

# Vaudoise Kids Tennis Training Book



NEU MIT  
VIDEOS ZU ALLEN  
LERNBAUSTEINEN!



[www.kidstennis.ch](http://www.kidstennis.ch)

DE

Version ab 2022

# Training Book

## Inhaltsverzeichnis

<b>Einleitung</b>	<b>3</b>
<b>Unterrichtsphilosophie</b>	<b>4</b>
<b>Das Vaudoise Kids Tennis Programm</b>	<b>7</b>
<b>Das Ausbildungsprogramm</b>	<b>8</b>
<b>Die 30 Lernbausteine</b>	<b>12</b>
Übersicht	13
Stufe rot	17
Stufe orange	40
Stufe grün	62
<b>Metaphern/Vergleiche</b>	<b>83</b>
<b>Unterrichtsmaterial</b>	<b>84</b>
<b>Literaturverzeichnis</b>	<b>86</b>
<b>Kontakt/Impressum</b>	<b>87</b>

# Training Book

## Lernziele, Training und Wettkampf auf drei Stufen

**Das Dach des Vaudoise Kids Tennis Programms bilden 80 Lernziele in den vier Ausbildungsbereichen «persönliche Entwicklung», «bewegen lernen», «Tennis spielen» und «Tennispielen lernen». Diese wurden in enger Zusammenarbeit mit Jugend+Sport festgelegt. Daraus wurden 30 Lernbausteine (zehn pro Stufe) abgeleitet, die den Fortschritt der Kids aufzeichnen und belegen. Die Lernbausteine umfassen die Kompetenzen, die ein Kind erwerben muss, um gut und erfolgreich Tennis zu spielen. Nur dann wird es auch Spass haben und dem Sport langfristig treu bleiben.**

Zu allen Lernbausteinen wurden spielorientierte und abwechslungsreiche Trainingsformen und -inhalte entwickelt, die Swiss Tennis den Leitern in den Ausbildungskursen vermittelt. Die Juniorenlizenz wird künftig nur noch an diejenigen Kinder ausgegeben, die erfolgreich die grüne Stufe erreicht haben. Dafür muss ein Kind die roten und orangen Lernbausteine

absolvieren sowie, nach Möglichkeit, an zwei bis drei Turnieren teilnehmen. Dadurch hat es grundlegende Spielkompetenzen erworben.

Kids Tennis basiert auf dem J+S Kindersport Programm und dem weltweiten Lernsystem «Tennis 10s». Die Initiative des internationalen Verbands ITF sieht vor, dass Kinder bis zum Alter von zehn Jahren altersgerecht auf kleineren Plätzen und mit weicheren Bällen Tennis spielen lernen. Dies fördert nachweislich den Lernerfolg und bereitet deutlich mehr Freude. Die Ausbildung geschieht in den drei Stufen rot, orange und grün, wobei Platzgrösse und Ballhärte jeweils zunehmen. So werden die Kids schrittweise an die Bedingungen bei den Jugendlichen und Erwachsenen herangeführt.



Aus Gründen der sprachlichen Vereinfachung wird im Training Book nur die männliche Form verwendet. Die weibliche Form ist selbstverständlich immer mit eingeschlossen.

### Zeichenerklärung

- V Variation
- Flughafen Ball
- Laufrichtung Kind

# Training Book

## Unterrichtsphilosophie

### Einführung

«Kinder sind keine kleinen Erwachsenen!»

Kinder sollten im Tennis nicht wie Erwachsene behandelt werden. Im Gegenteil. Es sollte nämlich in erster Linie Folgendes berücksichtigt werden:

Welche Eigenschaften haben Kinder zwischen fünf und zwölf Jahren?

Was brauchen die Kinder, um richtig Tennis spielen zu lernen?

Die Antworten auf diese beiden Fragen bilden die Rahmenbedingungen eines angepassten Tennisunterrichts, bei dem das Kind und das Spiel im Mittelpunkt stehen! Nur so werden die Kinder in den Trainingslektionen und am Tennisspielen langfristig Freude haben und motiviert sein, den Sport weiter auszuüben.

«Das Kind steht immer im Mittelpunkt!»

### Das Kind

**Von einer vielfältigen Basis von Bewegungsgrundformen zu den sportartspezifischen Bewegungen**

Kinder sind neugierig, begeisterungsfähig und besitzen eine schnelle Auffassungsgabe. Das sind ideale Voraussetzungen, um den Kids eine breite Basis an vielfältigen Bewegungsmustern beizubringen. Daraus ergibt sich später ein einfacheres Erlernen von komplexeren, spezifischen Bewegungen, um sich neuen Situationen schneller und besser anpassen zu können.

**Kinder sind soziale Wesen**

Kinder sind mit fünf bis sechs Jahren stark auf sich selber fokussiert. Es ist deshalb wichtig, dass der Leiter im Unterricht von Anfang an Regeln und Rituale etabliert. Diese geben dem Unterricht Leitplanken für die Kinder und ermöglichen einerseits das Zusammensein in der Gruppe und andererseits, dass jedes Kind seinen Platz in der Gruppe finden kann.

**Mädchen für den Tennissport begeistern**

Leider nehmen prozentual weniger Mädchen an organisierten Trainings oder Kids Turnieren teil als Knaben. Um dieser Problematik pro-aktiv entgegenzuwirken, bieten sich folgende Möglichkeiten an:

- Reine Mädchengruppen kreieren
- Doppel fördern (siehe entsprechende Doppellernbausteine)

- Teamaufgaben einbauen (Gordischer Knoten)
- Reine Mädchenevents organisieren (Trainingseinheiten, Tennisplausch)
- Weibliche Leiterin einsetzen
- Farbige und vielfältiges Trainingsmaterial einsetzen

### Tennis

Tennis ist ein Spiel, das aus Ballwechseln besteht. Die Herausforderung ist es, den Ball regelmässig zurückspielen zu können, um einen Ballwechsel zu ermöglichen und um Punkte zu spielen.

Was braucht es dazu?

Drei verschiedene Voraussetzungen:

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

Um diese Voraussetzungen zu erreichen, soll auch an den Bewegungsgrundformen gearbeitet werden mit und ohne Schläger und dafür während der Lektion auch die nötige Zeit dafür einzuplanen.

# Training Book

## Unterrichtsphilosophie

### Die Unterrichtsphilosophie

Wir können die Unterrichtsphilosophie von Kids Tennis wie folgt zusammenfassen:

**Vielseitig, kindergerecht und spielorientiert.**

#### Vielseitig

Die Tennislektion soll eine vielseitige Bewegungsstunde sein. Wie oben erwähnt, soll ein Bestandteil der Lektion dazu dienen, dem Kind ein umfassendes Bewegungsmuster zu vermitteln und die Voraussetzungen schaffen, um den Einstieg und die Weiterentwicklung im Tennis zu vereinfachen. Bewegung steht im Mittelpunkt: Der Leiter soll Bewegungsmöglichkeiten schaffen. Dies bedeutet, das verfügbare Material so einzusetzen und die Lektion so zu gestalten, dass die Kinder ihren Bewegungsdrang ungezwungen und kreativ ausleben können. Die Kinder sollen ihren Körper entdecken (verschieden Körperteile, alle Sinne), um sich in ihrer Umwelt orientieren und Herausforderungen lösen zu können.

Neben dieser vielseitigen Basis werden progressiv die tennisspezifischen Bewegungen aufgebaut.

**Der Aufbau einer guten Beziehung zum Kind, zwischen den Kindern und die Gestaltung einer anregenden Lernumgebung sind zentrale Aufgaben des Leiters.**

#### Kindergerecht

Die erste Voraussetzung für den kindergerechten Unterricht ist es ein angepasstes Unterrichtsumfeld herzustellen. Dies bedeutet, das ganze

Material (Schläger und Bälle) und die Grösse des Tennisplatzes je nach Entwicklung des Kindes den drei Stufen des Kids Tennis (rot, orange oder grün) anzupassen.

Die Kinder haben Bewegungsdrang und lieben es, zu spielen. Dementsprechend soll der Leiter stark darauf achten, dass:

- Die Kinder sollen sich bei jeder Übung in Bewegung befinden und sich immer wieder einem fliegendem Objekt (Luftballon, Ballon, verschiedene Bälle, verschiedene Tennisbälle) anpassen müssen. Dies jeweils in zwei (Ball rollen) oder in drei Dimensionen (Flugbahn).
- Viele Übungen in verschiedenen Spielformen (wie Stafette, Teamwettbewerbe, miteinander/gegeneinander spielen) gestalten.

Kinder können sehr gut Nachahmen und diese Fähigkeit sollte im Unterricht durch ein aktives Vorzeigen des Leiters genutzt werden (Prinzip des «Vormachen – Nachahmen»). Es gilt: Vorzeigen statt erklären!

Der Leiter muss jedoch die nötige Geduld haben und den Kindern die nötige Zeit lassen, um zu entdecken! Der Leiter gibt die Rahmenbedingungen der Übung (Regeln, Material, Organisation, Ziel), motiviert und unterstützt die Aktivität von den Kindern. Das Kind muss die nötige Zeit haben, um zu erforschen und die Lösung zu finden. Falls bei einigen Kindern die Herausforderung noch zu gross ist, sollte der Leiter die Übung anpassen!

#### «Lernen heisst, etwas selber tun!»

**«Lösungen, welche der Leiter dem Kind zeigt, kann es nicht mehr selber entdecken!»**

Die Ziele, welche die Kinder durch eigenen Einsatz und Mitdenken erreicht haben, prägen sich ihnen ein und unterstützen den Lerneffekt! Dieser Prozess dient der persönlichen Entwicklung des Kindes (Stolz, Selbstbewusstsein, Selbständigkeit) und führt zum Ausbruch von Emotionen welche die Verankerung des Lernens fördern!

#### Spielorientiert

Tennis ist ein Spiel und **Spielen heisst lernen!** Spielen entspricht einem natürlichen Bedürfnis bei Kindern. Der Leiter sollte deshalb das Spiel ins Zentrum seines Unterrichts stellen, damit die Kids **bei jeder Tennislektion und von der ersten Lektion an viele Ballwechsel erleben und Punkte spielen können.** Im Vaudoise Kids Tennis Ausbildungsprogramm wollen wir die Kinder in vier Bereichen weiterbringen:

Persönliche Entwicklung – Bewegen lernen – Tennis spielen – Tennisspielen lernen

Der Leiter nimmt bei den Kindern im Alter von fünf bis zwölf Jahren eine wichtige Rolle ein. Er hat entscheidenden Einfluss auf die Persönlichkeitsentwicklung eines Kindes im Rahmen der Sportart. Dies ist eine Chance, aber auch eine Verantwortung, derer sich der Leiter bewusst sein sollte.

**Swiss Tennis wünscht allen Leitern viel Spass und Freude im Unterricht mit den Kids!**

# Training Book

## Methodischer Hintergrund

### Lernen mit...

«Alle Wege führen nach Rom», so auch beim Lernen der Kompetenzen in den verschiedenen Lernbausteinen, wobei die Wege den individuellen Fähigkeiten, Neigungen und Wünschen der Kinder angepasst werden müssen.

### ... Entdecken

Die Kinder brauchen Freiraum, um Entdecken zu können. Es ist erwiesen, dass Menschen für Dinge stärker belohnt werden, welche sie selber erreicht oder entdeckt haben. «Das Gehirn ist deshalb so gebaut, dass es uns ein gutes Gefühl gibt, wenn wir die Kontrolle über etwas haben» («Wir haben den tiefen Wunsch frei zu sein» Interview von Frederik Jötten mit Tali Sharot (Psychologin und Neurowissenschaftlerin), NZZ am Sonntag 11.6.2017).

*Beispiel:*

*Jeder Lernbaustein wird mit einer Übung «zum Entdecken» eingeleitet.*

### ... Aufgaben

Mit gezielten Aufgaben können sich die Kinder unbewusst und spielerisch (implizites Lernen) neue Fertigkeiten aneignen. Fertigkeiten, welche so erlernt wurden, können später auch unter Druck erhalten bleiben (Gegen die Angst zu versagen, Hartwig Frercks, 2018: Tennissport, Nr. 1 Januar, Februar, März).

*Beispiel:*

#### «Der Turner»: Vorwärtsrotation

- Das Kind versucht dem Leiter, welcher am Netz steht, den Ball in die Füße zu spielen.
- Kind A versucht den Ball so zu spielen (Vorwärtsrotation), dass das Kind B möglichst weit nach hinten laufen muss. Kind B spielt den Ball im Abstieg (Treffpunkt 3) zurück.

### ... Gegensatzerfahrungen

Durch gezielt gegensätzliche Anforderungen können die Übungen variiert werden, so dass Bewegungsmuster bewusst wahrgenommen werden.

*Beispiel:*

#### «Das Lämmchen»: Ball treffen

- Den Ball in ein Ziel an der Wand anspielen (Vorhand links und rechts, beidhändig links und rechts mit/ohne Griffwechsel, Vorhand einhändig und Rückhand ein-/zweihändig).
- Weich (Lämmchen) und hart (Wolf) gegen die Wand spielen.

### ... allen Sinnen

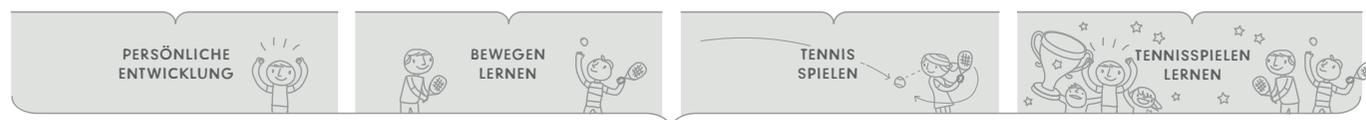
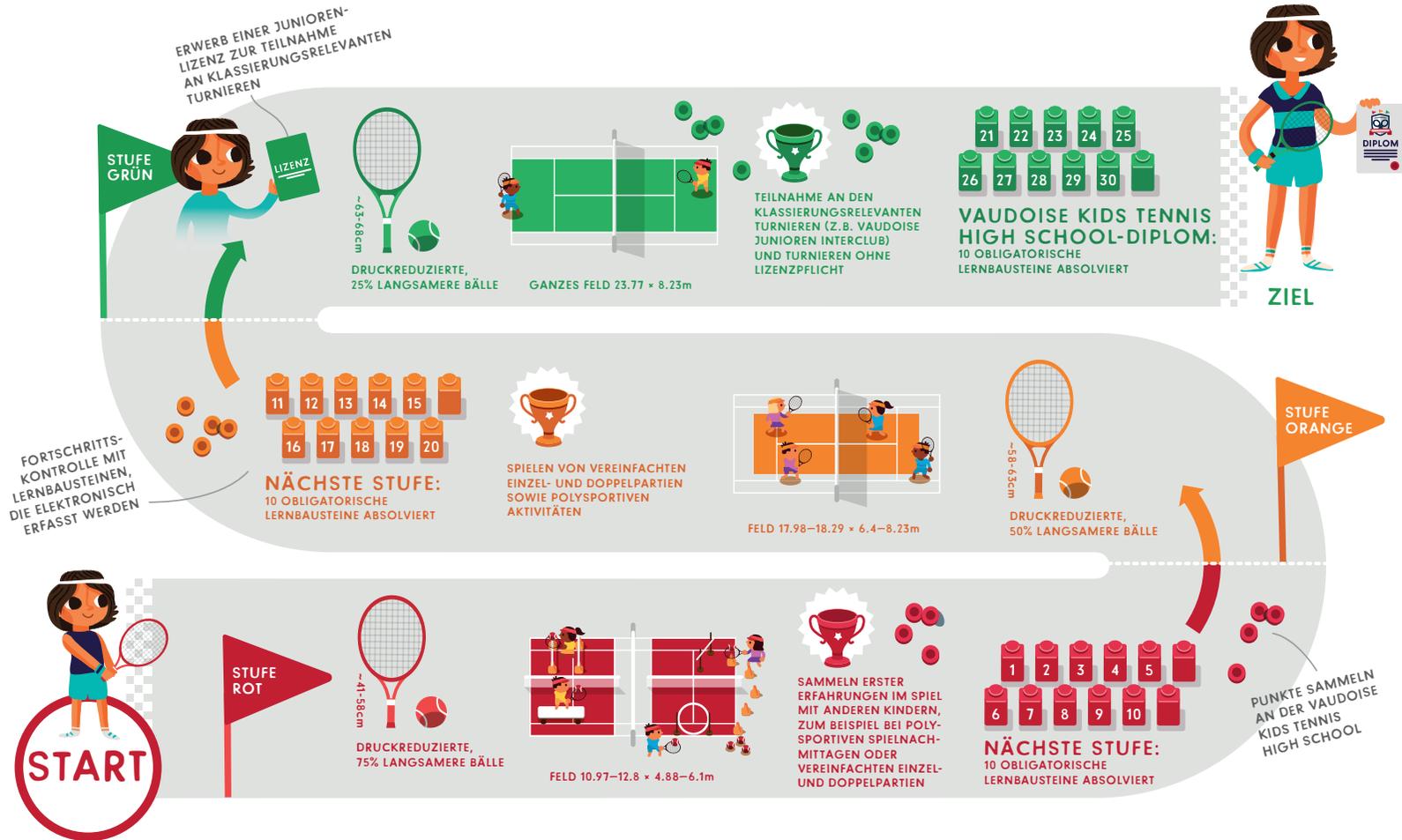
«Die Entwicklung und Verfeinerung der Sinnesorgane ist Voraussetzung für das Lernen von Bewegungsabläufen» (Lernen im Sport, Bewegungslernen, Stadelmann, Willi, 2012: BASPO). Die Wahrnehmung wird durch sehen, fühlen und hören verbessert und verstärkt.

*Beispiel:*

#### «Der Tänzer»: Rhythmisieren

- Das Kind sagt während eines Ballwechsels seinen Rhythmus vom Treffpunkt an: «jetzt/hip/hop/tip/pum/pim» – «und-jetzt/hip-hop/tip-top/pum-pim/eins-zwei»
- Das Kind sagt bei seinem Treffpunkt «hip» und beim gegnerischen «hop».

# Das Vaudoise Kids Tennis Programm



## 80 LERNZIELE

SPIELORIENTIERTES UND VIELSEITIGES TRAINING, AUSGERICHTET AUF 80 LERNZIELE IN VIER AUSBILDUNGSBEREICHEN

# Vaudoise Kids Tennis Ausbildungsprogramm 2015

## 1. Persönliche Entwicklung

Fähigkeiten	KOMPETENZEN PRO STUFE			
	STUFE ROT 1	STUFE ROT 2	STUFE ORANGE	STUFE GRÜN
<b>Ich bin selbständig</b>	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.
<b>Ich bin selbstbewusst und stolz auf meine Leistung</b>	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.
<b>Ich habe Rituale</b>	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.
<b>Ich bin Mitglied der Tennisgruppe</b>	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.
<b>Ich habe Respekt</b>	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.

## 2. Bewegen lernen

Fähigkeiten	KOMPETENZEN PRO STUFE			
	STUFE ROT 1	STUFE ROT 2	STUFE ORANGE	STUFE GRÜN
<b>Ich bin mutig und stark</b>	Ich wage zu balancieren.	Ich bin neugierig auf vielfältige Bewegungs- aufgaben.	Ich nehme die Herausforderungen der verschiedenen Spielsituationen an.	Ich spiele mutig und setze mich im Match durch.
	Ich kann meinen Körper anspannen und entspannen.	Ich beherrsche meinen Körper in Rauf- und Zweikampfspielen.	Ich kräftige meinen Körper.	Ich kenne funktionelle Körperkräftigungsübungen.
<b>Ich bin koordiniert und aufmerksam</b>	Ich kann mit meinen verschiedenen Körperteilen den Ballon/Ball zum Partner zurückspielen.	Ich kann den zugespielten Ball mit verschiedenen Gegenständen zurückspielen.	Ich kann den Ball in verschiedenen Treffpunkten schlagen (steigend, höchster Punkt, sinkend).	Ich kann den Ball in verschiedenen Treffpunkten situationsangepasst schlagen.
	Ich bin ein Ballkünstler.	Ich kann verschiedenartig Bälle werfen und fangen.	Ich kann: – tennisspezifisch Bälle werfen – den Schläger schwingen	Ich kann das Schwingen in Rhythmus und Beschleunigung variieren.
<b>Ich bin leichtfüssig und flink</b>	Ich kann auf verschiedene Arten hüpfen.	Ich kann beidbeinig Seilspringen.	Ich kann auf verschiedene Arten Seilspringen.	Ich kann im Laufen in alle Richtungen Seilspringen.
	Ich reagiere auf verschiedene Reize (akustisch, optisch, taktil).	Ich kann einfache Fangspiele spielen.	Ich bewege mich in Reaktionsspielen mit Richtungswechsel schnell.	Ich beherrsche tennisspezifische Laufformen.

# 3. Tennis spielen

Fähigkeiten	KOMPETENZEN PRO STUFE			
	STUFE ROT 1	STUFE ROT 2	STUFE ORANGE	STUFE GRÜN
<b>Wir spielen miteinander</b>	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.
<b>Wir spielen gegeneinander</b>	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.
<b>Wir spielen Doppel</b>	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
<b>Ich bringe den Ball ins Spiel</b>	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
<b>Wir spielen beide von hinten</b>		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 lang platzieren, so dass der Gegner nicht angreifen kann. – den Gegner mit kurzen Bällen in Schwierigkeiten bringen.
<b>Ich greife an</b>		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.
<b>Ich schliesse den Punkt ab</b>		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 im richtigen Moment angreifen und am Netz in einer grünen Situation sicher vollieren.	Ich kann am Netz sicher vollieren, mich angepasst positionieren und den Punkt abschliessen.
<b>Mein Gegner greift an</b>		Ich kann schwierige Bälle erkennen.	Ich kann schwierige Bälle zurückspielen.	Ich kann defensive Lobs spielen.	Ich kann situationsangepasst Lob oder Passierbälle spielen.

# Die 30 Lernbausteine im Überblick



## Stufe Rot

### 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. Vielfältig mit dem Ball spielen

Das Kind kann mit dem Ball auf verschiedene Arten spielen.

### 3. Bereitschaftsstellung

Das Kind kann aus der Bereitschaftsstellung heraus in alle Richtungen starten, um einen Overball zurückzuspielen.

### 5. Ball treffen

Das Kind kann einen zugespielten Ball mit dem Tennisschläger zurückspielen.

### 6. Treffpunkt

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

### 8. Servieren & Returnieren

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

### 7. Reagieren

Das Kind kann aus einer dynamischen Bereitschaftsstellung einen Ball direkt fangen oder vollieren.

### 10. Spielregeln

Die Kinder können zu zweit selbständig «Games» spielen.

### 9. Platzabdeckung

Das Kind kann angepasst zurückspielen, um rechtzeitig in seine Ausgangsposition zurückzukehren.



## Stufe Orange

### Seilspringen & Körper kräftigen

Das Kind kann beidbeinig und im Laufen Seilspringen und im Kräftigen seinen Körper.

### Weit werfen & Smash spielen

Das Kind kann den Tennisball weit (aufsteigender Kernwurf) werfen und am Netz einen einfachen Smash (abfallender Kernwurf) spielen.

### Vorwärtsrotation

Das Kind kann den Ball von der Grundlinie (oranges Feld) mit Vorwärtsrotation spielen.

### Richtungswechsel

Das Kind bewegt sich wendig und flink in alle Richtungen.

### Ballwechsel

Das Kind kann von der Grundlinie (oranges Feld) 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 & returnieren

Das Kind kann flach oder mit Slice servieren und den Service des Gegners der Geschwindigkeit angepasst returnieren (blocken oder schwingen).

### Rhythmisieren

Das Kind kann den Ballrhythmus bewusst wahrnehmen.

### Verhalten im Match

Das Kind kann sich selbständig auf einen Match vorbereiten und verhält sich fair.

### Angreifen

Das Kind erkennt eine Angriffssituation und greift an.



## Stufe Grün

### Zweite Flugbahn

Das Kind kann von der Grundlinie sicher und wirkungsvoll spielen.

### Sicheres Netzspiel

Das Kind kann am Netz sicher spielen.

### Wirkungsvoller Angriffsball

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

### Defensive Situation

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

### Wirkungsvoll servieren

Das Kind kann sicher und platziert servieren.

### Angepasstes Netzspiel

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

### Angepasste Punkteröffnung

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

### Selbstwahrnehmung

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

### Initiative ergreifen

Das Kind kann das Feld öffnen und seine Chance nutzen.

### Selbstkontrolle

Das Kind kann mit Emotionen umgehen und im Training und den Matches zwischen den Punkten sinnvolle Strategien anwenden.

# Die Lernbausteine

## Übersicht Stufe Rot

Lernbausteine 1-5 = Rot 1  
Das Kind kennt die Gruppenregeln, kann sich auf verschiedene Arten bewegen, ist während des Spiels in der Bereitschaftsstellung, kann Bälle rollen, werfen, fangen und spielen.

Lernbausteine 6-10 = Rot 2  
Die Kinder können miteinander Ballwechsel spielen, einen einfachen Volley, Service und Return spielen, den Platz abdecken und vereinfachte Games spielen.

#	Überbegriff	Beschreibung für Fachperson	Beschreibung für Kinder
1	<b>Gruppenregeln</b>	Das Kind kennt die Regeln in der Trainingsgruppe, hält sie ein und macht in der Tennislektion mit.	<b>Der Zoo</b> Mach mit und sei Teil des Zoos!
2	<b>Hüpfen</b>	Das Kind kann beidbeinig, seitlich hin und her hüpfen.	<b>Der Floh</b> Spring hin und her wie ein Floh!
3	<b>Bereitschaftsstellung</b>	Das Kind kann aus der Bereitschaftsstellung heraus in alle Richtungen starten, um einen Overball zurückzuspielen.	<b>Der Panther</b> Sei bereit wie ein Panther und kämpfe!
4	<b>Vielfältig mit dem Ball spielen</b>	Das Kind kann mit dem Ball auf verschiedene Arten spielen.	<b>Der Seelöwe</b> Spiele und fange den Ball so geschickt wie ein Seelöwe!
5	<b>Ball treffen</b>	Das Kind kann einen zugespielten Ball mit dem Tennisschläger zurückspielen	<b>Das Lämmchen</b> Triff den Ball so sanft und weich, als ob du einem Lämmchen über den Rücken streichelst!
	<b>Teamgeist</b>	Die Kinder positionieren sich nach jedem Schlag nebeneinander auf der Grundlinie.	<b>Die Seepferdchen</b> Schwimme mit deinem Partner nach jedem Schlag zurück in eure Seepferdchenhöhlen!
6	<b>Treffpunkt</b>	Das Kind nimmt den Balltreffpunkt auf dem Tennisschläger bewusst wahr.	<b>Der Habicht</b> Sehe und verfolge den Ball wie ein Habicht seine Beute!
7	<b>Reagieren</b>	Das Kind kann aus einer dynamischen Bereitschaftsstellung einen Ball direkt fangen oder vollieren.	<b>Die Katze</b> Reagiere auf die Bälle wie eine Katze, wenn sie eine Maus fangen will!
8	<b>Servieren &amp; Retournieren</b>	Das Kind kann auf einfache Art und Weise servieren und retournieren.	<b>Der Affe und der Panther</b> Serviere locker wie ein Affe Kokosnüsse wirft und reagiere schnell wie ein Panther beim Return!
9	<b>Platzabdeckung</b>	Das Kind kann, um rechtzeitig in seine Ausgangsposition zurückzukehren, den Ball angepasst zurückspielen.	<b>Die Maus</b> Kehre nach dem Schlag schnell zurück ins Mauselloch und sei bereit für den nächsten Ball!
10	<b>Spielregeln</b>	Die Kinder können zu zweit selbständig «Games» spielen.	<b>Der Fuchs</b> Sei schlau wie ein Fuchs und zähle richtig!
	<b>Teampayer</b>	Die Kinder nehmen sich als Team wahr und positionieren sich auf einer Linie.	<b>Die Pinguine</b> Weiche deinem Pinguinfreund nicht von der Seite!



# Die Lernbausteine

## Übersicht Stufe Orange

Überbegriff	Beschreibung für Fachperson	Beschreibung für Kinder
<b>Seilspringen &amp; Körper kräftigen</b>	Das Kind kann beidbeinig und im Laufen Seilspringen und kräftigt seinen Körper.	<b>Der Boxer</b> Spring Seil und werde kräftig wie ein Boxer!
<b>Weit werfen &amp; Smash spielen</b>	Das Kind kann den Tennisball weit (aufsteigender Kernwurf) werfen und am Netz einen einfachen Smash (abfallender Kernwurf) spielen.	<b>Der Speerwerfer</b> Wirf den Ball so weit und hoch wie möglich und schlage den Ball über Kopf, wie ein Speerwerfer seinen Speer in den Rasen!
<b>Richtungswechsel</b>	Das Kind bewegt sich wendig und flink in alle Richtungen.	<b>Der Basketballer</b> Bewege dich flink wie ein Basketballspieler!
<b>Vorwärtsrotation</b>	Das Kind kann den Ball von der Grundlinie (oranges Feld) mit Vorwärtsrotation spielen.	<b>Der Turner</b> Lass den Ball so drehen wie ein Turner, der einen Vorwärtssalto macht!
<b>Ballwechsel</b>	Das Kind kann von der Grundlinie (oranges Feld) einen sicheren Ballwechsel spielen.	<b>Die Tenniswand</b> Spiel den Ball zurück, als ob du eine Tenniswand wärst!
<b>Ampel</b>	Das Kind erkennt die verschiedenen Spielsituationen (Metapher «Ampel» rot, gelb oder grün) und kann den Ball angepasst zurückspielen.	<b>Der Schachspieler</b> Spiel vorausschauend und schlau wie ein Schachspieler!
<b>Rhythmisieren</b>	Das Kind kann den Ballrhythmus bewusst wahrnehmen.	<b>Der Tänzer</b> Nimm den Rhythmus des Balles wahr, wie ein Tänzer die Musik!
<b>Differenziert servieren &amp; retournieren</b>	Das Kind kann flach oder mit Slice servieren und den Service des Gegners der Geschwindigkeit angepasst retournieren (block oder schwingen).	<b>Der Handballer</b> Serviere geschickt wie der Penaltyschütze und retourniere souverän wie der Torwart!
<b>Angreifen</b>	Das Kind erkennt eine Angriffssituation und greift an.	<b>Der Fechter</b> Greife leichtfüssig und klug an wie ein Fechter!
<b>Verhalten im Match</b>	Das Kind kann sich selbständig auf einen Match vorbereiten und verhält sich fair.	<b>Der Profi</b> Verhalte dich vor und im Match wie ein Tennisprofi!
<b>Doppel spielen</b>	Die Kinder können im Team Verantwortung übernehmen und mit dem Return angreifen.	<b>Die Synchronschwimmer</b> Harmoniere mit deinem Partner, wie Synchronschwimmer dies tun!



Das Kind bringt die nötigen Kompetenzen mit, um offizielle lizenzierte Matches zu bestreiten und verfügt mindestens über ein Spielniveau von R9. Dies beinhaltet einerseits, dass es sicher servieren und retournieren sowie regelmässig Vor- und Rückhand mit Vorwärtsrotation spielen kann und die verschiedenen Spielsituationen erkennt. Andererseits kann es die Tennisregeln (Zählweise) in Matches anwenden und verhält sich fair.

# Die Lernbausteine

## Übersicht Stufe Grün

Überbegriff	Beschreibung für Fachperson	Beschreibung für Kinder
<b>Zweite Flugbahn</b>	Das Kind kann von der Grundlinie sicher und wirkungsvoll spielen.	<b>Der Grundlinienspieler</b> Deine Grundschläge sind sicher und drängen den Gegner weit nach hinten!
<b>Sicheres Netzspiel</b>	Das Kind kann am Netz sicher spielen.	<b>Der Netzspieler</b> Volliere und schmettere sicher!
<b>Defensive Situation</b>	Das Kind kann den Ball in einer defensiven Spielsituation angepasst zurückspielen.	<b>Der Verteidigungskünstler</b> Bleib in der Defensive im Spiel und gewinne Zeit!
<b>Wirkungsvoller Angriffsball</b>	Das Kind kann einen wirkungsvollen Angriffsball spielen und die Netzposition einnehmen.	<b>Der Angreifer</b> Greif wirkungsvoll an, so dass du dem Gegner Zeit wegnimmst!
<b>Angepasstes Netzspiel</b>	Das Kind kann in den verschiedenen Situationen am Netz angepasst zurückspielen und/oder den Punkt abschliessen.	<b>Der Netzkünstler</b> Bereite den Punkt mit einem Volley vor und/oder schliesse ihn damit ab!
<b>Wirkungsvoll servieren</b>	Das Kind kann sicher und platziert servieren.	<b>Der Servierende</b> Platziere deine Services sicher!
<b>Selbstwahrnehmung</b>	Das Kind kontrolliert und «spürt» die Länge seiner Schläge.	<b>Der Grundlinienkünstler</b> Spür die Länge deiner Schläge!
<b>Angepasste Punkteröffnung</b>	Das Kind kann bei der Punkteröffnung (Service und Return) den Punkt diktieren oder den Gegner neutralisieren.	<b>Der Service- und Returnkünstler</b> Diktiere oder neutralisiere bei der Punkteröffnung das Spiel!
<b>Initiative ergreifen</b>	Das Kind kann das Feld öffnen und seine Chance nutzen.	<b>Der Aktive</b> Öffne das Feld und nutze deine Chance!
<b>Selbstkontrolle</b>	Das Kind kann mit Emotionen umgehen und im Training und den Matches zwischen den Punkten sinnvolle Strategien anwenden.	<b>Der Coole</b> Spüre deine Emotionen und denke in schwierigen Situationen positiv!
<b>Die Doppelspieler</b>	Die Kinder sind mutig und finden vor und während des Ballwechsels die angepassten Positionen.	<b>Die Doppelkünstler</b> Sei mutig und finde mit deinem Partner die angepassten Positionen vor und während des Ballwechsels.



Das Kind kann den Service platzen und mit Rotation ins Feld spielen. Den Return kann es lang zurückspielen und bei genügend Zeit platzen. Des Weiteren kann es in roten Spielsituationen angepasst mit Rotation zurückspielen, in einer grünen Spielsituation die Initiative ergreifen, sich am Netz angepasst positionieren und wirkungsvoll vollieren. Wenn der Gegner angreift, kann es aus leichtem Lauf links oder rechts am Gegner vorbei spielen.

# Rote Stufe

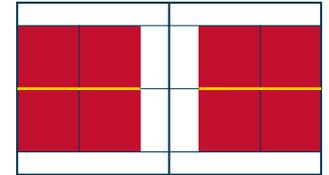


# Gruppenregeln

Hier gehts  
zum Video:



Rot 1



Beschreibung für Leiter



## Gruppenregeln

Das Kind kennt die Regeln in der Trainingsgruppe, hält sie ein und macht in der Tennislektion mit.

Beschreibung für Kinder



## Der Zoo

Mach mit und sei Teil des Zoos!

Verwandte Lernbausteine



## Der Profi

Verhalten im Match



## Der Coole

Selbstkontrolle

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich

**Persönliche Entwicklung**

Fähigkeit

**Ich habe Rituale.**

Kompetenz / Lernziel

**Ich kenne die Gruppenrituale am Anfang und am Ende der Lektion.**

Bewegungsgrundformen



■ Laufen, Springen

■ Balancieren

■ Rollen, Drehen

■ Klettern, Stützen

■ Schaukeln, Schwingen

■ Rhythmisieren, Tanzen

■ Werfen, Fangen

■ Kämpfen, Raufen

■ Rutschen, Gleiten

■ weitere Formen

## Entdecken



Der Leiter und die Kinder begrüßen und verabschieden sich mit einem «Tennishandshake» oder «High five» mit Blick in die Augen und der Frage: «Wie geht es dir?» Zusätzlich können sich die Kinder mit dem bereitgestellten Material (Springseil, Leiter, Ballone) selber beschäftigen und ihrer Fantasie freien Lauf lassen.

## Aufwärmrituale



- «Balltransport» Zwei Teams stehen sich auf der Grundlinie des Tennisfeldes gegenüber. Die vordersten Kinder transportieren mit dem Tennisschläger jeden Ball einzeln Richtung Netz und übergeben den Ball beim Netz. Gewonnen hat das Team, welches zuerst alle Bälle auf die andere Seite transportiert hat.
- «Sitzecke»: Der Leiter begrüsst die Kinder sitzend oder schon spielend. Sobald alle Kinder bereit sind, beginnt er die Lektion mit einer einleitenden Geschichte (mögliche Themen: Zoo, Reitstall, Entdeckungsreise) oder fährt mit einer offenen Bewegungsaufgabe fort.
- «Bewegungslandschaften»: Eine Bewegungslandschaft mit ein bis vier Stationen, die einen hohen Aufforderungscharakter zum Bewegen und Ausprobieren hat:
  - Station im Zirkus «Gleichgewichtsfähigkeit»: Balancieren über einen Holzbalken/eine Bank/grosse Steine, Rutschen, Gleiten mit Teppichresten auf glattem Boden
  - Station im Zoo mit den Tigern «Kräftigung des Oberkörpers»: zu zweit: Tauziehen, «Schubkarren» stossen, einen Volleyball/Fussball/Basketball mit gebeugten Beinen und aufrechtem Rücken vom Boden heben und einarmig wegstossen, kämpfen (Panther)
  - Station im Tanzkurs «Rhythmisierungsfähigkeit»: Hüpf- und Sprungparcours mit Reifen, Hütchen oder kleinen Hürden legen. Musik laufen lassen oder der Leiter spielt mit Hölzchen/Tamburin Rhythmen und die Kinder bewegen sich dazu.
  - Station am Vulkan «Rollen und Drehen»: Hindernisparcours mit Purzelbaum (schiefe Ebene), unter einer Bank durchkriechen, Luftsprung mit halber Körperdrehung.

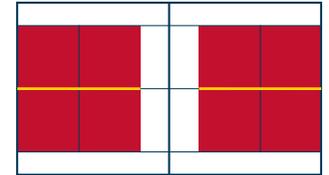


# Gruppenregeln

Hier gehts  
zum Video:



Rot 1



- «Herumliegende Bälle oder anderes Handmaterial»: Auf dem Spielfeld verteilt der Leiter fliegende und rollende Objekte (Ballone, Bälle, Reifen), welche er zu Beginn der Stunde nutzen möchte. Dieses Material soll die Fantasie der Kinder anregen und zum Ausprobieren animieren.

## Abschlussrituale



- Die Kinder bilden einen grossen Kreis, alle legen ihren Tennisschläger auf den Boden, in der Mitte liegen rote Tennisbälle. Auf «Go» rennen alle in die Mitte und dürfen einen Tennisball mitnehmen. Wenn alle Tennisbälle weg sind, darf bei den anderen Kindern gestohlen werden. Das Spiel ist beendet, sobald ein Kind drei Bälle auf dem Tennisschläger hat.
- Rot 1: Der Leiter erzählt den Kindern das Ende der am Anfang der Stunde begonnenen Geschichte.
- Rot 2: Die Gruppe klatscht gemeinsam einen Rhythmus (Rhythmus mit verschiedenen Tieren verbinden): Bär: auf Oberschenkel klatschen, Frosch: in die Hände klatschen
- Rot und Orange:
  - «Giftige Ameisen»: Die Kinder rennen von A nach B (Hallenbreite) und der Leiter versucht sie dabei mit rollenden oder fliegenden Schaumstoffbällen (giftige Ameisen) zu treffen. Wer getroffen wird, muss sich hinlegen, kann aber durch die Berührung eines anderen Kindes befreit werden und weiterrennen.
  - «Feuer-Donner-Blitz»: Im Kleinfeld werden die verschiedenen Linien bezeichnet: rechte Einzellinie = Feuer, Mittellinie = Donner, linke Seitenlinie = Blitz. Die Kinder stellen sich gemeinsam auf einer Linie auf. Der Leiter sagt an: «Feuer, Donner oder Blitz». Die Kinder rennen so schnell als möglich zur entsprechenden Linie.
- Rot, Orange und Grün: Ideal um eine Gruppendynamik zu erzeugen. Spielstärke, Geschlecht und Alter unabhängig! Der Leiter führt mit den Kindern folgende Übung dreimal durch: Sechs Sekunden Tapping (mit maximaler Geschwindigkeit an Ort laufen), danach zwölf Sekunden die Brett-Stellung halten (liegende-stützähnliche Position, Unterarme bleiben am Boden).
- Orange und Grün: Zwei bis drei Minuten die Beine gegen eine Wand hochlagern (globales Stretching/cool down).

## Anmerkungen

- Die ausgewählten Stationen sollen mehrmals angeboten werden, denn nur Wiederholung garantiert einen Lerneffekt und bringt die angestrebten Erfolgserlebnisse!
- Sowohl die Aufwärm- als auch Abschlussrituale sind für den Gemeinschaftssinn wie auch für die Organisation wichtig.
- Das Material ist schon vor der Lektion bereit.
- Möglichkeiten schaffen, dass vor und nach der Lektion frei gespielt werden kann.

Testform zum Lernbaustein



## Subjektive Beurteilung

Der Leiter beobachtet die Kinder während der Lektion und stellt fest, ob das Kind das gewünschte Sozialverhalten (Regeln, Respekt, Rituale und Umgang) einhält und sich aktiv an Aufwärm-/Abschlussritualen beteiligt.

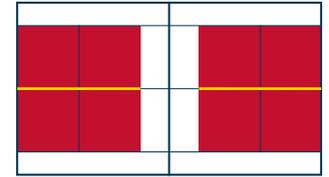


# Hüpfen

Hier gehts zum Video:



Rot 1



Beschreibung für Leiter



## Hüpfen

Das Kind kann beidbeinig seitlich hin und her hüpfen.

Beschreibung für Kinder



## Der Floh

Spring hin und her wie ein Floh!

Verwandte Lernbausteine



## Der Boxer

Seilspringen und Körper kräftigen



## Der Basketballer

Richtungswechsel

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich

**Bewegen lernen**

Fähigkeit

**Ich bin leichtfüssig und flink.**

Kompetenz / Lernziel

**Ich kann auf verschiedene Arten hüpfen.**

Bewegungsgrundformen



■ Laufen, Springen

■ Balancieren

■ Rollen, Drehen

■ Klettern, Stützen

■ Schaukeln, Schwingen

■ Rhythmisieren, Tanzen

■ Werfen, Fangen

■ Kämpfen, Raufen

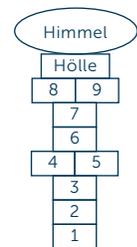
■ Rutschen, Gleiten

■ weitere Formen

## Entdecken



- Einstiegsfrage «wie springen/hüpfen Tiere?» stellen.  
Mit Hilfe der Vorstellungskraft sollen Kinder lernen auf verschiedene Arten zu springen und zu hüpfen:
  - Flohsprung: Kauerstellung, Hände am Boden, Beine gespreizt, die Arme zwischen den Beinen, Sprung in die Höhe, weiche Landung.
  - Kängurusprung: Aufrechte Haltung, an Ort hoch springen, Knie hochziehen, weiche Landung.
  - Froschsprung: Kauerstellung, Hände weit vom Körper am Boden, im Sprung in die Höhe, die Beine strecken, Kauerstellung zum weichen Landen.
  - Hasensprung: Kauerstellung, Körpergewicht nach vorne verlagern, Sprung in die Weite, auf den Händen landen, Beine nachziehen.
  - Affensprung: Fantasiesprünge der Kinder aufnehmen und von allen springen lassen.
- Hüpfspiele
  - «Himmel und Hölle»: Jeweils einbeinig ins Viereck hüpfen bei 1, 2, 3, 6 und 7 – Grätsche bei 4/5 und 8/9 – Hölle überspringen zu Himmel, Fusswechsel und halbe Drehung.  
V Auf gleiche Art und Weise, auf dem anderen Fuss zurück.
  - «Gummi-Twist»: Das drei Meter lange, zu einem «Kreis» geknüpft Gummiband wird um die Füsse (Knöchelhöhe/Kniehöhe) von A und B gespannt und gedehnt. A und B schauen sich an. C hüpfert nun in, auf oder zwischen diesem Gummiband in vorher verabredeten Rhythmen/Schrittmustern. Oft wird dazu ein Spruch aufgesagt.



Hüpfspiel «Himmel und Hölle»



Hüpfspiel «Gummi-Twist»

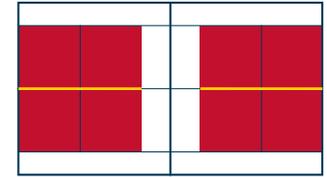


# Hüpfen

Hier gehts zum Video:



Rot 1



## Übungs- und Spielvorschläge

- Der Leiter zeigt vor, die Kinder ahmen nach. Hüpfen:
  - an Ort (federnd) / beidbeinig / vorwärts/rückwärts links/rechts / im Viereck, im Dreieck
  - mit Verwendung von verschiedenem Material (Hölzchen, Seil, Leiter, Hürden).
- Die Kinder hüpfen an Ort und legen auf ein bestimmtes Zeichen des Leiters einen Sprint nach vorne ein.
- Über eine Linie/Hölzchen seitwärts hin- und herspringen und auf ein Handzeichen einen Sprint nach links oder rechts einlegen.
- «Musikstopp»: Die Kinder rennen verschiedene Tiere imitierend auf dem Feld umher. Jedes Tier hat seinen typischen Gang. Der Leiter unterstützt die Bewegungsvorstellung durch das Taktgeben mit zwei Hölzchen, einem Tamburin oder Klatschen der Hände:
  - Schnelles, leises Zusammenschlagen der Klanghölzer = Dribbeln der Mäuse; langsames, lautes Schlagen des Tamburins = Stampfen der Elefanten; zügiges klares Klatschen = Rehe; regelmässiges, mittelschnelles Klatschen = seitwärts laufen der Krebse
  - Sobald die Musik aufhört, bewegt sich niemand mehr (Bewegung einfrieren oder alle sitzen auf ihren Po und strecken die Füsse/Hände in die Luft).
  - ✓ Reifen (Mauselöcher, Insel, Nest) auf dem Spielfeld verteilen. Sobald der Leiter mit dem Rhythmusgeben aufhört, rennen die Kinder zu einem Reifen (Die Tiere rennen auf dem Feld umher. Sobald Gefahr lauert, verschwinden sie in ihre Schutzzone).
  - ✓ Verschieden farbige Reifen verwenden: Sobald der Leiter mit dem Rhythmusgeben aufhört, sagt er eine Farbe an und die Kinder rennen zum entsprechenden Reifen.
  - ✓ Zum Reifen rennen und dreimal hinein und hinaus springen.

### Anmerkungen

*Kurze Kontaktzeiten (schnell hochspringen, wie ein Fussball vom Boden).*

*Lautlose Füsse (leise sein, wie eine Vogelfeder auf dem Boden landet).*

*Flüssige Bewegungen (geschmeidig bewegen wie eine Katze).*

### Testform zum Lernbaustein

- **Objektive Beurteilung** Das Kind springt während 15 Sekunden seitlich über ein Springseil oder Hölzchen hin und her (zwei Versuche). Bei Fehlversuchen (nicht beidbeinig) wird wiederholt. Es zählt die Summe der beiden Versuche. Wenn das Kind den Durchschnittswert seiner Altersklasse erreicht, hat es den Lernbaustein erfüllt.
- **Subjektive Beurteilung** Der Leiter beurteilt das beidbeinige, seitliche Hüpfen der Kinder. Dabei achtet er auf den Bewegungsfluss (Harmonie), die Bewegungsschnelligkeit (Frequenz) und die Bewegungsqualität (Leichtfüssigkeit/Schnelligkeit).

#### Wertungstabelle zur Testform

Alter	5	6	7	8	9
gut	40	50	55	65	75
durchschnittlich	25	37	43	48	61

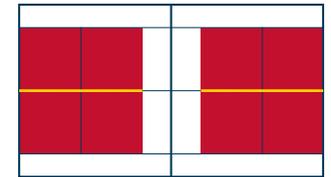
3

# Bereitschaftsstellung

Hier gehts zum Video:



Rot 1



Beschreibung für Leiter



## In der Bereitschaftsstellung sein

Das Kind kann aus der Bereitschaftsstellung heraus in alle Richtungen starten, um einen Overball zurückzuspielen.

Beschreibung für Kinder



## Der Panther

Sei bereit wie ein Panther und kämpfe!

Verwandte Lernbausteine



## Der Affe und der Panther

Servieren & Retournieren



## Der Handballer

Differenziert Servieren & Retournieren

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich

**Bewegen lernen**

Fähigkeit

**Ich bin leichtfüssig und flink.  
Ich bin mutig und stark.**

Kompetenz / Lernziel

**Ich reagiere auf verschiedene Reize (akustisch, optisch, taktil).  
Ich beherrsche meinen Körper.**

Bewegungsgrundformen



■ Laufen, Springen

■ Balancieren

■ Rollen, Drehen

■ Klettern, Stützen

■ Schaukeln, Schwingen

■ Rhythmisieren, Tanzen

■ Werfen, Fangen

■ Kämpfen, Raufen

■ Rutschen, Gleiten

■ weitere Formen

## Bereitschaftsstellung | Entdecken



- Die Kinder bilden Zweier-Teams, Kind A steht in der Bereitschaftsstellung und Kind B wirft den Ball zwischen den Beinen durch oder über den Kopf. Kind A muss den Ball stoppen oder fangen.
- Die Kinder spielen mit einem Miniunihockeyschläger, einer Schwimmnudel oder einem Tennisschläger und einem Unihockeyball oder Tennisball auf verschiedene Tore (Hürden, zwei Kegel mit einer Querstange), welche kreuz und quer auf dem Spielfeld aufgestellt sind. Wie viele Tore können erzielt werden?

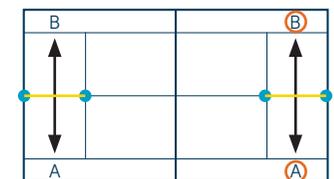
## Bereitschaftsstellung | Übungs- und Spielvorschläge



- Zwei Kinder rollen einen Overball mit dem Tennisschläger zwischen zwei Kegeln und einer Querstange hin und her (mit oder ohne Abstoppen des Balles). Wie oft schaffen sie es (Skizze 1)?
  - ✓ Nach jedem Rollen in den Reifen (Mauseloch) zurückkehren (Skizze 2).
  - ✓ Schaffen sie es auch, wenn zwischen den beiden Kegeln ein weiterer Kegel steht, der nicht getroffen werden darf?
  - ✓ Gleiche Installation, aber mit Seitenbänden (umgekippte Bank auf beiden Seiten / Low T-Ball): Wie verändern die Seitenbänder das Spiel?
- Reaktionsübungen aus der Bereitschaftsstellung: Das Kind reagiert auf einen akustischen (Klatschen), optischen (Ball fällt auf den Boden) oder taktilen (Kind wird mit dem Tennisschläger am Rücken berührt) Reiz und setzt sich schnellstmöglich in Bewegung.
  - ✓ Starts aus verschiedenen Positionen: Stehend, liegend, sitzend, Rücken zur Laufrichtung stehend.
  - ✓ Start aus der Bereitschaftsstellung: Der Leiter lässt zwei Meter vor dem Kind einen Ball fallen, welchen dieses fangen muss.

Skizze 1

Skizze 2



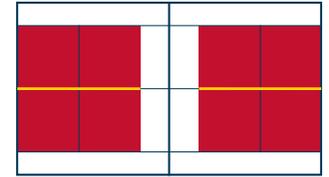


# Bereitschaftsstellung

Hier gehts zum Video:



Rot 1



- Sich gegenseitig ausspielen: Low T-Ball Match
- Zwei Kinder stehen vis-à-vis (ohne, mit Netz): Der Leiter rollt Kind A den Overball kurz zu oder spielt mit einem Schaumstoffball einen Stoppball. A erläuft den Ball und spielt gegen B den Punkt aus.
- Ball rollen: Rundlauf (Regeln wie Ping Pong Rundlauf) oder Doppelmatch (als Team handeln).

## Anmerkungen

*Schläger (Tennis/Unihockey) mit zwei Händen halten (beide Hände berühren sich). Kurze Ausholbewegungen. Dosierte, gezielte Schläge.*

*Unterscheiden zwischen einfacher (Start auf einen Pfiff) Wahlreaktion («Tag/Nacht») und komplexer motorischer Reaktion (im Doppel: Verhalten des Partners und der Gegner).*

## Rauf- und Zweikampfformen | Entdecken

- Berührungskampf: Das Kind versucht möglichst oft Körperteile des Gegners zu berühren und Gegentreffer zu vermeiden (Skizze 3).

Skizze 3



## Rauf- und Zweikampfformen | Übungs- und Spielvorschläge

- In den Teich ziehen: Die Gegner fassen sich an beiden Händen und versuchen sich gegenseitig in den Teich (Reifen, Matte) zu ziehen.
- Hahnenkampf: Die Kinder halten ihre Hände vor der Brust verschränkt und versuchen sich auf einem Bein stehend gegenseitig aus dem Gleichgewicht zu bringen.
- «Sumoringen» mit geschlossenen Augen: Das Kind stellt sich in der Bereitschaftsstellung auf und schliesst die Augen. Der Gegner versucht es mit leichtem Stossen (an Schultern und Rücken) aus dem Gleichgewicht zu bringen.

## Anmerkungen

*Fairplay. Der Kampf muss sofort beendet werden, wenn ein Kind «Stopp» ruft!*

Testform zum Lernbaustein

- **Objektive Beurteilung** Das Kind kann mit dem Leiter den Overball zehnmal zwischen den beiden Kegeln und der Querstange hindurchrollen (ohne Abstoppen des Balles).
- **Subjektive Beurteilung** Der Leiter beobachtet das Kind über mehrere Lektionen und beurteilt, ob es angepasst und schnell reagiert (schnell wie ein Panther). Er achtet dabei auf die Reaktionsschnelligkeit, die Ballabschätzung und das Timing.

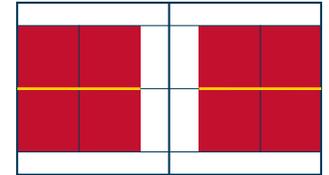


# Vielfältig mit dem Ball spielen

Hier gehts zum Video:



Rot 1



Beschreibung für Leiter



## Vielfältig mit dem Ball spielen

Das Kind kann mit dem Ball auf verschiedene Arten spielen.

Beschreibung für Kinder



## Der Seelöwe

Spieler und fange den Ball so geschickt wie ein Seelöwe!

Verwandte Lernbausteine



## Das Lämmchen

Ball treffen



## Der Habicht

Treffpunkt

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich

**Bewegen lernen**

Fähigkeit

**Ich bin koordiniert und aufmerksam.**

Kompetenz / Lernziel

**Ich bin ein Ballkünstler.**

Bewegungsgrundformen



Laufen, Springen

Balancieren

Rollen, Drehen

Klettern, Stützen

Schaukeln, Schwingen

Rhythmisieren, Tanzen

Werfen, Fangen

Kämpfen, Raufen

Rutschen, Gleiten

weitere Formen

## Entdecken



- Freies Spiel. Die Kinder sollen selber herausfinden, was sie mit verschiedenen Spielgeräten\* ausprobieren können. Sie können dem Leiter Ideen zeigen und die anderen Kinder ahmen nach.

Regel: Jede Idee/Aufgabe soll mindestens sechsmal ausgeführt werden, bevor dem Leiter eine neue vorgestellt werden kann.

Mögliche Ausgangssituationen (vgl. Gruppenregeln):

- ✓ Es liegen \*Luftballone, \*Bälle und \*Kegel auf dem Spielfeld herum und die Kinder können sich das Spielgerät selber aussuchen.
- ✓ Der Leiter gibt jedem Kind einen unterschiedlichen Ball.

## Übungs- und Spielvorschläge

- Der Leiter stellt den Kindern Bewegungsaufgaben. Die Kinder versuchen zuerst die Aufgabe alleine zu lösen und üben die Fertigkeit.
  - Einen oder mehrere Luftballone mit verschiedenen Körperteilen hochspielen.
  - Einen Luftballon auf der Nase jonglieren (Seelöwe) und zusätzlich mit beiden Händen einen Kids Tennis High School Ball am Boden prellen (Skizze 1).
  - Einen Ball rollen oder auf den Boden fallenlassen und mit ausgestreckten Armen fangen (Krokodil oder Sandwich).
  - Einen Ball fortlaufend am Boden prellen (rechts, links, abwechselnd, im Stehen oder im Laufen).
  - Einen Ball so stark wie möglich auf den Boden werfen/prellen (Prellwurf) und möglichst hoch fangen.
  - Mit dem Tennisschläger oder sonstigem Gegenstand einen Ball hochspielen (Kontrollschlag mit/ohne Bodenkontakt).

Skizze 1

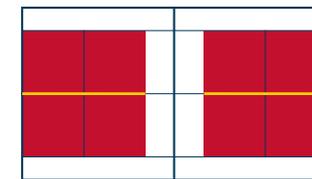


# Vielfältig mit dem Ball spielen

Hier gehts  
zum Video:



Rot 1



– Verschiedene Bälle einhändig oder beidhändig aus einer seitlichen Position von unten in ein Ziel werfen (gegen ein Gitter, eine Blache, in einen Reifen, Eimer), siehe Skizze 2.

– Einen Ball gegen eine Wand werfen und direkt/nach einer Bodenberührung fangen.

– Vorherige Aufgaben plus Zusatzübung wie Boden berühren, ganze Drehung, mit der nichtdominanten Hand durchführen.

– Zwei bis drei farbige Jongliertücher mit den Händen jonglieren.

– Einen Wasserball oder Schaumstoffball mit den Händen, dem Fuss, dem Knie, der Schulter oder dem Kopf jonglieren.

- Zwei Kinder werfen sich seitlich einen Ball (seitwärts wie Krebse) übers Netz zu und versuchen ihn direkt/nach einer Bodenberührung zu fangen: Wie oft schaffen sie es?

✓ Sich gegenseitig im roten Feld ausspielen (Match).

✓ Fussballtennis mit einem Wasserball/Schaumstoffball übers Netz spielen.

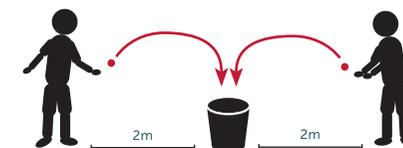
- Die Kinder werfen sich einen Ball zu, danach werfen sie sich selber den zweiten Ball mit der nichtdominanten Hand auf und fangen ihn wieder (Sandwich).

✓ Seitenlinien abwechselnd berühren.

✓ Kegel nach Wurf umkreisen.

- Einen Ball mit unterschiedlichen Gegenständen fangen (Reifen mit Netz, Schläger mit Netz, Kegel).
- Einen Ball auf verschiedenen Höhen fangen.
- Mit unterschiedlich springenden Bällen spielen.
- Den Ball nach dem 1., dem 2. Absprung oder direkt fangen.
- Eine Zahl oder einen Buchstaben auf dem Ball lesen.
- Einen Crazyball nach dem 1./2. Aufprall fangen.

Skizze 2



## Anmerkungen

Der Leiter beobachtet das Geschehen und/oder spielt selber mit und kann neue Impulse geben.

Der Leiter ist Ansprechpartner und die Kinder können ihm ihre Ideen zeigen.

Testform zum Lernbaustein

**Objektive Beurteilung** Das Kind kann den vom Leiter zugeworfenen Tennisball zweihändig fünfmal ohne Fehler hintereinander fangen und zurückwerfen. Der Ball muss vorher einmal auf dem Boden aufprallen.

- **Subjektive Beurteilung** Das Kind zeigt dem Leiter ein selbstgewähltes Kunststück mit einem Ball oder mehreren Bällen vor. Der Leiter achtet auf den Schwierigkeitsgrad, die Kreativität und die Bewegungsqualität.

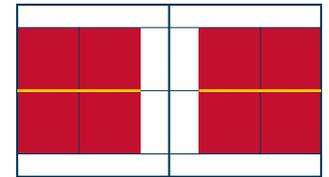


# Ball treffen

Hier gehts zum Video:



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, Rauten

Rutschen, Gleiten

weitere Formen

## Entdecken

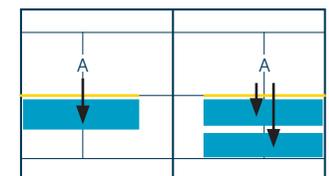
- Die Kinder spielen alleine mit unterschiedlichen Schlägern (Badminton, Tischtennis, Tennis, Padel, Squash, Streeracket, Speckbrett, Beachball-Schläger) und unterschiedlichen Bällen auf alle möglichen Arten.

## Übungs- und Spielformen

- Jedes Kind spielt für sich, mit einem Kinderschläger oder Holzschläger sowie angepassten Bällen.
  - Den Ball zwischen Racket und Hand einklemmen, fallen lassen und wieder fangen (Krokodil oder Sandwich).
  - Kontrollschläge mit der Vorhand und Rückhand sowie abwechselnd mit der Vorhand/Rückhand spielen (mit links und rechts).
  - Vorhand links und rechts spielen (Handwechsel).
  - Mit je einem Schläger in der Hand den Ball abwechselungsweise links und rechts hochspielen (Kontrollschläge).
  - Den Ball in ein Ziel an der Wand anspielen (Vorhand links und rechts, beidhändig links und rechts mit/ohne Griffwechsel, Vorhand einhändig und Rückhand ein-/zweihändig).
    - Den Ball fortlaufend gegen die Wand spielen.
    - Weich (Lämmchen) und hart (Wolf) gegen die Wand spielen.
  - Den Ball von unten übers Netz in die Microzone (Skizze 1) und dann in verschiedene Zonen (kurz/lang) spielen (Skizze 2).

Skizze 1

Skizze 2



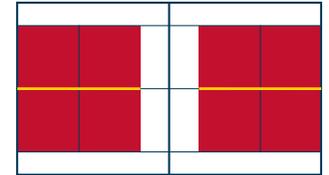


## Ball treffen

Hier gehts  
zum Video:

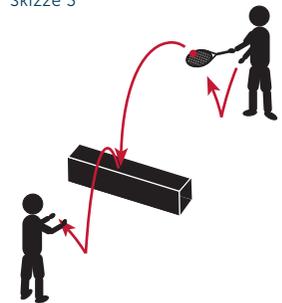


Rot 1



- Vorhand mit der nichtdominanten Hand spielen. Zuspiel im ganzen kleinen Feld.
  - ✓ Den Ball nur Vorhand mit der nichtdominanten Hand zurückspielen.
  - ✓ Distanz zum Netz vergrössern: Wie weit weg vom Netz kommt das Kind ohne Kontrollverlust mit der nichtdominanten Hand?
  - ✓ Abwechslungsweise Vorhand mit der nichtdominanten Hand und Rückhand beidhändig spielen.
- Die Kinder stehen sich zu zweit ohne Netz mit einer Distanz von einem bis drei Meter gegenüber und spielen sich abwechslungsweise mit dem Tennis- oder Holzschläger den Ball zu.
  - ✓ Abwechslungsweise senkrecht hochspielen (mit Reifen als Ziel).
  - ✓ Über eine grössere Distanz mit oder ohne Tennisschläger (mit Bank oder Holzkasten als Ziel) spielen (Skizze 3).
  - ✓ Über eine gespannte Leine spielen.
  - ✓ Übers Netz spielen.
- Pingpong Doppel: Die Kinder spielen im roten Feld um Punkte. Der Ball muss von unten ins gegnerische Feld geworfen werden und die Spieler wechseln sich innerhalb des Teams mit werfen und fangen ab.
  - ✓ In einem kleineren/grösseren Feld spielen.
  - ✓ Verschiedene Bälle verwenden.

Skizze 3



### Anmerkungen

Den Ball vorne treffen (Ball – Schläger – Körper).

Einfache, kurze Bewegung.

Tiefe Bereitschaftsstellung – Schritt zum Ball.

Gegensatzerfahrungen sammeln.

Testform zum Lernbaustein



**Objektive Beurteilung**

Das Kind kann einen vom Leiter zugespielten Ball im Wechsel mit der Vorhand und der Rückhand zehnmal im Microfeld übers Netz spielen (siehe Skizze 1). Das Kind hat drei Versuche.

**Subjektive Beurteilung**

Das Kind kann den Ball mit dem Tennisschläger abwechslungsweise mit der linken, bzw. mit der rechten Hand über das Netz ins Microfeld spielen.

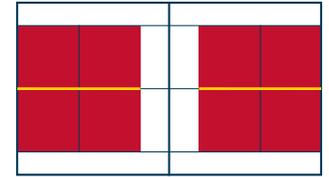


# Teamgeist

Hier gehts zum Video:



Rot 1



Beschreibung für Leiter



## Teamgeist

Die Kinder positionieren sich nach jedem Schlag nebeneinander auf der Grundlinie.

Beschreibung für Kinder



## Die Seepferdchen

Schwimme mit deinem Partner nach jedem Schlag zurück in eure Seepferdchenhöhlen!

Verwandte Lernbausteine



## Die Pinguine

Teamplayer



## Die Synchronschwimmer

Doppel spielen

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich

Tennis spielen

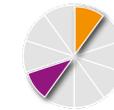
Fähigkeit

Wir spielen Doppel.

Kompetenz / Lernziel

Wir können mit Ballrollen einen Doppelpatch spielen.

Bewegungsgrundformen



■ Laufen, Springen

■ Balancieren

■ Rollen, Drehen

■ Klettern, Stützen

■ Schaukeln, Schwingen

■ Rhythmisieren, Tanzen

■ Werfen, Fangen

■ Kämpfen, Rauten

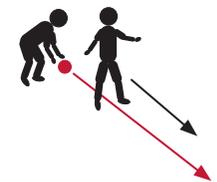
■ Rutschen, Gleiten

■ weitere Formen

## Entdecken

- Die Kinder stehen zu zweit hintereinander. Kind A rollt den Ball von hinten durch die Beine von Kind B. Dieses versucht den Ball zu erwischen und ihn im Sprint zu Kind A zurückzubringen (Skizze 1).
  - ✓ Kind B rollt den Ball zurück / mit unterschiedlichen Bällen / in unterschiedliche Richtungen / Stafette / mit dem Leiter / unterschiedliche Distanzen
- Kind A hält Kind B an den Schultern und läuft mit ihm einen Parcours ab, während Kind B in beiden Händen einen Schläger hält und dazu einen Ball rollt.
  - ✓ Kind B hält die Augen geschlossen und wird von A durch den Parcours geführt (akustisch/durch Antippen der Schultern).

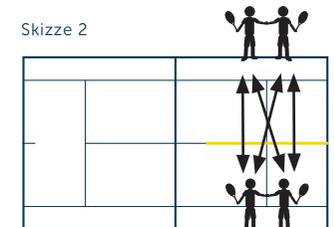
Skizze 1



## Übungs- und Spielformen

- Zwei Kinder spielen einen Luftballon abwechselungsweise in die Höhe.
  - ✓ mit mehreren Luftballons / mit dem Schläger / mit einem Wasserball / zu viert mit einem oder zwei Luftballons übers Netz spielen
- Zwei Kinder rollen abwechselungsweise einen Ball hin und her und gehen nach jedem Schlag in die Ausgangsposition zurück.
  - ✓ mit unterschiedlichen Bällen / mit dem Schläger / auf Punkte / im Doppel / mit mehreren Mausellocher
- Tandemdoppel: Die Kinder stehen zu zweit auf der Grundlinie. Beide halten einen Schläger in der einen Hand und reichen sich die andere Hand (Skizze 2).

Skizze 2



## Anmerkungen

Alle Spiele werden mit Ball rollen auf einem Low-T-Ball Feld durchgeführt. Das Spielfeld kann auch mit Bänken oder Kegeln markiert werden.

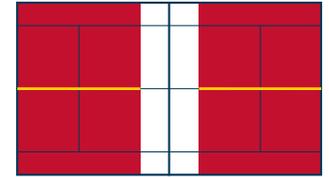


# Treffpunkt

Hier gehts zum Video:



Rot 2



Beschreibung für Leiter



## Den Balltreffpunkt wahrnehmen

Das Kind nimmt den Balltreffpunkt auf dem Tennisschläger bewusst wahr.

Beschreibung für Kinder



## Der Habicht

Sehe und verfolge den Ball wie ein Habicht seine Beute.

Verwandte Lernbausteine



## Die Maus

Platzabdeckung



## Der Turner

Vorwärtsrotation

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich

Tennispielen lernen

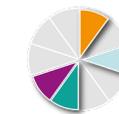
Fähigkeit

Wir spielen beide von hinten.

Kompetenz / Lernziel

Ich kann mit einem Partner übers Netz spielen und finde meine Position im Feld.

Bewegungsgrundformen



Laufen, Springen

Balancieren

Rollen, Drehen

Klettern, Stützen

Schaukeln, Schwingen

Rhythmisieren, Tanzen

Werfen, Fangen

Kämpfen, Rauten

Rutschen, Gleiten

weitere Formen

## Entdecken

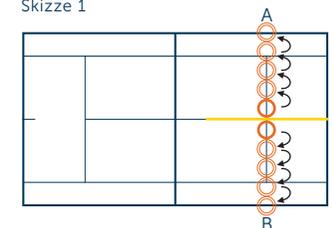


- Auf einer Seite des roten Feldes liegen verschiedene Reifen (Inseln, Mouselöcher) verteilt. Die Kinder spielen jeweils von einer beliebigen Insel aus den Ball über das Netz auf die andere Seite.
- Ein zusammengesprengtes Jongliertuch hochwerfen und unterschiedlich fangen (tief/hoch, links/rechts, beidhändig/einhändig, als Schwungbewegung).
- Der Leiter spielt Bälle unterschiedlich an (lang, kurz, links, rechts) und das Kind versucht diese zurückzuspielen.

## Übungs- und Spielvorschläge

- Ein zusammengesprengtes Jongliertuch hochwerfen, mit Schwung fangen und gleichzeitig über die Schulter ausschwingen.
  - ✓ Das Tuch mit oder ohne Schläger auf verschiedenen Höhen spielen.
- Anspielen von der roten Grundlinie: Den Schläger mit der Vorhand rechts und links schwingen.
- Die Kinder versuchen in grosse Reifen zu spielen, welche am Anfang das Netz berühren. Wenn beide Kinder dreimal in den Reifen getroffen haben, werden diese um eine Reifenbreite in Richtung roter Grundlinie verlegt. Sieger ist das Team, welches mit den Reifen zuerst die rote Grundlinie erreicht hat (Skizze 1).
- Das Kind steht mit dem Rücken zum Leiter, dreht sich um, wenn es den Ball hört und schlägt diesen ins gegnerische Feld.
  - ✓ Mit Spiel um Punkte gegen den Leiter.
- Das Kind macht Kontrollschläge und sagt «Tic», wenn es den Ball trifft.
- Das Kind spielt abwechselungsweise einen Kontrollschlag mit der rechten/linken Hand und sagt dazu «Tic»/«Tac».

Skizze 1



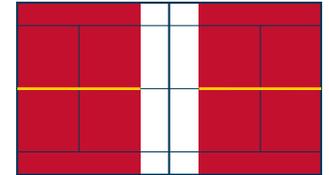


# Treffpunkt

Hier gehts zum Video:

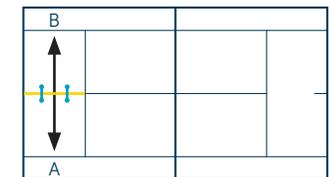


Rot 2



- Zwei Kinder spielen miteinander übers Netz. A sagt «Tic» und B «Tac», wenn es den Ball trifft.
  - ✓ Ein Kind sagt sowohl «Tic» beim eigenen Treffpunkt, als auch «Tac», wenn der Partner trifft.
- Zwei Kinder spielen zusammen, ein drittes klopft/klotscht dazu den Takt (mit einem Tamburin, zwei Hölzchen, den Händen).
- Die Kinder sagen (mit ja/nein) an, ob sie die Naht/Schrift auf dem Tennisball sehen.
- Die Kinder versuchen zehnmal ohne Fehler zu spielen.
  - ✓ Mit unterschiedlichen Bällen: Schaumstoffball, Unihockeyball, Kids Tennis High School-Ball.
  - ✓ Mit einem Schweißball oder in Jongliertuch eingepacktem Ball.
  - ✓ Mit zwei Schaumstoffbällen gleichzeitig.
  - ✓ Lange Bälle in die hintere Zone des roten Feldes (1 Meter ab Grundlinie) spielen und zählen.
  - ✓ Den Ball durch ein Tor (markiert mit zwei Linienbesen/Malstäben/Low T-Ball) spielen/rollen. Wann kann das Kind cross/longline spielen (Skizze 2)?
  - ✓ Ein Dreieck spielen: A spielt B abwechselungsweise auf Vorhand und Rückhand, B läuft und spielt zurück.
- Im roten Feld um Einzelpunkte spielen.
- Doppelübung «Go!»: A und B sowie C und D bilden je ein Doppelpaar. A spielt gegen C und B gegen D im halben roten Doppelfeld um den Punkt. Sobald jemand einen Fehler macht, ruft der betreffende Spieler «go!» und der Punkt wird im ganzen roten Doppelfeld ausgespielt.

Skizze 2



## Anmerkungen

*Vergrössertes Feld bedingt Vergrößerung der Schwungbewegung:*

- Einfache, angepasste Ausholbewegung
- Durchschwingen nach vorne oben (Ellenbogen hoch)
- Gegensatzerfahrung zur Katze: Langes Ausatmen im Treffpunkt (Ausatmen bis dass der Ball im gegnerischen Feld landet).

Testform zum Lernbaustein

**Objektive Beurteilung** Das Kind spielt mit dem Leiter Vorhand und Rückhand übers Netz ins rote Feld. Es sagt «Tic», wenn es den Ball trifft und «Tac», wenn der Leiter den Ball trifft. Es sagt es sieben von zehnmal im richtigen Moment an.

**Subjektive Beurteilung** Gleiche Situation wie oben, der Leiter variiert aber sein Spiel und beobachtet, ob das Kind die Ansage von «Tic - Tac» an den Spielrhythmus anpasst.

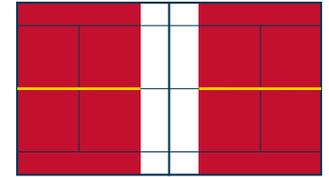


# Reagieren

Hier gehts zum Video:



Rot 2



Beschreibung für Leiter



## Reagieren

Das Kind kann aus einer dynamischen Bereitschaftsstellung einen Ball direkt fangen oder vollieren.

Beschreibung für Kinder



## Die Katze

Reagiere auf die Bälle wie eine Katze, die eine Maus fangen will!

Verwandte Lernbausteine



## Der Fechter

Angreifen



## Der Netzspieler

Sicheres Netzspiel

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich

Tennispielen lernen

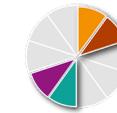
Fähigkeit

Ich schliesse den Punkt ab.

Kompetenz / Lernziel

Ich kann den Ball am Netz direkt aus der Luft doppelhändig fangen, bzw. direkt als Volley zurückspielen.

Bewegungsgrundformen



Laufen, Springen

Balancieren

Rollen, Drehen

Klettern, Stützen

Schaukeln, Schwingen

Rhythmisieren, Tanzen

Werfen, Fangen

Kämpfen, Rauten

Rutschen, Gleiten

weitere Formen

## Entdecken

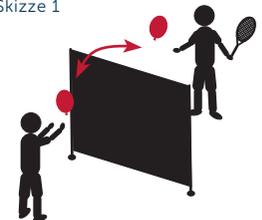


- «Goalitraining»: Das Kind steht in einem zwei Meter breiten Tor (zwei Malstäbe/Linienbesen als Torpfosten verwenden). Der Leiter wirft mit der Hand oder spielt mit dem Schläger Bälle aufs Tor. Das Kind versucht diese mit der Hand / dem Schläger / dem Netzracket zu fangen/abzuwehren.
  - ✓ Mit je einem Schläger in beiden Händen.
- Das Kind spielt einen oder mehrere Luftballone fortlaufend mit der Hand oder dem Tennisschläger in die Luft, ohne dass ein Luftballon auf den Boden fällt.
  - ✓ Bei jeder Berührung einen Tennisbegriff sagen.
- Die Kinder spielen mit einem/zwei Luftballon/e übers Netz.
  - ✓ Über ein zwischen zwei Malstäben aufgespanntes, blickdichtes Tuch spielen (Skizze 1).
- Zwei Kinder gehen herum und werfen sich dabei fortlaufend einen Ball zu.
  - ✓ Zusätzlich erzählen sie sich, wie sie heissen, wo sie wohnen, wie viele Geschwister sie haben.
  - ✓ Die Bälle extra tief/hoch/rechts/links zuwerfen.

## Übungs- und Spielvorschläge

- Die Kinder werfen sich den Ball (Overball, Tennisball) so zu, dass sie ihn beidhändig aus der Luft fangen können.
- Kind A steht am Netz und fängt die Bälle direkt. B lässt den Ball einmal fallen.
- Volleyduell übers Netz.

Skizze 1



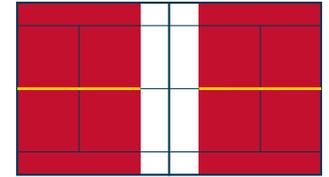


# Reagieren

Hier gehts zum Video:



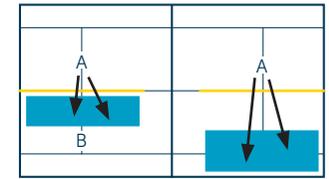
Rot 2



- A wirft/spielt zu, B steht am Netz und lässt den Ball mit einem kleinen Volley in das Zielfeld des Netzes «abtropfen» (Skizze 2).
  - ✓ Mit vergrößerter Zielfläche (Grundlinie nach hinten schieben), siehe Skizze 3.
- Der Leiter spielt hohe Bälle zu. Das Kind lässt den Ball vom Schläger ins Feld abtropfen.
- «Perfekt»: Kind A steht am Netz und B auf der roten Grundlinie. Ziel ist es, zehn Volleys ohne Fehler zu spielen, danach werden die Aufgaben gewechselt.
- Überschwängliches Training «Crazy-Volley»: Der Leiter gibt dem Kind extreme/schnelle Bälle hintereinander zum Vollieren.
  - ✓ Mit beiden Händen fangen.
  - ✓ Mit je einem Schläger in beiden Händen.
- Beide Kinder starten an der roten Grundlinie und spielen um Punkte. Ein Netzpunkt zählt dreifach.
  - ✓ Als Doppelform spielen.
- Zwei Kinder stehen auf der Grundlinie und zwei am Netz. Sie werfen sich einen Kids Tennis High School Ball zu, welchen die Kinder am Netz direkt und die Kinder auf der Grundlinie nach einem Aufprall fangen.
  - ✓ Um Punkte spielen.
  - ✓ Mit dem Schläger spielen.
  - ✓ Nach jedem Ballwechsel im Team ein «High Five» geben.
  - ✓ Mit einer Zielzone für die Volleyspieler.

Skizze 2

Skizze 3



B

## Anmerkungen

- Keine oder nur kurze Ausholbewegung (Zwingende Situationen: Wand im Rücken/Stoppvolley spielen).
- Vorhand Volley wie High Five/Handshake, Rückhand Volley zweihändig (High Five mit der nichtdominanten Hand).
- Splitstep kurz bevor die andere Spielerin den Ball trifft (Panther am Netz).
- Vollelangewöhnungsübungen (mit Kontrollschlag, ohne Bodenaufprall, mit dominanter und nichtdominanter Hand).
- Bälle über Kopf fangen, um Smash zu üben.
- Gegensatzerfahrung zum Habicht: Kurzes Ausatmen im Treffpunkt.

Testform zum Lernbaustein

- **Objektive Beurteilung** Das Kind kann einen vom Leiter zugespielten Ball sieben von zehn Mal beidhändig fangen.  
Das Kind kann einen vom Leiter zugespielten Ball sieben von zehn Mal als Volley zurückspielen.
- **Subjektive Beurteilung** Das Kind kann Vorhand und Rückhand Volley spielen. Der Leiter beobachtet dabei, wie das Kind den Volley ausführt (kompakte, kurze Bewegung, Beinarbeit, Erfolgsquote).

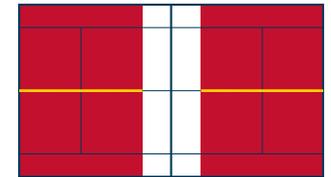


# Servieren & Retournieren

Hier gehts zum Video:



Rot 2



Beschreibung für Leiter



## Servieren & Retournieren

Das Kind kann auf einfache Art und Weise servieren und retournieren.

Beschreibung für Kinder



## Der Affe und der Panther

Serviere locker wie ein Affe Kokosnüsse wirft und reagiere beim Return so schnell wie ein Panther!

Verwandte Lernbausteine



## Der Handballer

Differenziert servieren und retournieren



## Der Service- und Returnkünstler

Angepasste Punkteröffnung

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich

Tennispielen lernen

Fähigkeit

Ich bringe den Ball ins Spiel.

Kompetenz / Lernziel

Service: Ich kann den 1. und 2. mit einem kleinen Service ins Spiel bringen.

Return: Ich kann den Ball sicher zurückspielen.

Bewegungsgrundformen



Laufen, Springen

Balancieren

Rollen, Drehen

Klettern, Stützen

Schaukeln, Schwingen

Rhythmisieren, Tanzen

Werfen, Fangen

Kämpfen, Rauten

Rutschen, Gleiten

weitere Formen

## Service | Entdecken



- Die Kinder werfen Tennisbälle/Shuttles/Tennisbälle in Socken/Schweifbälle auf unterschiedliche Weise so weit als möglich: Wie geht es am besten? Welcher Wurf entspricht am meisten dem Tennisservice? Antwort = aufsteigender Kernwurf (Skizze 1).
- Die Kinder versuchen den Ball mit dem Schläger auf verschiedenen Höhen (Trefferpunkt auf Höhe Knie, Hüfte, Schulter, Kopf, über Kopf) über das Netz anzuspielen. Welche Treffhöhe ist am bequemsten?

Skizze 1



## Service | Übungs- und Spielvorschläge

- Ballwürfe (Kernwurf) übers Netz oder gegen eine Blache/Gitter.
- Einen Overball/Luftballon mit der offenen Hand über Kopf treffen. Einen Ball an der «Ballangel» Überkopf mit dem Schläger treffen.
- Service aus der «Dächlposition» spielen = kleiner Service.
- Gegensatzerfahrungen:
  - Tischtennis-Service: Der Ball trifft vor der Überquerung des Netzes in das eigene Feld (abfallender Kernwurf), siehe Skizze 2.
  - Das Kind serviert einen Ball von verschiedenen Positionen ins gegnerische Feld.
  - Das Kind nimmt unterschiedliche Ausgangspositionen ein: einbeinig, links, rechts, Körper auf die verkehrte Seite ausgerichtet.
- Das Kind serviert abwechslungsweise mit der dominanten/mit der nichtdominanten Hand.
- Das Kind schlägt einmal hart (Wolf) und einmal weich, mit gebogener Flugbahn auf (Lämmli).

Skizze 2



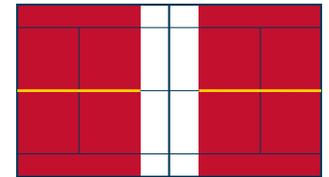


# Servieren & Retournieren

Hier gehts zum Video:

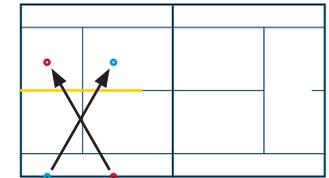


Rot 2



- Den Ball bewusst abwechselungsweise niedrig/sehr hoch, links/rechts werfen (Uhr).
- Quotenspiel: Von zehn Services müssen 70% im Feld sein (bei Erfüllen: Verkleinerung der Zielfläche).
- Fünf «identische» Services (gleiche Platzierung, gleiche Geschwindigkeit) hintereinander spielen.
- Platzieren des Services in zwei Zonen (von links nach rechts), siehe Skizze 3.
- Mit Service/Return im roten Feld um Punkte spielen (Einzel und Doppel).

Skizze 3



## Return | Entdecken

- Der Leiter serviert beliebig ins gegnerische Servicefeld. Das Kind versucht die Bälle mit dem Schläger zurückzuspielen.

## Return | Übungs- und Spielvorschläge

- A wirft den Ball mit einem Kernwurf, kleinem Service übers Netz. B fängt ihn vor dem Körper und wirft ihn seitlich zu A zurück.
- ✓ B fängt ihn mit dem Racket und der Hand (Sandwich) auf oder stoppt den Ball mit einem Kontrollschlag und spielt den Ball zurück.
- ✓ B nimmt den Treffpunkt des Servierenden wahr und sagt im richtigen Moment «Hopp»/macht einen Split-Step.
- Der Leiter steht einen Meter vor dem Kind und spielt den Ball mit dem Schläger «bodenauf». Das Kind versucht zurückzuspielen.
- Das Kind spielt den Return in eine vorgegebene Zone (cross/longline).
- Das Kind, welches zurückspielt, steht mit dem Rücken zum Netz und dreht sich erst, wenn es den Service hört.

### Anmerkungen

#### Gegensatzerfahrung:

- Den Return aus verschiedenen Ausgangsstellungen spielen (Füsse parallel = «Panther»; Vorschriftstellung = «Panther lauert»)
- Den Schläger vor dem Return unterschiedlich halten (Schlägerkopf hoch = «fitter Panther»; hängend = «trauriger Panther»)
- Vor dem Return tänzeln/hüpfen/ruhig stehen (der tänzelnde, hüpfende, versteinerte Panther).

Testform zum Lernbaustein



## Objektive Beurteilung

Service: Das Kind kann sieben von zehn Services mit einem kleinen Service ins Servicefeld spielen.  
Return: Das Kind kann sieben von zehn vom Leiter gespielte Services retournieren.

## Subjektive Beurteilung

Service: Der Leiter beurteilt den Service (Dächliposition, Treffpunkt)  
Return: Der Leiter beurteilt den Return (Position, Bereitschaft, Anpassung der Ausholbewegung, Treffpunkt)

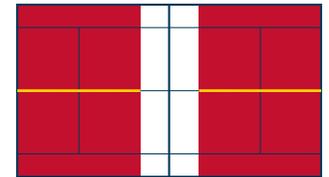


# Platzabdeckung

Hier gehts zum Video:



Rot 2



Beschreibung für Leiter



## Platzabdeckung

Das Kind kann angepasst zurückspielen, um rechtzeitig in seine Ausgangsposition zurückzukehren.

Beschreibung für Kinder



## Die Maus

Kehr nach dem Schlag schnell zurück ins Mauseloch und sei bereit für den nächsten Ball!

Verwandte Lernbausteine



## Der Turner

Vorwärtsrotation



## Die Tenniswand

Ballwechsel

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich

Tennispielen lernen

Fähigkeit

Wir spielen beide von hinten.

Kompetenz / Lernziel

Ich kann mit meinem Partner übers Netz spielen und finde meine Position im Feld.

Bewegungsgrundformen



Laufen, Springen

Balancieren

Rollen, Drehen

Klettern, Stützen

Schaukeln, Schwingen

Rhythmisieren, Tanzen

Werfen, Fangen

Kämpfen, Raufen

Rutschen, Gleiten

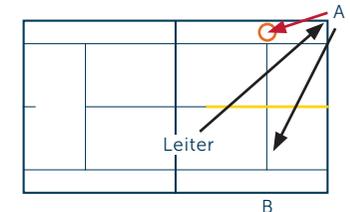
weitere Formen

## Entdecken



- Den Ball hochwerfen und fangen. Dazwischen so oft wie möglich in die Hände klatschen/an Ort und Stelle laufen.
  - ✓ Sich um die eigene Körperachse drehen.
  - ✓ Den Ball zwischen den Beinen durch aufprallen lassen.
- Kind A steht in einer Platzecke, erhält vom Leiter einen Ball und spielt diesen Ball so übers Netz ins Feld, dass ihm Zeit bleibt, in die Platzmitte (Markierung) zu rennen, bevor der Ball auf der anderen Seite aufprallt (Skizze 1).
  - ✓ Mit Sidesteps in die Platzmitte zurück.

Skizze 1



## Übungs- und Spielvorschläge

- Das Kind spielt einen Ballon fortlaufend mit der Hand/dem Tennisschläger in die Luft und kehrt immer wieder zurück an den Ausgangspunkt (Markierung).
- «Tom&Jerry»: Zwei Kinder spielen gegeneinander mit einem Overball übers Netz. Sie müssen nach jedem Wurf in ihr Mauseloch zurücklaufen und im Treff- oder Fangmoment «stopp» sagen. Wenn der Gegner in diesem Moment nicht im Mauseloch steht, wird er «gefressen» und der Punkt ist sofort gewonnen.
- Zwei Kinder werfen sich den Ball übers Netz zu. Beide spielen in eine Zielzone und lassen den Ball einmal aufprallen.
  - A zeigt nach dem Wurf eine Zusatzbewegung vor, B macht sie nach (winken, drehen, hüpfen).
  - Wenn B den Ball fängt, muss A im «Mauseloch» sein.
  - Nach jedem Wurf eine Runde um den Kegel in der Platzmitte laufen (miteinander spielen).

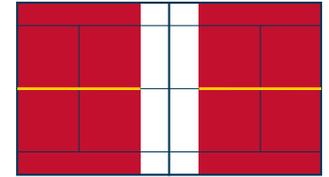


# Platzabdeckung

Hier gehts zum Video:



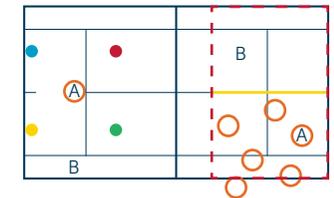
Rot 2



- Zu dritt (mit Schläger und Ball): A spielt links und rechts. B spielt so zurück, dass er wieder in der Bereitschaftsstellung (Mauseloch) ist, wenn A den Ball schlägt. C steht hinter A oder B und klatscht, wenn A und B den Ball treffen.
- Spiel im ganzen roten Feld: Es sind zwei Mauselöcher definiert (eines an der Grundlinie, eines am Netz). Die Kinder müssen nach dem Schlag in eines der beiden Mauselöcher zurückkehren.
- Kind A steht in einem Reifen (Mauseloch) und läuft zügig an Ort und Stelle. Auf Kommando von Kind B rennt es so schnell wie möglich zu einem Hütchen und berührt dieses (Skizze 2).
  - ✓ Kind A darf Kind B nie den Rücken zuwenden.
  - ✓ Kind B sagt eine Farbe an, welches Kind A berühren soll.
- Kind A und Kind B werfen sich beidhändig seitlich einen Ball zu. Kind A muss nach jedem Wurf in einen Reifen zurückkehren, Kind B ist frei und kann von einer beliebigen Position aus werfen (Skizze 3).
  - ✓ Kind A darf nie zweimal hintereinander in den gleichen Reifen stehen.
  - ✓ Den Ball von oben zuwerfen.
  - ✓ Den Ball abwechselnd von links/rechts werfen.
- A startet ausserhalb des Einzelfeldes an der Ecke Grundlinie/Seitenlinie. B spielt aus der Mitte das Anspiel in die andere Ecke des Platzes. Die beiden Kinder spielen den Punkt aus. Gewinnt A den Ballwechsel, spielt A als nächstes an.

Skizze 2

Skizze 3



## Anmerkungen

- Begriffe wie Mauseloch (= rote Stufe), Haus (= orange Stufe), Komfortzone (= grüne Stufe) verwenden.
- Platzdecken mit Sidesteps (Krebs).
- Taktische Komponente berücksichtigen.

Testform zum Lernbaustein



**Objektive Beurteilung** Der Leiter spielt zehn Bälle differenziert zu (links, rechts, kurz, lang). Das Kind kann sieben von zehn Bällen so zurückspielen, dass es Zeit hat, ins Mauseloch (Markierung) zurückzukehren, bevor der Ball vom Leiter gespielt werden kann.

**Subjektive Beurteilung** Gleicher Test wie oben: Der Leiter beurteilt im Spiel, ob das Kind sich angepasst verhält (angepasste Flugbahn, mit Splitsteps zurück, im Gleichgewicht).

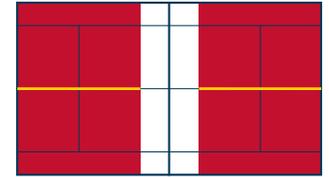


# Spielregeln

Hier gehts zum Video:



Rot 2



Beschreibung für Leiter



## Spielregeln

Die Kinder können zu zweit selbständig «Games» spielen.

Beschreibung für Kinder



## Der Fuchs

Sei schlau wie ein Fuchs und zähle richtig!

Verwandte Lernbausteine



## Der Profi

Verhalten im Match



## Der Coole

Selbstkontrolle

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich

Tennis spielen

Fähigkeit

Wir spielen gegeneinander.

Kompetenz / Lernziel

Ich kann «Games» mit einem vereinfachten Service spielen.

Bewegungsgrundformen



Laufen, Springen

Balancieren

Rollen, Drehen

Klettern, Stützen

Schaukeln, Schwingen

Rhythmisieren, Tanzen

Werfen, Fangen

Kämpfen, Rauten

Rutschen, Gleiten

weitere Formen

## Entdecken

- Entdecken der verschiedenen Spielsituationen dank des Zuspiels des Leiters. Anschliessend Fragen stellen: Welcher Schlag war schwierig, welcher einfach? Was können wir machen, wenn es schwierig wird? Möglichkeiten aufzeigen: Ball einklemmen (Krokodil/Sandwich), Kontrollschlag, Ball hoch spielen.

## Übungs- und Spielvorschläge

- Der Leiter spielt A unterschiedlich schwere Bälle zu. B steht als «Coach» hinter A und sagt die Spielsituation für A an: einfach, schwierig (B versucht die Wirkung des Balles möglichst früh vorzusehen).  
V Kind A sagt an, in welcher Situation es sich selber befindet.
- A und B spielen zusammen: A sagt an, in welcher Situation sich B befindet.
- Theorie rot 1: Was ist ein Punkt? Was ist ein Fehler? Wie zählen wir im Low T-Ball Punkte? Visuelle Unterstützung durch Zählrahmen oder offizielle Resultatanzeigevorrichtung (jeder Punkt = ein Game = Spiel auf sieben Punkte).
- Theorie rot 2: Die Kinder in die Zählweise im Tennis einführen (15-30-40): visuelle Unterstützung dank Karten mit den Zahlen 0, 15, 30, Deuce = Einstand, Vorteil.

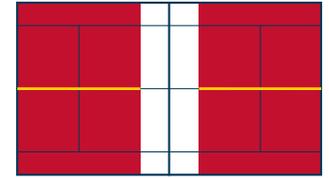


# Spielregeln

Hier gehts zum Video:



Rot 2

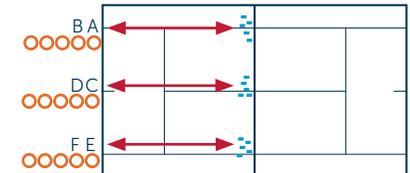


- Punkte spielen:
  - «In» / «out» sagen lernen.
  - Spielstand laut zählen lernen.
  - Jedes Kind benennt, in welcher Situation es sich befindet.
  - Die Kinder spielen Einzel-Punkte in Tie-Break-Form (bis sieben, bzw. zehn Punkte).
  - A und B spielen Einzel-Punkte. C steht hinter A und gibt A nach jedem Punkt den Punktstand an. D steht hinter B und gibt B nach jedem Punkt den Punktstand an.
    - ✓ Neben dem Spielfeld liegen pro Spieler je vier Hütchen und ein Reifen, in welche nach jedem Punkt ein Ball weitergelegt wird. Ist der Ball im Reifen angelangt, ist das Spiel gewonnen (Skizze 1).
- Die Kinder laufen eine Stafette zu verdeckten Karten, welche die Zahlen «0, 15, 30, 40, Spiel gewonnen» enthalten. Pro Runde muss eine Karte aufgedeckt, zurückgebracht und in der richtigen Reihenfolge in einen Reifen abgelegt werden (Skizze 2).
- Wahl des Aufschlages, des Returns, bzw. der Platzseite.
- Die Kinder spielen im Einzel, bzw. im Doppel einen Satz ab 2:2 fertig. Der Spieler, welcher serviert, sagt vor jedem Service den Punktstand an.
- Am Schluss des Matches dem Gegner die Hand geben und danke sagen.

Skizze 1



Skizze 2



Testform zum Lernbaustein



**Objektive Beurteilung** Das Kind kann mit Hilfe des Zählrahmens laut und selbständig zählen.

**Subjektive Beurteilung** Das Kind hat während eines Matches seine Emotionen unter Kontrolle, verhält sich fair und gibt am Ende dem Gegner die Hand.

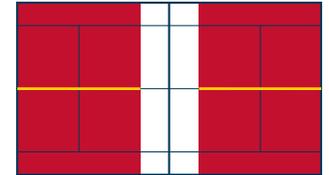


# Teampayer

Hier gehts zum Video:



Rot 2



Beschreibung für Leiter



## Teampayer

Die Kinder nehmen sich als Team wahr und positionieren sich auf einer Linie.

Beschreibung für Kinder



## Die Pinguine

Weiche deinem Pinguinfreund nicht von der Seite!

Verwandte Lernbausteine



## Die Seepferdchen

Teamgeist



## Die Synchronschwimmer

Doppel spielen

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich

Tennis spielen

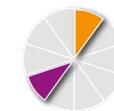
Fähigkeit

Wir spielen Doppel.

Kompetenz / Lernziel

Wir lernen uns zu zweit auf dem Platz zu orientieren.

Bewegungsgrundformen



■ Laufen, Springen

■ Balancieren

■ Rollen, Drehen

■ Klettern, Stützen

■ Schaukeln, Schwingen

■ Rhythmisieren, Tanzen

■ Werfen, Fangen

■ Kämpfen, Rauten

■ Rutschen, Gleiten

■ weitere Formen

## Entdecken

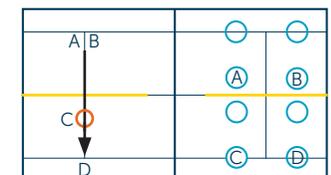
- Die Kinder stehen sich in Zweiergruppen gegenüber. Kind A und B werfen abwechselnd den Ball übers Netz. Kind C muss diesen durch einen Reifen fliegen lassen und Kind D fängt den Ball nach einem Aufprall mit beiden Händen (Skizze 1).
  - ✓ Mit einer Hand, Hütchen, Netzschläger, Schläger und Hand, Kegel fangen oder den Ball unterschiedlich zuwerfen.
  - ✓ Treffer durch Reifen zählen / auf Punkte spielen / vor dem Fangen unterschiedlich oft aufspringen lassen.

## Übungs- und Spielformen

- Zwei Kinder stehen sich gegenüber und spielen gleichzeitig mit den Händen einen Luftballon hoch. Die Kinder wechseln die Positionen und übernehmen den Luftballon des Partners.
  - ✓ Ein Kind ist Chef und gibt das Kommando (Tic/Tac).
  - ✓ Mit dem Schläger.
- Die Kinder spielen zu zweit abwechselungsweise den Ball hin und her. Pro Team vier Mauselöcher/Inseln markieren. Wenn bei einem Punktegewinn beide Spieler auf einer Linie stehen, gewinnt das Team zwei Extrapunkte (Skizze 2).
- Nach dem Anspiel laufen die Kinder auf das am Netz positionierte Mauseloch und spielen um den Punkt.
  - ✓ Ball zur Spieleröffnung werfen.
  - ✓ Anspiel von oben oder unten / Serviceposition links, rechts, abwechselungsweise.

Skizze 1

Skizze 2

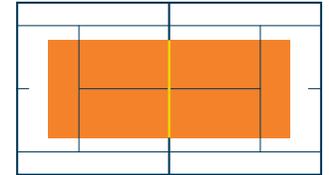


# Orange Stufe



# Seilspringen & Körper kräftigen

Hier gehts zum Video:



Beschreibung für Leiter



## Seilspringen & Körper kräftigen

Das Kind kann beidbeinig und im Laufen seilspringen und kräftigt seinen Körper.

Beschreibung für Kinder



## Der Boxer

Spring Seil und werde kräftig wie ein Boxer!

Verwandte Lernbausteine



## Der Floh

Hüpfen



## Der Basketballer

Richtungswechsel

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich

**Bewegen lernen**

Fähigkeit

**Ich bin leichtfüssig und flink.  
Ich bin mutig und stark.**

Kompetenz / Lernziel

**Ich kann auf verschiedene Arten seilspringen.  
Ich kräftige meinen Körper.**

Bewegungsgrundformen



■ Laufen, Springen

■ Balancieren

■ Rollen, Drehen

■ Klettern, Stützen

■ Schaukeln, Schwingen

■ Rhythmisieren, Tanzen

■ Werfen, Fangen

■ Kämpfen, Raufen

■ Rutschen, Gleiten

■ weitere Formen

## Seilspringen | Entdecken



- Auf dem Platz liegen verschiedene Hölzchen, Hütchen, Linien und Seile verteilt. Der Leiter beobachtet, was die Kinder ausprobieren.
- Verschiedene Sprungvariationen ausprobieren (im Wechsel auf einem Bein, mit verschiedenen Schrittfolgen, rückwärts, seitwärts).  
V Mit Musik.

## Seilspringen | Übungs- und Spielvorschläge

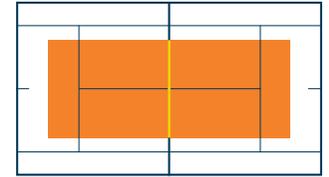


- Ein Seil neben dem Körper seitlich im Kreis schwingen.  
V Zwei Seile gleichzeitig schwingen und zusätzlich hüpfen.
- Über das Langseil hüpfen, welches vom Leiter geschwungen wird (ein Ende des Langseils am Netz befestigen).
- Alleine an Ort seilspringen.
- Auf verschiedene Arten seilspringen (vorwärts, rückwärts, seitwärts, versetzte Beine).
- In einem (durch Leiter oder Kind) vorgegebenen Rhythmus seilspringen. Selber den Rhythmus variieren.
- Vorgegebene Sprungvariationen durchführen (dreimal links, dreimal rechts).
- Wer kann die interessanteste Bewegungsfolge vorstellen?
- Das Kind übt eine kurze Choreographie mit dem Springseil ein und zeigt diese der Gruppe vor.
- Wer schafft mehr Seilsprünge in einer Minute?



# Seilspringen & Körper kräftigen

Hier gehts  
zum Video:



## Körper kräftigen | Entdecken

- Das Kind bewegt sich auf allen Vieren auf der Platzhälfte.

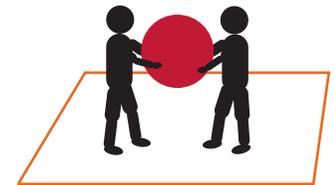
## Körper kräftigen | Übungs- und Spielvorschläge

- Auf allen Vieren eine bestimmte Distanz ablaufen.
- Das Kind versucht den ganzen Körper wie ein Brett vorwärts, seitwärts, rückwärts anzuspannen.
- In der Brettposition ein Arm/ein Bein in die Luft strecken.
  - ✓ Abwechslungsweise ein Bein und anschliessend ein Arm in die Luft strecken.
  - ✓ Abwechslungsweise mit den Armen übers Kreuz die Schultern berühren.
- Das Kind kann verschiedene Liegestützpositionen ausführen (seitlich, einbeinig, einarmig, auf Gegenstand abstützen).
- Zwei Kinder befinden sich einander gegenüber in der Liegestützposition. Sie klatschen sich abwechslungsweise übers Kreuz ab.
  - ✓ Sie rollen einander einen Ball (mit Händen, Schläger, Nase) zu (Skizze 1).
- Auf allen Vieren laufen (Stafette).
- Das eine Kind hält das andere an den Oberschenkeln und befördert es wie eine Schubkarre über den Platz (kein Wettkampf; Körperhaltung ist wichtig).
- Die Kinder versuchen sich in der Liegestützposition mit den Händen gegenseitig an den Händen/Armen zu berühren.
  - ✓ Pro Treffer gibt es einen Punkt. Nach jedem Treffer muss man in die Liegestützposition zurückkehren.
- Kind A und Kind B umgreifen zusammen einen Gymnastikball und versuchen sich aus einem bestimmten Feld zu drängen. Wenn dies gelingt, erhält das andere Kind einen Punkt (Skizze 2).

Skizze 1



Skizze 2



Testform zum Lernbaustein

## Objektive Beurteilung

Seilspringen: das Kind kann beidbeinig mindestens 50x an Ort oder im Laufen vorwärts seilspringen.  
 Körper kräftigen: das Kind kann sich während zwölf Sekunden gestreckt im Brett halten.



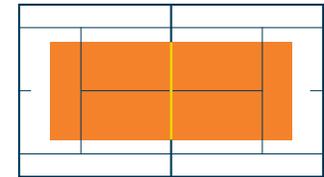
## Subjektive Beurteilung

Seilspringen: das Kind studiert eine kurze Choreographie mit dem Seil ein und führt diese vor.  
 Körper kräftigen: das Kind kann unterschiedliche Brett- oder Liegestützvariationen ausführen.



# Weit werfen & Smash spielen

Hier gehts zum Video:



Beschreibung für Leiter



## Weit werfen & Smash spielen

Das Kind kann den Tennisball weit (aufsteigender Kernwurf) werfen und am Netz einen einfachen Smash (abfallender Kernwurf) spielen.

Beschreibung für Kinder



## Der Speerwerfer

Wirf den Ball so weit und hoch wie möglich und schlage den Ball über Kopf, wie ein Speerwerfer seinen Speer in den Rasen.

Verwandte Lernbausteine



## Der Affe und der Panther

Servieren & Retournieren



## Der Netzkünstler

Angepasstes Netzspiel

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich

**Bewegen lernen und Tennisspielen lernen**

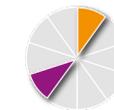
Fähigkeit

**Ich bin koordiniert und aufmerksam.  
Ich schliesse den Punkt ab.**

Kompetenz / Lernziel

**Ich kann tennisspezifisch Bälle werfen.  
Ich kann einen einfachen Smash spielen.**

Bewegungsgrundformen



■ Laufen, Springen

■ Balancieren

■ Rollen, Drehen

■ Klettern, Stützen

■ Schaukeln, Schwingen

■ Rhythmisieren, Tanzen

■ Werfen, Fangen

■ Kämpfen, Raufen

■ Rutschen, Gleiten

■ weitere Formen

## Entdecken



- Verschiedene Bälle zur Verfügung stellen und die Kinder die Bälle werfen lassen.
- Pro Team und Platzhälfte liegen 10 bis 20 Bälle verteilt herum. Diese müssen ins gegnerische Feld geworfen werden. Welches Team hat nach zwei Minuten weniger Bälle auf seiner Seite?

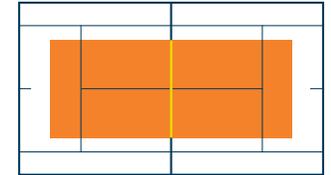
## Übungs- und Spielvorschläge

- Stafette mit Federball: die Kinder werfen einen Federball mit möglichst wenig Versuchen von einer Grundlinie zur anderen, indem sie diesen immer wieder mit einem aufsteigenden Kernwurf nach vorne werfen. Sobald der Federball die zweite Grundlinie überquert hat, nimmt das Kind den Federball in die Hand und rennt zurück.
  - ✓ mit schwächerer Hand werfen / auf einem Bein springen
- Der Leiter wirft dem Kind einen hohen Ball zu. Dieses fängt den Ball am höchstmöglichen Punkt mit einer Hand/dem Netzschläger und ruft «hip». Anschliessend wirft das Kind den Ball mit der anderen Hand zurück.
  - ✓ Den Ball über Kopf fangen und in offener/geschlossener Beinstellung zurückwerfen.
  - ✓ Aus unterschiedlichen Positionen werfen (Gegensatzerfahrung).
  - ✓ In bestimmte Zielfelder zurückwerfen. Richtung, Distanz, Höhe und Länge werden vom Leiter vorgegeben (den Ball auf höchstem Punkt fangen).



# Weit werfen und Smash spielen

Hier gehts zum Video:



- Einen Smash mit dem Schläger spielen/abtropfen lassen.
- Team A steht mit dem Rücken zum Netz und dreht sich, wenn ein akustisches Signal (Ruf des Trainers) erfolgt, um den Ball als Smash zu spielen.
- Kind A ruft vor jedem hoch zugespielten Ball (sobald dieser in der Luft ist) von Kind B oder des Leiters, ob es ihn direkt («0») aus der Luft oder nach einem Aufprall («1») zurückspielen will.
- Bodensmash spielen: Das Kind lässt einen hohen Ball oder Lob einmal aufprallen und spielt ihn als Smash zurück. Danach nimmt es die Netzposition ein und versucht den Punkt abzuschliessen.
- Kernwurf-Match: zwei Teams mit je vier Bällen spielen gegeneinander einen Match. Die Bälle dürfen nicht vor der Servicelinie auftreffen und müssen mit einem aufsteigenden Kernwurf geworfen werden. Ein Tor kann erzielt werden, wenn ein Ball liegen bleibt oder die gegnerische Plane (Gitter, Wand) berührt. Bei direkter Berührung gibt es zwei Punkte.
  - ✓ mit schwächerer Hand werfen / mit unterschiedlichen Bällen / ein Seil übers Netz spannen
- Teamwettkampf: das Kind spielt im Team um Punkte. Team A steht am Netz, Team B startet gegenüber auf der Grundlinie. Der Leiter spielt einen hohen Ball zu Team A, welches entscheiden muss, ob es ihn direkt über Kopf oder nach einem Aufprall in einer Smashbewegung zurückspielen will. Anschliessend wird der Punkt ausgespielt. Team A muss nach jedem Punkt in der richtigen Netzposition starten.

Skizze 1



Skizze 2



## Anmerkungen

*Aufsteigender Kernwurf: ein langer und hoher Überkopfwurf. Dient als Vorbereitung für den Service (Skizze 1).*

*Abfallender Kernwurf: ein in Richtung Boden geworfener Ball. Dient als Vorbereitung für den Smash (Skizze 2).*

*Smash: auf dieser Stufe ist ein Smash in der Regel schwierig (rote Spielsituation) für das Kind zu spielen und führt nicht automatisch zum Punktabschluss.*

Testform zum Lernbaustein

## Objektive Beurteilung

**Serie 1: der Leiter spielt dem Kind, welches am Netz positioniert ist, einen einfachen, hohen Ball zu. Das Kind schlägt den Ball direkt und kann acht von zehn Bällen ins gegnerische Feld zurückspielen.**

**Serie 2: der Leiter spielt dem Kind, welches am Netz positioniert ist, einen einfachen, hohen Ball zu. Dieses lässt den Ball einmal aufspringen und kann acht von zehn Bällen direkt ins gegnerische Feld zurückspielen.**



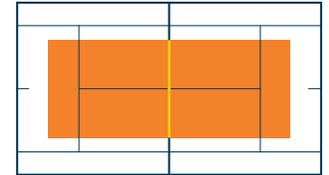
## Subjektive Beurteilung

**Das Kind kann in einem Ballwechsel im richtigen Moment einen Smash (mit oder ohne Aufprall) sicher zurückspielen.**



# Richtungswechsel

Hier gehts zum Video:



Beschreibung für Leiter



## Richtungswechsel

Das Kind bewegt sich wendig und flink in alle Richtungen.

Beschreibung für Kinder



## Der Basketballer

Bewege dich flink wie ein Basketballspieler!

Verwandte Lernbausteine



## Die Maus

Platzabdeckung



## Der Verteidigungskünstler

Defensive Situation

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich

**Bewegen lernen**

Fähigkeit

**Ich bin leichtfüssig und flink.**

Kompetenz / Lernziel

**Ich bewege mich in Reaktionsspielen mit Richtungswechseln schnell.**

Bewegungsgrundformen



Laufen, Springen

Balancieren

Rollen, Drehen

Klettern, Stützen

Schaukeln, Schwingen

Rhythmisieren, Tanzen

Werfen, Fangen

Kämpfen, Raufen

Rutschen, Gleiten

weitere Formen

## Laufschule mit Ball, ohne und mit Schläger | Entdecken



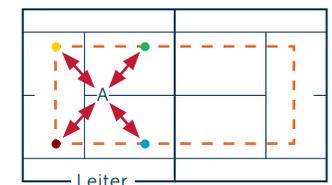
- Das Kind bewegt sich zu Musik oder zu dem vom Leiter gespielten Rhythmus (Tamburin, Hölzchen, Klatschen) frei auf dem Platz. Bei Musikstopp Richtungsänderung.
- Das Kind durchläuft frei wählbar einen Hindernisparcours (mit Reifen, Hütchen, Leiter, Ball prallen/auf dem Schläger transportieren).

## Laufschule mit Ball, ohne und mit Schläger | Übungs- und Spielvorschläge



- Der Leiter gibt vor, in welche Richtung sich das Kind beim Klatschen, Musikstopp oder Pfeifen bewegen soll.
- Der Leiter positioniert sich vor dem Kind und wirft ihm einen grösseren Ball zu. Das Kind muss diesen einmal aufprallen lassen, seitlich zurückwerfen und zurück in seine Ausgangsposition gehen.
  - ✓ ansagen, wie oft der Ball aufprallen muss / unterschiedlich zurückwerfen / übers Netz / mit verschiedenen Bällen / vor dem Werfen ein Hütchen berühren / das Kind wirft zu
- Der Leiter zeigt mit der Hand an, welches Hütchen das Kind berühren muss (Skizze 1).
  - ✓ Das Kind/der Leiter sagt die Farbe des Hütchens an, welches das andere Kind berühren muss.
  - ✓ Das Kind/der Leiter sagt mehrere Farben auf einmal an, welche das andere Kind nacheinander berühren/erlaufen muss.
  - ✓ Das Kind/der Leiter zeigt einen Ablauf vor. Das andere Kind ahmt nach.

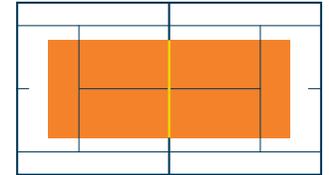
Skizze 1





# Richtungswechsel

Hier gehts  
zum Video:



- Pendellauf: das Kind sprintet auf Zeit zu den Seitenlinien, wo es vier Bälle von den Kegeln sanft wegschlagen muss (Skizze 2).
- Sternlauf: das Kind rollt auf Zeit die platzierten Bälle weg und läuft nach jedem weggerollten Ball (ausser beim letzten) ins Zentrum zurück (Skizze 3).
  - ✓ seitwärts, vorwärts, rückwärts, einbeinig laufen
  - ✓ um Hütchen, Kegel, Malstäbe laufen
- Die Kinder erlaufen einen Hindernisparcours auf Zeit oder gegeneinander in einer Stafette.
- Kind A steht zwischen der Service- und der Grundlinie in der Platzmitte. Der Leiter/Kind B steht auf der gleichen oder der anderen Platzhälfte auf der Servicelinie und wirft/spielt Kind A nacheinander gesamthaft fünf Bälle in unterschiedlicher Länge/Höhe/Richtung zu. Kind A spielt nach dem ersten Aufprall die Bälle mit dem Schläger übers Netz und läuft anschliessend zurück in seine Ausgangsposition.
  - ✓ in Zielzonen spielen

## Anmerkungen

Den Kindern vorzeigen, wie sie sich während eines Ballwechsels unterschiedlich fortbewegen können.

Das Kind lernt den Sidestep, Kreuz- und Stoppschritt kennen.



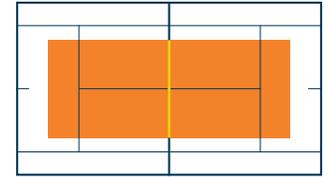
Testform zum Lernbaustein

- |                               |  |
|-------------------------------|--|
| <b>Objektive Beurteilung</b>  | Das Kind läuft den Sternlauf (Skizze 3) und muss dabei innerhalb von zwölf Sekunden die verschiedenen Bälle wegrollen. Nach jedem weggerollten Ball (ausser beim letzten) muss es mit dem Fuss das Zentrum berühren. |
| <b>Subjektive Beurteilung</b> | Das Kind spielt einen Match im orangen Feld und kann sich dabei auf dem Platz orientieren, positionieren und sich zum Ball angepasst bewegen.  |



# Vorwärtsrotation

Hier gehts zum Video:



Beschreibung für Leiter



## Vorwärtsrotation

Das Kind kann den Ball von der Grundlinie (orangefeld) mit Vorwärtsrotation spielen.

Beschreibung für Kinder



## Der Turner

Lass den Ball so drehen wie ein Turner, der einen Vorwärtssalto macht!

Verwandte Lernbausteine



## Der Habicht

Treffpunkt



## Der Grundlinienspieler

Zweite Flugbahn

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich

Tennispielen lernen

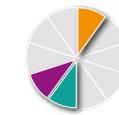
Fähigkeit

Wir spielen beide von hinten.

Kompetenz / Lernziel

Ich kann den Ball mit Vorwärtsrotation spielen.

Bewegungsgrundformen



Laufen, Springen

Balancieren

Rollen, Drehen

Klettern, Stützen

Schaukeln, Schwingen

Rhythmisieren, Tanzen

Werfen, Fangen

Kämpfen, Raufen

Rutschen, Gleiten

weitere Formen

## Entdecken

- Das Kind beobachtet einen Ballwechsel und schaut, wie der Ball rotiert.
- Das Kind spielt den Ball gegen eine Blache/Werbelblende/Wand und beobachtet die Rotation (Skizze 1).

## Übungs- und Spielvorschläge

- Das Kind rollt alleine/zu zweit unterschiedliche Bälle (Overball, Kids Tennis High School Ball, Gymnastikball) mit der linken und der rechten Hand oder dem Schläger vorwärts.
- Alleine/zu zweit einen Basketball auf einem Bänkli hin- und her rollen (mit und ohne Schläger).
- Zu zweit einen Reifen hin- und herrollen (Skizze 2).
- Das Kind spielt den Ball mit Vorwärtsrotation übers Netz/ein gespanntes Seil.
  - Ein Kind läuft vorne am Netz hin- und her und ersetzt das Seil.
  - Der gespielte Ball wird mit Slice unter dem Seil durchgespielt.
- Das Kind nimmt die Rotation (vor- oder rückwärts) des eigenen sowie des zugespielten Balles wahr und spielt den Ball zurück.
- Kind A spielt, Kind B steht hinter A und versucht mit geschlossenen Augen den Drall zu hören (Daumen hoch, falls gehört und Daumen runter, falls nicht gehört).
- Zwei Kinder spielen im Servicefeld Ballwechsel mit so viel Schwung, dass der Ball mit Vorwärtsrotation gespielt werden muss, damit er im Feld landet.

Skizze 1



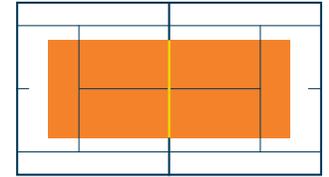
Skizze 2





# Vorwärtsrotation

Hier gehts  
zum Video:



- Das Kind spielt mit einem Partner die Bälle mit Vorwärtsrotation (viel und wenig) und beurteilt die eigene Rotationsgeschwindigkeit.
  - ✓ Die Rotation des Balles mit den Zahlen 1 bis 3 (wenig/mittel/stark) beziffern.
  - ✓ Rotationsgeschwindigkeit des Partners beurteilen.
- Zu zweit kurz-cross mit Beschleunigung spielen, so dass der Ball noch im Feld landet.
- Dem Leiter, welcher am Netz steht, in die Füße spielen.
- Kind A versucht den Ball so zu spielen (Vorwärtsrotation), dass Kind B möglichst weit nach hinten laufen muss. Kind B spielt den Ball im Abstieg (Trepppunkt 3) zurück.
- Ballwechsel spielen. Wenn ein Kind einen Netzfehler macht, erhält das andere Kind zwei Punkte.
  - ✓ Wenn Kind B den Ball in der roten Zone spielen muss, hat Kind A den Punkt gewonnen (Skizze 2).
  - ✓ Kind A gewinnt den Punkt, wenn der zweite Aufprall von Kind B vor der roten Zone ist.
- Zwei Kinder spielen auf Punkte, der zweite Aufprall muss in der roten oder blauen Zone sein. Es darf nur durch die Torstangen gespielt werden (Skizze 3).



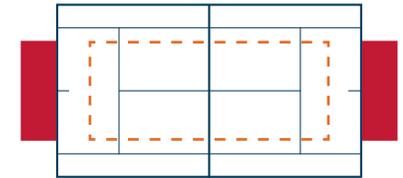
## Anmerkungen

Die verschiedenen Flugbahnen aufzeichnen, damit die Kinder deren Vor- und Nachteile erkennen können (Skizze 4):

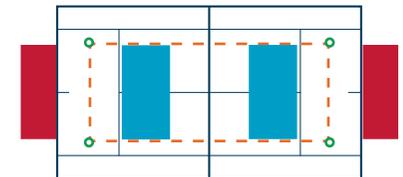
1. Aufstieg, 2. höchster Punkt, 3. Abstieg.

Das Kind sollte mit Schwung spielen können, respektive das Schwunggefühl erlangen.

Skizze 2



Skizze 3



Skizze 4



Testform zum Lernbaustein

## Objektive Beurteilung

Das Kind kann mit seinem Partner den Ball zehnmal ohne Fehler mit Vorwärtsrotation mit Vorhand und Rückhand hin- und her spielen.



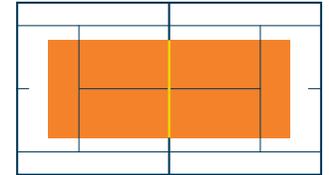
## Subjektive Beurteilung

Das Kind kann den Ball von der orangen Grundlinie aus mit der Vorhand und der Rückhand mit Vorwärtsrotation spielen.



# Ballwechsel

Hier gehts zum Video:



Beschreibung für Leiter



## Ballwechsel

Das Kind kann von der Grundlinie (oranges Feld) einen sicheren Ballwechsel spielen.

Beschreibung für Kinder



## Die Tenniswand

Spiel den Ball zurück, als ob du eine Tenniswand wärst!

Verwandte Lernbausteine



## Der Turner

Vorwärtsrotation



## Der Grundlinienkünstler

Selbstwahrnehmung

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich

Tennispielen lernen

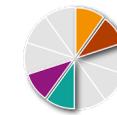
Fähigkeit

Wir spielen beide von hinten.

Kompetenz / Lernziel

Ich kann den Ball sicher spielen und platzieren.

Bewegungsgrundformen



Laufen, Springen

Balancieren

Rollen, Drehen

Klettern, Stützen

Schaukeln, Schwingen

Rhythmisieren, Tanzen

Werfen, Fangen

Kämpfen, Rauten

Rutschen, Gleiten

weitere Formen

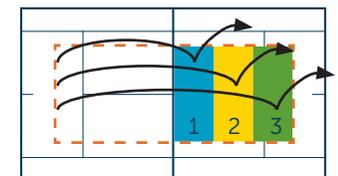
## Entdecken

- Der Leiter spielt mit dem Kind und lässt es spüren, wie sich «weit nach hinten springende Bälle» anfühlen.
- Das Kind in rote Spielsituationen bringen und es Lösungen finden lassen.
- Die Kinder zählen beim Einspielen wie oft sie hin- und her spielen können und setzen sich danach ein realistisches Ziel für eine gewisse Anzahl Ballwechsel (Prognosentraining).

## Übungs- und Spielvorschläge

- Das Kind nimmt verschiedene Flugbahnen wahr (drei Zonen markieren, gemäss Skizze 1).
- Kind A spielt den zugeworfenen Ball von Kind B langsam zurück und Kind B muss den Reifen vor dessen ersten Aufprall auf den Boden legen, so dass der Ball im Reifen landet.
  - ✓ Kind A sagt an, wie oft der Ball aufspringen darf, bevor B den Reifen hinlegen soll (maximal 4x).
- Das Kind sagt möglichst im Moment, in welchem der Ball über dem Netz ist, an, in welcher Zone der Ball des Gegners oder der eigene Ball landen wird.
  - ✓ Unterschiedlich früh (Prophet) oder spät (Buchhalter) ansagen.
- A und B spielen während zwei Minuten zusammen. A kann die Bälle frei platzieren, während B nur in eine definierte Zone spielen darf. A zählt die Treffer von B. Anschliessend werden die Rollen getauscht.

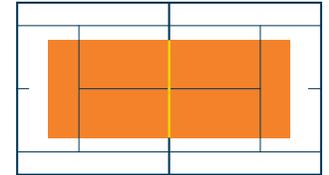
Skizze 1





# Ballwechsel

Hier gehts zum Video:

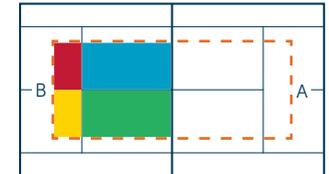


- Die drei Zonen in Länder oder Kontinente umbenennen. Zone eins ist die Schweiz/Europa, Zone zwei ist Deutschland/Afrika/Asien und Zone drei Australien. Die Kinder sagen an, in welches Land/welchen Kontinent gespielt wird.
- Die Kinder spielen über ein Band, welches 1.5 Meter übers Netz gespannt wird und versuchen dabei, in die Zonen zwei und drei zu spielen.
  - ✓ Die Flugbahn weiter erhöhen.
  - ✓ Cross/cross spielen.
- Die Kinder bilden Zweiertteams. Der Leiter spielt einem Kind sieben bis acht Bälle in die Zonen zu und dieses versucht die Bälle jeweils in die gleiche Zone zurückzuspielen, in welche sie der Leiter platziert hat. Das andere Kind zählt die Treffer (für jeden Treffer gibt es einen Punkt) und nach fünf Punkten wird gewechselt. Welches Team erreicht zuerst 20 Punkte?
- Die Zonen in Punkte aufteilen und zusammen longline/longline oder cross/cross spielen lassen. Zone eins und Zone drei ergeben pro Treffer drei Punkte, Zone zwei einen Punkt. Welches Team erreicht zuerst 20 Punkte.
- Kind A spielt nur cross, Kind B darf frei wählen wie es spielt.
  - ✓ Kind A spielt nur longline.
- Kind A muss die Bälle in bestimmte Zonen spielen und Kind B kann frei wählen, wo es hinspielen will.
  - ✓ Kind A bestimmt die Zone selber (Skizze 2).
  - ✓ Die Kinder spielen gegeneinander auf Punkte in Zone 1. Sobald ein Kind die Anzahl Punkte erreicht, kann es in eine weitere Zone des Gegners spielen, welcher somit ein grösseres Feld abdecken muss. So weiterfahren, bis in allen Zonen gespielt wird (Skizze 3).
- A und B spielen gegeneinander. Die Länge des Ballwechsels ergibt die Anzahl Punkte (Rallyematch)?

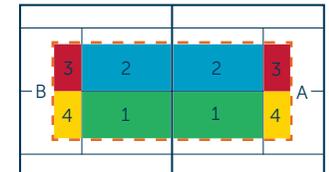
Anmerkung:

Die Kinder darauf aufmerksam machen, was die optimalen Spielzonen (mindestens einen Meter im Feld) und Flugbahnen (mindestens einen halben Meter über dem Netz) sind.

Skizze 2



Skizze 3



Testform zum Lernbaustein

## Objektive Beurteilung

Der Leiter spielt Kind A je fünfmal im Wechsel auf die Vor- und Rückhand zu. Kind A steht auf der Grundlinie und spielt die Bälle mit Sicherheit und guter Länge in die rote Zone. Kind B zählt die Punkte. Diese werden wie folgt vergeben (Skizze 4):

- Aufsprung in roter Zone = 1 Punkt
- Aufsprung in blauer Zone = 1 Punkt

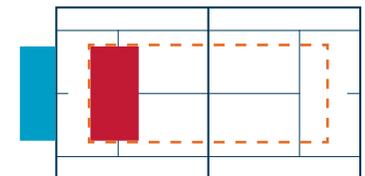
Die Übung ist erfüllt, wenn mindestens 12 von 20 Punkten erreicht werden.



## Subjektive Beurteilung

Das Kind kann den Ball sicher und mit guter Länge übers Netz spielen. Zwei Kinder können Cross-Ballwechsel mit angepassten Richtungswechseln spielen.

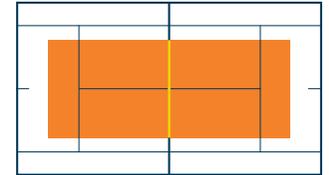
Skizze 4





# Ampel

Hier gehts zum Video:



## Beschreibung für Leiter



### Ampel

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

## Beschreibung für Kinder



### Der Schachspieler

Spiel schlau und vorausschauend wie ein Schachspieler!

## Verwandte Lernbausteine



### Der Fuchs

Spielregeln



### Der Angreifer

Wirkungsvoller Angriffsball

## Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

### Bereich

Tennispielen lernen

### Fähigkeit

Ich greife an.

### Kompetenz / Lernziel

Ich kann offensive und defensive Spielsituationen erkennen und antizipieren.

## Bewegungsgrundformen



■ Laufen, Springen

■ Balancieren

■ Rollen, Drehen

■ Klettern, Stützen

■ Schaukeln, Schwingen

■ Rhythmisieren, Tanzen

■ Werfen, Fangen

■ Kämpfen, Rauten

■ Rutschen, Gleiten

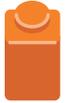
■ weitere Formen

## Entdecken

- Einstiegsfrage: Kennt das Kind die Ampelfarben und deren Bedeutung (im Strassenverkehr)?
- Der Leiter spielt mit dem Kind und setzt es bewusst in verschiedene Spielsituationen.

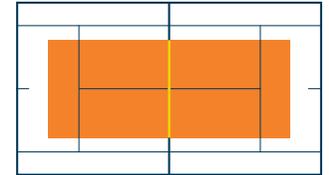
## Übungs- und Spielvorschläge

- Das Kind stellt die Verbindung der Ampelfarben auf Spielsituationen im Tennis her.
- Das Kind erkennt und benennt als Coach (Zuschauer) die Spielsituationen eines Spielers (Ampel).
  - ✓ Die Coaches sagen die Spielsituation des Gegners an.
- Das Kind nimmt die verschiedenen Spielsituationen von sich und vom Gegner wahr und benennt sie.
- Das Kind spielt situationsangepasst (Zeit gewinnen, um den Platz abdecken zu können oder dem Gegner Zeit wegnehmen, um anzugreifen).
- Das Kind kann einen Lob spielen, wenn der Gegner zu nahe am Netz steht. Ansonsten spielt es einen Passierball oder einen Ball in die Füße (mit Vorwärtsrotation).
- Kind A bringt Kind B bewusst in eine bestimmte Spielsituation und reagiert angepasst auf die Bälle des Gegners.
- Die Kinder spielen auf zehn Punkte. Sobald sich eines der Kinder in einer grünen Spielsituation befindet, ist der Punkt eröffnet und falls dasselbe Kind den Punkt gewinnt, zählt dieser dreifach.



# Ampel

Hier gehts  
zum Video:



Anmerkung:

Auch am Netz kann man sich in einer orangen oder sogar roten Situation wahrnehmen!

**Rote Situation:** das Kind befindet sich in Bedrängnis

**Orange Situation:** neutrale Situation, in welcher Kind A Kind B in eine rote Situation bringen kann

**Grüne Situation:** das Kind kann den Punkt abschliessen



Testform zum Lernbaustein

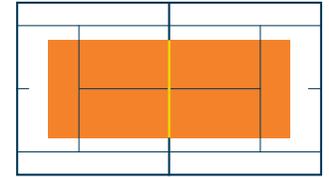
**Objektive Beurteilung** Das Kind erkennt eine rote Spielsituation und kann in dieser acht von zehn Bällen situationsgerecht zurückspielen.

 **Subjektive Beurteilung** Das Kind kann defensive und offensive Spielsituationen erkennen und antizipieren.



# Rhythmisieren

Hier gehts zum Video:



Beschreibung für Leiter



## Rhythmisieren

Das Kind kann den Ballrhythmus bewusst wahrnehmen.

Beschreibung für Kinder



## Der Tänzer

Nimm den Rhythmus des Balles wahr, wie ein Tänzer die Musik!

Verwandte Lernbausteine



## Der Habicht

Treffpunkt



## Der Grundlinienspieler

Zweite Flugbahn

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich

Tennispielen lernen

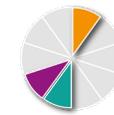
Fähigkeit

Ich bin koordiniert und aufmerksam.

Kompetenz / Lernziel

Ich kann den Ball in verschiedenen Treffpunkten schlagen.

Bewegungsgrundformen



Laufen, Springen

Balancieren

Rollen, Drehen

Klettern, Stützen

Schaukeln, Schwingen

Rhythmisieren, Tanzen

Werfen, Fangen

Kämpfen, Raufen

Rutschen, Gleiten

weitere Formen

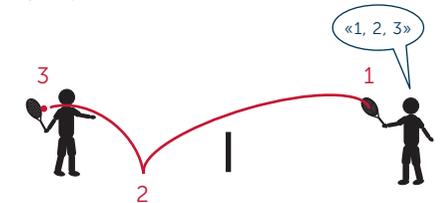
## Entdecken

- Zu zweit spielen. Ein drittes und viertes Kind klatschen den Rhythmus des Ballwechsels.

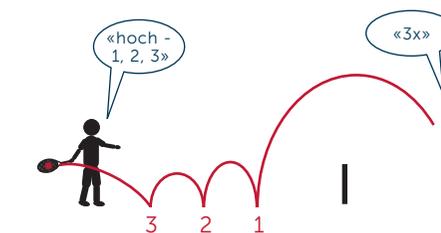
## Übungs- und Spielvorschläge

- Das Kind sagt während eines Ballwechsels seinen Rhythmus vom Treffpunkt an:
  - erster Aufprall «jetzt/hip/hop/tip/pum/pim»
  - zweiter Aufprall «und-jetzt/hip-hop/tip-top/pum-pim/eins-zwei/1, 2, 3» (Skizze 1)
- Das Kind sagt bei seinem Treffpunkt «hip» und beim gegnerischen «hop».
- Das Kind sagt während des Ballwechsels an, wie oft der Ball im gegnerischen Feld aufspringen darf (1-3x) und das andere Kind sagt pro Aufsprung: «1, 2, 3» / «tic, tac, toe» und «hoch» oder «tief» (Skizze 2).
- Kind A gibt einen Rhythmus (schnell/langsam/hoch/tief) vor, welchen Kind B zu kopieren versucht.
- Kind A spielt alle Bälle vor der Grundlinie, Kind B von einer beliebigen Position.
- Das Kind passt den Rhythmus der Spielsituation im Match an:
  - rote Situation: langsamer Rhythmus
  - gelbe Situation: schneller Rhythmus

Skizze 1



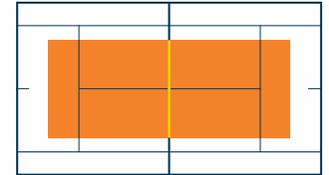
Skizze 2





# Rhythmisieren

Hier gehts  
zum Video:



- Die Kinder spielen ein Tie-Break und müssen bei jedem Treffpunkt (eigener und gegnerischer) den Rhythmus ansagen. Wer dies vergisst/zu früh/zu spät ansagt, verliert den Punkt direkt.
- Die Kinder spielen gleichzeitig mit zwei Bällen, der Rhythmus muss bei jedem Schlag angepasst werden. Welches Team kann zuerst zehnmal fehlerfrei spielen?
- Zwei Kinder spielen miteinander im Klein- oder orangen Feld ein und versuchen nach jedem Schlag den Tennisschläger sich selber hinter dem Rücken durchzugeben und weiterzuspielen.
  - ✓ Den Schläger sich selber unter den Beinen durchreichen und weiterspielen.
  - ✓ Mit der zweiten Hand einen Ball beliebige Male prellen und weiterspielen.

## Anmerkung

Verschiedene Schlaginstrumente ausprobieren:

Hölzer, Schläger, Bälle (prellen), Tamburin, Bretter, Schachteln, Büchsen, Gläser

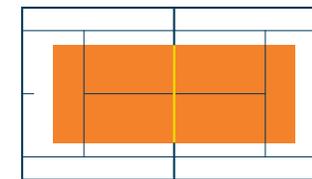
Testform zum Lernbaustein

- Objektive Beurteilung** Das Kind sagt «hip», wenn der Ball auf seiner Seite am Boden aufspringt und «hop», wenn es den Ball trifft.  
Das Kind sagt «hip», wenn der Ball auf der gegnerischen Seite am Boden aufspringt und «hop», wenn das andere Kind diesen trifft.
- Subjektive Beurteilung** Das Kind kann sich entsprechend zum Ball positionieren.



# Differenziert servieren & retournieren

Hier gehts zum Video:



Beschreibung für Leiter



## Differenziert servieren & retournieren

Das Kind kann flach oder mit Slice servieren und den Service des Gegners der Geschwindigkeit angepasst retournieren (blocken oder schwingen).

Beschreibung für Kinder



## Der Handballer

Serviere geschickt wie der Penalty-schütze und retourniere souverän wie der Torwart!

Verwandte Lernbausteine



## Der Affe und der Panther

Servieren & Retournieren



## Der Service- und Returnkünstler

Angepasste Punkteröffnung

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich

Tennispielen lernen

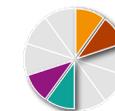
Fähigkeit

Ich bringe den Ball ins Spiel.

Kompetenz / Lernziel

Ich kann den 1. und 2. mit einem grossen Service und den 2. mit einem Slice spielen.  
Ich kann den Service angepasst und sicher (Platzierung und Rotation) zurückspielen.

Bewegungsgrundformen



Laufen, Springen

Balancieren

Rollen, Drehen

Klettern, Stützen

Schaukeln, Schwingen

Rhythmisieren, Tanzen

Werfen, Fangen

Kämpfen, Raufen

Rutschen, Gleiten

weitere Formen

## Entdecken

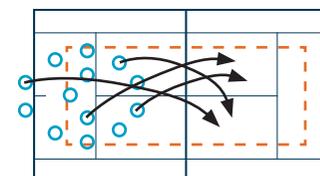
- Die Kinder beobachten den Leiter. Dieser zeigt verschiedene Services vor, welche die Kinder nachahmen.
- Das Kind serviert von verschiedenen Platzpositionen (Reifen platzieren, siehe Skizze 1).
- Der Leiter spielt verschiedene Services auf die Kinder (Variation: Tempo, Richtung, Rotation, Höhe). Die Kinder versuchen die Services zu retournieren.
- Die Kinder schwingen ein Kiwido.



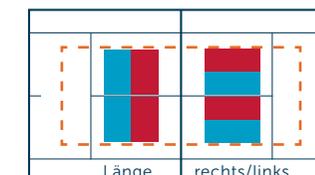
## Übungs- und Spielvorschläge

- Den Service aus einer stabilen Position beschleunigen (die Füße bleiben am Boden oder mit Einsatz der Beine).
- Das Kind serviert flach und mit Slice.
- Das Kind serviert in verschiedene Zonen (Skizze 2).
- Das Kind erkennt einen einfachen Service, positioniert sich entsprechend vor der Grundlinie und kann den Gegner mit seinem Return unter Druck setzen.
- Das Kind erkennt schnelle Services und kann diese mit einem geblockten Return sicher zurückspielen.
- Das Kind spielt flache und geslichte Services sicher ins Feld.
- Das Kind kann mit dem Service bewusst in eine angesagte Zone spielen.
- Bei einem langsameren Service nach vorne rücken und den Gegner mit einem platzierten Ball in Schwierigkeit bringen.

Skizze 1



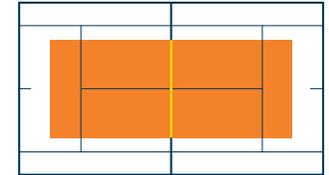
Skizze 2





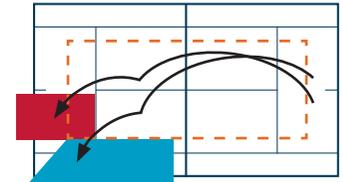
# Differenziert servieren & retournieren

Hier gehts zum Video:



- Beim Splitstep ansagen, wohin der Service geht (auf die Vorhand oder die Rückhand).
- Das Kind A sagt nach dem Service von Kind B an, wohin es den Ball retournieren will.
- Die Kinder servieren auf der Einstandseite (1m neben der Mitte) so, dass der Ball in der zweiten Flugbahn vor der Grundlinie über die Seitenlinie fliegt. Die Kinder servieren auf der Vorteilseite (1m neben der Mitte) so, dass der Ball in der zweiten Flugbahn auf die Vorhandseite (Rechtshänder) fliegt (Skizze 3).
- Das Kind A sagt vor dem eigenen Service an, in welche Zone es spielen wird. Falls dies gelingt, hat es bereits einen Punkt auf sicher.
  - ✓ Falls das Kind den Return sicher und lang in eine bestimmte Zone spielen kann, hat es bereits einen Punkt auf sicher.
- Bei einem Return/Servicewinner erhält das Kind zwei Punkte.
  - ✓ Die Kinder haben während eines Matches jeweils nur einen Service zur Verfügung.
- Um Punkte spielen. Das Kind kann auch unter Druck (knapper Spielstand) den Service/Return sicher ins Feld spielen.
- Die Kinder spielen um Punkte. Sie ziehen vor jedem Punkt eine Karte aus dem Kartenset.

Skizze 3



## Anmerkung

Den Unterschied zwischen einem geschwungenen und einem geblockten Return zeigen.

Kartenset



Testform zum Lernbaustein

## Objektive Beurteilung

2. Service: das Kind kann acht von zehn Services ins Feld spielen.

Return: das Kind kann auf den 2. Service acht von zehn Bällen lang in die Zielzone retournieren (Skizze 4).

Das Kind kann auf den 1. Service sechs von zehn Bällen retournieren.

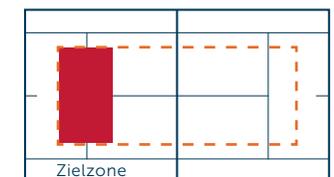


## Subjektive Beurteilung

Service: das Kind kann in einem Match sicher servieren.

Return: das Kind kann in einem Match sicher retournieren.

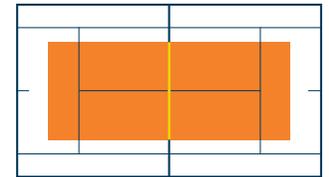
Skizze 4





# Angreifen

Hier gehts  
zum Video:



Beschreibung für Leiter



## Angreifen

Das Kind erkennt eine Angriffssituation und greift an.

Beschreibung für Kinder



## Der Fechter

Greife leichtfüssig und klug an, wie ein Fechter!

Verwandte Lernbausteine



## Die Katze

Reagieren



## Der Netzkünstler

Angepasstes Netzspiel

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich

Tennispielen lernen

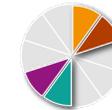
Fähigkeit

Ich greife an und schliesse den Punkt ab!

Kompetenz / Lernziel

Ich kann im richtigen Moment angreifen und am Netz in einer grünen Situation sicher vollieren.

Bewegungsgrundformen



Laufen, Springen

Balancieren

Rollen, Drehen

Klettern, Stützen

Schaukeln, Schwingen

Rhythmisieren, Tanzen

Werfen, Fangen

Kämpfen, Raufen

Rutschen, Gleiten

weitere Formen

## Entdecken



- Die Kinder spielen auf Punkte. Erzielte Punkte am Netz zählen dreifach. Der Leiter beobachtet und stellt den Kindern die Frage, wann und wie sie angegriffen haben und gibt entsprechendes Feedback.
- Das Kind volliert unterschiedlich zugespielte Bälle vom Leiter ins Feld.
- Der Leiter gibt die Bälle so ein, dass das Kind angreifen kann. Das Kind entscheidet, wie es angreifen will.

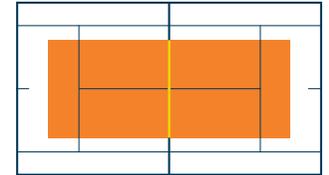
## Übungs- und Spielvorschläge

- Der Leiter spielt Kind A, welches am Netz steht, unterschiedlich schwierige Bälle zu. Kind A volliert diese zurück und benennt, in welcher Spielsituation es sich dabei befindet (rot, orange, grün).
  - Kind B beobachtet und benennt die Spielsituation von Kind A.
- Das Kind lernt, auf welche Arten es angreifen kann (kurze, lange, hohe, druckvolle Bälle).
- Die Kinder spielen sich Volley/Volley mit einem Kontrollschlag zu.
- Die Kinder vollieren zu zweit am Netz.
  - Zählen, wie viele Ballwechsel sie schaffen.
- Das Kind kann in einer grünen Spielsituation am Netz den Volley platzieren (kurz, lang, rechts, links).



# Angreifen

Hier gehts  
zum Video:



- Das Kind spielt mit dem Leiter Volley-Volley/Halbvolley-Halbvolley und geht dabei wie eine Handorgel von der T-Linie ans Netz und wieder zurück.
- Das Kind spielt Volley/Volley/Halbvolley gegen eine Wand.
- Zwei Kinder spielen Volley-Volley und bewegen sich nach jedem Schlag einen Schritt gegen die Seitenlinie und wieder zurück.
- Das Feld in Zonen aufteilen. Das Kind kann den Volley bewusst in die verschiedenen Zonen spielen und sagt an, in welche Zone es den Ball spielen wird.
  - ✓ Jeder Treffer in die richtige Zone gibt einen Punkt.
  - ✓ Den Punkt ausspielen und falls der Angreifer ihn gewinnt, zählt er doppelt.
- Volleyrallye: Zwei Kinder spielen mit dem Leiter im Wechsel Volley/Volley. Nach je drei Volleys kommt das andere Kind an die Reihe. Zwei Volleys ohne Fehler geben einen Punkt. Wie viele Punkte schaffen die Kinder und der Leiter zusammen?
- «Hindere-Füre»: Kind A und Kind C spielen gegen Kind B und Kind D. Gewinnen die Kinder A/C einen Punkt, erhalten sie vom Leiter einen Angriffsball und können danach so lange am Netz bleiben, wie sie Punkte gewinnen. Verlieren sie einen Punkt, spielt ihnen der Leiter einen Lob zu und beim nächsten Punktgewinn erhalten sie wieder einen Angriffsball.
  - ✓ Jeder Punkt zählt. / Nur Punkte, welche am Netz gewonnen werden, zählen.
  - ✓ Der erste Volley muss über die T-Linie gespielt werden.
  - ✓ Der erste Passierschlag darf kein Lob sein.
- Kind A und Kind B stehen auf der Grundlinie. Der Leiter spielt Kind A einen Ball zu, welcher als Angriffsball gespielt werden muss. Der Punkt wird ausgespielt, wer zuerst zehn Punkte erreicht, gewinnt.
- Die Kinder spielen um Punkte, dabei zählen am Netz erzielte Punkte doppelt.
- Die Kinder spielen einen Doppelmatch.

## Anmerkungen

Hände im Treffmoment vom Volley kurz auseinander (elastisches Band).

Testform zum Lernbaustein

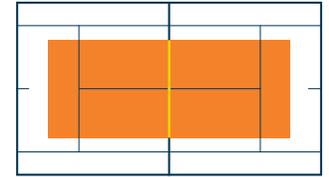
**Objektive Beurteilung** Das Kind kann in einer grünen Situation am Netz acht von zehn Volleys platzieren.

**Subjektive Beurteilung** Das Kind kann in einer grünen Situation am Netz den Gegner unter Druck setzen.



# Verhalten im Match

Hier gehts zum Video:



Beschreibung für Leiter



## Verhalten im Match

Das Kind kann sich selbständig auf einen Match vorbereiten und verhält sich fair.

Beschreibung für Kinder



## Der Profi

Verhalte dich vor und im Match wie ein Tennisprofi!

Verwandte Lernbausteine



## Der Fuchs

Spielregeln



## Der Coole

Selbstkontrolle

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich

**Persönliche Entwicklung**

Fähigkeit

**Ich bin selbständig.  
Ich habe Rituale.**

Kompetenz / Lernziel

**Ich laufe mich selbständig vor jedem Match und freien Spiel ein.**

Bewegungsgrundformen

## Entdecken



- Falls es den Leiter bei seinem vorherigen Unterricht nicht stört, sollten sich die Kinder vor Trainingsbeginn selbständig einlaufen. Selbständige Aufwärmrituale vor der Lektion:
  - ✓ Die Kinder treffen fünf Minuten vor Trainingsbeginn ein und joggen drei Runden um den Tennisplatz.
  - ✓ Die Kinder joggen fünf Runden um den Tennisplatz (je ein Hütchen in der Ecke des Tennisfeldes): 1. Runde vorwärts, 2. rückwärts, 3. seitwärts (Blick in Platzmitte), 4. seitwärts (Blick nach aussen) 5. schnell vorwärts und springen selbständig mit einem Seil ein.
- Der Leiter zeigt den Kindern ein Video oder verschiedene Bilder von Sportlern. Die Kinder benennen, was sie auf den Bildern in Sachen Mimik/Gestik/Körpersprache/Emotionen/Rituale erkennen. Anschliessend probieren die Kinder verschiedene Rituale/Emotionen selber aus. Abschlussfrage des Leiter an die Kinder: Wie habt ihr euch dabei gefühlt?

Körpersprache



positiv



negativ

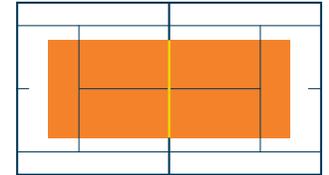
## Übungs- und Spielvorschläge

- Das Kind entwickelt eine positive Körpersprache.
- Das Kind hat mindestens ein positives Ritual auf dem Tennisplatz. Es verhält sich gegenüber dem Gegner fair und mit Respekt.
- Das Kind lernt, wie man sich in einem Match einspielt, kennt die Zählweisen und die Spielregeln.
- Das Kind kann sein positives Ritual während dem Tennisspielen einsetzen und seine Emotionen dadurch kanalisieren.
- Das Kind kann sich selbständig und konzentriert einspielen.



# Verhalten im Match

Hier gehts zum Video:



- Die Kinder würfeln vor dem Tiebreak den eigenen Spielstand und können mit dieser Situation umgehen.
  - ✓ Für den Gegner würfeln.
  - ✓ Die gewürfelten Zahlen (Spielstand) vor dem Gegner geheim halten, nur dem Leiter mitteilen.
  - ✓ Kind A würfelt für Kind B die benötigte Punktzahl, um das Tiebreak zu gewinnen.
  - ✓ Ein Kind würfelt den Ausgang des Tiebreaks (z.B. Würfelzahl vier: das Tiebreak ist bei vier Punkten zu Ende)
- Das Kind übernimmt in einem Training das Einwärmen und Einspielen (Zeit im Griff haben). Anschliessend werden Punkte gespielt. Abschlussfrage an die Kinder: «Wart ihr bereit?» (Innenansicht), plus Feedback des Leiters (Aussenansicht).
- Das Kind kann selbständig einen Match spielen (Einwärmen und Auslaufen gehören dazu).
  - ✓ Die Kinder üben während einem Punktespiel in verschiedenen Rollen, wie sich Körpersprache und Rituale auf sich selber (Innenansicht) und auf den Gegner (Aussenansicht) auswirken.
  - ✓ An positive Erinnerungen bzw. Erlebnisse denken (tennisspezifisch) und diese visualisieren.
- Games mit verschiedenen Spielständen starten, um das Kind in eine matchnahe Situation zu bringen.
- Einen ganzen Satz mit Games auf zwei Punkte spielen

## Anmerkung

Im Doppel nach jedem Ballwechsel ein high five/low five geben.

Kartenset



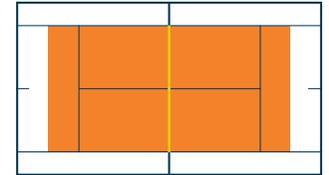
Testform zum Lernbaustein

- **Subjektive Beurteilung** Das Kind kann sich selbständig auf einen Match vorbereiten, hat seine Emotionen unter Kontrolle und verhält sich im Match fair.



# Doppel spielen

Hier gehts zum Video:



Beschreibung für Leiter



## Doppel spielen

Die Kinder können im Team Verantwortung übernehmen und mit dem Return angreifen.

Beschreibung für Kinder



## Die Synchronschwimmer

Harmoniere mit deinem Partner, wie Synchronschwimmer dies tun.

Verwandte Lernbausteine



## Die Pinguine

Teamplayer



## Die Doppelkünstler

Die Doppelspieler

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich

Tennis spielen

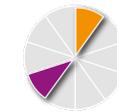
Fähigkeit

Wir spielen Doppel.

Kompetenz / Lernziel

Wir können uns als Team auf dem Platz positionieren.

Bewegungsgrundformen



Laufen, Springen

Balancieren

Rollen, Drehen

Klettern, Stützen

Schaukeln, Schwingen

Rhythmisieren, Tanzen

Werfen, Fangen

Kämpfen, Rauten

Rutschen, Gleiten

weitere Formen

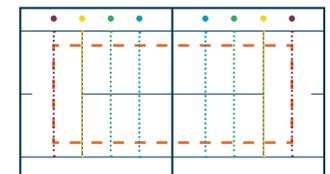
## Entdecken

- Die Kinder stehen sich in Zweiergruppen gegenüber. Kind A und Kind B werfen abwechselnd den Ball übers Netz. Kind C muss diesen durch die Beine fliegen lassen, anschliessend fängt Kind D den Ball nach einem Aufprall mit beiden Händen.
  - mit einer Hand/Hütchen fangen / den Ball unterschiedlich zuwerfen / Treffer durch Beine zählen

## Übungs- und Spielformen

- Zwei Kinder stehen sich gegenüber und spielen gleichzeitig einen Ball hoch, wechseln die Positionen und spielen ihn nach einem Aufprall wieder in die Höhe.
  - Ein Kind ist Chef und gibt das Kommando (Tic/Tac, Tom/Jerry), wann gewechselt werden muss.
- Kind A und B haken sich mit der linken Hand ein. In der anderen Hand halten sie einen Ball in die Höhe. Diesen lassen sie gleichzeitig fallen und versuchen (ohne sich auszuhaken) den Ball des anderen nach einem Aufprall zu fangen.
  - ein Kind ist Chef und gibt das Kommando / mit dem Schläger / mit unterschiedlichen Bällen / auf Punkte
- Ein Kind pro Team ist der Coach und sagt für jeden Ball an, wer ihn spielen soll, «du / ich».
  - pro Team nur ein Schläger / mit einem Kids Tennis High School-Ball / im Kleinfeld, ohne Schläger und mit einem Overall
- Liniendoppel, bei Punktgewinn kann das Team eine Linie vorrücken, der Punkt kann gebucht werden, wenn er auf der vordersten Linie stehend erzielt wird (Skizze 1). Nach jedem Punkt geben sich die Kids im gleichen Team low- oder high five.
- Die Kinder spielen Doppel. Beim ersten Service stehen alle auf der Grundlinie, beim zweiten die Returnspieler versetzt.

Skizze 1

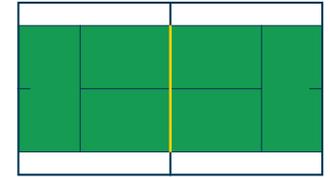


# Grüne Stufe



# Zweite Flugbahn

Hier gehts  
zum Video:



Beschreibung für Leiter



## Zweite Flugbahn

Das Kind kann von der Grundlinie sicher und wirkungsvoll spielen.

Beschreibung für Kinder



## Der Grundlinienspieler

Deine Grundschläge sind sicher und drängen den Gegner weit nach hinten!

Verwandte Lernbausteine



## Der Turner

Vorwärtsrotation



## Der Aktive

Initiative ergreifen

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich

Tennispielen lernen

Fähigkeit

Wir spielen beide von hinten.

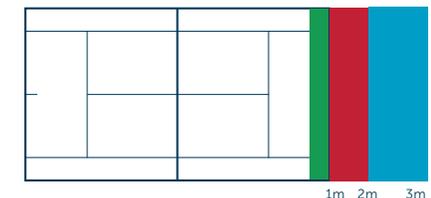
Kompetenz / Lernziel

Ich kann den Ball lang platzieren, so dass der Gegner nicht angreifen kann.

## Entdecken

- Kind A und Kind B spielen von der Grundlinie lange Bälle, lassen den Ball zweimal aufspringen und sagen an, aus welcher der drei Zonen sie den Ball zurückspielen müssen. Wo stehe ich selber? Wo steht mein Partner? Die rote, neutrale Zone befindet sich bis einen Meter, die blaue mindestens zwei Meter hinter der Grundlinie und die grüne einen Meter vor der Grundlinie (Skizze 1).
  - ✓ Den Ball ein- bis dreimal aufspringen lassen.
- Die Kinder spielen von der Grundlinie Ballwechsel und sagen immer an, wie hoch ihr Ball übers Netz fliegt (1, 2, 3 Meter).

Skizze 1



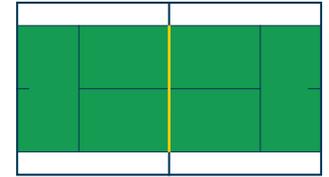
## Übungs- und Spielvorschläge

- Kind A und Kind B spielen von der Grundlinie lange Bälle mit viel Drall, lassen den Ball zweimal aufspringen und versuchen einander weit hinter die Grundlinie zu drängen, so dass der Ball in der blauen Zone zum zweiten Mal aufspringt.
  - ✓ Der Leiter spielt Bälle in verschiedener Länge zu. Das Kind versucht aus jeder Position den Ball in die blaue Zone zu spielen (die Rotation des Balles spüren).
- Die Kinder nehmen wahr, in welcher Zone sie den Ball spielen.
  - ✓ Markierung (Absperrband) übers Netz spannen, um die Flugbahn zu erhöhen.
  - ✓ Spiel um Punkte über eine Markierung. Kind A kann frei und ohne Vorgabe spielen, Kind B darf nur über die Markierung spielen.



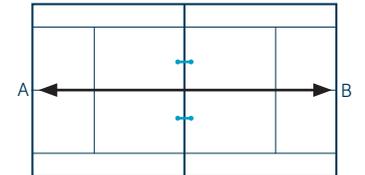
# Zweite Flugbahn

Hier gehts zum Video:



- Die Kinder A und B spielen Ballwechsel. Dabei sagen sie an, wie hoch ihr Ball übers Netz fliegt. C und D überprüfen dies von aussen.
  - ✓ Den Rhythmus des Ballwechsels mit Hip (beim Aufprall) und Hop (beim Treffmoment) ansagen.
  - ✓ Der Ball muss durch ein Tor gespielt werden, welches am Netz mit Malstäben/Linienbesen markiert wird (Skizze 2).
  - ✓ Die Kinder spielen sich lange Bälle zu. Welchem Team gelingt es den längsten Ballwechsel zu spielen, ohne in der roten/grünen Zone zu stehen?
  - ✓ Welches Team hat in einem Ballwechsel zuerst 20x von der roten Zone aus gespielt (Skizze 1)?
- Um Punkte spielen: der Ball muss jeweils in der blauen Zielzone aufspringen, ansonsten ist der Punkt verloren.
- Kind A und Kind B spielen gegeneinander um Punkte. Am Netz gewonnene Punkte zählen doppelt. Wer den Punkt gewinnt, darf bleiben. Wer den Punkt verliert, wechselt mit dem wartenden Partner.

Skizze 2



### Anmerkung

Übungsvorschläge nicht zu kompliziert gestalten, der Aufbau und das Verständnis der Übung sollten einfach sein.

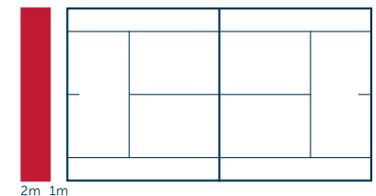
Zielfelder im Feld können optional ergänzt werden, müssen jedoch eine gewisse Grösse haben, um die Übungen nicht zu schwer zu gestalten.

Testform zum Lernbaustein

**Objektive Beurteilung** Das Kind kann 16 vom Leiter zugespielte Bälle im Wechsel mit Vorhand und Rückhand so spielen, dass der zweite Aufprall die rote Zone erreicht. Das Kind hat zwei Versuche und erreicht mindestens 12 Punkte.

**Subjektive Beurteilung** Das Kind kann den Gegner mit langen Bällen unter Druck setzen.

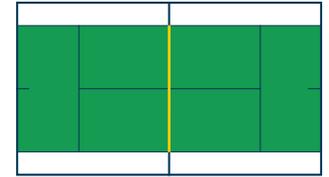
Skizze





# Sicheres Netzspiel

Hier gehts  
zum Video:



Beschreibung für Leiter



## Sicheres Netzspiel

Das Kind kann am Netz  
sicher spielen.

Beschreibung für Kinder



## Der Netzspieler

Volliere und schmetterere sicher!

Verwandte Lernbausteine



## Der Fechter

Angreifen



## Der Netzkünstler

Angepasstes Netzspiel

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich

Tennispielen lernen

Fähigkeit

Ich schliesse den Punkt ab.

Kompetenz / Lernziel

Ich kann am Netz sicher vollieren und mich angepasst positionieren.

## Entdecken

- Kind A und Kind B spielen gegeneinander einen Volley-Volley Match im Kleinfeld und starten dabei von der T-Linie aus. Der Ball darf nur auf oder hinter der T-Linie volliert werden.
- Die Kinder A und B sowie die Kinder C und D spielen im Halbfeld von der T-Linie aus startend ein Volleyduell. Welches Team schafft mehr Netzüberquerungen?

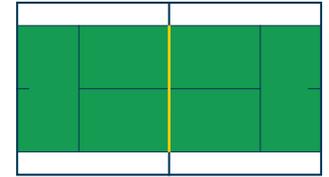
## Übungs- und Spielvorschläge

- Die Kinder A und B spielen Volley-Volley Ballwechsel von der T-Linie aus (zu beachten: aktive Beinarbeit vorne-hinten / Flugbahn in einem Bogen).
  - Die Startpositionen verändern.
  - Nach jedem Fehler neu von der Servicelinie aus starten.
  - Zählen, wie oft die Kinder zusammenspielen können (longline oder cross).
  - Handorgel spielen (die Kinder nähern sich mit jedem Schlag einen Schritt dem Netz zu und gehen zurück, wenn sie nahe am Netz sind).
  - Das Kind kann den Volley mit beiden Rotationsarten spielen (vor- und rückwärts).
  - Die Kinder spielen sich die Bälle von der Servicelinie zu und versuchen den Ball früh zu treffen, um einen Halbvolley zu spielen. Das Kind spielt Volley und Halbvolley und nimmt nach jedem Schlag eine neue Position am Netz ein.
- Kind A steht an der Grundlinie, Kind B am Netz: A gibt Lobs und B spielt Smashes im Ballwechsel (miteinander).
  - Volley und Smash kombinieren.
  - Wie viele Ballwechsel schaffen die Kinder miteinander?
  - Die Reihenfolge vorgeben.



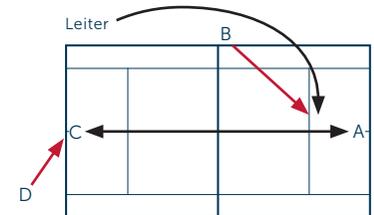
# Sicheres Netzspiel

Hier gehts zum Video:



- Kind A und Kind B spielen um Punkte. Sobald A einen Lob spielt, ist der Punkt offen. B darf die Bälle nicht aufprallen lassen, sonst verliert er den Punkt!
  - Der Punkt zählt für B nur, wenn er diesen vor der Serviceline gewonnen hat. Lässt sich B hinter die Serviceline drängen und wird der Punkt dort gewonnen, so zählt er nicht. Wer schafft zuerst drei Punkte am Netz?
  - Als Doppel spielen.
  - Im Team oder als Einzelwettkampf spielen, den Smash/Bodensmash fix in die Spielform integrieren. Wird der Punkt am Netz gewonnen, erhält das Kind einen hohen Ball zugespielt, welchen es als Smash oder Bodensmash spielen kann, danach wird der Punkt ausgespielt. Gewinnt das Kind, welches sich am Netz befindet beide Punkte, erhält es drei Sterne. Welches Kind erreicht zuerst 15 Sterne?
- Kind A und Kind B spielen im Team gegen Kind C und D um Punkte. A spielt jeweils gegen C den Punkt aus, B wartet derweil am Netzpfeosten und D hinter Kind C. Falls Kind A den Punkt verliert, erhält Kind B vom Leiter einen schwierigen Lob zugespielt, welchen es nun gegen Kind D ausspielen muss. Falls Kind A den Punkt gewinnt, erhält Kind B vom Leiter einen einfachen Lob zugespielt, welchen es gegen Kind D ausspielen muss (Skizze 1).

Skizze 1



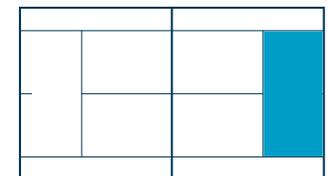
Testform zum Lernbaustein

- Objektive Beurteilung**
  - Das Kind kann zehn Vorhand-/Rückhand-Volleys abwechslungsweise und ohne Fehler im Abstand von drei Metern gegen eine Wand (oder mit dem Leiter) spielen. Das Kind hat drei Versuche.
  - Das Kind kann zehn von sechzehn Volleys in die blaue Zone spielen. Start von der Servicelinie. Das Kind hat drei Versuche (Skizze 2).
- Subjektive Beurteilung** Das Kind kann einen Ballwechsel mit Volley/Lob/Smash spielen.

### Anmerkung

Den ganzen Ballwechsel mit allen Variationen durchspielen lassen und danach subjektiv beurteilen. Bei der objektiven Testform auch den Smash integrieren!

Skizze 2

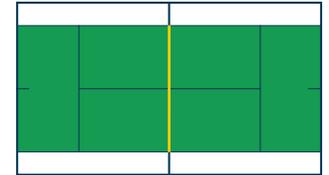


Zielfeld (blau):  
Ganze Breite und Länge vom hinteren Feld.



# Defensive Situation

Hier gehts zum Video:



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	Fähigkeit	Kompetenz / Lernziel
Tennis spielen	Wir spielen miteinander.	Ich kann den Ball situationsangepasst auf den entsprechenden Platzpositionen im Spiel halten.

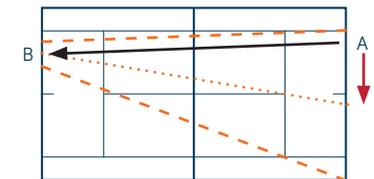
## Entdecken

- Eingangsfrage an die Kinder stellen: Wie kann ich im Ballwechsel Zeit gewinnen?
- Kind A spielt nur cross und Kind B nur longline, wer muss mehr laufen?
  - ✓ Welche Wirkung/Konsequenzen haben die gespielten Bälle für das Kind A und das Kind B?
  - ✓ Den Ballwechsel longline und cross spielen lassen. Welche Unterschiede sind zu erkennen?
- Mit Slice ergänzen: Der Leiter spielt dem Kind (bzw. das Kind dem Leiter) die Bälle mit verschiedenen Rotationen zu. Abschlussfrage an die Kinder: Wie ist die Wirkung, wenn man mit Vorwärtsrotation bzw. Rückwärtsrotation spielt? Erkennen die Kinder die Unterschiede?

## Übungs- und Spielvorschläge

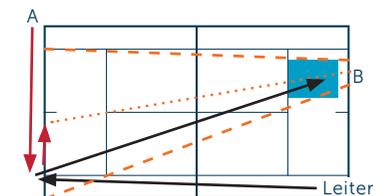
- Der Leiter spielt drei bis vier offensive Bälle, das Kind spielt die Bälle situationsangepasst zurück.
- Kind A und Kind B spielen cross Ballwechsel und decken den Platz auf die Winkelhalbierende ab.
- Kind A startet in einer Spielfelddecke. Auf Zuspiel vom Leiter in die gegenüberliegende Ecke erläuft Kind A den Ball und spielt mit angepasster Flugbahn (lang cross in die blaue Zone), so dass A Zeit hat, den Platz abzudecken (Winkelhalbierende), bevor B den Ball zurückspielen kann (Skizze 2).
  - ✓ Bewusst Rotation (Vor- oder Rückwärtsrotation) einsetzen.
  - ✓ Das Kind spielt in einer roten Spielsituation mit hoher Flugbahn oder in einer orangen Spielsituation mit mehr Beschleunigung.
  - ✓ Das Kind spielt den Ball mit Rückhand Slice lang cross zurück.
- Kind A steht auf der Grundlinie oder im Feld und versucht den Ball zu beschleunigen. Kind B steht hinter der Grundlinie und versucht die offensiven Bälle situationsangepasst zurückzuspielen.
  - ✓ in die Spielform integriert.

Skizze 1 / Winkelhalbierende



Um den Ball in der bestmöglichen Position zurückzuspielen, ist es sinnvoll, sich auf der Winkelhalbierenden der möglichen Flugbahnen des Gegners zu positionieren.

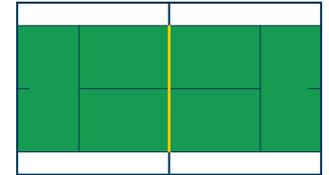
Skizze 2





# Defensive Situation

Hier gehts  
zum Video:



- Die Kinder spielen auf Punkte. Netzfehler geben zwei Punkte für den Gegner.
  - ✓ Kind A spielt gegen Kind B. So oft, wie der Ball übers Netz gespielt wird, so viele Punkte erhält das Kind, welches den Punkt gewinnt.  
Wer erreicht zuerst 50 Punkte?

## Anmerkung

Die Kinder sollten verstehen, in welcher Situation sie den Ball mit Vorwärts-, oder Rückwärtsrotation spielen sollen und in welche Zone!

Vertiefung vom Ampelsystem. Die verschiedenen Spielsituationen erkennen und angepasste Bälle zurückspielen können.

Möglichkeiten der Ballbeschleunigung: im Aufstieg nehmen / mit weniger Rotation spielen / mit mehr Schwung, Körpereinsatz und Explosivität spielen.

Testform zum Lernbaustein

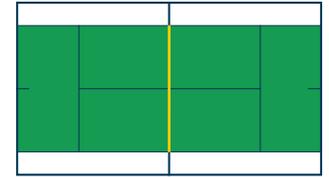
**Objektive Beurteilung** Das Kind kann aus der Bedrängnis heraus mit hohen Flugbahnen oder Rotation (Rückwärts- oder Vorwärtsdrall) zehn von sechzehn zugespielten Bällen cross in die orange oder blaue Zone spielen.

**Subjektive Beurteilung** Das Kind kann aus der Bedrängnis heraus mit hohen Flugbahnen oder Beschleunigung und Rotation (Rückwärts- oder Vorwärtsrotation) Zeit gewinnen und sich richtig positionieren (Winkelhalbierende).



# Wirkungsvoller Angriffsball

Hier gehts zum Video:



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	Fähigkeit	Kompetenz / Lernziel
Tennispielen lernen	Ich greife an.	Ich kann den Ball mit Wirkung spielen, den Gegner aus seiner «Komfortzone» heraus bringen und greife an.

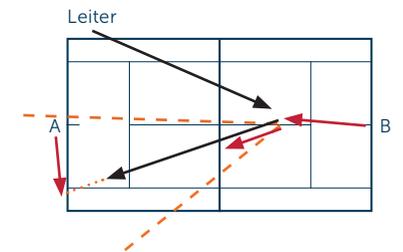
## Entdecken

- Kind A und Kind B spielen sich Bälle zu. Auf welchen Ball kann das Kind sinnvoll angreifen? Das Kind greift auf einen Ball an, welcher im vorderen Feld aufspringt oder auf einen hohen langen Ball, welcher den Gegner aus dem Feld treibt. Das Kind nimmt wahr, dass auch ein hoher und langer Ball als Angriff genutzt werden kann.
- Zwei Kinder spielen lange Bälle und probieren verschiedene Situationen für einen sinnvollen Angriff aus (auch hohe Bälle). Am Netz stehen zwei weitere Kinder, welche den Spielverlauf verfolgen. Mit grünen (geeignet) bzw. roten (ungeeignet) Hütchen kommunizieren sie, ob die Situation für einen Angriff geeignet war oder nicht.

## Übungs- und Spielvorschläge

- Kind A und Kind B spielen Longline-Ballwechsel und nehmen die Netzposition ein. Wenn sie den Ball vor der  $\frac{3}{4}$  Linie spielen, müssen sie ans Netz aufrücken.
- Auf einen hohen langen Ball spielen die Kinder einen Aufbauvolley und nehmen die Netzposition ein.
- Der Leiter gibt einen Ball aus einer Spielfeldecke ins Spiel, so dass Kind B angreifen kann. Kind B begibt sich auf seine Winkelhalbierende (Skizze 1), der Punkt wird ausgespielt.
- Der Leiter gibt einen hohen Ball ins Spiel, welchen B als Aufbauvolley spielen kann.
- Der Leiter spielt Kind A bewusst Angriffsbälle zu. Kind A greift an und nimmt die richtige Position am Netz ein, Kind B versucht den Angriffsball als Passierball zurückzuspielen. Kind A sagt an, wohin der Angriffsball gespielt wird (cross oder longline), danach ist der Punkt offen.
- Die Kinder spielen um Punkte. Wer den Punkt gewinnt und vor der T-Linie steht, gewinnt zwei Punkte.

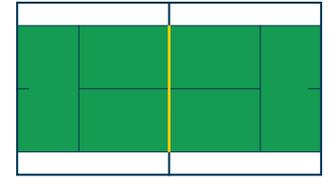
Skizze 1





# Wirkungsvoller Angriffsball

Hier gehts  
zum Video:



- Der Leiter sagt an, wohin der Angriffsball gespielt werden muss, danach ist der Punkt offen.  
V Ohne Ansage vom Kind und vom Leiter.
- Zwei Kinder spielen mit Service um Punkte. Wer den Punkt am Netz gewinnt, erhält die vorher gewürfelte Anzahl Punkte (jeweils zwei Kinder spielen und zwei Kinder würfeln in der Zwischenzeit die Anzahl Punkte für den nächsten Ballwechsel).

## Anmerkung

Die Kinder sollen verstehen, dass ein Angriff den Gegner in Bedrängnis bringen sollte, um den Punkt am Netz abschliessen zu können!  
Die Kinder darauf aufmerksam machen, dass sie die richtige Position am Netz einnehmen! «Dem Ball folgen!»

Testform zum Lernbaustein

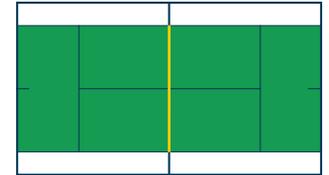
Objektive Beurteilung Das Kind kann in acht von zehn Situationen einen wirkungsvollen Angriffsball spielen.

Subjektive Beurteilung Das Kind kann in Spielsequenzen einen wirkungsvollen Angriffsball spielen.



# Angepasstes Netzspiel

Hier gehts zum Video:



Beschreibung für Leiter



## Angepasstes Netzspiel

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

Beschreibung für Kinder



## Der Netzkünstler

Bereite den Punkt mit einem Volley vor und/oder schliesse ihn damit ab!

Verwandte Lernbausteine



## Der Netzspieler

Sicheres Netzspiel



## Der Fechter

Angreifen

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich

Tennis spielen lernen

Fähigkeit

Ich schliesse den Punkt ab.

Kompetenz / Lernziel

Ich kann den Punkt am Netz abschliessen.

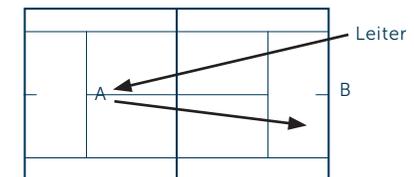
## Entdecken

- Kind A und Kind B spielen gegeneinander einen Volley-Volley Match im Kleinfeld und starten dabei von der T-Linie aus. Der Ball darf nur eine gebogene Flugbahn haben (Regenbogen) und nicht im Kleinfeld aufspringen. Anschliessend stellt der Trainer folgende Fragen: Welcher Ball hat die grösste Wirkung? Mit welchem Ball gewinne ich den Punkt?

## Übungs- und Spielvorschläge

- Die Kinder üben mit dem Leiter das angepasste Netzspiel. Ziel ist es, dass die Kinder in einer roten Spielsituation einen langen Volley oder den Smash platziert spielen können.
- Grüne Spielsituation, Stoppvolley oder gewinkelter Volley.
- Kind A steht am Netz, Kind B auf der Grundlinie. Kind A sagt die Spielsituation an und spielt angepasst (Skizze 1).
  - ✓ Kind A steht am Netz, Kind B auf der Grundlinie. A spielt den vierten Volley als Stoppvolley.
- Der Leiter spielt einen Ball auf Kind A, welches einen Aufbauvolley zu Kind B spielt. Danach wird auf Punkte gespielt.
  - ✓ Kind A platziert den Ball auf eine bestimmte Seite.
  - ✓ Kind A spielt einen Smash auf einen Lob des Trainers.
- Die Kinder spielen um Punkte. Stoppvolley-Punkte zählen doppelt.
- Kind A steht am Netz, Kind B steht an der Grundlinie. Kind A muss zwei Volleys lang in eine vorgegebene Zone spielen, danach ist der Punkt eröffnet.
- Kind A steht vor der Servicelinie, Kind B steht auf der Grundlinie. Der Leiter spielt Kind B den Ball zu, dieses muss den Ball nach Vorgabe cross oder longline zurückspielen, Kind A versucht den gespielten Ball von Kind B als Volley zurückzuspielen, danach ist der Punkt eröffnet. Der erste Ball von Kind B darf nicht als Winner gespielt werden.

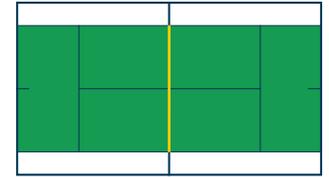
Skizze 1





# Angepasstes Netzspiel

Hier gehts  
zum Video:



## Anmerkung

*Es braucht oft mehrere Aufbauvolleys, bevor ich in eine grüne Spielsituation am Netz komme!*

*In einer grünen Spielsituation am Netz sind Stoppvolleys wirkungsvoll, weil der Gegner wenig Zeit hat, diese zu erreichen!*

*Muss ich einen Smash spielen, dann bin ich meistens in einer roten Spielsituation.*

Testform zum Lernbaustein

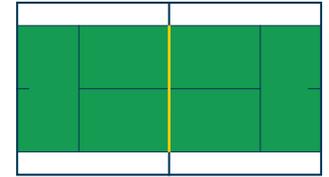
**Objektive Beurteilung** Das Kind kann in sieben von zehn Situationen einen Angriff erfolgreich abschliessen.

 **Subjektive Beurteilung** Das Kind kann in Spielsequenzen einen Angriff grösstenteils erfolgreich abschliessen.



# Wirkungsvoll servieren

Hier gehts zum Video:



Beschreibung für Leiter



**Wirkungsvoll servieren**  
Das Kind kann sicher und platziert servieren.

Beschreibung für Kinder



**Der Servierende**  
Platziere deinen Service sicher!

Verwandte Lernbausteine



**Der Handballer**  
Differenziert servieren & retournieren



**Der Aufschlag- und Returnkünstler**  
Angepasste Punkteröffnung

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich

Tennispielen lernen

Fähigkeit

Ich bringe den Ball ins Spiel.

Kompetenz / Lernziel

Service: Ich kann den 1. lang platziere. Ich kann den 2. sicher mit Drall platziere.

## Entdecken

- Den Ball mit der Hand von verschiedenen Positionen aus übers Netz spielen (Skizze 1).  
Abschlussfrage des Trainers: Mit welcher Wurfbewegung kann ich den Ball am weitesten werfen?
- Den Ball mit dem Schläger von verschiedenen Positionen aus in die Zielfelder spielen.

## Übungs- und Spielvorschläge



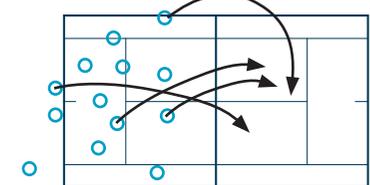
- Beim 1. Service muss der 2. Aufprall hinter der Grundline liegen. Die Kinder zählen ihre Treffer. Wie oft schaffen sie es bei zehn Services?
- Beim 2. Service (Slice) muss der 2. Aufprall im/neben dem Korridor landen (Deuce Seite). Auf der Vorteilsseite muss der Ball nach dem ersten Aufsprung nach links wegdrehen (bei einem Linkshänder genau umgekehrt), siehe Skizze 2.

## Anmerkung

Dies sind allgemeine Richtwerte. Bei einem Sliceservice auf den Körper muss der 2. Aufprall nicht im Korridor landen. Wichtig ist, dass der Ball nach dem ersten Aufprall nach links wegspringt (bei einem Rechtshänder).

- Kind A sagt an, in welche Zone es den Aufschlag spielen will.
- Kind B sagt an, in welche Zone der Aufschläger spielen soll.
- Kind B stellt sich absichtlich falsch (deckt beim Return das Feld nicht genügend ab) und Kind A serviert situationsangepasst.

Skizze 1



Skizze 2



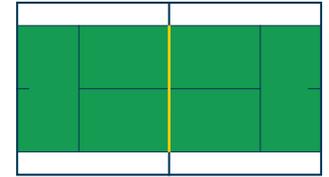
Zielfelder

blau	das linke, halbe Servicefeld
orange	das rechte, halbe Servicefeld
grün	2. Aufprall des 1. Services
gelb	2. Aufprall bei Sliceservice



# Wirkungsvoll servieren

Hier gehts  
zum Video:



- Der Service erreicht die grüne Zone (hinter der Grundlinie) durch Beschleunigung oder/und Rotation (Skizze 2).
- Spiel um Punkte (Skizze 2):
  1. Punkt = Wenn das Kind die Aufschlagszone trifft.
  2. Punkt = Wenn das Kind den Service in die richtige Zone spielt und anschliessend den Punkt gewinnt.
  - ✓ Wenn der Punkt mit dem 1. Service gewonnen wird, gibt es zwei Punkte / wenn der Punkt über den 2. Service gewonnen wird, gibt es einen Punkt.
  - ✓ Nur einen Service pro Punkt, Risiko bewusst einsetzen. Spielt das Kind den Service nur ins Feld, so ist es nach dem Return unter Druck, spielt das Kind den Service mit zu viel Risiko, macht es den Fehler und der Punkt geht an den Partner. Pro Game hat das Kind zwei Joker, bei welchen es einen 2. Service einsetzen kann.
  - ✓ Pro Game hat das Kind maximal sieben Service zur Verfügung, wenn alle sieben verbraucht sind, ist das Game verloren.

## Anmerkung

Ziel ist es, den Service platziert und mit Drall ins Feld zu spielen.

Die schwächere Schlagseite des Gegners erkennen und diese anspielen.

Testform zum Lernbaustein

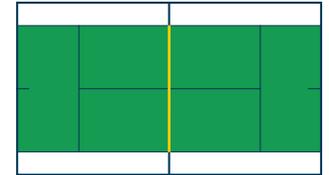


- Objektive Beurteilung** Das Kind kann zehn von sechzehn Services (acht von links, acht von rechts) ins Servicefeld spielen. Dabei soll der zweite Aufprall bei mindestens sechs gültigen Services hinter der Grundlinie in der grünen Zone und/oder in der gelben Zone landen.
- Subjektive Beurteilung** Das Kind kann den Service mit verschiedenen Rotationen spielen.



# Selbstwahrnehmung

Hier gehts zum Video:



Beschreibung für Leiter



## Selbstwahrnehmung

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

Beschreibung für Kinder



## Der Grundlinienkünstler

Spür die Länge deiner Schläge!

Verwandte Lernbausteine



## Der Grundlinienspieler

Zweite Flugbahn

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich

Tennispielen lernen

Fähigkeit

Wir spielen beide von hinten.

Kompetenz / Lernziel

Ich kann den Gegner mit kurzen Bällen in Schwierigkeiten bringen.

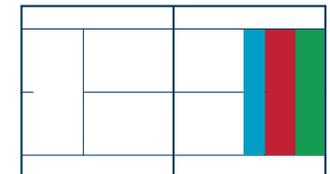
## Entdecken

- Die Kinder spielen um Punkte und rekonstruieren abwechselungsweise nach jedem Punkt den Ballwechsel.
  - Ein Kind fungiert als Coach und merkt oder notiert sich, wo die Bälle während des Ballwechsels gelandet sind.

## Übungs- und Spielvorschläge

- Miteinander spielen: Das Kind hat die Aufgabe, den Ball möglichst weit zu spielen. Der Partner gibt Feedbacks, in welche Zone und mit welcher Wirkung der Ball abgesprungen ist (Skizze 1).
  - Das Kind muss spätestens in dem Moment, in dem sein Ball über dem Netz ist, ansagen, in welcher Zone der Ball landen wird.
- Miteinander spielen: Kind A sagt an, in welche Zone Kind B spielen soll.
  - Kind A variiert die Länge und sagt (vor dem Schlag) an, in welche Zone es spielen will.
- Spiel auf Punkte: Kind A und B spielen Ballwechsel und müssen spätestens im Moment, in welchem der Ball über dem Netz ist, ansagen, in welcher Zone der Ball aufprallen wird. Wenn die Ansage stimmt, dann erhält das Kind +1 Punkt, wenn nicht, -1 Punkt.
  - Die Punkte werden individuell gezählt (gegeneinander). / Die Punkte werden im Team gezählt (miteinander).

Skizze 1



### Zielfelder

- grün von der Grundlinie bis zur Hälfte der Distanz zur Servicelinie
- rot von der grünen Zone bis zur Servicelinie
- blau von der Servicelinie bis einen Meter im Servicefeld

Testform zum Lernbaustein (Grundlinienschläge)

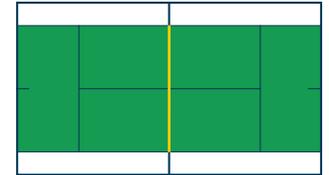
**Objektive Beurteilung** Das Kind kann vorhersagen, in welcher Zone (blau, rot oder grün) sein Ball landen wird und schafft dies sechs von zehn Mal. Es hat drei Versuche.

**Subjektive Beurteilung** Das Kind kann die Ballwechsel korrekt rekonstruieren.



# Selbstwahrnehmung

Hier gehts  
zum Video:



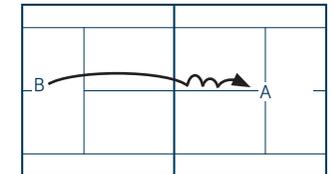
## Einführung Stoppball | Entdecken

- Der Leiter spielt mit dem Kind Ballwechsel und platziert ab und zu einen Stoppball. Das Kind soll wahrnehmen, wie und mit welcher Rotation und Schlagvariante der Leiter die Stoppbälle im Raum spielt. Die restlichen Kinder beobachten das Geschehen vom Netzpfosten aus. Ein Kind kann z.B. die Flugbahn auf ein Arbeitsblatt zeichnen, ein anderes Kind die Rotation des Balles.

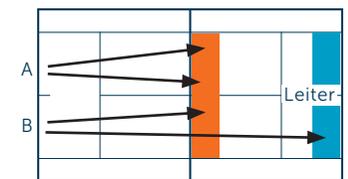
## Einführung Stoppball | Übungs- und Spielvorschläge

- Der Leiter (oder Kind A) steht auf der T-Linie. Kind B soll den Ball so spielen, dass er im Aufschlagfeld dreimal aufspringt (Skizze 2). Kind A zählt laut und spielt den Ball zu Kind B zurück. Kind B spielt anschliessend einen flachen Passierball oder einen Lob.  
 ✓ Kind B soll die Anzahl Aufsprünge ansagen, bevor der Ball das Netz überquert.
- Der Leiter spielt den Kindern die Bälle so zu, dass sie einen Stoppball (orange Zone) mit Vorhand oder Rückhand platziert zurückspielen können. Zusätzlich Slice (blaue Zone) einbauen (Gegensatzerfahrung), siehe Skizze 3.  
 ✓ Kind B spielt den Ball lang und kurz (Gegensatzerfahrung).
- Die Kinder spielen um Punkte. Wer den Punkt mit einem Stoppball gewinnt, erzielt zwei Punkte.

Skizze 2



Skizze 3



### Anmerkung

Die Kinder können wahrnehmen, wie wirkungsvoll ihre Stoppbälle sind.

Falls der Ball dreimal im Aufschlagfeld aufspringt, wird der Gegner sehr nahe am Netz spielen müssen und kann überlobt werden. Stoppbälle müssen nicht immer zu einem direkten Punkt führen, sie können vor allem dann gespielt werden, wenn der Gegner nicht gerne am Netz spielt.

Testform zum Lernbaustein (Stoppball)

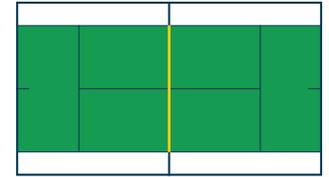
**Objektive Beurteilung** Das Kind kann acht von zehn Stoppbällen so spielen, dass der Ball mindestens dreimal im Servicefeld landet.

**Subjektive Beurteilung** Das Kind kann einen wirkungsvollen Stoppball spielen.



# Angepasste Punkteröffnung

Hier gehts zum Video:



Beschreibung für Leiter



## Angepasste Punkteröffnung

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

Beschreibung für Kinder



## Der Service- und Returnkünstler

Diktire oder neutralisiere bei der Punkteröffnung das Spiel!

Verwandte Lernbausteine



## Der Handballer

Differenziert servieren & retournieren

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich	Fähigkeit	Kompetenz / Lernziel
Tennispielen lernen	Ich bringe den Ball ins Spiel.	Service: Ich kann den 1. lang platzieren und den 2. sicher mit Drall spielen. Return: Ich kann auf einen 1. Service lang retournieren und auf den 2. Service dem Gegner Zeit wegnehmen.

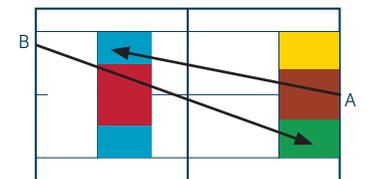
## Entdecken

- Kind B steht beim Return im Feld- oder gegen aussen/innen. Was macht der Servierende in dieser Situation?
- ✓ Kind A spielt 1. und 2. Services, Kind B markiert mit roten Hütchen seine Position beim Return auf den 1. Service und mit gelben Hütchen seine Position auf den 2. Service. Anschlussfrage: Wo soll sich das Kind beim Return am besten positionieren (Return auf 1. und 2. Service)?

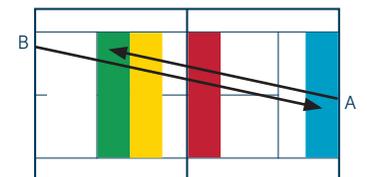
## Übungs- und Spielvorschläge

- Kind A spielt den Service mit Rotation in die vorgegebenen Zielzonen (blau und rot), Kind B spielt die Returns in die vorgegebenen Zielzonen (gelb, braun und grün), siehe Skizze 1.
- Kind A spielt den Service in die lange/kurze Zielzone (grün/gelb), Kind B spielt die Returns kurz als Stoppball oder lang (rot/blau), siehe Skizze 2.
- Kind A steht verkehrt bei der Returnposition (den Rücken zum Kind B, welches serviert), Kind B gibt ein Signal, wenn es den Service spielt. Kind A hat eine verkürzte Reaktionszeit und versucht den Return situationsangepasst zurückzuspielen.
- Kind A spielt schnelle Services (kann dabei im Feld stehen), Kind B versucht die Returns zu blocken.
- Das Kind kann den Return als Stoppball zurückspielen.
- Der Leiter oder Kind A variiert den Service.
  - ✓ Kind B spielt angepasste Returns.
  - ✓ Kind B antizipiert die Richtung des Services von Kind A (Ballaufwurf, Position).
  - ✓ Auf einen langsamen und kurzen Service von A, greift B an (Return – Volley).

Skizze 1



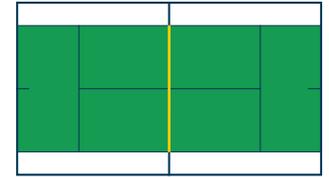
Skizze 2





# Angepasste Punkteröffnung

Hier gehts  
zum Video:



- Um Punkte spielen: Es sind zwei Punkte im Spiel. Kind A und B können punkten, wenn der Service in die angesagte Zielzone gespielt und der Return angepasst zurück platziert wird und zusätzlich beim Punktgewinn (Spielzüge definieren).
  - ✓ Für ein Break gewinnt man zwei Games.
  - ✓ Kind B erhält einen Zusatzpunkt, wenn der Return als direkter Punktgewinn gespielt werden kann.
  - ✓ Ein Game kann nur gewonnen werden, wenn drei Punkte am Stück erzielt wurden.
  - ✓ Der Spielstand wird mittels Würfel ermittelt. Tie-Breaks spielen lassen, vor jedem Tie-Break wird gewürfelt, danach wird das Tie-Break ausgespielt. Das Kind, welches die tiefere Zahl gewürfelt hat, kann wählen, wer mit dem Service beginnen kann.

## Anmerkung

Das Kind muss darauf aufmerksam gemacht werden, welche Position es nach dem Service und Return einnehmen soll (je nach Qualität des Schlages).  
Spielzüge trainieren.

Testform zum Lernbaustein

### Objektive Beurteilung

Service: Das Kind kann von beiden Seiten acht von zehn gespielten Services in die angesagten Zielzonen spielen.

Return: Das Kind kann auf acht von zehn langsam gespielten Returns angreifen und den Punkt erfolgreich abschliessen.



### Subjektive Beurteilung

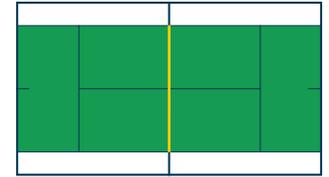
Service: Das Kind kann auch in Drucksituationen den 2. Service sicher ins Feld zurückspielen.

Return: Das Kind kann einen schnellen Service lang zurückspielen und auf einen langsamen Service die Initiative ergreifen und den Platz öffnen.



# Initiative ergreifen

Hier gehts  
zum Video:



Beschreibung für Leiter



## Initiative ergreifen

Das Kind kann das Feld öffnen und seine Chance nutzen.

Beschreibung für Kinder



## Der Aktive

Öffne das Feld und nutze deine Chance!

Verwandte Lernbausteine



## Der Angreifer

Wirkungsvoller Angriffsball

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich

Tennispielen lernen

Fähigkeit

Wir spielen beide von hinten.

Kompetenz / Lernziel

Ich kann den Ball platzieren, um den Platz zu öffnen.

## Entdecken

- Kind A und Kind B spielen Ballwechsel und warten im Crossduell den richtigen Moment ab, um longline (vorher «jetzt» rufen) zu spielen. Anschlussfrage: Wer musste mehr laufen?  
 V Betrachtung der Streuung: Abdrücke auf dem Sandplatz anschauen gehen und dadurch analysieren, wie gut der Longline platziert gewesen ist.

## Übungs- und Spielvorschläge

- Theorie: Position bestimmen (Winkelhalbierende) / Videos von Top-Spielern (Spielerinnen) zeigen und analysieren.
- Der Leiter spielt mit Kind A Cross-Ballwechsel, Kind B beobachtet und beurteilt, ob Kind A gut steht (Winkelhalbierende).  
 V Kind A spielt mit Kind B Cross-Ballwechsel und Kind B positioniert sich jeweils richtig (Winkelhalbierende).
- Der Leiter spielt mit Kind A Cross-Ballwechsel. A beobachtet dabei, ob sich der Leiter falsch positioniert und kann dann die Richtung wechseln.  
 V Kind A und Kind B spielen cross. Wenn Kind A gut platziert ist und Kind B in Schwierigkeiten bringt, dann kann A longline öffnen und der Punkt ist offen.  
 V Beide Kinder können longline spielen, wenn der Gegner den Platz nicht auf seiner Winkelhalbierenden abdeckt.
- Kind A und Kind B spielen um Punkte. Wenn ein Kind mit einem Longlineball einen Fehler macht, wird ihm ein Punkt abgezogen.
- Kind A und Kind B spielen zusammen cross. Kind A spielt lang an und wird plötzlich kurz.
- Kind A und Kind B spielen zusammen cross, sobald ein Ball kurz gespielt wird, ist der Punkt eröffnet. Im halben und im ganzen Feld spielen lassen.
- Kind A spielt cross, Kind B spielt longline. Nach vier Schlägen ist der Punkt für beide Kinder offen.

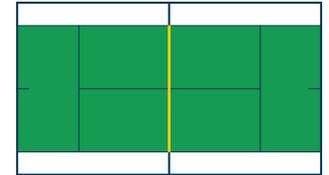
Testform zum Lernbaustein

- Subjektive Beurteilung Das Kind kann situationsangepasst mit einem Richtungswechsel den Platz öffnen.



# Selbstkontrolle

Hier gehts zum Video:



Beschreibung für Leiter



## Selbstkontrolle

Das Kind kann mit Emotionen umgehen und im Training und den Matches zwischen den Punkten sinnvolle Strategien anwenden.

Beschreibung für Kinder



## Der Coole

Spüre deine Emotionen und denke in schwierigen Situationen positiv!

Verwandte Lernbausteine



## Der Profi

Verhalten im Match

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich

Persönliche Entwicklung

Fähigkeit

Ich habe Rituale

Kompetenz / Lernziel

Ich habe ein Ritual nach jedem Punktgewinn oder Punktverlust.

## Entdecken



- Der Leiter zeigt den Kindern anhand von Bildern/Videos die vier Phasen, welche nach einem gewonnenen oder verlorenen Punkt entstehen (vier Phasen von Loehr). Die Kinder benennen und erkennen diese Phasen. Anschliessend werden die vier Phasen in Trainings und in Matches den Kindern mit Bildern gezeigt:
  - Phase 1: Körperliche Emotion (Dampf ablassen, sich freuen oder ärgern) unmittelbare Reaktion nach dem Punkt
  - Phase 2: Entspannung (tief durchatmen, positive Selbstgespräche führen)
  - Phase 3: Konzentration (sich das Ziel für den nächsten Punkt sagen und vorstellen, sich motivieren)
  - Phase 4: Ritual (sich aktivieren, die Beine bewegen, durchatmen)

## Übungs- und Spielvorschläge

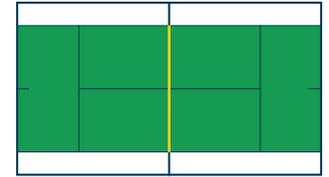


- Auf dem Platz werden vier Stationen (Bilder an der Wand/auf dem Boden) mit den vier Phasen aufgebaut, die das Kind in 20 Sekunden durchläuft. Das Kind soll seine entwickelte Routine erhalten oder diese entsprechend anpassen.
  - ✓ Das Kind hat einen Service und erhält danach einen einfachen Ball vom Leiter zugespielt. Der Service muss ins Feld und der Punkt gemacht werden. Es soll Druck aufgebaut werden, damit das Kind den Punkt machen muss und bei einem Fehler entsprechend reagieren kann. So kann die Reaktion auf negative Erlebnisse trainiert werden.
  - ✓ Das Kind erhält einen Return und im Anschluss einen leichten Ball ins Halbfeld. Der Return muss ins Feld und der Punkt gemacht werden. Das Kind muss sich an sein Ritual halten. Auf dem Platz stehen die vier Stationen mit den jeweiligen Phasen und das Kind hat 20 Sekunden Zeit diese zu durchlaufen, bis der nächste Ballwechsel stattfindet.



# Selbstkontrolle

Hier gehts  
zum Video:



- Die Kinder spielen einen Match auf vier Games und eines der beiden Kinder erhält einen Zettel mit nervigen Eigenschaften, welche es ausführen soll (permanent Selbstgespräche führen / auf jeden Punkt übertrieben positiv oder negativ reagieren / den Gegner nach jedem guten Punkt übertrieben loben / die Bälle zwischen den Punkten quer durch die Gegend werfen, nur nicht zum Gegner / sich so oft es geht an Hemd/Hose/Haare/Mütze zupfen / jede Entscheidung des Gegners anzweifeln und/oder sich den Abdruck zeigen lassen).  
Die Kinder lernen mit schwierigen Situationen umzugehen, sich nicht von äusseren Einflüssen abzulenken und aus dem eigenen Spielrhythmus bringen zu lassen.
- Die Kinder spielen Matches mit Handicaps, verschiedenen Spielständen oder äusseren Ablenkungen und können jeweils in den Pausen die vier Phasen anwenden.
-  Jedes Kind erhält pro Game einen Joker, welchen es vor einem Punkt setzen kann. Gewinnt es anschliessend den Punkt, zählt dieser doppelt oder dreifach.
-  Kind A gewinnt das Game zu 30. Kind B startet im nächsten Game bei 30.
-  Das Kind hat nur einen Service.
-  Bei einem Returnfehler geht das Game sofort an das Kind mit dem Service.
-  Jedes Game beginnt mit 0:30.
-  Wer ein Game gewinnt, ist im nächsten Game einen Punkt im Rückstand, wer zwei Games in Folge gewinnt, ist zwei Punkte und bei drei Games mit drei Punkten (Maximum) im Rückstand.
-  Bei einem Doppelfehler geht das Game sofort an den Gegner.
- Die Kinder sollen das Ritual des Gegners erkennen und benennen können.

Testform zum Lernbaustein

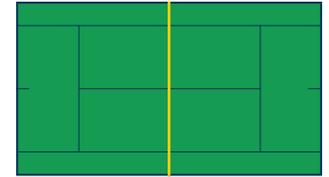
**Objektive Beurteilung** Das Kind kann verschiedene Situationen den vier Phasen zuordnen. Es kann die vier Phasen aufzählen und erklären.

 **Subjektive Beurteilung** Das Kind kann die vier Phasen während den Pausen im Training und im Match anwenden, es kann seine Emotionen kontrollieren und denkt positiv.



# Die Doppelspieler

Hier gehts  
zum Video:



Beschreibung für Leiter



## Die Doppelspieler

Die Kinder sind mutig und finden vor und während des Ballwechsels die angepassten Positionen.

Beschreibung für Kinder



## Die Doppelkünstler

Sei mutig und finde mit deinem Partner die angepassten Positionen vor und während des Ballwechsels.

Verwandte Lernbausteine



## Die Synchronschwimmer

Doppel spielen

Bezug zum Ausbildungsprogramm (80 Lernziele)

Bereich

Tennis spielen

Fähigkeit

Wir spielen Doppel.

Kompetenz / Lernziel

Wir kennen die taktischen Grundprinzipien des Doppels.

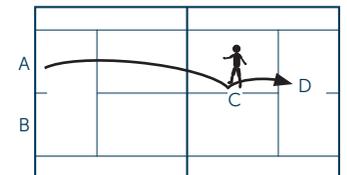
## Entdecken

- Die Kinder stehen sich in Zweiergruppen gegenüber. Kind A und Kind B spielen abwechselnd den Ball übers Netz. Kind C muss diesen durch die Beine fliegen lassen, anschliessend fängt Kind D den Ball nach einem Aufprall mit beiden Händen (Skizze 1).  
 V den Ball unterschiedlich zuspiesen / auf Punkte spielen / den Ball vor dem Fangen unterschiedlich oft aufspringen lassen

## Übungs- und Spielvorschläge

- Zwei Kinder stehen sich gegenüber, spielen gleichzeitig mit dem Schläger einen Ball hoch, klatschen mit Highfive ab, wechseln die Positionen und spielen den Ball nach einem Aufprall wieder in die Höhe.  
 V Eines der Kinder gibt das Kommando «Go!» im Moment, in dem gewechselt werden muss.
- In beiden Teams ist je ein Kind der Coach und sagt für jeden Ball an, in welcher Spielsituation sich das eigene Team befindet (rot/gelb/grün). Nach jedem Ballwechsel Highfive mit dem Partner abklatschen. Das Team gewinnt jeweils so viele Punkte, wie Spieler am Netz stehen.
- Die Kinder spielen Doppel. Beim ersten Service steht das servierende Team versetzt und greift nach dem Service an. Das retournierende Team steht auf der Grundlinie. Beim zweiten Service erfolgt die Aufstellung umgekehrt, das heisst, die Returnspieler stehen versetzt.

Skizze 1



# Training Book

## Metaphern/Vergleiche

Im Unterricht mit Kindern ist es sinnvoll, Metaphern zu verwenden und die Kinder in (positiven) Bildern denken zu lassen.

Bild	Tätigkeit
Affe	hüpfen, springen wie ein...
Ballettänzerin	sich leichtfüssig bewegen, wie eine...
Berg	hoch spielen, wie über einen...
Eier	Bälle einsammeln: die ... zurück in den Korb bringen
Eisstatue	still stehen wie eine...
Elastisches Band	beim Rückhand Volley mit den Händen kurz auseinander gehen wie ein...
Elefant	stampfen wie ein...
Feder	sich leichtfüssig bewegen wie eine...
Frosch	hüpfen, springen wie ein...
Gehetzte	besonders schnell, mit wenig Pausen spielen wie...
Hase	hüpfen, springen wie ein...
Höfliche	den Gegner nach jedem guten Punkt loben
Hopman Haus	bestimmte Zone, in welche nicht gespielt werden soll!
Hyperaktive	sich so oft es geht, auf den Oberschenkel klatschen und sich damit anfeuern
Iceman	keine Regung zeigen, weder positiv, noch negativ
Känguruh	hüpfen, springen wie ein...
König	stolz herum laufen wie ein...
Krebs	seitwärts laufen wie ein...
Krokodil	den Ball mit zwei Schlägern fangen wie ein...
Löwe	kämpfen wie ein...
Luftkissenboot	über den Platz schweben wie ein...
Maus	trippeln oder lautlos laufen wie eine...
Mausloch	zurücklaufen in die Schutzzone
Meckerer	jede Entscheidung des Gegners anzweifeln oder sich den Abdruck zeigen lassen
Nest	zurücklaufen in die Schutzzone
Panther, lauernder	wie ein ... retournieren
Panther, nachlässiger	wie ein ... retournieren
Panther, schlafender	wie ein ... retournieren
Panther, trauriger	wie ein ... retournieren
Pfeilbogen	sich beim Smash vorbereiten, als halte man einen .... in der Hand
Pferd	galoppieren wie ein...
Pferdestall	zurücklaufen in die Schutzzone
Pinguine	immer zusammen bleiben, wie...
Positive	sich selber nach jedem guten Punkt loben
Rafa Taktik	sichere Grundschläge drängen den Gegner weit nach hinten
Regenbogen	gebogene Flugbahn wie ein...
Reh	laufen wie ein...
Sandwich	den Ball zwischen Hand und Schläger oder Hand und Hand einklemmen wie ein...
Schleicher	besonders langsam spielen/gehen, lange Pausen machen
Selbstgespräche	permanent positive Selbstgespräche führen
Skateboard	Beine beim Servieren ausrichten wie auf einem...
Spinnennetz	Bälle mit einem ... einsammeln
Sumoringer	kämpfen wie ein...
Tiger	kämpfen wie ein...
Tunnel	Flach spielen, wie durch einen...
Überhebliche	sich selber überschätzen und arrogant auf dem Platz umher laufen
Uhr	den Ball seitlich in Richtung zwei Uhr werfen (Rechtshänder)
Uhr (tic tac)	den Ball regelmässig hin und her spielen, wie eine
Unbeherrschte	die Bälle zwischen den Punkten kreuz und quer auf die andere Seite werfen (aber nicht in Richtung Partner/Gegner)
Wassergraben	den Wassergraben meiden
Wolf	den Ball spielen, wie ein...
Zappelfillip	herumhüpfen wie ein...

# Training Book

## Unterrichtsmaterial

### Bälle



Federball



federleichter  
Zauberball



Vaudoise Kids Tennis  
High School-Ball



Luftballon



Schaumstoffball



Tennisbälle Stufe  
Rot/Orange/Grün



Wasserball

### Schläger



Goba-Schläger



Mini Badminton



Schläger mit Netz



Schwimmnudel



Streetracket



Tennisschläger Stufe  
Rot/Orange/Grün

### Stationen zum Tennisspielen



Kids Tennis Netz



Low T-Ball



Rebo-Wall

# Training Book

## Unterrichtsmaterial

### Koordinative Hilfestellungen



Balancebrett



Hürden



koordinative Leiter



Linienbesen



Malstäbe



Springseil



Tücher

### Markierungen



Bodenmarkierungen



Hütchen (Dribbling, Kegel)



Punktmarkierungshütchen



Reifen

### Diverses



Memory



Punktzählsystem



Spielkarten (Jass, Uno)



Würfel



Zähltafel

# Training Book

## Literaturverzeichnis

- Brechbühl, J. (2000). *Tennis von A bis Y*. Glattbrugg. Tennislehrerverband der Schweiz TVS.
- Bundesamt für Sport (2009). *J+S-Kernlehrmittel*. Magglingen. BASPO.
- Bundesamt für Sport (2011). *Tennis verstehen und unterrichten*. Magglingen. BASPO.
- Bundesamt für Sport (Hrsg.) (2010). *Psyche – Theoretische Grundlagen und praktische Beispiele*. Magglingen. BASPO.
- Bundesamt für Sport (Hrsg.) (2009). *Physis – Theoretische Grundlagen*. Magglingen. BASPO.
- Bundesamt für Sport (2011). *J+S-Kids – Theoretische Grundlagen*. Magglingen. BASPO.
- Bundesamt für Sport (2012). *J+S-Lernen im Sport Bewegungslernen*. Magglingen. BASPO.
- Bundesamt für Sport (2012). *J+S-Lernen im Kindersport Bewegungslernen*. Magglingen. BASPO.
- Bundesamt für Sport, [www.mobilesport.ch](http://www.mobilesport.ch) (Stand: 06.06.2019). Magglingen. BASPO.
- Bundesamt für Sport, *Mobile Praxis. Mut tut gut* (5/01). Magglingen. BASPO.
- Hotz A. (1997). *Qualitatives Bewegungslernen*. Bern. Verlag Schweizerischer Verband für Sport in der Schule (SVSS).
- ITF Tennis 10s Manual* (2009). London. International Tennis Federation.
- Neue Zürcher Zeitung am Sonntag, Frederik Jötten, *Interview mit Tali Sharot*, Ausgabe 11.06.2017. Zürich.
- Pankhurst, A., & Balyi, I. (2004). *Long Term Player Development Programme*, LTA. London.
- Klaus Roth, Christina Roth, Ulrike Hegar (2016). *Mini-Ballschule – Das ABC des Spielens für Klein- und Vorschulkinder*.
- Swiss Olympics, *Cool and Clean App* (Stand: 06.06.2019). Ittigen.
- Tennis Canada (2008). *Long Term Athlete Development Plan for the Sport of Tennis in Canada*.  
<http://www.lovemeansnothing.ca/misc/LTADallenglish.pdf> (Stand 04-04-2012).
- Illi, U., Zahner, L. (1999). *Bewegung ist Leben – Bewegung und Sport im Lebensraum Schule*. Schordorf. Hofmann.
- Zahner, L. (2004). *Aktive Kindheit – Gesund durchs Leben. Handbuch für Fachpersonen*. Münsingen. Fischer.

# Training Book

## Kontakt/Impressum

### Kontakt

Swiss Tennis  
Roger-Federer-Allee 1  
Postfach  
CH-2501 Biel

Julian Bohn  
Kids Tennis  
(Deutschschweiz)

Telefon +41 32 344 07 55  
julian.bohn@swisstennis.ch

Virginie Jégo  
Kids Tennis  
(Westschweiz und Tessin)

Telefon +41 32 344 07 33  
virginie.jego@swisstennis.ch

### Impressum

*Autoren*

*Mitarbeit*

*Konzept*

*Kreation/Gestaltung*

*Illustration*

*Alexis Bernhard-Castelnuovo, Martin Golser, Nathalie Peternel, Lucien Schenk, Ilona Schönmann, Freddy Siegenthaler*

*Yves Allegro, Jürg Bühler, Beni Linder, Thomas Richard, Matthias Rudin*

*Nik Schwab Communications GmbH*

*Hej GmbH*

*Christoph Frei*

### Copyright

*Alle Inhalte der vorliegenden Broschüre, insbesondere Texte, Fotografien und Grafiken, sind urheberrechtlich geschützt. Das Urheberrecht liegt, soweit nicht ausdrücklich anders gekennzeichnet, bei Swiss Tennis. Die Verwendung der Inhalte oder Auszügen dieser Broschüre ist unter Angabe der Quelle erlaubt.*

Swiss Tennis  
Roger-Federer-Allee 1  
Postfach  
CH-2501 Biel  
Telefon +41 32 344 07 07

info@swisstennis.ch  
www.swisstennis.ch

In Zusammenarbeit mit



---

Title Sponsor



---

Main Partner



---

Supplier

