

Rückschlagspiele mit Kindern – Tennis: Über den Fluss

In dieser Übung lernen die Spielerinnen Flugbahnen vorherzusehen und verschieden zu gestalten.

Zwei Spielerinnen spielen miteinander einen Ballwechsel über dem «Fluss» (Zone die ca. 2 Meter breit ist). Der Ball muss auf dem «Ufer» aufprallen.

Die Spielerinnen müssen auf dem «Berg» (hinter einer 2. Linie) bereit sein, um den Ball zu spielen. Nachdem der Ball gespielt wurde, muss wieder auf den «Berg» zurückgegangen werden. Wie oft schafft das Team den Ablauf ohne Fehler?



Variationen

einfacher

- Die Anzahl erlaubter Aufpralle und/oder die Anzahl Schläger-Ball-Berührungen erhöhen.

schwieriger

- Die Anzahl erlaubter Aufpralle und/oder die Anzahl Schläger-Ball-Berührungen erhöhen.
- Der Ball darf nur einmal am Boden aufprallen und/oder nur einmal mit dem Schläger berührt werden.

Material: Linien (oder Hütchen), um beide Zonen zu definieren, rote Tennisbälle und Schläger

Quelle: Alexis Bernhard, Verantwortlicher Kindersport Swiss Tennis



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO