

Mit Top-Pin zum Top-Spin

Reimar Bezenberger

Das moderne Tennis ist geprägt durch extreme Drallarten. Spitzenspieler bevorzugen den Vor- und Rückhand Top-Spin als effektiven Grundschlag. Die Top-Spiel-Schläge gehören seit Jahren zum festen Repertoire jedes Spitzenspielers. Der Top-Spin-Schlag zeichnet sich dadurch aus, dass der Ball exzentrisch durch eine vorwärts-aufwärts gerichtete Schlagbewegung getroffen wird. Für die Schlagauführung ist entscheidend, wie die Krafteinwirkung auf den Mittelpunkt des Tennisballes wirkt.

Wie kann man Kindern den Top-Spin-Schlag spielerisch beibringen?

Wichtig bei der Schlagauführung ist die vorwärts-aufwärts gerichtete Schlagbewegung. Als methodisches Hilfsmittel eignet sich hierbei ein einfaches Gerät – der „Pin“. Dieser

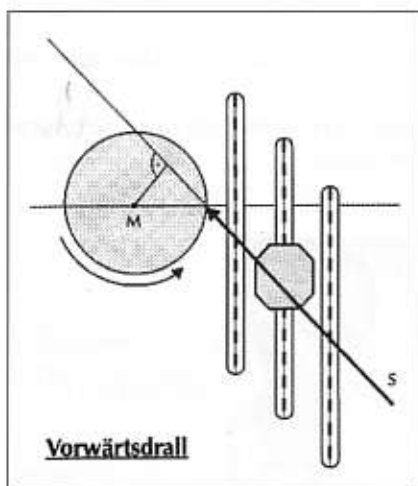


Abb. 1: Wirkung des Top-Spin-Schlages (vgl. Deutscher Tennis Bund, 1995, S. 44)

Pin besteht aus einer stabil aufstellbaren Röhre (Abflussrohr, Versandröhre, ...), auf der ein Over- oder Wasserball liegt. Die Bewegungsaufgabe besteht nun darin, den Ball so mit dem Schläger zu schlagen, dass der „Pin“ nicht berührt wird. Wird der Pin während der Schlagbewegung berührt, wird der Ball zentrisch getroffen und der Pin fällt um. Wird der Ball mit Top-Spin geschlagen, erfährt der Pin keine Berührung und bleibt gerade stehen. Auf diese Weise entsteht für die Kinder ein idealer Kontrollmechanismus ihrer Schlagbewegung. Ziel ist es, den Ball mit dem Schläger mit einer „Wischbewegung“ zu treffen. Fällt der Pin um, war die Schlagauführung fehlerhaft, bleibt er stehen, wurde der Schlag perfekt ausgeführt. Da Kinder ihren Krafteinsatz noch nicht optimal koordinieren können, neigen viele dazu, den Ball mit voller Kraft zu schlagen. Dass dies nicht im Sinne des weiteren methodischen Lehrweges ist, versteht sich von selbst. Aus diesem Grund empfiehlt es sich, den Kindern ein Ziel vorzugeben, das sie mit dem Ball treffen sollen. Als Ziele können Markierungen an der Wand, Tore, aufgehängte oder aufgestellte Reifen dienen.

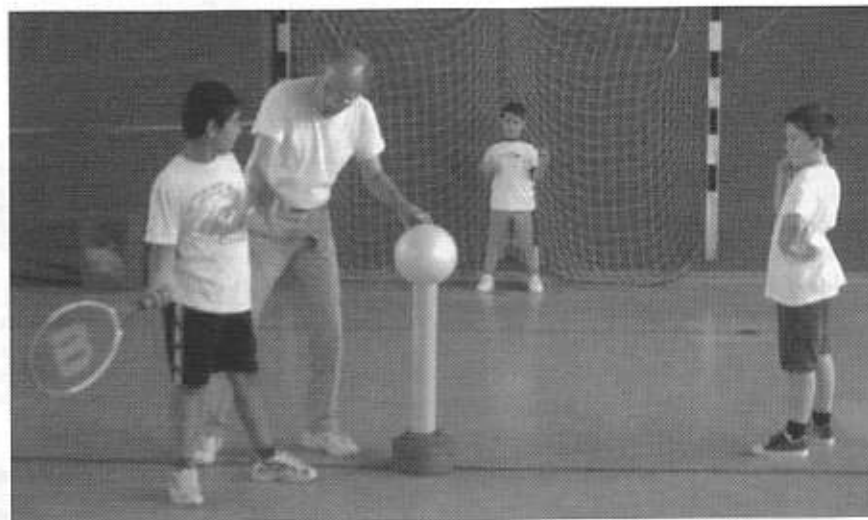
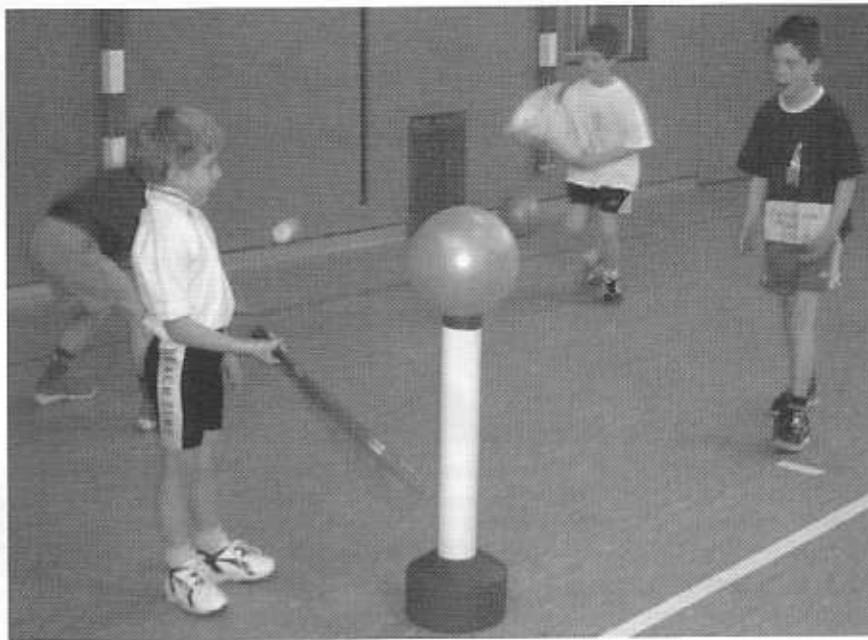
Um einen gruppendynamischen Reiz zu setzen, können drei Kinder gleichzeitig mit dem Pin spielen. Ein Kind schlägt den Ball – das zweite Kind fungiert als „Schlagziel“, fängt den Ball auf und wirft ihn zum dritten Kind – dieses legt den Ball wieder auf den Pin – ein regelrechter Kreislauf entsteht. Mit dieser einfachen Spielform werden zeitgleich mehrere motorische und koordinative Fähigkeiten trainiert. Das schlagende Kind erlernt die

Top-Spin-Schlagtechnik, den richtigen Stand zum Ball und eignet sich im Bereich der koordinativen Fähigkeiten Fertigkeiten der Differenzierungsfähigkeit an. Mit unterschiedlichem Krafteinsatz kann es den Ball unterschiedlich hoch und weit schlagen, wobei sich die Schlaghöhe nach dem Schlagwinkel des Schlägers richtet. Es schlägt den Ball so, dass der „Fänger“ den Ball fangen kann.

Um die Verletzungsgefahr zu minimieren, eignen sich ideal die bereits erwähnten Over- oder Wasserbälle. Bälle, die über bestimmte Muster verfügen, eignen sich am besten zur Erfolgskontrolle des Top-Spin-Schlages. Durch das sich drehende Muster verfügen die Kinder über ein einfaches aber effektives Kontrollinstrument, mit dem sie sich selbst kontrollieren können.

Der Fänger (Kind 2) erlernt während des Dreiecksspiels die Differenzierungs-, Orientierungs-Reaktions- und Umstellungsfähigkeit. Er muss den geschlagenen Ball fangen





und ihn dann schnellstmöglich zu seinem Mitspieler (Kind 3) werfen. Da die geschlagenen Bälle immer unterschiedlich schnell und hoch zu ihm fliegen, muss er seine Konzentration dauerhaft hochhalten. Der zweite Fänger (Kind 3) erlernt ebenso wie der erste Fänger die bereits oben erwähnten koordinati-

ven Fähigkeiten. Bei der anschließenden Ballablage auf dem Pin werden wiederum die Konzentrationsfähigkeit und die Auge-Arm-Koordination gefördert. Nach einer vorher festgelegten Reihenfolge wechseln sich die drei Kinder zwischen Vor- und Rückhand sowie an jeder Station ab.

Zusätzlich wird im weiteren Anwendungsverlauf dieser Übung auch die Antizipationsfähigkeit der Kinder geschult. Besonders der erste Fänger kann seine Standposition zum Fangen des Balles frühzeitig nach den Merkmalen der Schlagausführung ausrichten. Durch die unterschiedliche Schlägerhaltung (Schlagwinkel), Standposition des Schlägers und Schlagrichtung kommt es zu einer Antizipations-schulung für die Orientierung „flach-hoch“ und „links-rechts“.

Als Wettkampf kann dieses einfache aber effektive Spiel ebenfalls genutzt werden.

Station 1

Jedes Kind zählt, wie oft es den Ball optimal getroffen hat – der Pin ist beim Schlagen nicht umgefallen. Zusätzlich erhält es für jeden von Kind 2 gefangenen Ball einen Extrapunkt.

Station 2

Jedes Kind zählt, wie viele Bälle es gefangen hat. Hat Kind 3 den anschließend geworfenen Ball gefangen, erhält Kind 2 einen Extrapunkt.

Station 3

Jedes Kind zählt, wie viele Bälle es gefangen hat. Für jeden fehlerfrei – der Ball darf nicht auf den Boden fallen – auf den Pin gelegten Ball erhält Kind 3 einen Sonderpunkt.

Da alle Kinder einer Klasse an dieser Übungsform teilnehmen können, kann ohne größeren Aufwand eine Teamwertung durchgeführt werden.

Eine Literaturliste ist über den Autor erhältlich.

Name	Station 1 Schläger	Station 2 1. Fänger	Station 3 2. Fänger	Summe
Teamwertung				

Abb. 2: Top-Pin Tableau



Reimar Bezenberger ist Sportwissenschaftler (Prom. am Institut für Sportwissenschaft der Universität Göttingen) und sportlicher Leiter der „Tennis+Akademie Rhein-Neckar“.

Anschrift:

Dr. Hch. Winter Str. 7, 64646 Heppenheim
E-Mail: bezze@aol.com