

Stručni rad

PADEL TENIS

Tejo Torej,
Osnovna škola Karla Destovnika Kajuha Šoštanj

Sažetak

U članku opisujem Padel tenis kao sportsku disciplinu. Ukratko predstavljam njegovu povijest i razvoj, značajke, opremu odnosno rekvizite koji su nam potrebni za igru te igrališta po Sloveniji. Ovim člankom želim predstaviti sportskim pedagogima jednu sportsku disciplinu koja postaje sve popularnija među sportašima, a prikladna je kako za rekreativni tako i za profesionalni sport.

Ključne riječi: padel (padel tenis), organiziranost, rekreativni sport, profesionalni sport, povijest igre, pravila igre, teren, reket, loptica

1. UVOD

Zahvaljujući ulozi u formalnom i neformalnom obrazovanju, sport razvija i prenosi neprocjenjive vrijednosti koje pridonose razvoju znanja, motivacije, vještina i spremnosti za ulaganje vlastitog truda. Međutim, razdoblje koje pojedinac provede u školi mora donijeti više obrazovnih i zdravstvenih dobrobiti, koje je potrebno ojačati [1]. Sport i tjelesni odgoj moraju u pojedincu potaknuti potrebu za aktivnošću. To, međutim, zahtijeva odstupanje od tradicionalnih nastavnih planova i programa. U ovom kontekstu mladima trebamo ponuditi raznolike i zanimljive sadržaje koji će ih inspirirati za sport i kretanje općenito. Padel, novi sport koji predstavljamo, svakako je korak u pravom smjeru.

Padel je najbrže rastući sport s reketom. Obično se igra u parovima. Prednost ove discipline prvenstveno se ogleda u činjenici da u igri možete uživati praktički bez ikakvog predznanja. Predstavlja zabavnu igru koja se lako uči. Pravila su uspostavljena početkom 1970-ih, a Međunarodni Padel savez osnovan je 1991. godine. Igra se na terenu dimenzija 10×20 metara s mrežom u sredini, za četvrtinu manjom od one koja se nalazi na terenu za tenis. Za razliku od tenisa, koriste se zidovi, kao u squashu. Oko terena se proteže 3 metra visok, obično stakleni zid, a iznad njega nalazi se 1 metar visoka žičana mreža. Padel je sport koji kombinira akciju sa zabavom i društvenom interakcijom. Predstavlja izvrstan sport za igrače svih dobi i vještina jer ga je brzo i lako svladati. Većina igrača svlada osnove igre unutar prvog polusatnog igranja, tako da vrlo brzo nastavi s igrom. U Padel igri ne stavlja se naglasak na snagu, tehniku i servis kao što je to slučaj u tenisu. Stoga je ovo idealna igra za zajedničko natjecanje muškaraca, žena i omladine. Usklađivanje je važna vještina jer se bodovi više stječu strategijom nego pukom snagom.

2. POVIJESNI RAZVOJ PADEL TENISA

Padel tenis, poznat i kao Padel ili Paddle, potječe iz manje popularne inačice dvoranskog tenisa (tenisa na zatvorenom terenu) pod nazivom Platform Tennis. Izumitelj Padel tenisa je čovjek po imenu Enrique Corcuera, koji je 1969. godine odlučio prilagoditi svoj teren za squash elementima platformskog odnosno dvoranskog tenisa. Zahvaljujući prilagodbi terena u svom domu (Acapulco/Meksiko), stvorio je takozvani "Paddle Corcuera". Enriqueov prijatelj Alfonso of Hohenlohe-Langenburg, porijeklom iz Španjolske, isprobao je ovaj novi izum u Enriqueovom domu. Bio je oduševljen novom vrstom igre, te je odlučio napraviti prva dva Padel terena u španjolskom teniskom klubu (Marbella) 1974. godine. Kako bi igra bila konkurentnija, Alfonso je uključio neke modifikacije Enriqueovog izvornog dizajna. Tako je nastala nova igra koja je u sljedećih 20 godina stekla mnoge oduševljene sljedbenike u Španjolskoj. U međuvremenu, odnosno 1975. godine Julio Menditeguy, argentinski član Alfonsovog teniskog kluba u Marbelli, osjetio je isti entuzijazam i odlučio uvesti ovaj sport u Argentinu. [2]. Od razdoblja izgradnje prvih terena u Španjolskoj trebalo je gotovo 25 godina da se ova igra proširi diljem Španjolske. Konačno, početkom 2000-ih više od 500 padel klubova i mnogi španjolski hoteli već su bili uključeni u sportske aktivnosti na padel terenima. Tijekom 2005. godine Padel je već bio dobro etabliran u Španjolskoj uz više od 1000 klubova. Tada su najeminentniji Padel savezi odlučili zajednički osnovati međunarodno prvenstvo koje bi se u potpunosti održavalo u Španjolskoj. Bio je to početak Padel Pro Toura koji je trajao do 2012. godine.

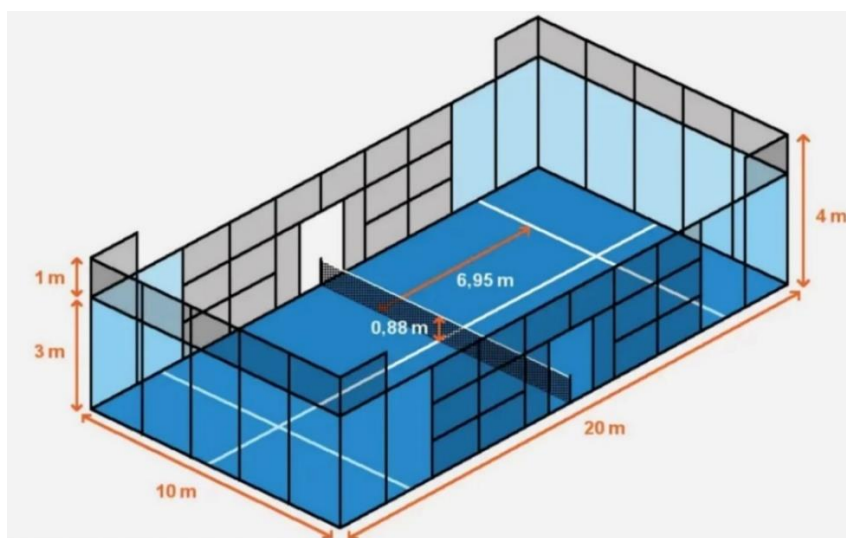
Od 2010. godine ovaj sport kontinuirano raste i cvjeta u cijelom svijetu te ga mnogi ljudi smatraju najbrže rastućim sportom na svijetu.

Važniji datumi u razvoju Padel tenisa

- 1969 Enrique Corcuera izumio je novu igru s reketom u Acapulcu (Meksiko).
 - 1974 Alfonso of Hohenlohe-Langenburg osniva prva 2 Padel terena u Španjolskoj (Teniski klub u Marbelli).
 - 1975 Julio Menditeguy, član Španjolskog teniskog kluba, uvodi igru Padel u argentinski sport.
 - 1991 Osnovan je Međunarodni Padel savez.
 - 1992 U Madridu se održava prvi međunarodni turnir. Sudjeluju igrači iz Španjolske, Argentine, Engleske i Francuske.
 - 1993 Pojavljuju se prva Padel igrališta (tereni) u Hustonu, SAD.
 - 1998 Osnivanje Američkog Padel saveza.
 - 2000 Ovaj sport osvaja cijelu Španjolsku, osniva se više od 500 klubova.
 - 2000 Izgradnja prvih igrališta u Francuskoj.
 - 2003 Izgradnja prvih igrališta u Finskoj.
 - 2005 Prva službena otvaranja natjecanja u Španjolskoj.
 - 2006 Osnivanje Švicarskog Padel saveza.
 - 2007 Izgradnja prvih terena u Danskoj i Švedskoj.
 - 2008 Postupno se grade Padel igrališta u većini europskih zemalja. Istodobno se osnivaju nacionalni Padel savezi.
 - 2021 U Ljubljani postavljaju prva tri Padel terena u Sloveniji, osnovan je Padel savez Slovenije.
- [3].

3. ZAHTJEVI – ŠTO NAM JE POTREBNO ZA IGROU?

Teren (Padel igralište)



Slika 1. Osnovne dimenzije Padel terena [4]

Teren za Padel dug je 20 metara i širok 10 metara, a ograđen je zidom visokim 3 metra. Servisno polje široko je 5 metara, a njegova dužina iznosi 6,95 metara. Stražnji zid terena obično je staklen, a iznad njega nalazi se metalna mreža visine 1 metar, dok bočne zidove predstavljaju metalne mreže. Stakleni zidovi uvijek se koriste tijekom igre. Mreža koja dijeli teren na dva dijela duga je 10 metara. Njena visina u središnjem dijelu iznosi 0,88 metara, a sa strane 0,92 metra.

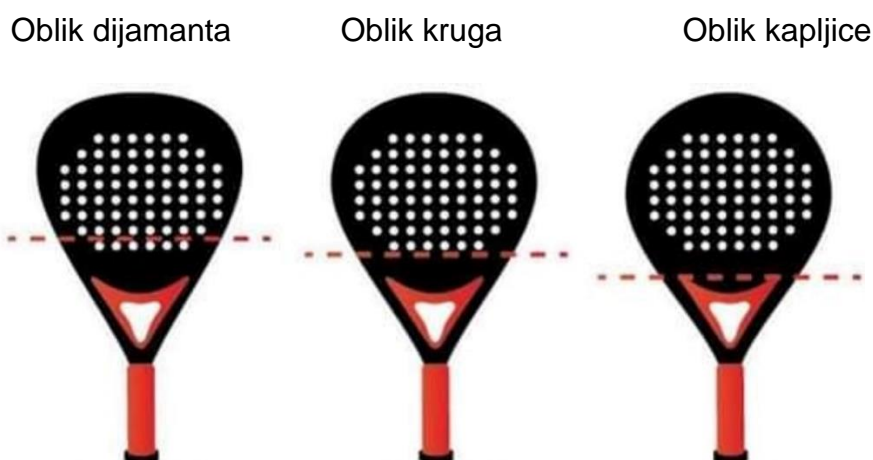


Slika 2. Meč profesionalnih igrača [5]

Reketi

Padel reket nema žice kao reketi za tenis, skvoš i badminton. Izrađen je od kompozitnog materijala, najčešće karbona, s perforiranom igraćom površinom koju sačinjava mnoštvo sitnih rupica. Težina reketa varira između 320 i 400 grama, a debljina između 30 i 38 milimetara. Padel reketi dostupni su u tri različita oblika: okruglom, u obliku suze te u obliku dijamanta. Okrugli oblik reketa nudi najbolju kontrolu, pa se ovaj oblik reketa smatra najprikladnijim za većinu igrača, od početnika do profesionalnih natjecatelja. Okrugli reket obično se naziva kontrolni reket.

(Izvor: <https://www.stigasports.com/eu/how-to-play-padel-everything-you-need-to-know>)



Slika 3. Različiti oblici reketa za padel (padel reketa) s prikazom njihove uravnoteženosti

[6]

Reket u obliku dijamanta dizajniran je i namijenjen za jake, ofanzivne igrače s određenim iskustvom. Idealna točka udarca relativno je mala, a težište reketa visoko, u glavi reketa, što znači da neiskusnim igračima nije lako kontrolirati lopticu tijekom igre. Profesionalni igrači često se odlučuju za ovaj oblik reketa. Današnji igrači najčešće koriste rekete u obliku suze. Naime, ovaj oblik pruža ravnotežu snage i kontrole, tako da ga mogu koristiti igrači različitih stilova i iskustava. Idealna točka udarca je veća, a reket je uravnoteženiji. Reket okruglog oblika zadovoljava potrebe igrača kojima je najbitnija kontrola. Točka udarca je velika, a težište je nisko, usmjereno prema dršci. Jednostavan je za korištenje. Savršen je za početnike ili za igrače koji radije žrtvuju snagu za veću kontrolu i učinkovitost udarca.

(Izvor: https://www.zonadepadel.com/blog/2022/05/how-to-choose-a-padel-racket-buying-tips/#The_shape_of_the_padel_racket)



Slika 4. Različiti oblici Padel reketa s prikazom idealne točke udarca [7]

Loptice

Loptice koje su namijenjene za Padel igru vrlo su slične teniskim lopticama, samo što su nešto manje (oko 8%) i prije svega mekše, što utječe na način njihovog odbijanja od podloge (manja brzina odskoka). Unutarnji tlak Padel loptica je 0,758 bara, a tlak kod teniskih loptica je 0,965 bara. Izrađene su od gume, koja je presvučena mješavinom sintetičkih i vunjenih vlakana. Sačinjena je od dvije polovice, a šavovi su prekriveni elastičnim punjenjem. Padel loptice proizvode isti proizvođači kao i teniske loptice. Izrađuju se od istih materijala.



Slika 5. Padel loptice različitih proizvođača [8]

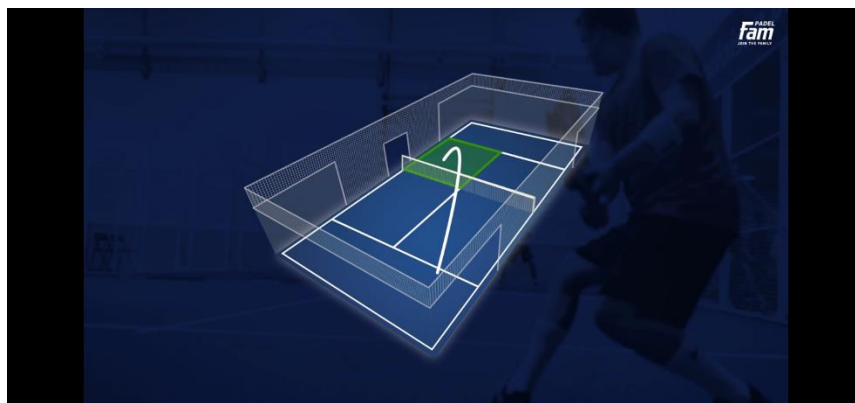
4. PRAVILA IGRE

Padel se igra u parovima. Budući da je igra vrlo slična tenisu, osnovna pravila i bodovanje također se odvijaju na sličan način.

Izvedba početnog udarca odnosno servisa:

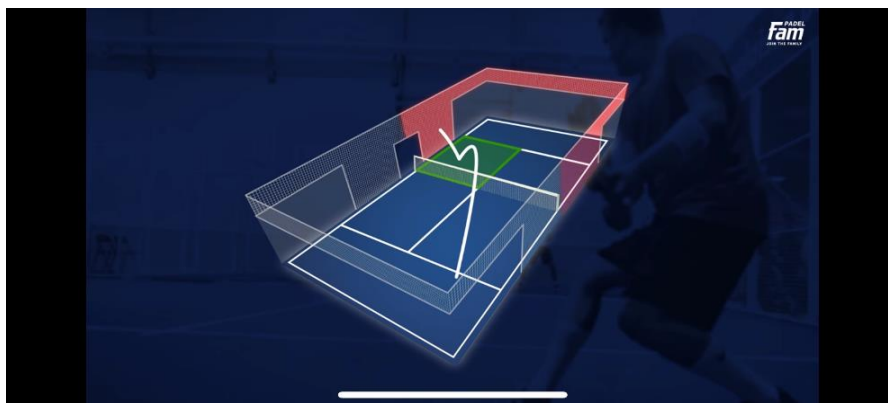
Igrač koji servira, tj. server mora stajati iza servisne linije. Servis je niži (položaj loptice koja se servira mora biti u visini ili ispod visine struka igrača), loptica se mora odbiti od tla prije samog udarca od strane servera, a udarac mora biti izveden ispod razine kukova.

Nakon što server izvede udarac, loptica mora preletjeti središnju mrežu i odbiti se, tj. udariti u protivničko dijagonalno servisno polje.



Slika 6. Pravila Padel tenisa, smjer servisa [9]

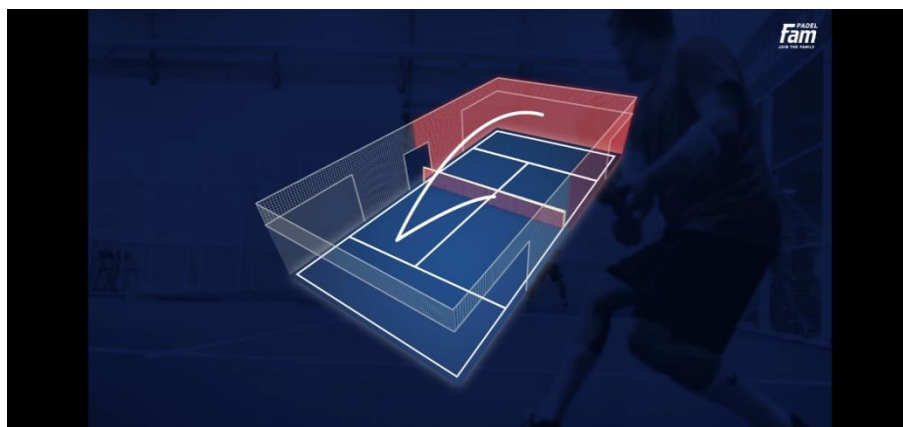
Loptica se može odbiti od staklenog zida nakon što se odbije od tla. Međutim, ako udari u metalnu mrežu nakon odskoka, to se smatra pogreškom servera. Igrač ima dva servisa na raspolaganju.



Slika 7. Pravila Padel tenisa, pogreška pri izvedbi servisa [9]

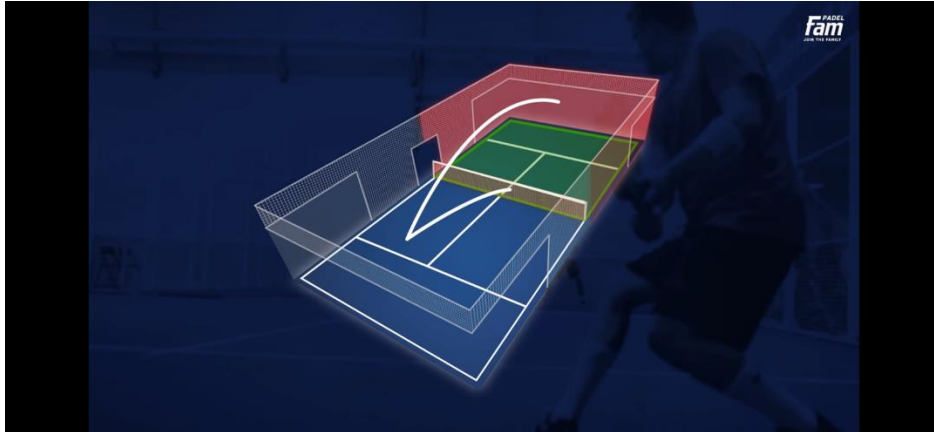
Igra ili razmjena loptica:

Sama igra vrlo je slična tenisu. Tijekom Padel igre igrači mogu odbiti lopticu prije nego što padne na tlo. Takav udarac nazvan je volej (odbojni udarac). Naravno, druga mogućnost je pustiti lopticu da se odbije od tla i zatim je odbiti prema protivničkom polju. Ako loptica koja je odbijena od strane protivnika udari u zid prije nego što se odbije od tla (podloge), to smatramo autom (out/izvan granične linije terena). Pogreškom protivnika odnosno neispravnim udarcem smatra se i ako loptica koju je on udario završi u središnjoj mreži.



Slika 8. Pravila Padel tenisa, pogreške tijekom igre [9]

Nakon odbijanja loptice od tla može se dogoditi da igrač udari u vlastiti stakleni zid i time postigne da loptica prijeđe središnju mrežu. Ako igrač pošalje lopticu u vlastitu metalnu mrežu, to se smatra pogreškom i bod se dodjeljuje protivniku. Pravila dopuštaju da se loptica, nakon što se odbije od tla, odbije od stražnjeg ili bočnog zida, ali uz uvjet da nakon udarca preleti središnju mrežu prije nego drugi put dotakne tlo.



Slika 9. Pravila Padel tenisa, dozvoljena i nedozvoljena polja prilikom izvedbe udarca [9]

Bodovanje

Redosljed serviranja, brojanje poena, gemova i setova isti su kao u tenisu.

Jedan igrač servira naizmjenično prema lijevom i desnom servisnom polju protivnika, do kraja gema. Dva igrača koja primaju servis mijenjaju se prilikom vraćanja (return) servisa. Bodovi slijede jedan za drugim: 15, 30, 40, kraj igre ili izjednačenje. Tim koji pobijedi odnosno osvoji 6 gemova, osvaja set, ali pri tome mora ostvariti razliku od najmanje 2 gema. U slučaju da nijedna ekipa ne uspije osvojiti 6 gemova s razlikom od dva gema, pri rezultatu 6 prema 6 počinje produžena igra, takozvani Tie-break. U ovoj igri bodovanje se odvija tako što se za svaki osvojeni udarac dodjeljuje jedan poen. Tie-break završava kada jedan od timova postigne 7 poena, s dva poena razlike. Prvi tim koji osvoji niz od 3 seta postaje pobjednik.

5. ZAKLJUČAK

Današnji način života donosi sve više stresa, nasilja i žurbe u potrazi za materijalnim dobrima, tako da je vrlo važno usmjeriti djecu na pravi put. Potrebno ih je motivirati i zainteresirati za sport. Jedini način da to postignemo zapravo je igra. Dakle, igra je ta koja djecu motivira i pruža im entuzijazam za rad. Sportski pedagozi u osnovnim, a posebno u srednjim školama iz godine u godinu sve više pozornosti posvećuju igri s reketima. Primjenjuju se badminton, stolni tenis i tenis. Padel, kao nova, zanimljiva i nadasve laka igra za naučiti, predstavlja idealan odabir u svakom smislu. Naravno, svjestan sam činjenice da su trenutne mogućnosti za bavljenje opisanom disciplinom vrlo ograničene. Činjenica je da trenutno, na kraju 2022. godine, u Sloveniji imamo samo 7 Padel terena (3 u Ljubljani, 2 u Kranju i 2 u Kotljama). Uvjeren sam da će se broj terena, a time i mogućnosti upoznavanja s ovim divnim sportom, ubrzano povećavati.

6. LITERATURA

- [1.] Bela knjiga o športu, Luxembourg: Urad za uradne publikacije Evropskih skupnosti, 2007.
- [2.] Dostupno na: <https://www.padel.ac/history-of-padel/> [Pristupljeno 20.7.2022.].
- [3.] Dostupno na: <https://www.padel.ac/chronology-of-padel/> [Pristupljeno 20.7.2022.].
- [4.] Dostupno na: <https://www.padellab.co.za/court-construction/> [Pristupljeno 20.7.2022.].
- [5.] Dostupno na: <https://images.app.goo.gl/FQ6r1ZWrk2dJYiC26> [Pristupljeno 20.7.2022.].
- [6.] Dostupno na: <https://www.vcubeitalia.com/details-eng/blog-post-title-one-mdzjl> [Pristupljeno 20.7.2022.].
- [7.] Dostupno na: <https://varlion.com/en/complete-guide-to-choosing-padel-racket/> [Pristupljeno 20.7.2022.].
- [8.] Dostupno na: <http://www.lindsaysvoice.org/balls-unlimited-padel-balls-t4722.html> [Pristupljeno 25.7.2022.].
- [9.] Dostupno na: https://www.youtube.com/watch?v=NX-68fxhL_4 [Pristupljeno 25.7.2022.].