, zabaven, zdrav in finančno dostopen način. Izključeni niso niti straši, dedki, babice in ostali spremljevalci otrok, ki skupaj navijajo in uživajo na prireditvah.

S predstavitvijo tenisa širši javnosti si tako vsi, ki kakorkoli sodelujemo v teniških vodah, želimo razširiti popularnost tega športa in dati možnost predvsem tistim, ki so preko tekmovanj pokazali največjo željo in znanje za udeleževanje v omenjenem športu.

Trenutna situacija izvajanja projekta Teniška olimpijada je v stagnaciji, saj se ne izvaja več v okviru Teniške zveze. Pod enakim imenom nekateri klubi po Sloveniji organizirajo teniške olimpijade, ki so interne narave.

Obstajajo različni razlogi, zakaj se projekt ne izvaja več pod okriljem TZS-ja. Edini razlog, ki je vsem skupen, je finančne narave.

Med teniški trenerji se je namreč začelo razpravljati tudi o smiselnosti organizacije tekmovanj z vidika finančnega vložka in dobička. Sredstva, ki so bila vložena v organizacijo (plačilo trenerjev, sodnikov, pomožnega osebja, uporaba igrišč), naj bi domnevno presegala izkupiček od plačila prijavnin. Dvome v projekt je konec koncev vzbujalo tudi dejstvo, da se kljub letnemu udeleževanju otrok na olimpijadah zelo malo število otrok odločilo, da bi svoje znanje nadgradilo z udeleževanjem na teniških treningih v klubih. Zaradi teh razlogov je verjetno prišlo do začetka konca zgodbe o uspehu teniške olimpijade v smislu trženja projekta in rekrutiranja novih igralcev in igralk.

6.2 Zgodovina teniške olimpijade

Pred predstavitvijo kronologije teniških olimpijad bi bilo morda smiselno omeniti še projekt, ki je v določenih pogledih imel nekaj skupnih točk s teniško olimpijado in sicer projekt Teniški mnogoboj, ki se je odvijal 29. 6. 1992 v Ljubljani (igrišča Tivoli), kjer so tekmovali otroci TŠ Olimpija in TŠ Valentin Vodnik v športnem mnogoboju. Vsebine mnogoboja so bile sledeče:

- teniški turnir,
- teniška odbojka,
- kros,
- teniški poligon.

Organizacija prve teniške olimpijade sega v leto 2009 (19. januar), na teniških igriščih Športnega centra Konex pod okriljem Max tenis kluba. Olimpijade se je udeležilo 10 klubov iz Ljubljane, Kopra, Novega mesta ter Litije in preko 100 otrok.

Kronološki razpored vseh teniških olimpijad od leta 2009–2011 (pod okriljem TZS):

Leto 2009:

1. Teniška olimpijada: 19. januar, Max tenis klub
2. Teniška olimpijada: 4. april, Max tenis klub
3. Teniška olimpijada: 21. maj, TK Svoboda Ljubljana (dan slovenskega tenisa)

Leto 2010:

1. Teniška olimpijada: 20. marec, TK Portvald
2. Teniška olimpijada: 22. maj, TK Svoboda Ljubljana (dan slovenskega tenisa)

Leto 2011:

1. Teniška olimpijada: 22. januar, TK Portvald
2. Teniška olimpijada: 19. marec, Max tenis klub
3. Teniška olimpijada: 21. maj, TK Svoboda Ljubljana (dan slovenskega tenisa)

6.3 Ideja (zakaj, komu, kako)

Idejni oče projekta Teniške olimpijade je gospod Marko Tekavec, direktor Max tenis kluba. Zamisel za tovrstni projekt je dobil, medtem ko je razmišljal, kaj bi bilo potrebno storiti za večjo popularnost tenisa, lažjo finančno dostopnost in hkrati pridobiti večjo bazo potencialnih teniških igralcev in igralk.

Projekt je namenjen vsem učencem in učenkam prve triade osnovnih šol širom Slovenije. Izvaja se v času podaljšanega bivanja, ko imajo otroci usmerjene dejavnosti (v okviru interesne športne panoge) in traja eno šolsko uro, enkrat tedensko, vsak oddelek. Poleg vaditelja / učitelja tenisa mora biti na uri prisoten tudi učitelj podaljšanega bivanja, ki skrbi za pomoč pri izvedbi ure.

6.4 Izbor storitev in nalog

Tekmovanje poteka v treh delih, tekom šolskega leta, razdeljeno v sklope (preverjanje pridobljenega znanja vsake tri mesece). Vsako obdobje je namenjeno učenju novih vsebin:

Naloge prve teniške olimpijade so:

1. Odbijanje žoge navzgor v omejenem prostoru (forhend)
2. Hoja med stožci z žogo na loparju
3. Poligon (prosta izbira za gibalni poligon)
4. Odbijanje žoge preko mreže (forhend)

Naloge druge teniške olimpijade so:

1. Odbijanje žoge navzgor v omejenem prostoru (bekend)
2. Odbijanje žoge preko mreže (bekend)
3. Poligon (pahljača)
4. Vodenje žoge po tleh med stožci

Naloge tretje teniške olimpijade so:

1. Odbijanje žoge navzgor v omejenem prostoru (izmenično forhend in backend)
2. Igranje forhenda in bekenda čez mrežo (žoga prihaja od spredaj)
3. Osmica
4. Teniški hokej

6.5 Program in metodični postopki

Program traja skozi celotno šolsko leto v času OPB. Vsakemu oddelku razredov prve triade je namenjena ena šolska ura tedensko.

Program je sestavljen iz treh delov, katerega vaje se smiselno dopolnjujejo ali nadgrajujejo tekom leta. Naloge so v naprej določene, tako da je cilj vaditeljem / trenerjem, otroke pripraviti v določenem časovnem obdobju, da po svojih najboljših močeh demonstrirajo pridobljeno znanje na eni izmed teniških olimpijad.

Posamezne učne ure so sestavljene po vseh didaktičnih načelih.

Na začetku (1. del) izvedba programa poteka seveda na drugačen način kot preostala dva, saj se otroci v veliki večini šele prvič spoznajo s športom – tenis.

Na uvodni uri poleg (lastne predstavitve vaditelja / učitelja) seveda predstavimo otrokom širši pojem tenisa in osnovne pripomočke za igranje.

Kot smo že omenili, se večina otrok navadno prvič sreča z loparjem in teniško žogico, zato so uvodne ure predvsem namenjene prilagajanju. Prilagajanje v največji meri poteka preko igre. Predlog iger:

- lovljenje, podajanje žogic,
- ciljanje žogic v tarčo,
- nošenje žogic na loparju,
- vodenje žogic z loparjem,
- podajanje žogic z loparji,
- udarjanje / odbijanje žogic z loparji,
- dvigovanje / lovljenje žogic z loparji.

Metodični postopki – pristop usmerjen k tehniki

Potrebno je poudariti, da gre za zastarel pristop, saj v danih okoliščinah, kjer smo izvajali program na OŠ Vič (preveliko število otrok – skupina do 25 otrok, prostorska stiska – telovadnica v velikosti 144 m², premalo rekvizitov in didaktičnih pripomočkov), ni bilo možno uporabiti novejšega pristopa, ki je usmerjen k igri. Pri tem pristopu je v središču pozornosti tehnika gibanja in udarcev. Gibanja in udarce lahko podajamo v celoti (celostna ali sintetična metoda) ali po delih (razčlenjena ali analitična metoda) in pri tem izhajamo iz predpostavke, da se s postopnim uvajanjem, izboljšavo in razširitvijo posameznih delov udarca in gibanj izboljša tudi kakovost in sposobnost uporabe veščin v igri.

V kolikor nam pogoji dopuščajo, izberemo vsekakor pristop usmerjen k igri:

Pri tem pristopu se tudi prve aktivnosti pri učenju teniških udarcev izvajajo v igralnih pogojih. Prve aktivnosti moramo na začetku poenostaviti in približati učencu. Vse to lahko storimo z ustreznimi rekviziti. To pomeni, da učenci uporabljajo starosti in sposobnostim primerne loparje. Loparji so pri začetnikih lažji, pri otrocih tudi krajši. Največji pomen imajo ustrezne žogice, ki so mehkejše in lažje. Gre za posebne žoge, ki imajo počasen let, kar igralcem omogoča lažjo izmenjavo žog. Poleg primerne loparja in žogic pa mora trener določiti velikost igralnega polja, kjer učenec lahko izvaja udarce. Brez ustreznih rekvizitov in prave velikosti igrišča bo uporaba takšnega metodičnega pristopa otežena. Pri tem pristopu že od samega začetka učenci izvajajo udarce in gibanja v igralnih pogojih. Izvedba udarcev je močno poenostavljena in mnogokrat tudi ni v skladu z optimalno tehniko (Filipčič, 1999).

Opisovanje gibanj in udarcev

Opisovanje gibanja in udarcev trener uporablja za podajanje in dopolnjevanje vizualnih informacij. S tem se izboljša učenčeva predstava o gibanju in udarcu. Pri opisovanju gibanja in udarca mora trener prikazati prostorski in časovni potek.

Trener z opisom gibanj in udarcev doseže naslednje:

- posreduje natančne informacije o udarcu,
- pozornost usmeri na pomembne dele udarca,
- opozori na že znane stvari,
- razloži in dopolni demonstracijo udarca,
- uredi predstave o gibanjih in udarcih,
- loči bistveno od nebistvenega.

Ustrezna predstava o gibanju in udarcu je predpogoj za pravilno izvedbo udarca. V kolikor ima učenec pomanjkljivo predstavo o udarcu, potem bo imel tudi velike težave pri izvedbi tega udarca. Zato mora trener učencem posredovati ustrezne in raznolike informacije o udarcih.

Razlaga gibanja in udarcev

Razlaga gibanj in udarcev služi kot dopolnitev opisa. Z razlago posredujemo predvsem povezave med posameznimi deli udarcev ali udarci. Z razlago trener učencem predstavi temeljne teoretične informacije.

Trenerjeve razlage morajo biti:

- kratke in jedrnate (še posebno, če se proces odvija na teniškem igrišču),
- podprte z istočasno demonstracijo,
- predstavljene s pomočjo različnih medijev.

Demonstracija udarcev

Demonstracija udarcev je pri učenju teniških veščin izjemnega pomena. Z ustrezno in prepričljivo demonstracijo trener učencem predstavi udarec na najboljši možen način. Pomen demonstracije je še posebno velik na začetku procesa učenja in pri delu z zelo mladimi učenci. Z demonstracijo gibanj in udarcev trener pri učenih doseže naslednje:

- posreduje hitro in natančno informacijo,
- prepriča, da udarec obvlada in da ga je možno izvesti,
- motivira z osebnim zgledom,
- predstavi celostno podobo udarca,
- omogoča učenje s posnemanjem.

Udarec, ki ga trener demonstrira, lahko predstavi na različne načine. Udarec ali gibanje lahko izvede v igralni situaciji in učencem poda tudi taktični vidik (v tej fazi učenja osnovnih udarcev forhend in bekend te vrste demonstracije ne prikazujemo) izvedbe udarca. V kolikor udarec predstavlja prvič, pa mora biti demonstracija čim bolj enostavna in je lahko izvedena počasneje kot običajno. Pri demonstraciji naj bi trener v čim večji meri odstranil izvedbe, ki vsebujejo njegove specifičnosti (stil).

Uporaba medijev in pripomočkov

Vsekakor uporaba različnih medijev pri poučevanju teniške tehnike poveča kakovost in hitrost učenja. Z uporabo različnih medijev trener okrepi svojo razlago in demonstracijo. Sicer pa ima uporaba medijev in pripomočkov številne prednosti kot so: trener učencem posreduje celovito informacijo o udarcu, učence še dodatno motivira in okrepi njihovo samostojno delo. Trener mora pri načrtovanju procesa učenja oceniti, katere medije oziroma pripomočke bo uporabil in kdaj. Potrebno je upoštevati, da uporaba tovrstnih pripomočkov zahteva od trenerja natančno načrtovano organizacijo vadbe. Pri poučevanju tenisa lahko kot trener uporabi (Filipčič, 1999):

- slikovno gradivo,
- video in film,

- učne programe,
- mehke teniške žogice,
- teniške tarče,
- podstavke,
- posamezne slike in kinograme,
- tiskane medije,
- didaktične pripomočke,
- loparje za začetnike,
- stojala

Ko se otroci spoznajo z osnovami, lahko preidemo na izvedbo prvega dela programa.

Naloge prve teniške olimpijade:

1. Odbijanje žoge navzgor v omejenem prostoru (forhend)



Slika 1. Odbijanje žoge navzgor v omejenem prostoru (forhend).

Predvaje:

- Učenec se postavi v omejen prostor, postavi žogico na lopar. Žogico vrže v zrak, tako da se le-ta odbije enkrat od tal v določenem prostoru in jo ujame na lopar.
- Učenec ponovi predhodno vajo, tako da poskuša žogico čim večkrat zaporedoma uloviti na lopar.
- Učenec vrže žogico v zrak in jo ujame na lopar. Kasneje poskuša izvesti vajo s čim več ponovitvami.
- Končna izvedba: Učenec vrže žogico v zrak in poskuša z forhend udarcem izvesti

maksimalno število odbojev (20 ponovitev) v omejenem prostoru.

Pravilna izvedba vaj in točkovanje:

Vadeči mora odbijati žogo v omejenem prostoru (premer kroga 3 m). Žoga se mora vmes enkrat odbiti od tal. Na voljo imajo dva poskusa. Maksimalno število odbojev je 30. Toliko je tudi možnih točk, saj vsak odboj predstavlja eno točko.

2. Hoja med stožci z žogo na loparju



Slika 2. Hoja med stožci z žogo na loparju.

Predvaje:

- Vajo učenci najprej izvajajo v hoji.
- Ko usvojijo predhodno vajo, vajo izvedejo še v teku.

Pravilna izvedba vaj in točkovanje:

Vadeči nosijo žogico na glavi loparja med stožci. Merilnik časa vključimo, ko prične prvi izmed vadečih in jo ustavimo, ko zadnji izmed skupine opravi nalogo. Zmaga ekipa, katere skupni seštevek časov vseh tekmovalcev, je najkrajši.

3. Poligon



Slika 3. Poligon v obliki kvadrata.

Predvaje:

- Učitelj / vaditelj demonstrira vajo.
- Gre za gibanje naprej (tek), gibanje vstran (bočni koraki) in gibanje nazaj (tek).

Pravilna izvedba vaj in točkovanj:

Vadeči morajo poligon opraviti v najkrajšem možnem času, ob pogoju, da so vsa gibanja pravilno izvedena. Merilnik časa vključimo, ko prične prvi izmed vadečih in jo ustavimo, ko zadnji izmed skupine opravi nalogo. Zmaga ekipa, katere skupni seštevek časov vseh tekmovalcev, je najkrajši.

4. Odbijanje žoge preko mreže (forhend)



Slika 4. Odbijanje žoge preko mreže (forhend).

Predvaje:

- Učenec / učenka najprej vadi samo tek na mestu, ter poskok z obratom za 90° na znak »hop«
- Ločeno od učenja teka s poskokom naučimo vadeče izvedbo forehand udarca:
 1. pravilen prijem za izvedbo udarca: kontinentalni prijem ali kladio,
 2. zamah nazaj,
 3. točka udarca pred telesom in
 4. izmah (»velik nos«)
- Za vadeče je predvsem bistvenega pomena »timing« izvedbe udarca.

Pravilna izvedba vaj in točkovanje:

Vadeči se postavi frontalno na mrežo in teče na mestu, na znak »hop« naredi poskok ter obrat za 90° proti učitelju. Učitelj spusti žogico pred učenca / učenko, le-ta izvede udarec forhend čez mrežo. Na drugi strani mreže je na razdalji 2–3 m postavljeno stojalo z vpetim obročem, v katerega vadeči poskuša usmeriti žogico. Učenec osvoji maksimalno 6 točk (2 poskusa); ena točka za pripravo in poskok (gibanje), druga točka za pravilno izvedbo udarca in izmaha (tehnika) ter tretja točka za zadetek v cilj (v našem primeru skozi obroč).

Naloge druge teniške olimpijade:

1. Odbijanje žoge navzgor v omejenem prostoru (bekend)

Predvaje:

- Učenec se postavi v omejen prostor, postavi žogico na lopar. Žogico vrže v zrak tako, da se le-ta odbije enkrat od tal v določenem prostoru in jo ujame na lopar.
- Učenec ponovi predhodno vajo, tako da poskuša žogico čim večkrat zaporedoma uloviti na lopar.
- Učenec vrže žogico v zrak in jo ujame na lopar. Kasneje poskuša izvesti vajo s čim več ponovitvami.
- Končna izvedba: Učenec vrže žogico v zrak in poskuša z bekend udarcem izvesti maksimalno število odbojev (30 ponovitev) v omejenem prostoru.

Pravilna izvedba vaj in točkovanje:

Vadeči mora odbijati žogo v omejenem prostoru (premer kroga 3 m). Žoga se mora vmes enkrat odbiti od tal. Na voljo ima 2 poskusa. Maksimalno število odbojev je 30. Toliko je tudi možnih točk, saj vsak odboj predstavlja eno točko.

2. Odbijanje žoge preko mreže (bekend)

Predvaje:

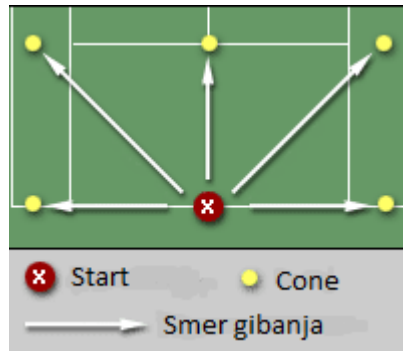
- Učenec / učenka najprej vadi samo tek na mestu, ter poskok z obratom za 90° na znak »hop«.
- Ločeno od učenja teka s poskokom naučimo vadeče izvedbo bekend udarca:
 1. pravilen prijem za izvedbo udarca: dvoročni prijem,
 2. zamah nazaj,
 3. točka udarca pred telesom in
 4. izmah (»velik nos«)
- Za vadeče je predvsem bistvenega pomena »timing« izvedbe udarca.

Pravilna izvedba vaj in točkovanje:

Vadeči se postavi frontalno na mrežo in teče na mestu, na znak »hop« naredi poskok ter obrat za 90° proti učitelju. Učitelj spusti žogico pred učenca / učenko, le-ta izvede udarec bekend čez mrežo. Na drugi strani mreže je na razdalji 2–3 m postavljeno stojalo z vpetim obročem, v katerega vadeči poskuša usmeriti žogico. Učenec osvoji maksimalno 6 točk (2 poskusa); ena točka za pripravo in poskok (gibanje), druga

točka za pravilno izvedbo udarca in izmaha (tehnika) ter tretja točka za zadetek v cilj (v našem primeru skozi obroč).

3. Poligon (pahljača)



Slika 5. Pahljača

Predvaje:

- Učitelj / vaditelj demonstrira vajo.
- Gibanje v levo / desno stran – bočno; gibanje diagonalno levo / desno – sprint naprej in sprint nazaj; gibanje naprej – sprint, nazaj vzvratno.

Pravilna izvedba vaj in točkovanj:

Vadeči morajo poligon opraviti v najkrajšem možnem času, ob pogoju, da so vsa gibanja pravilno izvedena. Merilnik časa vključimo, ko prične prvi izmed vadečih in jo ustavimo, ko zadnji izmed skupine opravi nalogo. Zmaga ekipa, katere skupni seštevek časov vseh tekmovalcev, je najkrajši.

4. Vodenje žoge po tleh med stožci

Predvaje:

- Vajo učenci najprej izvajajo v hoji.
- Ko usvojijo predhodno vajo, vajo izvedejo še v teku.

Pravilna izvedba vaj in točkovanje:

Vadeči vodijo žogico z loparjem med stožci. Merilnik časa vključimo, ko prične prvi izmed vadečih in jo ustavimo, ko zadnji izmed skupine opravi nalogo. Zmaga ekipa, katere skupni seštevek časov vseh tekmovalcev, je najkrajši.

Naloge tretje teniške olimpijade:

1. Odbijanje žoge navzgor v omejenem prostoru (menjava forhend in bekend)

Predvaje:

- Predvaje niso potrebne, saj imajo učenci vse potrebno znanje iz prejšnjih dveh olimpijad.
- Končna izvedba: Učenec vrže žogico v zrak in poskuša izmenično z bekend in forehand udarcem izvesti maksimalno število odbojev (30 ponovitev) v omejenem prostoru.

Pravilna izvedba vaj in točkovanje:

Vadeči mora odbijati žogo v omejenem prostoru – izmenično forhend / bekend (premer kroga 3 m). Žoga se mora vmes enkrat odbiti od tal. Na voljo imajo 2 poskusa. Maksimalno število odbojev je 30. Toliko je tudi možnih točk, saj vsak odboj predstavlja eno točko.

2. Odbijanje žoge preko mreže (forhend in bekend izmenično)

Predvaje:

1. pravilen prijem za izvedbo udarca: kontinentalni (forhend)/dvoročni prijem(bekend),
 2. zamah nazaj,
 3. točka udarca pred telesom in
 4. izmah (»velik nos«).
- Za vadeče je predvsem bistvenega pomena »timing« izvedbe udarca.

Pravilna izvedba vaj in točkovanje:

Vadeči se postavi frontalno na mrežo in teče na mestu, na znak »hop« naredi poskok ter obrat za 90° proti učitelju. Učitelj spusti žogico pred učenca / učenko, le-ta izvede udarec forhend / bekend čez mrežo. Na drugi strani mreže je na razdalji 2–3 m postavljeno stojalo z vpetim obročem, v katerega vadeči poskuša usmeriti žogico. Učenec osvoji maksimalno 3 točke za vsak udarec; na točka za pripravo in poskok (gibanje), druga točka za pravilno izvedbo udarca in izmaha (tehnika) ter tretja točka za zadetek v cilj (v našem primeru skozi obroč).

3. Osmica

Predvaje:

- Učitelj / vaditelj demonstrira vajo.
- Gibanje okrog stožcev z bočnimi koraki v obliki številke »8« - dva kroga

Pravilna izvedba vaj in točkovanj:

Vadeči morajo poligon (2 stožca v isti liniji na razdalji cca. 5 m) opraviti v najkrajšem možnem času, ob pogoju, da so vsa gibanja pravilno izvedena. Merilnik časa vključimo, ko prične prvi izmed vadečih in jo ustavimo, ko zadnji v skupini opravi nalogo. Zmaga ekipa, katere skupni seštevek časov vseh tekmovalcev, je najkrajši.

4. Teniški hokej

Predvaje:

- Vodenje žoge do označbe na tleh
- Pravilna postavitev oziroma začetni položaj telesa
- Izvedba forhend / bekend udarca / zamaha proti cilju (gol)

* tehnični cilji pri izvedbi udarcev forhenda in bekenda so naslednji:

- točka zadetka,
- ravnotežje pri izvedbi udarca,
- ustrezen prijem,
- kontrola pozornosti na žogo.

Pravilna izvedba vaj in točkovanje:

Vadeči mora voditi žogico do talne označbe, kjer izvede forhend / bekend. Cilj je s pravilno izvedbo zadeti gol. Učenec osvoji maksimalno 3 točke za vsak udarec; ena točka za vodenje do talne označbe (gibanje), druga točka za pravilno izvedbo udarca in izmaha (tehnika) ter tretja točka za zadetek v cilj (v našem primeru gol).

Ko učenci in učenke opravijo vse tri nastope na teniških olimpijadah, lahko govorimo o tem, da učenci bolj ali manj obvladajo osnovna teniška udarca: forhend in bekend.

Tabela 1: Metodika razvoja teniške igre

Raven igre	Elementi razvoja	Funkcija	Kontrola tehnike
<u>Tenis po tleh</u> <ul style="list-style-type: none"> Gibanje tekmeča (kontrola smeri) 	Rolanje žoge z loparjem	Timing Ritem Ravnotežje	<u>Prepoznavanje kotaleče se žoge</u> <u>Zaustavljanje žoge z roko</u> <u>Rolanje žoge z loparjem (dolga hodnik)</u>
<u>Metanje žoge</u> <ul style="list-style-type: none"> Gibanje tekmeča (kontrola smeri) 	Metanje žoge (lovljenje)	Timing Ritem Ravnotežje	<u>Prepoznavanje podobnih letov žoge po metu</u> <u>Tekoče gibanje z roko od spodaj navzgor (Ritem + izmah)</u> Telo miruje Glava nad rameni
<u>Igra s samim seboj</u> <u>Igra v parih z 1 tarčo</u> <ul style="list-style-type: none"> Zanesljivost 	„Kontakt „	Timing Ritem Ravnotežje	<u>Predvidevanje višine odskoka žoge z vidika višine predhodnega udarca</u> <u>Kontakt pred in ob strani telesa / Kontrola glave loparja</u> Tekoče gibanje loparja od spodaj navzgor Prijem – kontinentalni Enako kot pri prejšnjem koraku
<u>Izmenjava udarcev brez mreže (2 tarči) in čez mrežo</u> <ul style="list-style-type: none"> Zanesljivost Gibanje tekmeča 	„Izmah, prenos teže“	Timing Ritem Ravnotežje	<u>Prepoznavanje leta žoge</u> (poudarek na horizontalni komponenti) pred in po odskoku s ciljem optimalne postavitve za udarec Kontakt pred in ob telesu / Kontrola glave loparja <u>Tekoče krožno gibanje</u> Prijem – variacija vzhodnih prijemov Enako kot pri prejšnjem koraku
<u>Izmenjava udarcev v mini igrišču</u> <ul style="list-style-type: none"> Zanesljivost Gibanje tekmeča Pokrivanje igrišča 	„Zasuk in začetni položaj“	Timing Ritem Ravnotežje	Predvidevanje različnih odskokov žoge z vidika smeri prihajajoče žoge (paralela ali diagonala) Kontakt pred in ob strani telesa / Kontrola glave loparja Položaj „glava-glava“ Pravočasen zasuk trupa Krožno gibanje roke Pospeševanje glave loparja proti točki kontakta Vzhodni prijem Enako kot pri prejšnjem koraku Širši položaj nog Lahko tudi pripravljalni poskok (ni nujno)

6.6 Razvijanje športnih, motoričnih, psiholoških in socialnih kompetenc

Športni in motorični vidik

Gibanje zdravega človeka pri delu, športu ali rekreaciji je pogojeno z njegovimi sposobnostmi, lastnostmi in značilnostmi. Stopnja razvitosti teh kvalitativnih lastnosti je pri ljudeh različna. Motorične sposobnosti so tako kot druge človekove sposobnosti po eni strani prirojene, po drugi strani pa pridobljene. To pomeni, da je človeku že z rojstvom dana stopnja, do katere se mu bodo razvile motorične sposobnosti, seveda ob normalni rasti in zorenju (Pistotnik, 2003).

V sklop temeljnih razsežnosti uvrščamo motorične razsežnosti, ki jih sestavljata energijska in informacijska komponenta. Energijsko komponento sestavljajo moč, vzdržljivost in hitrost. Informacijsko pa **hitrost** (določene pojavne oblike), gibljivost, ravnotežje in **koordinacija**. Razlikujemo naslednje motorične sposobnosti:

- moč,
- **hitrost**,
- gibljivost,
- **koordinacija**,
- ravnotežje,
- **preciznost** in
- vzdržljivost.

Pri razvoju motoričnih sposobnosti pri otrocih, ki so bili vključeni v projekt Teniška olimpijada, se bomo osredotočili le na nekatere sposobnosti informacijske komponente gibanja, saj o energijski komponenti gibanja, kot sta moč in vzdržljivost nima smisla govoriti, ko gre za gibalno aktivnost, ki je na takšen nivoju, kot je teniška olimpijada.

Hitrost je sposobnost izvesti gibanje z največjo frekvenco (hitro ponavljanje gibov) ali v najkrajšem možnem času. Pojavlja se predvsem pri premagovanju kratkih razdalj s cikličnim gibanjem in v gibalnih nalogah, ki zahtevajo izvedbo posameznega giba v najkrajšem možnem času. Od vseh gibalnih sposobnosti je hitrost v največji meri odvisna od dednih lastnosti, saj njen koeficient dednosti znaša preko 0.90. To vsekakor kaže na majhne možnosti, da bi se s treningom vplivalo na njen razvoj. Razvije se jo lahko le še okrog 10% glede na prirojene danosti (Pistotnik, 2011).

Razvijanje hitrosti je najbolj izrazito tam, kjer otroci tekmujejo na različnih poligonih z gibanjem v različnih smereh (naprej, nazaj, bočno). V tem primeru gre predvsem za razvijanje hitrosti spodnjih okončin, pri izvedbi nekaterih teniških elementov (forhend, bekend) pa lahko govorimo tudi o hitrosti zgornjih okončin.

Koordinacija je sposobnost učinkovitega oblikovanja in izvajanja kompleksnih gibalnih nalog in je posledica optimalne usklajenosti delovanja vseh ravni osrednjega živčevja in skeletnih mišic (Lasan, 1996).

Kaže se v učinkoviti uskladitvi časovnih in prostorskih elementov gibanja. Pri tem morata v telesu potekati dva procesa in to sta:

- načrtovanje gibalnega programa in
- njegovo uresničevanje (v okvirih zastavljenega načrta ali pa s sprotnimi popravki, ki jih zahteva okolje, v katerem se gibanje izvaja (Pistotnik, 2011).

Razvijanje koordinacije preko vseh vaj ali nalog posameznih teniških olimpijad, ki so sestavljeni iz bolj ali manj kompleksnih gibanj (uporaba pripomočkov – stožci, klobučki...). Razvijanje koordinacije nog, rok, koordinacija roka-oko ipd.

Preciznost (natančnost) je sposobnost za ustrezno določitev smeri in sile pri usmeritvi telesa ali izvrženega objekta (projektila) proti želenemu cilju v prostoru. Pomembna je pri gibalnih nalogah, kjer se zadeva cilj (tarča), ali pa tam, kjer je potrebno izvesti gibanje po natančno določeni tirnici (krivulji, trajektoriji) oz. ga izvesti v predpisani obliki.

Ločimo 2 pojavni obliki preciznosti. Pri sposobnosti zadevanja cilja z vodenim projektilom gre za to, da je prisotna stalna možnost nadzora, prilagajanja in korigiranja projektila proti želenemu cilju. Druga pojavna oblika je sposobnost zadevanja cilja z izvrženim projektilom. Pri tej situaciji gre za enkratno obdelavo informacij o oddaljenosti in smeri želenega cilja. Ko je projektil enkrat izvržen, na njegovo smer in hitrost ne moremo več vplivati; korekcijski programi torej niso možni.

Razvijanje preciznosti je zlasti izražena pri vajah, kje je potrebno z bekend ali forhend udarcem zadeti tarčo (gol, obroč), izvajati udarec tako, da žogica venomer pade v na tleh označeno polje ali voditi žogico na/z loparjem po v naprej določenem poligonu.

Psihološki in socialni vidik

Telesna aktivnost ima v vseh človekovih življenjskih obdobjih nenadomestljivo vlogo. Nujno je potrebna za normalen biološki, socialni in mentalni razvoj. Človeka varuje pred boleznimi in mu omogoča višjo kakovost življenja (Škof, Zabukovec, Cecič-Erpič in Boben, 2005).

Štiri temeljne naloge športa za razvoj mladih (Škof, Zabukovec, Cecič-Erpić in Boben, 2005):

- Razvoj psihomotorične učinkovitosti otrok. To pomeni skrb za razvoj motoričnih sposobnosti ter širjenje praktičnih in teoretičnih športnih znanj.
- Razvijanje pozitivne samopodobe otrok. Vsebine ponujajo številne priložnosti za krepitev samozaupanja, pozitivnih vrednot, motivacije in pozitivnih čustev učencev.
- Socializacija – socialni razvoj. Ob športnih aktivnostih učitelj uči in spodbuja pozitivno vedenje: moralnost, etičnost, spoštovanje nasprotnikov in različnosti, športno igro, itd.
- Skrb za kondicijo in zdravje. Ustrezne vsebine skrbijo za psihofizično stanje otrok in jim skušajo s pozitivnim odnosom do teh vsebin privzgojiti zdrav življenjski slog.

Socializacija in povezanost ljudi v skupine (tudi športne) je pomembna tako iz psihološkega kot iz vzgojnega vidika. Človek kot sestavni del družbe potrebuje za normalen razvoj okolje – družbo, kajti le-to mu omogoča komuniciranje z zunanjim svetom (Videmšek, Strah in Stančević, 2001).

Za mnoge postane socializacija npr. v športni klub, poleg šole najpomembnejši proces sprejemanja kulture neke družbe oz. kulture neke skupine. Vsak si seveda želi, da bi bil v novo okolje čim prej in čim bolje sprejet, kar seveda ni vedno enostavno (Doupona in Petrovič, 2000).

Pomemben vidik športa je, da mladim podaja mnogo namenov, ki jim v življenju pomagajo razviti interes za telesne aktivnosti kot pomemben del zdrave poti v življenju in kot izvir veselja in sprostitve (Doupona in Petrovič, 2000).

Ob nespornem dejstvu, da je mladost odločilna za oblikovanje podobe odrasle osebnosti, obstaja del te podobe, ki jo je mogoče oblikovati le s specifičnimi gibalnimi dejavnostmi. Znano pa je, da so današnji otroci podvrženi raznovrstnim aktivnostim (npr. računalnik, video igrice, televizija), ki z gibanjem nimajo nič skupnega. Nedvoumno je torej, da šport pozitivno vpliva na zdravje tistih, ki ga prakticirajo, in to ne le z vzgojnega vidika, temveč tudi z vidika prevzemanja zdravih življenjskih navad (Maučec Zakotnik, 2000).

Za otroke so športne dejavnosti pomembne tudi za njihov razvoj in rast ter za počutje v funkciji socialne kulturne reprodukcije. Tu pridobijo pomembne vrednote (na primer poštenje, lojalnost, fair play, vztrajnost, radodarnost, borbenost, premagovanje bolečine,...), ki jih kasneje lahko prenašajo na prihodnje generacije. Šport namreč ni

le razvoj tehnike gibanja in stila, ampak tudi razvoj načina in vsebine življenja (Ferletič, 2004).

Športna aktivnost pomaga otroku pri učenju spoznavanja sveta in pri učenju različnih vlog, ki jih otrok spoznava preko igre. Zato lahko rečemo, da je šport praviloma ustrezno socializacijsko okolje (Doupona in Petrović, 2000).

6.7 Rekviziti in podpora

Za izvajanje programa teniške olimpijade potrebujemo primeren prostor. To je lahko telovadnica, v primeru lepega vremena tudi zunanje šolsko igrišče. Potrebujemo naslednje rekvizite:

- teniški loparji (primerni za otroke),
- penaste žogice in mehke tenis žogice,
- mreža za mini tenis,
- obroči,
- stožci,
- klobučki,
- merilnik časa.

Drugo:

- AV tehnika za prikazovanje vsebin,
- pisala,
- obrazci za ekipe,
- diplome,
- nagrade (po potrebi).

V nadaljevanju pisanja diplomske naloge se bomo nekoliko boljše posvetili loparju ter opisu osnovnih dveh udarcev; forhend ter bekend.

Teniški lopar

Lopar je najvažnejši del opreme teniškega igralca. Pravi užitek je igrati s takšnim loparjem, ki je udoben in hkrati tudi najprimernejši za lasten stil igre. Na žalost pa še tako dober lopar ne more nadomestiti slabega gibanja, slabe tehnike in vsega tistega, kar naredi udarec dober. Rečemo lahko, da je vse dobro, kar je izvedeno pred trenutkom udarca, z dobrim loparjem še toliko boljše. V vsakem primeru je kvaliteten lopar veliko boljše izbira, kot pa da igramo s slabim loparjem, ki vsako najmanjšo napako samo še poslabša (Kambič, 2007).

Lastnosti teniškega loparja:

- ✓ čim boljša natančnost – kontrola,
- ✓ udobje za roko,
- ✓ hitrost.

Teniške loparje lahko razdelimo v tri skupine:

- za začetnike,
- za povprečne igralce,
- za tekmovalce.

Materiali, iz katerih so teniški loparji izdelani, so se skozi zgodovino spreminjali. Današnji so iz lahkih umetnih materialov (normalni ali otroški, trdi ali mehki, lahki ali težki ter s težiščem na strani ročaja ali glave).

Nekaj nasvetov pri izbiri loparja in velikosti ročaja loparja:

Lopar – izberemo otroškega. Ti so manjši, cenejši in predvsem lažji, saj bi prevelik lopar onemogočal izvedbo določenih udarcev. Pretežki loparji pa puščajo posledice predvsem zaradi vibracij, ki se prenašajo z loparja na roko (lahko privede do poškodb komolca in zapestja igralne roke). Loparji naj imajo večjo udarno površino, saj dopuščajo več napak – točka udarca.

Ročaj – velikosti so označene s celimi števili 1, 2, 3, 4 ali 5 ali z ulomkom $4 \frac{3}{8}$. Velikost ročaja mora biti primerna prijemu otroka (načeloma naj ostane med konci prstov in dlanjo nekaj malega prostora). Priporočljivo je, da je ročaj povit s posebno prevleko – grip, ki vpija znoj in varuje dlan pred žulji (Filipčič in Lorencon, 1996)

6.8 Organizacija in izvedba

Organizacija tekmovanja Teniška olimpijada se prične že pred začetkom novega šolskega leta na način, da vodja posameznega teniškega centra izbere primerne kandidate za izvedbo programa (najbolje, da so kandidati po izobrazbi najmanj teniški vaditelji).

Vodja predstavi koledar vseh treh tekmovanj za prihajajočo sezono; datumi in kraj dogodka so določeni vnaprej. Izbira kandidatov, njihovih nalog pa je prepuščena vodji tekmovanj.

Pred vsakim posameznim tekmovanjem je potrebno ponovno zbrati ekipo, ki bo na tekmovanju, natančno opisati potek dogajanja, razdeliti naloge med kandidate in jim dodeliti jasna navodila za izvedbo. Čas, ki je primeren, ni določen, priporočeno pa je, da se ekipa zbere najmanj en teden pred začetkom tekmovanja, saj imajo tako vsi udeleženi dovolj časa na ustrezno pripravo, odpravljanje morebitnih pomanjkljivosti ali prilagajanju glede na trenutno situacijo v zvezi z izvedbo dogodka.

Na dan tekmovanja je potrebna priprava na sam dogodek, ki naj se prične pred uradnim pričetkom tekmovanja. Čas za pripravo je odvisen od številnih dejavnikov, predvsem pa od usklajenosti ekipe. V času priprave je potrebno poskrbeti, da so na igrišču (teniškem, šolskem, ipd.) pripravljene vsi poligoni, da je ustrezno poskrbljeno za varnost vseh udeležencev dogodka, da so vsi kandidati, bodisi vodje ekip (pisalo in obrazec – imena in priimki vadečih ter rezultati tekmovalcev, diplome za tekmovalce / tekmovalke) ali sodnikov (pisalo, merilnik časa) ustrezno opremljeni.

Poleg vsega omenjenega je potrebno, da je vloga vodje tekmovanja, poleg uradnega voditelja / povezovalca programa, tudi koordiniranje in pomoč otrokom in spremljevalcem na in ob igrišču.

Ko se tekmovanje prične, je potrebno zbrati vse tekmovalce / tekmovalke, sodnike in vodje ekip na uvodni predstavitvi tekmovanja.

V uvodnem govoru najprej na kratko predstavimo sam projekt Teniška olimpijada tudi staršem, spremljevalcem in ostalim podpornikom njihovih ekip, ter urnik in kako naj bi potekalo tekmovanja. Sledi predstavitev posameznih ekip in svečana olimpijska prisega tekmovalcev ter vodij ekip in sodnikov.

Po zaprisedah sledi še razporejanje ekip po posameznih vadbenih postajah in s tem se tekmovanje tudi uradno prične.

Ekipe v krožnem sistemu menjavajo postaje, dokler ne opravijo vseh nalog.

Naloge vodij posameznih ekip:

- ✓ spodbujanje, motiviranje,
- ✓ razlaganje, svetovanje, po potrebi dodatno demonstriranje vaj,
- ✓ koordiniranje,
- ✓ določanje dodatnih vlog znotraj ekipe – vloga kapetana zaželjena,
- ✓ fair play.

Naloge sodnikov:

- ✓ razlaga in demonstracija posamezne vaje,
- ✓ merjenje časa, štetje, ocenjevanje, vrednotenje rezultatov,
- ✓ zapis rezultatov v obrazec,
- ✓ spodbujanje tekmovalcev / tekmovalk,
- ✓ fair play.

Ko vse sodelujoče ekipe opravijo z vsemi nalogami, sledi razglasitev rezultatov in podelitev priznanj. S podelitvijo se tekmovanje tudi uradno zaključi.

Ekipa, ki ima največje število posameznih zmag, na koncu osvoji 1. mesto, ostala mesta se izračunavajo po enaki formuli. Zmaga prinese 100 točk, vsa ostala mesta so ovrednotena z 80 točkami, s čimer poskrbimo za večjo izenačenost ekip. Po treh izvedenih olimpijadah dobimo končnega zmagovalca, ki ga razglasimo na dnevu slovenskega tenisa.

Priporočila za izvedbo tekmovanja:

- Fizično ločiti tekmovalni del od obiskovalcev, da se otroci lahko osredotočijo na potek tekmovanja.
- Izvedba spremljevalnega programa, ki vzporedno poteka s tekmovanjem: predstavitev uradnih sponzorjev tekmovanja – ponudba športne opreme in rekvizitov.
- Poskrbimo, da sta tekočina in okrepčilo (žitne tablice ipd.) na voljo udeležencem in udeleženkam tekmovanja.
- V času, ko sodniki pripravljajo uradne rezultate, je popestritev tekmovanja z zabavnim programom.

6.9 Usposabljanje izvajalcev

Samo usposabljanje izvajalcev ni potrebno. Je pa za izvajalce dosti lažje v primeru, da imajo primerno teniško izobrazbo (najmanj vaditelj tenisa). Vaje so tako znane, saj se dnevno uporabljajo v teniški praksi pri učenju vsebin, namenjenim najmlajši populaciji.

Glede na stopnjo zahtevnosti vaj, ki so določene v programu, načeloma zadostuje tudi univerzitetna ali visokošolska izobrazba na področju športa in ni nujno usmerjevalec ali usmerjevalka na športni smeri tenis.

Usposabljanje izvajalcev programa naj bi potekalo preko vodij tekmovanj na lokalni ravni. Vsak vodja programa posameznega teniškega kluba ima nalogo, da vaje, ki so zajete, predstavi svojim izvajalcem.

6.10 Trženje projekta

Kot izvajalci trženja lahko zavzamemo dva vidika. Prvi je naš vsakdanji; torej kot izvajalec, in sicer v tem primeru nekaj nudimo. Drugi pa je naš jutrišnji; kot uporabnik. Kot izvajalec lahko izpolnimo potrebo ali željo uporabnika, toda v tem primeru moramo vedeti, kaj uporabnik potrebuje ali kaj si želi (Šugman, 2006).

Projekt Teniška olimpijada je storitev, ki nudi uporabniku (otrokom) zadovoljevanje potreb po gibanju, igri in sprostitvi. S trženjem projekta ne gre prezreti tudi dejstva, ki je pridobivanje novih igralcev v klube, s katerimi poskrbimo, da bo vsako leto v klubih nova generacija otrok. Izkušnje kažejo, da imajo posamezni klubi v Sloveniji medgeneracijske luknje, kar posledično pomeni, da v določenih selekcijah igralci ne zastopajo svojih klubov (slika 6).

LESTVICA KLUBOV ZA LETO 2012
štev. točk v dnevah in najh. jakostnih točkah za leto 2012

klub	kategorija											mesec 2012	točk 2012	mesec 2011	točk 2011
	žani	članov	fantje 16	dekleta 16	fantje 16	dekleta 16	dečki 14	dekleta 14	dečki 12	dekleta 12	mesec				
ŽTKMB	5.924,1	2.742,0	5.822,0	3.493,0	4.336,9	2.398,0	3.898,8	6.130,0	9.448,0	3.019,0	455,0	1	45.470,4	1	49.562,0
TR-KR	854,0	1.138,2	1.297,0	2.377,1	1.290,4	2.781,0	7.696,9	6.447,3	1.111,0	4.275,0	1192,0	2	30.419,9	2	29.667,1
MAXLI	1.164,0	263,0	4.764,0	1.475,0	5.983,0	1.930,0	1.023,4	203,0	4.091,0	1.690,0		3	31.825,4	4	13.055,0
BR-MB	4.290,2	636,0	323,8	1.250,0	1.299,5	2.940,4	3.435,7	1.820,4	2.853,0	774,0	302,0	4	19.991,0	5	13.050,9
KOPER	901,0	172,0	135,9	75,5	182,1	241,6	939,9	2.038,2	1.101,0	5.015,0		5	10.856,3	9	9.346,2
ASLIT	692,0	90,0	1.006,2	273,0	952,1	940,3	4.701,9	1.132,8	1.085,0	10,0		6	10.717,3	3	15.882,0
LTC	20,0	2.127,0	562,0	768,7	1.935,7	1.434,6	53,0	1.740,0	894,0			7	9.535,0	7	10.750,5
TC-LJ	752,5	1.337,0	976,9	1.187,0	7,0	4.687,5	3,0	218,6		398,0		8	9.533,5	11	9.043,8
PTUJ	1.546,8	267,2	1.422,0	815,0	385,4	2.827,4	2.267,7	70,5	508,0	3,0		9	9.493,0	6	10.755,4
OTOČJE	301,2	30,0	25,0	99,0	1.258,0	826,0	1.043,0	3.144,6	524,0	797,0		10	8.437,8	8	10.479,4
PROTEN	614,0	27,0	536,9	124,0	174,2	293,1	1.802,9	475,1	114,0	3.770,0		11	7.921,2	54	273,0
RADOV	435,0	776,0	569,0	608,6	967,0	542,5	32,4	1.048,7	98,0	2.545,0		12	7.641,7	18	5.552,7
STRAŽ	230,0	230,0	684,0	1.912,0	1.961,0	2.200,0						13	7.207,0	16	5.839,4
CELJE	893,0	109,0		3,4	332,3	167,0	1.949,7	981,1	289,0	2.128,0		14	6.752,7	12	7.251,1
SL-LJ	2.993,0	360,0	890,0	1.247,0	32,0	270,0	32,0		6,0		864,0	15	6.294,0	10	9.221,7
BENČ	985,0	1.767,0	436,7	1.484,0	1.248,2	339,0			8,0			16	5.647,9	13	7.232,9
MIMA		466,0	9,0	51,0	444,7	293,0	2.335,2	901,6	78,0	103,0	816,0	17	5.437,5	17	5.684,3
DOMŽA	42,0	380,0	4,0	1.221,4	26,7	1.010,0	186,7	534,1	746,0	1.115,0		18	5.264,9	22	4.772,6
ŠTKVE	120,0	335,0			486,0	45,0	855,3	130,2	2.376,0	610,0		19	4.957,7	24	3.479,1
MEDVO	164,0	2.772,2		1.279,0	12,6	48,0		172,7	380,0	270,0		20	4.898,5	30	2.416,5
ŠPIRUS	3,0	225,0	42,3				304,0	537,4	351,0	2.783,0		21	4.245,7	35	1.730,7
IDRIJ	20,0			80,0	124,9	564,0	806,3	1.891,2	26,0			22	3.632,4	14	7.343,0
MORJE	18		179,3	118,5		520,0	2,8	1.610,0	412,0	753,0		23	3.615,0		
ZKLUB	45,0		356,0		1.377,6	83,9	399,7		737,0			24	3.199,2	19	5.459,1
KRŠKO	700,0	9,0	1.311,0		935,0		22,4	17,0	96,0	232,0		25	2.997,4	26	2.839,4
NATKA		317,7	116,9	930,0	131,4	1.440,0		24,9				26	2.960,9	27	2.776,8
TRIAM	1.825,4					51,0	130,5	59,0	930,0			27	2.795,9	25	3.381,2
TOPTE	33,5	734,0	9,0	1.016,0	6,0	990,0						28	2.768,3	21	5.053,4
MAJA		988,0		438,0		388,0		604,5	329,0	11,0		29	2.746,5	29	2.470,4
IGOR	12,0						296,9	2,8	1.869,0	392,0		30	2.571,9	51	726,5
BREBR	2.111,0											31	2.111,0	47	1.043,0
TALOS		537,7		465,0		444,3		147,0	32,0	283,0	166,0	32	2.075,0	15	6.267,3

Slika 6. Lestvica klubov za leto 2012.

Z uspešnim trženjem projekta, bi klubi poskrbeli, da bi njihovi igralci in igralke vsako leto nastopali v vseh kategorijah (od kategorije do 12 let naprej do članov).

Trženje projekta Teniška olimpijada bi po našem mnenju lahko izpeljali na dva načina. Prvi način je seznanitev vseh slovenskih teniških klubov z omenjenim projektom. Naloga klubov je, da na svoji lokalni ravni poskrbijo za predstavitev projekta na bližnjih osnovnih šolah, kjer si kasneje lahko ustvarijo veliko bazo potencialno zainteresiranih otrok za igranje tenisa – kritična masa. Med klubi bi moral veljati dogovor, kdo »sme« pokriti določene osnovne šole in tržiti projekt. Pri trženju projekta so vpleteni seveda tudi pokrovitelji, ki lahko bistveno pripomorejo k trženju s finančno, materialno in drugo podporo. Navsezadnje imajo pokrovitelji edinstveno priložnost, da se predstavijo tudi tistim, ki se v kasnejši fazi morda ne bodo ukvarjali s tenisom profesionalno, temveč le ljubiteljsko in tako povečajo svoj tržni delež.

Drugi način bi bil v sodelovanju z zavodom ŠKL – projekt šport, kjer trenutno preko 110 ekip osnovnih in srednjih šol tekmuje v štirih športih: košarka, nogomet in odbojka ter za najmlajše osnovnošolce med dvema ognjema. K slednjemu bi lahko dodali še teniško olimpijado. Glede na to, da je projekt kvalitetno zastavljen in kjer je kritične mase dovolj, se pravzaprav ne bi bilo potrebno preveč ukvarjati s trženjem.

7 DOSEDANJE IZKUŠNJE

Dosedanje izkušnje so pokazale, da je projekt smiselno vključiti v program delovanja TZS, saj se je izkazalo, da je približevanje in širjenje popularnosti tenisa preko teniške olimpijade uspešno. Uporabiti je potrebno prave koncepte.

Po uvodnem letu vpeljevanja programa in izvedbi vseh treh načrtovanih olimpijad, so v nadaljevanju sprejele projekt Teniška olimpijada še nekatere druge osnovne šole (Bičevje, Oskar Kovačič, Trnovo...). Toda po letu dni delovanja programa, so se pri vodilnih možeh teniških klubov že pričela porajati vprašanja o smiselnosti izvajanja programa, saj po koncu programa in s pričetkom vpisovanja otrok v teniške klube ni bilo pričakovanih rezultatov. Vpis otrok je bil enostavno premajhen glede na finančni vložek v projekt (financiranje vaditeljev in vsi stroški, ki so nastajali pri organizaciji in izvedbi vseh treh olimpijad).

Teniška olimpijada v trenutno ni v polnem zagonu, to je jasno. Namesto, da bi se odvijale na regionalnih ali celo nacionalnih nivojih, se odvijajo le na klubskih nivojih in so interne narave. Otroci tekmujejo na klubskem nivoju, kar pa ni dobro za konkurenčnost bodočih teniških igralcev in igralk. Potrebno je zagotoviti, da bi vsi otroci osnovnih šol cele Slovenije lahko tekmovali na istem nivoju in med seboj. Sem mnenja, da bi se lahko zgledovali po projektu ONŠ – otroška nogometna šola, ki s svojim delovanjem na slovenskem prostoru in s svojo množičnostjo, ne potrebuje posebne predstavitve.

Trenutno pereča problematika slovenskih teniških klubov, zaradi finančne krize in nasploh slabšega blagostanja slovenskega prebivalstva, je »zadrževanje« otrok v klubih. Zneski za sodelovanje na teniških treningih so visoki in starši (v vse večjem številu) niso več zmožni plačevati finančnih obveznosti. Na drugi strani so pri vpisovanju novih otrok zopet finančne omejitve, ki že v samem začetku potencialne »stranke« odvrnejo od vpisovanja otrok v klube.

Danes, v letu 2013, se program teniške olimpijade izvaja na sledečih klubih: TK Šport plus, TK Jaki šport, TK Portovald, TK Koper. Število klubov je izdatno manjše kot je bilo sprva pričakovati. Po besedah glavnih akterjev, ki vseeno izvajajo program na svojih klubih, je ideja zaživela in je več kot uspešna. Služi kot dodatna ponudba klubskim igralcem, otrokom iz bližnjih šol in vrtcev kot tudi mlajšim rekreativcem. Teniška olimpijada je prijeten družaben dogodek, kjer se družijo vse generacije in dodatno zblizujejo otroke, starše ter trenerje.

8 RAZPRAVA

Velik pomen gre pripisati teniški olimpijadi kot športnemu tekmovanju za telesno in duševno zdravje. Splošno znano je, da vsakodnevna telesna aktivnost pripomore k boljši kvaliteti življenja, počutju, ugodno vpliva na srčno-žilni sistem in ima velik pomen za zdrav življenjski slog, ki je primarni namen projekta.

Teniška olimpijada je ambiciozno zastavljen projekt, ki je leta 2009 (19. januarja) zaživel na igriščih Max tenis kluba. Odziv otrok in staršev je bil nad pričakovanji – udeležilo se ga je preko 100 otrok iz 10 različnih šol. Največja udeležba je bila vedno na 3. teniški olimpijadi, ki je bila izvedena sočasno z enim izmed večjih teniških dogodkov, in sicer na dan Slovenskega tenisa, kjer se vsako leto zbere največ teniških navdušencev. Odzivi ljudi, ki so bili udeleženi na tekmovanju, so bili venomer pozitivni. To lahko potrdim iz lastnih izkušenj, saj sem nekaj let vodil projekt na Osnovni šoli Vič in sem bil kot spremljevalec /vodja vseh dosedanjih ekip, udeležen na vseh olimpijadah, ki so se v teh letih zvrstile.

Glede na to, da je vadba v klubih iz finančnega vidika težje dostopna, velja omeniti, da je teniška olimpijada pripomogla k predstavitvi tenisa širši javnosti, saj v začetku praktično ni finančnega vložka in starši v veliki meri vpisujejo otroke v program. Z organizacijo teniških olimpijad, klubi sočasno poskrbijo tudi za lastno promocijo, predstavitev programov in športa na splošno. Cilj o širjenju popularizacije tenisa je bil izpolnjen.

Nekoliko presenetljiv podatek je morda odstotek udeležencev projekta na učnih urah (OŠ Vič), odstotek udeležencev na tekmovanjih in kasneje odstotek otrok, ki se dejansko odločijo nadaljevati s tenisom v klubu. Zanimivo je dejstvo, da je vsako uro, ko poteka teniška olimpijada, na uri prisotnih preko dvajset otrok. Od teh dvajsetih otrok se kasneje slaba polovica otrok odloči, da se udeleži tekmovanja. Največkrat je razlog za neudeležbo plačilo za udeležbo na tekmovanju. Število otrok, ki se odloči, da bodo s tenisom nadaljevali na klubskem nivoju, je v povprečju največ dva otroka na sezono. V klubih se zato sprašujejo ali ima smisel nadaljevati z zgodbo glede na vložena sredstva za izvajanje programa (plačilo trenerja), če je na drugi strani prihod novih igralcev, glede na kritično maso tako nizek. Morda bi bilo smiselno z boljšim trženjem projekta zagotoviti dodatna finančna sredstva, ki bi ostalim otrokom s sofinanciranjem prijavnin dali možnost videti, za kakšne vrste športno-družabni dogodek gre in si s tem povečati možnost za zagotavljanje večjega števila potencialnih novih teniških igralcev in igralk. Cilj pridobivanja večjega števila novih igralcev in igralk v tem primeru ni bil izpolnjen v celoti.

9 SKLEP

V diplomskem delu z naslovom Vključevanje otrok prve triade OŠ v projekt Teniška olimpijada smo predstavili idejo o tekmovanju ljubljanskih osnovnošolskih otrok v tenisu. Otroci se spoznavajo z osnovnimi teniški gibanji, rokovanjem z loparjem ter najbolj pogosto uporabljenima udarcema v teniški igri in sicer z udarcema forhend in bekend.

Namen diplomskega dela je predstavitev projekta Teniška olimpijada, kot projekta, ki lahko pripomore k večjemu odstotku športno aktivnih otrok, promocija tenisa in širjenje športne ponudbe v času OPB (oddelki podaljšanega bivanja) na osnovnih šolah ter iskanje talentiranih mladih teniških igralcev in igralk.

V diplomskem delu smo uporabili deskriptivno metodo dela, kjer smo si pomagali z domačimi in tujimi viri iz različnih medijev ter z lastnimi izkušnjami.

Zakaj izbrati program Teniška olimpijada? Ker je enostavno, zabavno, zdravo ter socializacijsko orodje in cenovno dostopno. Razlogov za je še mnogo več. Z zdravstvenega vidika ne moremo govoriti, da ima program pomanjkljivosti, vsekakor pa jih ima z drugih vidikov.

Kar se tiče metodike učenja vaj in izbira le-teh bi morda bilo smiselno, da bi se nekatere vaje dopolnile ali pa celo zamenjale. Vaje, kjer se vadeči učijo osnov tehničnih prvin udarcev, kot sta forhend in bekend, morda ne bi bile primerne za uvajanje določenih sprememb. Vaje, ki vsebujejo elemente motoričnih sposobnosti otrok (poligoni ipd.), bi po mojem mnenju lahko razširili oziroma dodatno obogatili z uporabo različnih rekvizitov, kot so:

- koordinacijska lestev,
- modificirane zapreke,
- kolebnice,
- različne oblike in velikosti žog,
- ipd.

Vsekakor je premalo število šol, ki so vključene v program. Menim, da bi morala TZS ponovno poslati vsem teniškim klubom in njihov direktorjem navodila za vpeljevanje programa na osnovne šole. Obvezno bi bilo potrebno določiti koordinatorja, ki bi povezoval klube (preverjanje o sodelovanju med posameznimi klubi in osnovnimi šolami, obveščanje klubov o koledarju tekmovanj, priprava poročil s tekmovanj in

njihova objava na spletnih straneh klubov ter šol tudi na spletnih straneh TZS, ipd.). Enostavno ne vidim boljše možnosti s spoznavanjem teniške igre v zgodnji fazi otroštva in pod takšnimi finančnimi pogoji (strošek uporabe telovadnic je pokrit s strani občin, strošek plačila vaditeljem / trenerjem je na strani klubov, minimalni prispevek staršev je le ob participaciji na samem tekmovanju).

Zanimalo nas je zakaj se otroci po končanem programu ne odločijo, da svoje znanje nadgradijo na klubskem nivoju. Predvidevamo, da je najpogostejši razlog za to denar. Moramo se zavedati, da so se otroci udeleževali projekta z minimalnim finančnim vložkom. Da so otroci lahko sodelovali na tekmovanjih, so morali plačati letno članarino klubu in enkratno participacijo na vsaki teniški olimpijadi, ki so se je udeležili. Skupni strošek za starše je tako na letni ravni znašal nekaj deset evrov. Zavedati se moramo, da ti zneski niti približno niso na ravni finančnih obveznosti, ki jih imajo starši v primeru, da se njihov otrok kasneje udeleži različnih teniških programov, ki potekajo pod okriljem teniških klubov. Če k temu dodamo še slabo finančno, gospodarsko stanje slehernega slovenskega gospodinjstva, je naš odgovor k našim tezam v veliki večini pritrđen.

Ne glede na vse sem trdno prepričan, da je projekt Teniška olimpijada potrebno ponovno vzpostaviti, če ne v vseh, vsaj v večini ljubljanskih šol (seveda ne gre spregledati tudi ostalih regij po Sloveniji). S korektnim delom, odnosom in pozitivnim širjenjem popularnosti tenisa lahko na dolgi rok predpostavljamo, da se bo število otrok, ki se bodo odločili za učenje tenisa tudi na klubski ravni začelo povečevati. Enako velja za vse ostale slovenske regije, če želimo, da Teniška olimpijada doseže svoj namen in to je povečanje števila gibalno aktivnih otrok, popularizacija tenisa in večje število teniških igralcev in igralk, ki bodo pripomogli k večji konkurenčnosti in dvignili nivo tenisa v Sloveniji na stopničko višje.

Sem mnenja, da bi morali klubi, ki so poizkušali z organizacijo teniških olimpijad, z zgodbo nadaljevati. Če ne drugega je teniška olimpijada še en razlog več, da klub zapolni proste termine, ki so največkrat ob vikendih, v smislu kot so: turnirji vseh selekcij, teniški sateliti, počitniški programi, idr. . S pravilnim pristopom, organizacijo, trženjem projekta je lahko teniška olimpijada primeren vir dohodka vseh teniških klubov.

10 LITERATURA

- Brown, J. (1997). *Kako obvladati tenis po korakih*. Ljubljana: Gazeta, Pirc in ostali. *Ciciban planinec* (b. d.). Pridobljeno iz <http://mk.pzs.si/vsebina.php?pid=106>
- Doupona, M. in Petrović, K. (2000). *Šport in družba: sociološki vidiki*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Ferletič, V. (2004). *Vloga nogometa pri socializaciji otrok in mladostnikov*. Diplomsko delo. Fakulteta za šport, Ljubljana.
- Filipčič, A. (1996). *Evalvacija tekmovalne in potencialne uspešnosti mladih teniških igralcev*. Doktorska disertacija, Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Filipčič, A. in Lorencon, R. (1996). *Otroci in tenis*. Ljubljana: Maya
- Filipčič, A. (1999). *Tenis. Učenje*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Filipčič, A. (2000). *Tenis. Tehnika in taktika*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Filipčič, A. (2002). *Tenis. Treniranje*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Filipčič, A. *Metodika razvoja teniške igre*. Pridobljeno iz http://www.aftennis.si/files/predavanja/igre_z_loparji/2010_metodika_razvoja_teniske_igre.pdf
- Jambrešič, M. (2003). *Analiza športnega programa ABC za otroke od drugega do devetega leta starosti*. Diplomsko delo. Fakulteta za šport, Ljubljana.
- Kaj je Teddy tennis?* (b. d.). Pridobljeno iz http://www.teddytennis.si/TEDDYTENNIS,,kaj_je_teddy/teddy_tennis_splosno.htm
- Kambič, K. (2007). *Izbira loparja kot sredstva za izboljšanje uspešnosti teniške igralke*. Diplomsko delo, Univ. Maribor, Fak. za organizacijske vede. Pridobljeno iz <http://diplome.fov.uni-mb.si/vis/12937Kambic.pdf>
- Kovač M. in Novak. D. (2011). *Učni načrt. Program osnovnošolskega izobraževanja šola. Športna vzgoja*. Pridobljeno iz <http://www.mss.gov.si/fileadmin/mss.gov.si/pageuploads/podrocje/os/devetletka/pr...>
- Kušer, M. (2011). *Primerjava rezultatov motoričnih testiranj reprezentantov in ostalih igralcev TZS*. Diplomsko delo, Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Lasan, M. (1996). *Fiziologija športa - harmonija med delovanjem in mirovanjem*. Ljubljana : Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- Maučec Zakotnik, J. (2000). *Telesna dejavnost, prehrana in regulacija telesne teže*. V J. Turk (ur.), *Lepota gibanja – tudi za zdravje* (str. 40–55). Ljubljana: Društvo za zdravje srca in ožilja Slovenije.
- O programu naučimo se plavati* (b.d.). Pridobljeno iz http://www.sportmladih.net/programi_som/naucimo_se_plavati
- Otrok med vplivi sodobnega življenjskega sloga – gibalne sposobnosti, telesne značilnosti in zdravstveni status slovenskih otrok: končno poročilo (2008). Pridobljeno iz <http://www.mizs.gov.si/fileadmin/mizs.gov.si/pageuploads/>

podrocje/razvoj_solstva/crp/2008/crp_V5_0232_porocilo.pdf

- Pistotnik, B. (2003). *Osnove gibanja: [osnove gibalne izobrazbe]: gibalne sposobnosti in osnovna sredstva za njihov razvoj v športni praksi*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Pistotnik, B. (2011). *Osnove gibanja v športu: osnove gibalne izobrazbe*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Škof, B., Zabukovec, V., Cecić Erpič, S. in Boben, D. (2005). *Pedagoško-psihološki vidiki športne vzgoje*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Športni program Zlati sonček (b.d.). Pridobljeno s http://www.sportmladih.net/programi_som/zlati_soncek
- Šugman, R. (2006). *Športni menedžment*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Videmšek, M., Strah, N. in Stančevič, B. (2001). *Igrajmo se skupaj: program športnih dejavnosti za otroke in starše*. Ljubljana: Fakulteta za šport.
- Videmšek, M., Berdajs, P. in Karpljuk, D. (2003). *Mali športnik*. Ljubljana: Fakulteta za šport.