

Giocare: Tennis

Questo allenamento, volto a far scoprire il tennis ai bambini, insegna le basi per poter rinviare la palla sopra la rete. I bambini eseguono i primi movimenti con un palloncino.

Condizioni quadro

- Durata: 60 minuti
- Età: 5-10 anni
- Livello di capacità: principianti



Obiettivi di apprendimento

- I bambini imparano a valutare una traiettoria
- I bambini riescono a rinviare una pallina con una piccola racchetta

Allenamento: [Tennis](#) (pdf)

Fonte: Alexis Bernhard-Castelnuovo, responsabile sport per i bambini, Swiss Tennis



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO