



Schulsportkonzeption

Kooperation
Schule - Verein

Ganztagsschule

Kindergarten

Kooperations-
modelle

Praxisbeispiele

Ball + Schläger

Low-T-Ball

Play + Stay

Kleinfeld

Mittelfeld

Großfeld

Gruppentennis

Jugend trainiert
für Olympia



Tennis - Zukunft gestalten





„Das LOW-T-BALL-Spiel liegt voll auf der Linie des Vermittlungskonzeptes der Heidelberger Ballschule.“



Prof. Dr. Klaus Roth
(Leiter des Institutes
für Sport und Sport-
wissenschaft der Uni-
versität Heidelberg)

Vom Low-T-Ball zum Kleinfeld

Das hier vorgestellte Konzept verfolgt das Ziel, die schnelle Spielfähigkeit von Kindern bei der Einführung von Rückschlagspielen zu fördern. Die Kinder sind in der Lage, innerhalb kurzer Zeit kleinere Turnierformen bei minimalem organisatorischen Aufwand zu spielen. Von der ersten Unterrichtseinheit an gestalten sich die Aufgaben spielerisch sowie situationsorientiert.

Alle dargestellten Spielformen sind in der Sporthalle auch mit Großgruppen durchführbar.



Nach den ersten grundlegenden Bewegungserfahrungen steht jetzt das Schlagen eines Balles mit Hilfe des Schlägers in einem ersten (Kleinst-) Tennisfeld im Vordergrund.

Die klassischen technikorientierten Einstiegskonzeptionen im Tennis ermöglichen für die meisten Lernanfänger - insbesondere die sehr jungen - auf längere Zeit keinerlei Ballkontrolle. Diese Methoden überfordern Kinder fast immer. Der Einstieg über den spielerischen Gedanken bringt hierbei wesentlich frühere Erfolgserlebnisse und steigert somit die Motivation der Schüler nachhaltig.

Vereinfachungsstrategien sind deshalb dringend erforderlich. Diese Strategien zum Erlernen der Sportart Tennis sollen helfen, dass möglichst schnell ein erstes Miteinanderspielen innerhalb einer Gruppe von Kindern entstehen kann.

Lernstufen des Tennisspiels

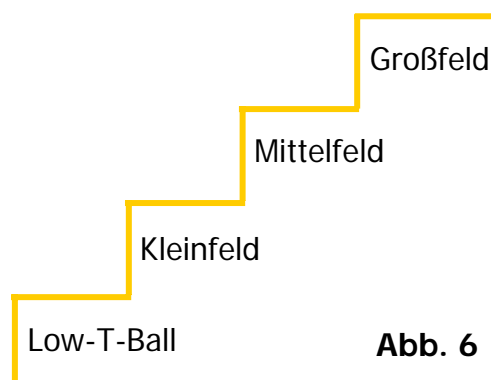


Abb. 6

Um möglichst früh eine Spielfähigkeit bei Kindern zu erlangen, ist es sinnvoll, die komplexe Tennistechnik anfänglich zu vereinfachen, indem nur der rollende Ball geschlagen wird.

Dabei soll das Tennisspiel auf den bedeutsamen Ball-Schläger-Kontakt (Hauptaktion) im Schlagverhalten reduziert werden, um die Kinder für das Miteinanderspielen zu qualifizieren.



Methodische Aspekte

Bei LOW-T-BALL reduzieren sich die zeitlich-räumliche Wahrnehmung und Berechnung auf eine Ebene (zweidimensional). Sie kann mit langsamen und großvolumigen Bällen auch von Vorschulkindern spielerisch geleistet werden.

Welches sind nun neben dem Timing die weiteren bedeutsamen koordinativen Bausteine, die durch LOW-T-BALL günstig entwickelt und optimiert werden können?

Positionieren

Die geringe Spielfeldbreite und das mögliche „Spiel über die Bande“ erleichtern und fördern das Positionieren des Spielers in der Breite und Tiefe des noch sehr kleinen und überschaubaren Spielfelds. Der tiefe Treffpunkt erfordert ausgeprägte Beinarbeit und begünstigt insbesondere bei der Rückhand die Oberkörperdrehung.

Winkel steuern

Durch entsprechende Aufgabenstellungen und methodische Arrangements werden von der ersten Stunde an mit Vorhand und Rückhand Richtungswechsel realisiert. Die Seitenbegrenzung hält auch die anfangs noch weniger kontrollierten Bälle im Spiel und ermöglicht so fortgesetztes intensives Üben.

Ballkontrolle

Die Verwendung unterschiedlicher Bälle (Wasser-, Over-, Schaumstoffbälle) regt zu abgestufter Schlägerbeschleunigung und angepasster Schlagstrategie an, die großvolumigen Bälle fördern die Schlagflächenkontrolle.

Die LOW-T-BALL-Anlage bietet sich aber auch für die ersten aufwärtsgerichteten Schläge nach dem Aufspringen an.

Basisregeln

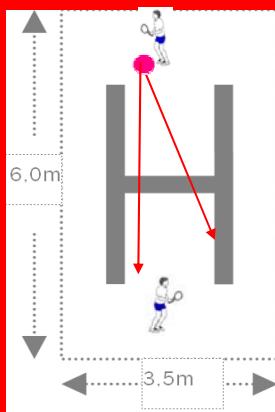
Fehler ist:

- wenn der Ball gegen die Quer-Verbindung gespielt wird
- wenn der Ball über die Quer-Verbindung gespielt wird
- wenn der Ball mehr als einmal mit dem Schläger berührt wird
- wenn der Ball mit einem Körperteil in Berührung kommt
- wenn der gespielte Ball nicht zurückgespielt werden kann

Das „Kleinstfeld“ ist eine gute und hilfreiche Vorstufe zum Kleinfeldtennis, das als Einstieg für viele Lernanfänger selbst mit den bekannten und bewährten Methodikbällen noch zu schwierig ist.

Vom Low-T-Ball zum Kleinfeld

- [1] Miteinander spielen (Low-T-Ball)**
Erste Schlägerfahrungen im Kleinfeld mit möglichst vielen Ballfolgen



- [2] Spiel Longline und Cross**

Situative Stellung zum Ball sowie unterschiedliche Zielvorgaben für den Schlag erfordern angepasstes Positionieren, Richtungswechseln und Winkelsteuern (Dreieckspiel)

- [3] Gegeneinander spielen**
Erste Wettkampferfahrungen nach den Basisregeln (siehe Seite 26)



- [4] Spiel über das Brett (mit Overball)**
Bei reduzierter Spielfeldbreite und -tiefe und mit angemessener Ballkontrolle, Spiel mit Kontrollschlag, Einsatz von Softbällen

- [5] Übergang zum Kleinfeldtennis**
Einführung der Spieleröffnung unter Verwendung von Methodiktennisbällen