

Herzlich Willkommen



On Court Demo Kids Tennis Highschool

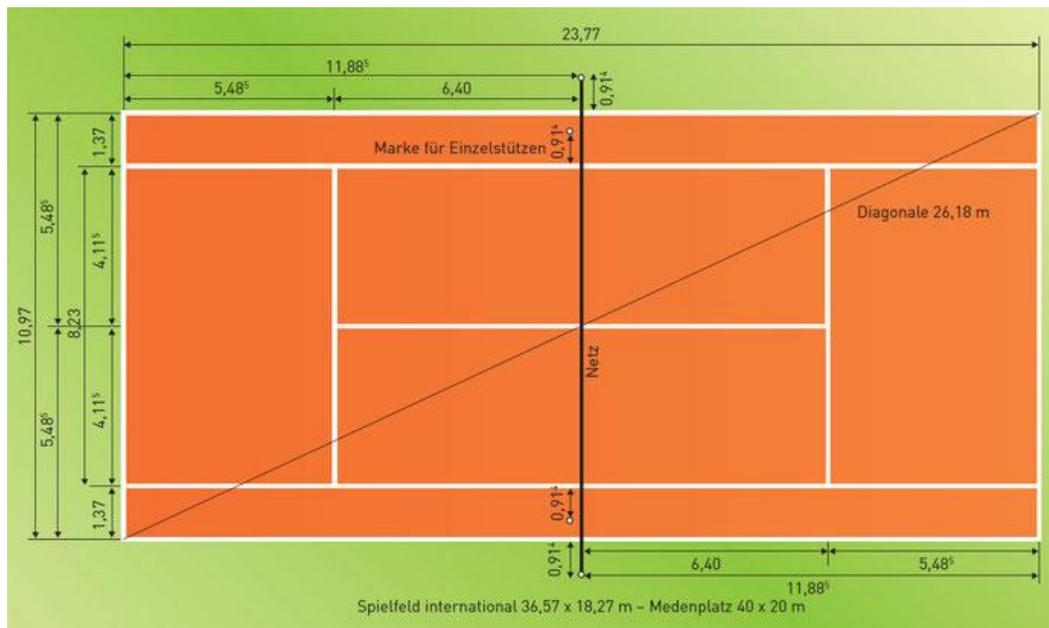
Bassersdorf, 18. Januar 2020

Ablauf On Court Demo 18.1.20

- Stufenspezifisches Training
 - 14 – 15 Uhr → Rot
 - Rot 1: Fabian
 - Rot 2: Reto
 - 15 – 16 Uhr → Orange
 - Trainer: Fabian & Sven
 - 16 – 17 Uhr → Grün
 - Trainer: Fabian
- Parallel dazu jeweils Erklärungen/
Ergänzungen/Vertiefungen per Powerpoint
Präsentation durch Emanuel
- Im Clubraum stehen Snacks & Getränke bereit

Ziel/Wunsch des heutigen Tages

- Aha!!!
- Einbezug der Eltern
- Möglichkeit zum Austausch
- Stellt Fragen!





- **Emanuel Reitz**
 - Geschäftsführer TSER GmbH
 - Tennislehrer mit eidgenössischem FA
 - Trainer C Swiss Tennis
 - Spezialist Kids Tennis
- **Fabian Gadola**
 - Tennislehrer mit eidg. FA
 - Trainer C Swiss Tennis
 - Spezialist Kids Tennis
- **Sven Leuzinger**
 - Tennislehrer mit eidg. FA
 - Trainer B Swiss Tennis
 - Spezialist Kids Tennis
 - Experte Jugend & Sport
- **Reto Büchi**
 - Trainer C Swiss Tennis
 - Sportlehrer ETH



- **Gian-Andri Derungs**
 - Leiter Kids Tennis
 - Leiter Jugend & Sport
 - Assistent Swiss Tennis
 - 1418-Coach

Nicht anwesend:

- **Gaby Pils**
 - Leiterin Jugend & Sport
 - Leiterin Kids Tennis
- **Susanne Glass-Näf**
 - Trainerin A Swiss Tennis
 - Tennislehrerin
- **Maurus Derungs**
 - Leiter Jugend & Sport
 - Assistent Swiss Tennis
 - 1418-Coach

Kids Tennis Highschool Programm

«Kinder sind keine kleinen Erwachsenen!»

Von einer vielfältigen Basis von Bewegungsformen zu den sportartenspezifischen Bewegungen

Kids Tennis Programm mit 4 Bereichen:

1. Persönliche Entwicklung
2. Bewegen Lernen
3. Tennis spielen
4. Tennisspielen lernen

Kids Tennis Ausbildungsprogramm 2015

1. Persönliche Entwicklung

| Fähigkeiten | KOMPETENZEN PRO STUFE | | | |
|---|--|---|--|---|
| | STUFE ROT 1 | STUFE ROT 2 | STUFE ORANGE | STUFE GRÜN |
| Ich bin selbständig | Ich kann, ohne dass meine Eltern anwesend sind, an der Lektion teilnehmen. | Ich bereite meine Tennissachen selber vor und trage sie selber. | Ich laufe mich selbständig vor jedem Match und freien Spiel ein. | Ich laufe nach dem Match und dem freien Spiel selbständig aus. |
| Ich bin selbstbewusst und stolz auf meine Leistung | Ich möchte dem Leiter zeigen, was ich kann. | Ich bin ein Tennisspieler, da ich Wettkämpfe spiele. | Ich setze mir Ziele, die unabhängig vom Resultat sind. | Ich bin stolz auf mich, weil ich 100% gebe. |
| Ich habe Rituale | Ich kenne die Gruppenrituale am Anfang und am Ende der Lektion. | Vor jedem Service zähle ich laut. | Ich habe ein Service- und Return-Ritual. | Ich habe ein Ritual nach jedem Punktgewinn oder Punktverlust. |
| Ich bin Mitglied der Tennisgruppe | Ich kenne die Namen meiner Mitspieler. | Ich spiele mit jedem Gruppenmitglied. | Ich verabrede mich regelmässig mit anderen Gruppenmitgliedern zum Tennisspielen. | Im Junioreninterclub bin ich Teil des Teams und bin während der ganzen Begegnung dabei. |
| Ich habe Respekt | Ich achte die anderen Kinder und fühle mich wohl in der Gruppe. | Ich gebe meinem Gegner am Matchende die Hand und schaue ihm in die Augen. | Ich respektiere die anderen Benutzer der Tennisanlage und das Tennismaterial. | Ich unterstütze meinen Doppelpartner bei jedem Punkt unabhängig vom Spielstand. |

Kids Tennis Highschool Programm

3. Tennis spielen

| Fähigkeiten | KOMPETENZEN PRO STUFE | | | |
|----------------------------------|--|---|---|---|
| | STUFE ROT 1 | STUFE ROT 2 | STUFE ORANGE | STUFE GRÜN |
| Wir spielen miteinander | Ich kann den Ball im Spiel halten mit Rollen, bzw. Fangen und Werfen. | Ich kann den Ball im Spiel halten. | Wir halten den Ball im Spiel: Mein Partner ist am Netz und ich hinten (mit Rollenwechsel). | Ich kann den Ball situationsangepasst auf den entsprechenden Platzpositionen im Spiel halten. |
| Wir spielen gegeneinander | Ich kann mit Ballrollen einen Match spielen. | Ich kann «Games» mit einer vereinfachten Serviceform spielen. | Ich kann: – ein Tie-Break spielen (bis sieben und bis zehn) – einen Match mit «Short Set» spielen | Ich kann einen Match auf zwei Gewinnsätze spielen; mit oder ohne No Ad. |
| Wir spielen Doppel | Wir können mit Ballrollen einen Doppelmatch spielen (zwei gegen zwei). | Wir lernen uns zu zweit auf dem Platz zu orientieren. | Wir können uns als Team auf dem Platz positionieren. | Wir kennen die taktischen Grundprinzipien des Doppels. |

4. Tennisspielen lernen

| Fähigkeiten | | KOMPETENZEN PRO STUFE | | | |
|-------------------------------|---------|---|---|---|--|
| | | STUFE ROT 1 | STUFE ROT 2 | STUFE ORANGE | STUFE GRÜN |
| Ich bringe den Ball ins Spiel | Service | Service: Ich kann – einen 1. mit einem kleinen Service spielen – einen 2. mit einem Vorhand Grunds Schlag spielen | Service: Ich kann den 1. und 2. mit einem kleinen Service ins Spiel bringen. | Service: Ich kann – den 1. und 2. mit einem grossen Service spielen – den 2. mit Slice spielen | Service: Ich kann – den 1. lang platzieren – den 2. sicher mit Drall spielen |
| | Return | Ich kann den zugespielten Ball fangen. | Return: Ich kann den Ball sicher zurückspielen. | Return: Ich kann den Service angepasst und sicher (Platzierung und Drall) zurückspielen. | Return: Ich kann – auf den 1. Service lang retournieren – auf den 2. Service dem Gegner Zeit wegnehmen |
| Wir spielen beide von hinten | | Ich kann: – mit dem Partner den Ball rollen – einen zugeworfenen Ball mit Vorhand und Rückhand zurückspielen | Ich kann mit einem Partner übers Netz spielen und finde meine Position im Feld. | Ich kann: – den Ball sicher platzieren – mit Vorwärtsdrall spielen | Ich kann den Ball platzieren, um den Platz zu öffnen. |
| Ich greife an | | Ich kann kurze und lange Bälle (1. Aufsprung) wahrnehmen und mich angepasst positionieren. | Ich kann die Flugbahn von kurzen und langen Bällen lesen. | Ich erkenne die Spielsituation in welchen ich den Ball innerhalb des Feldes spielen kann und greife an. | Ich kann den Ball mit Wirkung spielen, den Gegner aus seiner «Komfortzone» heraus bringen und greife an. |
| Ich schliesse den Punkt ab | | Ich kann den Ball am Netz doppelhändig fangen (direkt aus der Luft). | Ich kann den Ball am Netz direkt aus der Luft zurückspielen. | Ich kann am Netz den Gegner unter Druck setzen und den Punkt abschliessen. | Ich kann am Netz auch mit einem Smash den Punkt abschliessen. |
| Mein Gegner greift an | | Ich kann schwierige Bälle erkennen. | Ich kann schwierige Bälle zurückspielen. | Ich kann defensive Lobs spielen. | Ich kann situationsangepasst Lob oder Passierbälle spielen. |

Kids Tennis Highschool Programm

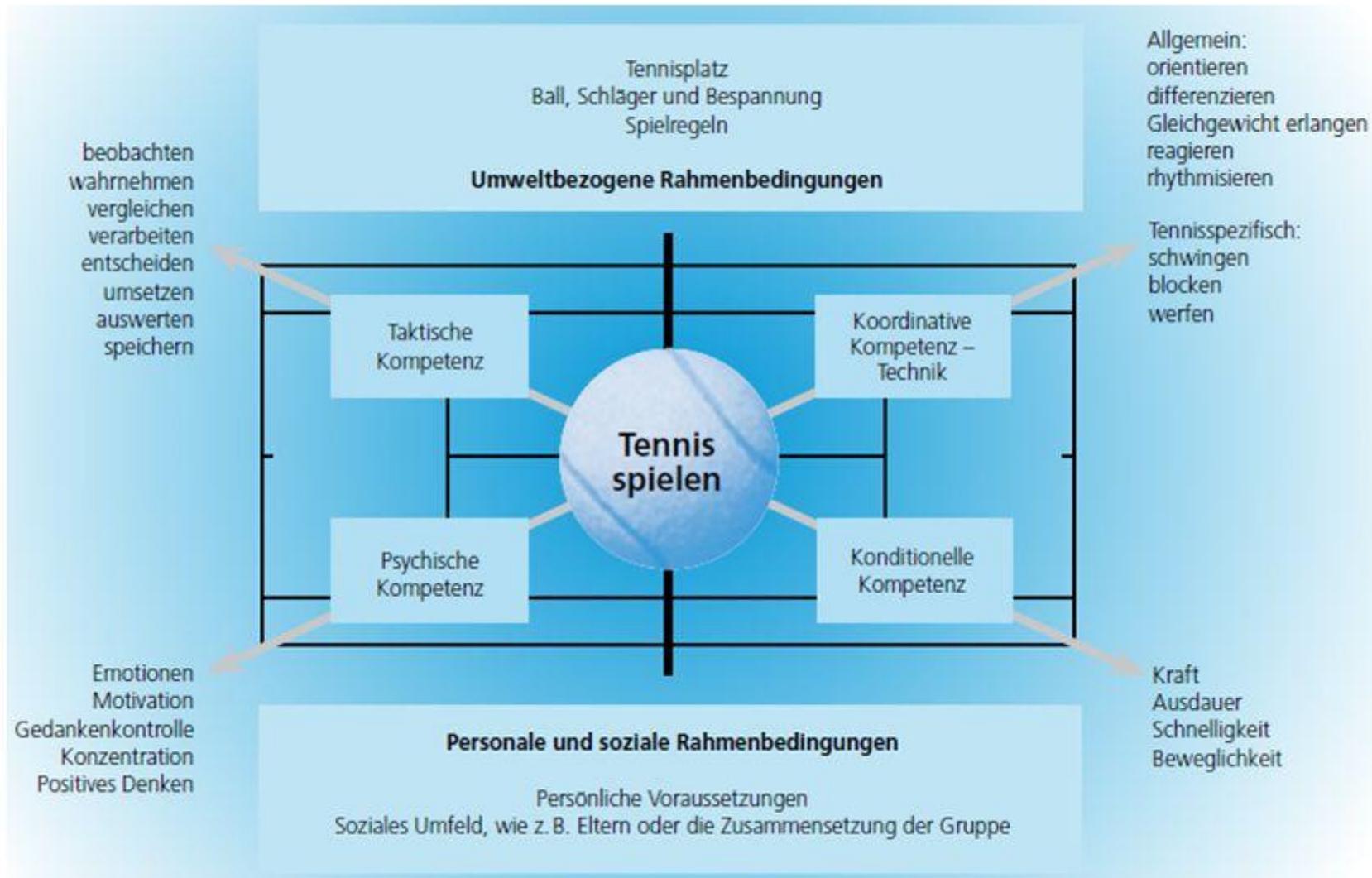
Was braucht es eigentlich zum Tennisspielen?

- Flugbahnen lesen können
- Fähig sein, sich auf dem Platz zu orientieren und positionieren
- Den Tennisschläger vor, während und nach dem Schlag kontrollieren

Deshalb arbeiten wir auch viel an den Bewegungsgrundformen (mit und ohne Schläger), egal auf welcher Stufe



Anforderungsprofil Tennis



Anforderungen an den Tennisspieler

- Die vier Kompetenzen
 - Taktische Kompetenz
 - Koordinative Kompetenz – Technik
 - Psychische Kompetenz
 - Konditionelle Kompetenz



Kids Tennis Highschool Programm

Unterrichtsphilosophie

- Vielseitig
- Kindergerecht
 - Material (Schläger & Bälle)
 - Grösse des Platzes
 - Vormachen – Nachahmen
 - Lachen – Lernen – Leisten
- Spielorientiert
 - Tennis ist ein Spielen und Spielen heisst lernen!
 - Immer wieder Ballwechsel und Punkte spielen

Kids Tennis Highschool Programm

- 3 Stufen: rot – orange – grün
- 30 Lernbausteine

Die 30 Lernbausteine



Stufe Rot

- 1. Gruppenregeln**
Das Kind kennt die Regeln in der Trainingsgruppe und macht in der Tennisektion mit.
- 2. Hüpfen**
Das Kind kann beidbeinig, seitlich hin und her hüpfen.
- 3. Bereitschaftsstellung**
Zwei Kinder können aus der Bereitschaftsstellung einen Ball hin und her rollen.
- 4. Schwingen & Fangen**
Zwei Kinder können sich aus einer seitlichen Position den Ball von unten zuwerfen und fangen.
- 5. Ball treffen**
Das Kind kann einen zu-geworfenen Ball nach dem Aufprall mit dem Tennisschläger zurückspielen.
- 6. Treffpunkt**
Das Kind nimmt den Ball-treffpunkt auf dem Tennisschläger bewusst wahr.
- 7. Reagieren**
Das Kind kann aus einer dynamischen Bereitschaftsstellung einen Ball direkt fangen.
- 8. Servieren und returnieren**
Das Kind kann auf einfache Art und Weise aufschlagen und returnieren.
- 9. Platzabdeckung**
Das Kind kann angepasst zurückspielen, um rechtzeitig in seine Ausgangsposition zurückzukehren.
- 10. Spielregeln**
Die Kinder können zu zweit selbstständig «Games» spielen.



Stufe Orange

- Seilspringen**
Das Kind kann beidbeinig und im Laufen Seilspringen.
- Vorwärtsrotation**
Das Kind kann den Ball von der orangen Grundlinie mit Vorwärtsrotation spielen.
- Ballwechsel**
Das Kind kann von der orangen Grundlinie (3/4 Linie) einen sicheren Ballwechsel spielen.
- Differenziert servieren und returnieren**
Das Kind kann flach oder mit Slice aufschlagen. Es kann den Aufschlag des Gegners der Geschwindigkeit angepasst returnieren (blocken oder schwingen).
- Angreifen**
Das Kind erkennt eine Angriffssituation und greift an.
- Weit werfen**
Das Kind kann den Tennisball weit und hoch werfen.
- Richtungswechsel**
Das Kind kann sich mit angepassten Schritten schnell in alle Richtungen bewegen.
- Ampel**
Das Kind erkennt die verschiedenen Spielsituationen (Metapher «Ampel» rot, gelb oder grün) und kann den Ball angepasst zurückspielen.
- Rhythmisieren**
Das Kind kann den Ballrhythmus bewusst wahr-
- Verhalten im Match**
Das Kind kann sich selbstständig auf einen Match vorbereiten und es weiss, wie man sich in einem Match verhält.



Stufe Grün

- Zweite Flugbahn**
Das Kind kann von der Grundlinie sicher und wirkungsvoll spielen.
- Wirkungsvoller Angriffsball**
Das Kind kann einen wirkungsvollen Angriffsball spielen und die Netzposition einnehmen.
- Wirkungsvoll servieren**
Das Kind kann sicher und platziert aufschlagen.
- Angepasste Punkteröffnung**
Das Kind kann bei der Punkteröffnung (Service und Return) den Punkt diktieren oder den Gegner neutralisieren.
- Initiative ergreifen**
Das Kind kann das Feld öffnen und seine Chance nutzen.
- Sicheres Netzspiel**
Das Kind kann am Netz sicher spielen.
- Defensive Situation**
Das Kind kann den Ball in einer defensiven Spielsituation angepasst zurückspielen.
- Angepasstes Netzspiel**
Das Kind kann in den verschiedenen Situationen am Netz angepasst zurückspielen, und/oder den Punkt abschliessen.
- Selbstwahrnehmung**
Das Kind kontrolliert und «spürt» die Länge seiner Schläge.
- Selbstkontrolle**
Das Kind erkennt seinen Aktivierungszustand und kann sich selber kontrollieren.



Kids Tennis Highschool Programm

- 3 Stufen: rot – orange – grün
- 30 Lernbausteine
- Löwen, Papageien und Delfine
- Familienfreundliche Turniere
- Orange Kids Tennis Tour
- Punkte sammeln
- «Grüne» Lizenz



1. Gruppenregeln

Das Kind kennt die Regeln in der Trainingsgruppe und macht in der Tennislektion mit.

2. Hüpfen

Das Kind kann beidbeinig, seitlich hin und her hüpfen.

4. Schwingen & Fangen

Zwei Kinder können sich aus einer seitlichen Position den Ball von unten zuwerfen und fangen.

3. Bereitschaftsstellung

Zwei Kinder können aus der Bereitschaftsstellung einen Ball hin und her rollen.

5. Ball treffen

Das Kind kann einen zu-geworfenen Ball nach dem Aufprall mit dem Tennis-schläger zurückspielen.

6. Treffpunkt

Das Kind nimmt den Ball-treffpunkt auf dem Tennis-schläger bewusst wahr.

8. Servieren und returnieren

Das Kind kann auf einfache Art und Weise aufschlagen und returnieren.

7. Reagieren

Das Kind kann aus einer dynamischen Bereitschafts-stellung einen Ball direkt fangen.

10. Spielregeln

Die Kinder können zu zweit selbstständig «Games» spielen.

9. Platzabdeckung

Das Kind kann angepasst zurückspielen, um rechtzeitig in seine Ausgangs-position zurückzukehren.

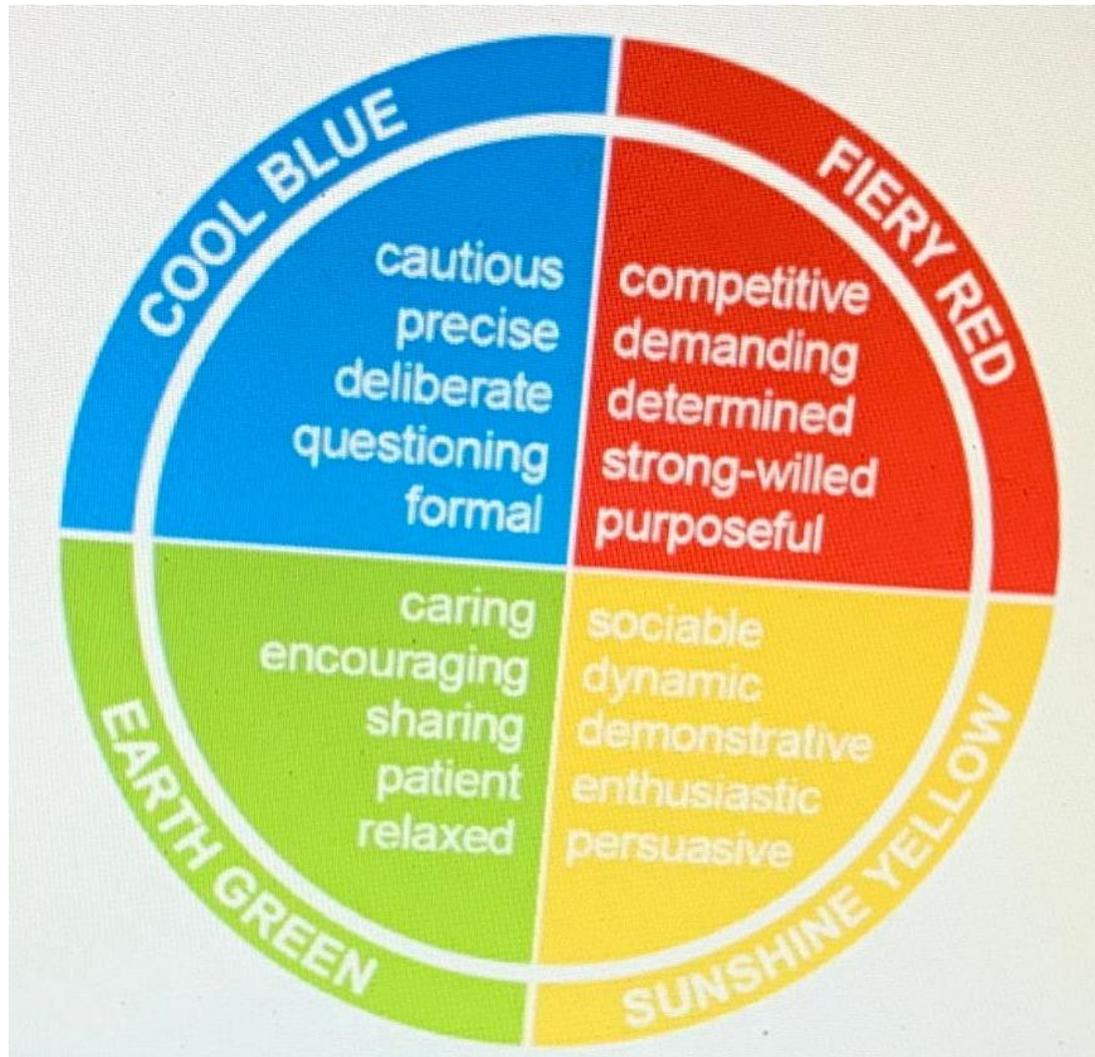


Stufe Rot 1

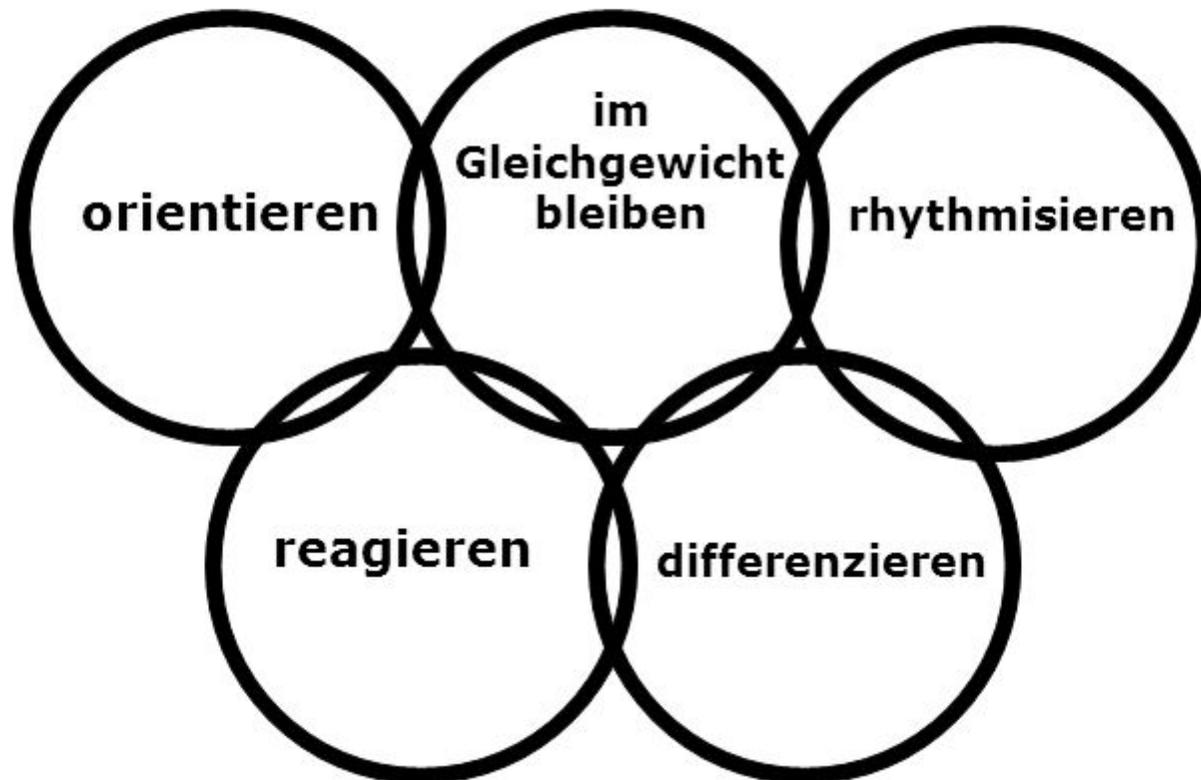
Lernbausteine 1 – 5

- Gruppenregeln
- Grundausbildung koordinative Fähigkeiten

Unterschiedliche Charakteren



Koordinative Fähigkeiten



Stufe Rot 1

Lernbausteine 1 – 5

- Gruppenregeln
- Grundausbildung koordinative Fähigkeiten
- Viele verschiedene Bewegungsformen

| | | |
|--|---|--|
| Bereitschaftsstellung | Das Kind kann aus der Bereitschaftsstellung heraus in alle Richtungen starten, um einen Overball zurückzuspielen. | Der Panther Sei bereit wie ein Panther und kämpfe! |
| Vielfältig mit dem Ball spielen | Das Kind kann mit dem Ball auf verschiedene Arten spielen. | Der Seelöwe Spiele und fange den Ball so geschickt wie ein Seelöwe! |
| Ball treffen | Das Kind kann einen zugespielten Ball mit dem Tennisschläger zurückspielen | Das Lämmchen Triff den Ball so sanft und weich, als ob du einem Lämmchen über den Rücken streichelst! |



Stufe Rot 1

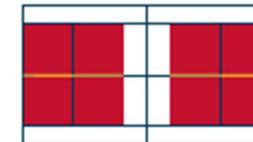
Lernbaustein 5

Beispiel Lämmchen



Ball treffen

Rot 1



Beschreibung für Leiter



Den Ball treffen

Das Kind kann einen zugespielten Ball mit dem Tennisschläger zurückspielen.

Beschreibung für Kinder



Das Lämmchen

Triff den Ball so sanft und weich, als ob du einem Lämmchen über das Fell streichelst.

Verwandte Lernbausteine



Der Habicht

Treffpunkt



Die Tenniswand

Ballwechsel

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich

Tennispielen lernen

Fähigkeit

Wir spielen beide von hinten.

Kompetenz / Lernziel

Ich kann einen zugespielten Ball mit Vorhand und Rückhand zurückspielen.

Bewegungsgrundformen



Laufen, Springen

- Balancieren
- Rollen, Drehen
- Klettern, Stützen
- Schaukeln, Schwingen

Rhythmisieren, Tanzen

- Werfen, Fangen
- Kämpfen, Raufen
- Rutschen, Gleiten
- weitere Formen

Stufe Rot 2

Lernbausteine 6 – 10

- Kinder können miteinander Ballwechsel spielen
- Einfachen Service, Return und Volley
- Platz abdecken
- Vereinfachte Games spielen

| Treffpunkt | Das Kind nimmt den Balltreffpunkt auf dem Tennisschläger bewusst wahr. | Der Habicht Sehe und verfolge den Ball wie ein Habicht seine Beute! |  |
|-------------------------|---|---|--|
| Servieren & Retourieren | Das Kind kann auf einfache Art und Weise servieren und retourieren. | Der Affe und der Panther Serviere locker wie ein Affe Kokosnüsse wirft und reagiere schnell wie ein Panther beim Return! |   |
| Platzabdeckung | Das Kind kann, um rechtzeitig in seine Ausgangsposition zurückzukehren, den Ball angepasst zurückspielen. | Die Maus Kehre nach dem Schlag schnell zurück ins Mauseloch und sei bereit für den nächsten Ball! |  |
| Spielregeln | Die Kinder können zu zweit selbständig «Games» spielen. | Der Fuchs Sei schlau wie ein Fuchs und zähle richtig! |  |
| Teampayer | Die Kinder nehmen sich als Team wahr und positionieren sich auf einer Linie. | Die Pinguine Weiche deinem Pinguinfreund nicht von der Seite! |  |

Stufe Rot 2

Lernbausteine 6 – 10

| | | |
|-------------------------------------|---|---|
| Treffpunkt | Das Kind nimmt den Balltreffpunkt auf dem Tennisschläger bewusst wahr. | Der Habicht Sehe und verfolge den Ball wie ein Habicht seine Beute! |
| Servieren & Retournieren | Das Kind kann auf einfache Art und Weise servieren und retournieren. | Der Affe und der Panther Serviere locker wie ein Affe Kokosnüsse wirft und reagiere schnell wie ein Panther beim Return! |
| Platzabdeckung | Das Kind kann, um rechtzeitig in seine Ausgangsposition zurückzukehren, den Ball angepasst zurückspielen. | Die Maus Kehre nach dem Schlag schnell zurück ins Mauseloch und sei bereit für den nächsten Ball! |
| Spielregeln | Die Kinder können zu zweit selbständig «Games» spielen. | Der Fuchs Sei schlau wie ein Fuchs und zähle richtig! |
| Teampayer | Die Kinder nehmen sich als Team wahr und positionieren sich auf einer Linie. | Die Pinguine Weiche deinem Pinguinfreund nicht von der Seite! |





Stufe Orange

Seilspringen

Das Kind kann beidhändig und im Laufen Seilspringen.

Weit werfen

Das Kind kann den Tennisball weit und hoch werfen.

Vorwärtsrotation

Das Kind kann den Ball von der orangen Grundlinie mit Vorwärtsrotation spielen.

Richtungswechsel

Das Kind kann sich mit angepassten Schritten schnell in alle Richtungen bewegen.

Ballwechsel

Das Kind kann von der orangen Grundlinie (3/4 Linie) einen sicheren Ballwechsel spielen.

Ampel

Das Kind erkennt die verschiedenen Spielsituationen (Metapher «Ampel» rot, gelb oder grün) und kann den Ball angepasst zurückspielen.

Differenziert servieren und returnieren

Das Kind kann flach oder mit Slice aufschlagen. Es kann den Aufschlag des Gegners der Geschwindigkeit angepasst returnieren (blocken oder schwingen).

Rhythmisieren

Das Kind kann den Ballrhythmus bewusst wahr-

Angreifen

Das Kind erkennt eine Angriffssituation und greift an.

Verhalten im Match

Das Kind kann sich selbstständig auf einen Match vorbereiten und es weiss, wie man sich in einem Match verhält.

Stufe Orange

Lernbausteine 11 – 20

Im Vordergrund jedes Trainings stehen immer die **5 Basisspielsituationen**:

1. Ich schlage auf
2. Ich retourniere den Aufschlag
3. Wir spielen beide hinten (Grundlinienspiel)
4. Ich greife an
5. Ich verteidige

Stufe Orange

Lernbausteine 11 – 20

Am Ende von Stufe Orange sollten folgende Ziele erreicht sein:

- Kompetenzen um lizenzierte Matches zu spielen (R9 Niveau)
- Sicherer Aufschlag und Return
- Regelmässige Vorhand und Rückhand mit Topspin
- Erkennen der Spielsituationen
- Tennisregeln kennen
- Faires Verhalten



Stufe Orange

Bausteine während der Demo

Platz 9:

- Tänzer → Rhythmisieren
- Tenniswand → Sicherer Ballwechsel

Platz 10:

- Turner → Vorwärtsrotation
- Handballer → Differenziert servieren & retournieren

Platz 11:

- Profi → Verhalten im Match
- Synchronschwimmer → Doppel spielen

Stufe Grün

Zweite Flugbahn

Das Kind kann von der Grundlinie sicher und wirkungsvoll spielen.

Wirkungsvoller Angriffsball

Das Kind kann einen wirkungsvollen Angriffsball spielen und die Netzposition einnehmen.

Wirkungsvoll servieren

Das Kind kann sicher und platziert aufschlagen.

Angepasste Punkteröffnung

Das Kind kann bei der Punkteröffnung (Service und Return) den Punkt diktieren oder den Gegner neutralisieren.

Initiative ergreifen

Das Kind kann das Feld öffnen und seine Chance nutzen.

Sicheres Netzspiel

Das Kind kann am Netz sicher spielen.

Defensive Situation

Das Kind kann den Ball in einer defensiven Spielsituation angepasst zurückspielen.

Angepasstes Netzspiel

Das Kind kann in den verschiedenen Situationen am Netz angepasst zurückspielen und/oder den Punkt abschliessen.

Selbstwahrnehmung

Das Kind kontrolliert und «spürt» die Länge seiner Schläge.

Selbstkontrolle

Das Kind erkennt seinen Aktivierungszustand und kann sich selber kontrollieren.



Stufe Grün

Lernbausteine 21 – 30

Im Vordergrund jedes Trainings stehen immer die **5 Basisspielsituationen**:

1. Ich schlage auf
2. Ich retourniere den Aufschlag
3. Wir spielen beide hinten (Grundlinienspiel)
4. Ich greife an
5. Ich verteidige

Stufe Grün

Lernbausteine 21 – 30

Am Ende von Stufe Grün (R7) sollten folgende Ziele erreicht sein:

- Aufschlag ist platziert und mit Rotation
- Return differenziert zurückspielen
- Aus roten Spielsituationen angepasst verteidigen
- In grünen Spielsituationen Initiative ergreifen
- Am Netz wirkungsvoll vollieren
- Passierschlag aus Bedrängnis



Stufe Grün

Allgemeines

- Trainings sind immer spezifischer auch auf Wettkampf orientiert (Inputs aus Turnierenerfahrungen)
- Trainingsinhalte unterschiedlich je nach Häufigkeit von Trainings bzw. Spielstunden pro Woche (Matches, Freies Spielen, etc.)
- Wer mehr den Plausch sucht, sollte Kids Turniere spielen und Junioren IC Liga B
- Wer Wettkampf sucht, kann Lizenzturniere spielen

Stufe Grün Demotraining

Angreifen & Verteidigen

Lernziel: Ich kann den Ball mit Wirkung spielen, den Gegner aus seiner «Komfortzone» heraus bringen und greife an.



Wirkungsvoller Angriffsball



Beschreibung für Leiter



Wirkungsvoller Angriffsball

Das Kind kann einen wirkungsvollen Angriffsball spielen und die Netzposition einnehmen.

Beschreibung für Kinder



Der Angreifer

Greif wirkungsvoll an, so dass du dem Gegner Zeit wegnimmst!

Verwandte Lernbausteine



Der Fechter

Angreifen



Der Aktive

Initiative ergreifen

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich

Tennis spielen lernen

Fähigkeit

Ich greife an.

Kompetenz / Lernziel

Ich kann den Ball mit Wirkung spielen, den Gegner aus seiner «Komfortzone» heraus bringen und greife an.

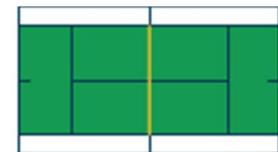
Stufe Grün Demotraining

Angreifen & **Verteidigen**

Lernziel: Ich kann den Ball situationsangepasst auf den entsprechenden Platzpositionen im Spiel halten.



Defensive Situation



Beschreibung für Leiter



Defensive Situation

Das Kind kann den Ball in einer defensiven Spielsituation angepasst zurückspielen.

Beschreibung für Kinder



Der Verteidigungskünstler

Bleib in der Defensive im Spiel und gewinne Zeit!

Verwandte Lernbausteine



Der Schachspieler

Ampel

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich
Tennis spielen

Fähigkeit
Wir spielen miteinander.

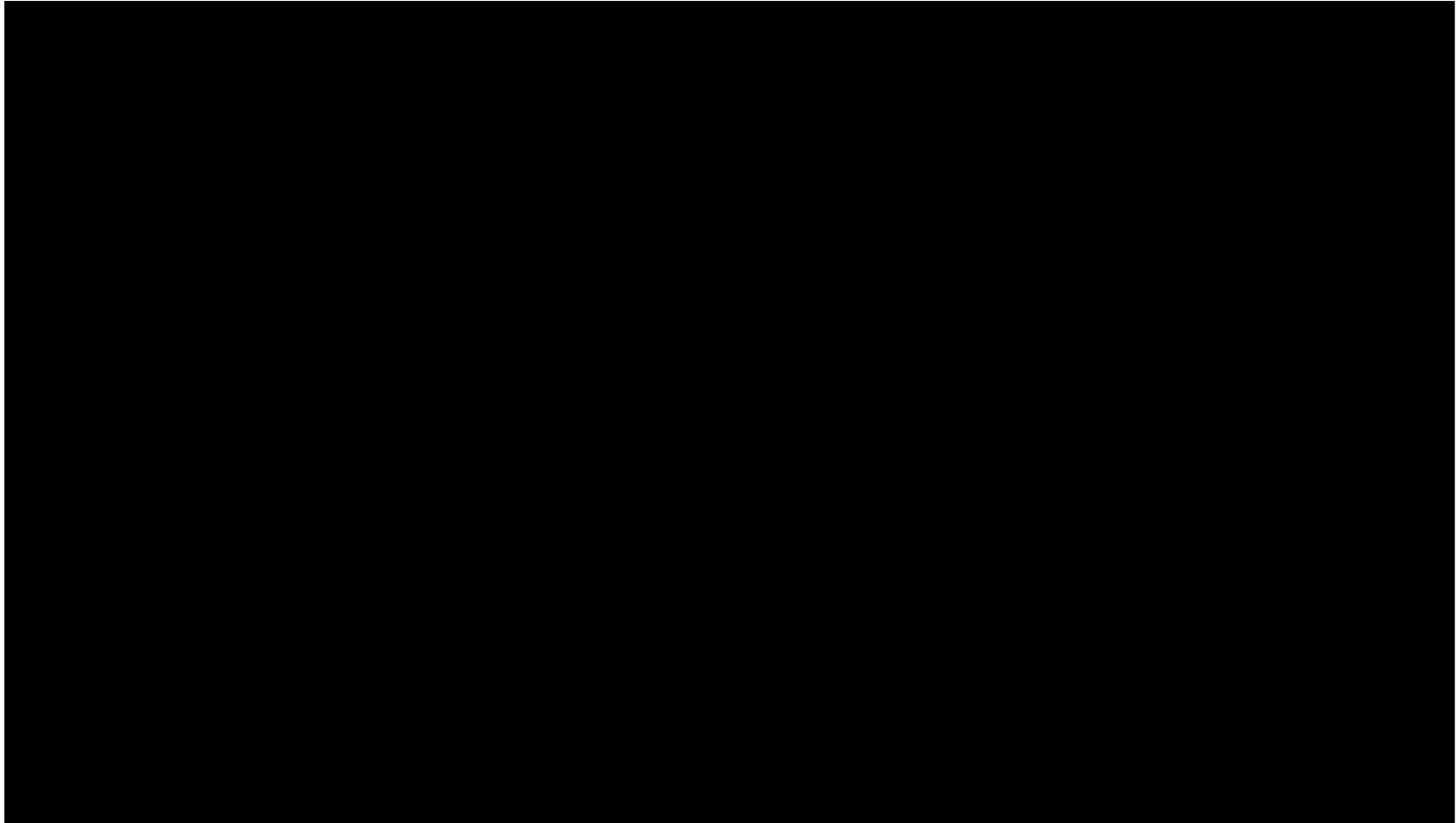
Kompetenz / Lernziel
Ich kann den Ball situationsangepasst auf den entsprechenden Platzpositionen im Spiel halten.

Stufe Grün

Demotraining

- Angreifen & Verteidigen
 - Offense
 - Defense
- GAG-Methode
 - Einspielen mit Thema (1. G-Teil)
 - Übungsteil mit Vertiefung des Lektionsthemas (Analytischer Teil)
 - Umsetzung mit Punktspiel (2. G-Teil)

Weg durch die Kids Tennis Highschool



Weg durch die Kids Tennis Highschool

Wettkampfformen im Kinder- und Juniorenbereich



*der Austritt aus der Kids Tennis High School Stufe grün erfolgt mit dem 13. Altersjahr oder dem Erreichen der Klassierung R6

Wettkampfformen ALLE Stufen

- Familienfreundliche Turniere
- Spass & Erfahrung sammeln im Vordergrund
- Offizielle Turniere über [kidstennis.ch](https://www.kidstennis.ch) → [Events](#)
- Orange Kids Tennis Tour
- Punkte werden immer fürs Team UND für sein eigenes Punktekonto gesammelt



Wettkampfformen ab Stufe Grün

- Offizielle Lizenzturniere

- Junior Cup The logo for the Junior Cup, featuring the word "JUNIOR" in blue above "CUP" in a larger, bold blue font, with a red circle containing a white cross to the right.

- Junioren Interclub (ab Grün) The logo for the Junior Interclub, featuring the word "JUNIOR" in blue above "INTERCLUB" in a larger, bold blue font, with a red circle containing a white cross to the right.

- Team Cup The logo for the Team Cup, featuring the word "TEAM" in blue above "CUP" in a larger, bold blue font, with a red circle containing a white cross to the right.

- Champion von Morgen



Kommende Anlässe



| | | Club: |
|-------------|---|-----------|
| 12.3. | Infoabend Juniorenaktivitäten Sommer 2020 | tcab/ytic |
| 15.3. | Anmeldeschluss Sommersaison 2020 | alle |
| 15.3. | Kids Tennis Day & Turnier alle Stufen | tcab |
| 22.3. | Saisoneröffnung ytc mit Kids Schnupperevent 11 – 13 Uhr & Tag der offenen Tür 11 – 15 Uhr | ytic |
| 20. – 24.4. | Kids und Junioren Camp für 4 – 18 Jährige rot/orange: 9 bis 12:30 Uhr grün & Wettkampf: 13:00 bis 18:00 Uhr | ytic |
| 27.4. | Start Sommersaison 2020 in allen Partnerclubs der TSER GmbH | alle |

Trainingsumfang im Kindesalter

- Ist es nicht zu viel, wenn mein Kind so viel Tennis spielt?
- Empfehlung Umfang für 5-10 Jährige:

| Umfangs-/ und Belastungsempfehlungen | | | | |
|--------------------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------------------------|---|
| Total | Tennistraining | Kondition | Freies Spielen (inkl. Turniere) | Psyche |
| 9–12 Stunden | 50% | 30% | 20% | Integriert im Tennistraining. Spez. Trainingstage 1 x Saison |
| | 45–90 Minuten/ Lektion | 30–60 Minuten/ Lektion | 1–3 x freies Spielen/Woche | Jedes Tennistraining sollte auch eine mentale Zielsetzung haben |
| | 3–5 Einheiten/ Woche | 1–3 Einheiten/ Woche | | |





**Wir bedanken uns für die Aufmerksamkeit und wünschen
eine gute Heimfahrt!**

Copyright by TSER GmbH