

**Petar Barbaros-Tudor**  
**Branka Matković**

## **TENIS IGRAONICE KAO NAJSUVREMENIJI SUSTAV PODUKE DJECE PREDŠKOLSKE DOBI**

### **1. UVOD**

Tendencija sve ranijeg uključivanja djece u sport neminovno dovodi do modifikacije programa u smislu utilitarnijeg djelovanja na najmlađe u najširem smislu. Jedan od takvih programa predstavljaju i tenis igraonice koje se odnose na rad s djecom dobi 4-7g.

Velika dinamika modernog života (sve manje prirodne okoline kao i ubrzani tehnološki razvoj) ne utječu samo na manjak kretanja, socijalizacije i boravka u prirodnoj okolini kod odraslih već se to prenosi i na djecu (najmlađe). Isključivo iz tog razloga cilj je današnjeg sporta i sportske rekreacije sve ranije uključivanje djece u razne aktivnosti kako bi zadovoljili njihovu biološku potrebu za kretanjem, igrom, zabavom i socijalizacijom. Sve ranije uključivanje djece u spomenute aktivnosti dovelo je do prilagodbe programa koji su danas od velikog značaja za cjelokupan psihofizički razvoj djeteta.

Programi sportskih igraonica, pa tako i tenis igraonica danas su programi koji se koriste u radu s najmlađima te im omogućuju da kroz igru i zabavu primarno pozitivno utječu na zdravlje te skladan razvoj, primarno bazičnih motoričkih sposobnosti, a potom da se i postupno upoznaju s osnovama pojedinog sporta.

### **2. CILJ I RASPRAVA**

Cilj ovoga rada je ukazati na važnost nastanka tenis igraonica, te iznijeti činjenice koje potvrđuju kako one danas predstavljaju najsvremeniju i najprimjereniju metodu pouke djece predškolske dobi.

Zašto tenis igraonice?

Sve ranije uključivanje djece u sportske aktivnosti dovelo je do raznih problema vezanih uz način rada s najmlađima. Rješavanje tih problema zahtijevalo je određeno vrijeme potrebno da se tradicionalni pristupi učenja prilagode pristupu koji bi bio primjereniji u radu s najmlađima. To dovodi do razvoja i upotrebe suvremenijih metoda i načina rada koji svojom postupnom primjenom u praksi (kroz nastanak tenis igraonica) utječu na postizanje sve boljih rezultata u radu s najmlađima.

Sve ranije uključivanje djece u tenis nije rezultiralo istodobnim prilagodbom sadržaja, sredstava i rekvizita najmlađima te dolazi do toga da se djeca mlađe dobi često suočavaju s (problemima) poteškoćama vezanim uz:

- prevelik teren
- prevelik i pretežak reket
- mreža je previsoka u odnosu na tjelesnu visinu djece
- loptica je pretvrda i preteška te visoko odskače (većinu udaraca djeca moraju izvoditi u visini ramena i glave)
- prvo se uči struktura teniske tehnike, a potom nastupa igra (djeci takav pristup brzo dosadi).

Stoga se može reći da današnje tenis igraonice nose mnoštvo pozitivnog. Njihova primjena uklanja poteškoće koje su bile prisutne prilikom primjene tradicionalnog pristupa učenja tenisa te omogućava lakše svladavanje motoričkih problema. Pozitivnosti tenis igraonica ne odnose se samo na primjenu adekvatnih sadržaja već i na postizanje veće efikasnosti i utiliteta putem primjene adekvatnih rekvizita koji su prilagođeni najmlađima, a odnose se na:

- male (mini) tenis reketi (kratki- dječji reketi od laganog materijala, mekano našpanani radi lakšeg odbijanja loptice)
- mala tenis igrališta (mogu biti napravljena unutar: dvorane, vanjskog betonskog nogometnog, košarkaškog ili rukometnog igrališta)
- male teniske mreže podesive s obzirom na tjelesnu visinu djece (za mini tenis igrališta)
- mekše i lakše loptice sa slabijim odskokom (spužvaste loptice raznih veličina, tenis loptice za djecu, mogu poslužiti i starije loptice koje imaju niži odskok...)
- čunjevi, kutije, košara za tenis lopte, obruči, vijače, ljepljiva traka za označavanje igrališta...

Osim primarnog pozitivnog utjecaja na zdravlje te cjelokupan i skladan razvoj djeteta, evidentno je da teniske igraonice kao novi pristup rada s djecom dobi 4-7g. pogoduju paralelnom postizanju dva cilja:

- 1) Razvoju motoričkih sposobnosti,
- 2) Razvoju specifičnih motoričkih znanja - upoznavanje s osnovama teniske tehnike

Razvoj motoričkih sposobnosti i specifičnih motoričkih znanja teče paralelno i međuzavisan je. Usavršavanje bazičnih motoričkih sposobnosti stvara zdravu osnovu za usvajanje novih motoričkih znanja osnovne tehnike tenis igre. Međutim, isto je prisutno i u suprotnom smjeru, tj. sadržaji koji služe i primjenjuju se prilikom svladavanja (usvajanja) specifičnih motoričkih znanja pozitivno utječu i na razvoj specifične i bazične motorike djece.

Kako bi se što lakše ostvarili navedeni ciljevi potrebno je:

- primijeniti adekvatne vježbe i sadržaje
- primjerene rekvizite
- koristiti adekvatne metode rada
- upotrebljavati optimalna opterećenja
- koristiti igru i zabavu kao osnovno sredstvo rada (umjesto da program predstavlja aktivnost koja se temelji na utilizaciji u tenis igraonici «igra» je temeljni pristup učenja)
- odabrati kvalitetan i stručan kadar – jer provedba svega navedenog u velikoj mjeri ovisi o stručnosti i kreativnosti učitelja (pedagoga).

Uzme li se u obzir da su prethodni uvjeti zadovoljeni potrebno je obratiti pažnju na trajanje vježbanja unutar igraonice. Budući da se radi o izuzetno mladoj populaciji (4-7g.) poželjno je da se kreće između 30min-45min.

Primjer:

Dijelovi sata:	Uzrast 4-5g.	Uzrast 6-7g.
	Primjer sata 30 min	Primjer sata 45 min
uvodni dio	8 min	10 min
glavni dio	17 min	28 min
završni dio	5 min	7 min

- uvodni dio sata- odnosi se na vježbe koje dovode organizam u stanje spremnosti za glavni dio sata ( ponavljanje vježbi privikavanja na lopticu i reket, razne igre hvatalice (lovice), štafete, poligoni te primjena kompleksnih vježbi)
- glavni dio sata- u glavnom dijelu sata upotrebljavaju se vježbe koje su usmjerene ka postupnom svladavanju (usvajanju) osnovne tehnike tenisa – osnovnog stava, bočnih pozicija, forhanda, backhanda, servisa, forhand voeja, backhand voleja, smeša, a postupnim usvajanjem tih motoričkih znanja utječemo na razvoj koordinacije, brzine reakcije, agilnosti...
- završni dio sata- u tom dijelu sata prevladavaju vježbe usmjerene na smirivanje organizma (npr: gađanje nekog cilja guranjem ili odbijanjem)

Sve navedeno upućuje kako tenis igraonice kreću upravo od onih kojima su namijenjene. Kreću od potreba najmlađih te prilagodbom svojih sredstava, vježbi, sadržaja, metoda rada, odabirom adekvatnih opterećenja te odabirom kvalitetnog stručnog i kreativnog kadra (učitelja- pedagoga) djeluju na postizanje sve veće efikasnosti u radu s djecom dobi 4-7g. Pojavom tenis igraonica unaprijeđeno je i olakšano usvajanje bazičnih motoričkih sposobnosti i usvajanje specifičnih motoričkih znanja, što je najmlađima osiguralo brže i jednostavnije upoznavanje s tenisom. Uzme li se u obzir da teniska aktivnost provođenjem sadržaja kroz igru i zabavu počinje predstavljati pravi užitak za najmlađe, tada se može reći da su se potvrdila kao najefikasniji oblik rada s najmlađima.

### 3. ZAKLJUČAK

Danas u svijetu postoji mnoštvo tenis igraonica, a njihovo brzo širenje je dokaz kvalitete. Ta kvaliteta očituje se kroz jednostavnost i pristupačnost sadržaja koji se primjenjuju u radu s najmlađima a usmjereni su primarno na:

- zadovoljenje osnovnih potreba za kretanjem i igrom,
- razvoj bazičnih motoričkih sposobnosti najmlađih,
- stvaranje kvalitetne baze za usvajanje specifičnih motoričkih znanja,
- zadovoljenje potrebe za grupnom identifikacijom (koja uveliko ubrzava proces socijalizacije),
- uključivanje što većeg broja najmlađih u taj sport,
- što ranija identifikacija talenata

Uzmemo li u obzir to da je poželjno razvijati motoričke sposobnosti djece dobi 4-7g. doći ćemo do zaključka da primjenom tenis igraonica možemo značajno utjecati na razvoj bazičnih motoričkih sposobnosti najmlađih. Upravo razvoj tih bazičnih motoričkih sposobnosti kod djece najmlađe dobi stvara kvalitetnu bazu za svladavanje specifičnih motoričkih znanja tenisa i drugih sportova. Učenje osnovne tehnike prije razvoja bazične motorike (tradicionalni pristup učenja) ne samo da je pogrešan već može biti i kontraproduktivan. Stoga doprinos tenis igraonica i njenog pristupa da djeca kroz igru i zabavu primarno razviju svoje bazične motoričke sposobnosti, kako bi time stvorili idealne preduvjete za skladan psihofizički razvoj

i uspješnije usvajanje novih motoričkih znanja (ne samo tenisa već i drugih sportova), ne samo da ima značajno mjesto u radu s najmlađima, već takav način rada danas postaje isključivi princip rada s najmlađima.

#### **4. LITERATURA**

1. Barbaros- Tudor, P., Bosnar, K., Matković, B.: Relacije samoprocjena i procjena od strane drugih, osobina i ličnosti teniskih učitelja i trenera. HŠMV 2000;15(1-2): 19-28.
2. Barbaros- Tudor, P.: Perception of health benefit in sport engagement of professional players. CESS. Sport for all-health-tourism. Zbornik radova. Poreč 2001.
3. Burcar, Ž. (1999). Uvod u metodiku poduke i treninga tenisa. Zagreb: BUR-CAR d.o.o.
4. International Tennis Federation (1998): ITF School Tennis Initiative: Teachers Manual, printed in Canada.
5. ITF.(1995): ITF School Tennis Initiative. ITF.London.
6. ITF. (1995): ITF Development programme.ITF.London.
7. LTA.(1998): Lesson plans for starter tennis.LTA.
8. Matković, B., Matković, BR., Barbaros- Tudor, P.: Analiza opterećenja u tenisu. 10.ljetna škola pedagoga fizičke kulture. Zbornik radova. Poreč 2001.
9. Nadali, N. (1976). Tenis. Zagreb: Grafocommerce.

