

# J+S-Kids: Einführung Tennis – kidstennis - Lektion 8

## Rotation

### Autorengruppe

Expertenteam Swiss Tennis und Jugend+Sport

### Rahmenbedingungen

Lektionsdauer	≥60 Minuten
Niveau	<input type="checkbox"/> einfach <input type="checkbox"/> mittel <input checked="" type="checkbox"/> anspruchsvoll
Empfohlenes Alter	5 - 10 Jährige, je nach Fähigkeiten und Fertigkeiten
Gruppengrösse	Die ideale Gruppengrösse umfasst 4 bis 8 Kinder. Es ist darauf zu achten, dass alle Kinder etwa das gleiche spielerische und motorische Niveau haben.
Kursumgebung	Es wird auf angepassten Feldern und über angepasste Netzhöhen gespielt. Die Kinder spielen bei der ersten Stufe «red» quer über den Tennisplatz. Es können auf jedem Platz zwei bis vier kleinere Tennisplätze erstellt werden.
Sicherheitsaspekte	Es ist darauf zu achten, dass keine Bälle herumliegen und Übungen nicht wild durcheinander und auf zu engem Raum arrangiert werden.

### Zielsetzungen/Lernziele

Die Kinder lernen Bälle mit Rotation zu spielen.

### Hinweise

Beobachte die Kinder immer wieder sorgfältig und beurteile, ob die Übung nicht zu einfach oder zu schwierig ist.

- Passe die Übungen immer wieder sinnvoll an.
- Fordere die Spieler heraus, indem du sie immer wieder vor neue Aufgaben stellst.
- Gib ihnen genügend Zeit zum Entdecken, Erproben und Üben.

### Übungssammlung – «Schlagkräftige Ideen»

Swiss Tennis hat im Rahmen von «kidstennis» die Übungssammlung «Schlagkräftige Ideen» für die Leiter, Lehrerinnen und Trainer zusammengestellt. Das handliche Ringbuch ist für einen abwechslungsreichen und vielseitigen Tennisunterricht auf allen Alters- und Leistungsstufen hilfreich.

Die Ideensammlung basiert auf den Ausbildungszielen von Swiss Tennis und Jugend+Sport. Bestellmöglichkeit unter: [www.kidstennis.ch](http://www.kidstennis.ch)



### Inhalte

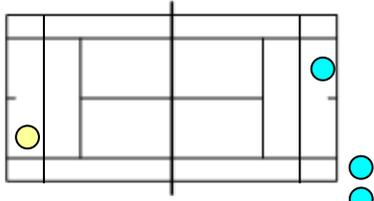
#### EINLEITUNG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
4-5'	<b>Aufwärmen</b> <b>Linienlauf</b> Jedes Kind hat 5 Bälle, die auf jeder der 5 Linien des Tennisplatzes (Doppel-, Einzel, Service-, Einzel-, Doppellinie) abgelegt werden müssen. Pro Laufweg darf nur ein Ball transportiert werden. Gewonnen hat, wer zuerst fertig ist. Varianten: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bälle nach dem gleichen Prinzip wieder einsammeln.</li> <li>• Statt Bälle ablegen Linien berühren.</li> </ul>		Tennisbälle «orange oder green».
4-5'	<b>Flugbahnen einschätzen</b> <b>Zirkus</b> Zwei Bälle aufwerfen und fangen. Varianten: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jonglierformen.</li> </ul>		Tennisbälle «orange oder green».

### HAUPTTEIL

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
8-10'	<b>Spielsituation – Beide hinten</b> <b>Nadal</b> Ein Kind ist Zuspierer. Das andere Kind spielt mit Vorwärts- oder Rückwärtsrotation. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Skala 1-5.</li> <li>• In eine markierte Zone spielen.</li> <li>• Spielt situationsangepasst.</li> </ul>	<b>Kernelement «Rotation»</b> 	Tennisbälle «orange oder green». Passende Tennisschläger mit angepassten Griffen. Markierkegel.
8-10'	<b>Spielsituation – Angreifen</b> <b>Federer</b> Aus dem Ballwechsel angreifen. Entweder mit Vorwärts- oder Rückwärtsrotation.		Tennisbälle «orange oder green». Passende Tennisschläger mit angepassten Griffen.
8-10'	<b>Spielsituation – Passieren</b> <b>Wawrinka</b> Der Gegenspieler greift an. Mit einem Topspinlob passieren, mit einem Slice in die Füsse spielen oder mit viel Rotation kurz cross spielen.		Tennisbälle «orange oder green». Passende Tennisschläger mit angepassten Griffen.
8-10'	<b>Spielsituation – Aufschlagen</b> <b>Roddick</b> Mit unterschiedlicher Rotation aufschlagen. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Skala 1-5.</li> <li>• In markierte Felder aufschlagen.</li> </ul>		Tennisbälle «orange oder green». Passende Tennisschläger mit angepassten Griffen. Markierkegel.
8-10'	<b>Spielsituation – Retournieren</b> <b>Blake</b> Der Gegenspieler schlägt auf. Den Return mit einem Slice lang in die Mitte spielen oder mit angepasster Rotation longline oder cross spielen. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Skala 1-5.</li> <li>• In eine markierte Zone spielen.</li> </ul>		Tennisbälle «orange oder green». Passende Tennisschläger mit angepassten Griffen. Markierkegel.

### AUSKLANG

Dauer	Thema/Übung/Spielform	Organisation/Skizze	Material
8-10'	<b>Spiel um Punkte</b> <b>Trippel-Point</b> Es wird Einzel gespielt. Zwei oder drei Kinder, die sich nach jedem Punkt oder nach einem Fehler abwechseln, kämpfen gegen ein Kind. Wenn ein Kind aus dem Team drei Punkte hintereinander gewinnt, darf er auf die andere Seite und alleine spielen. Der Ball wird immer vom Kind aus dem Team mit Service ins Spiel gebracht.		Tennisbälle «orange oder green». Passende Tennisschläger mit angepassten Griffen.