

# Talentino-Tenniscamp

## Programmorschlag

Das Talentino-Tenniscamp sollte natürlich das Talentino-Trainingskonzept widerspiegeln. Das heißt in den Camptagen sollte je nach Lernstufe (rot, orange, grün) und Spielstärke der Kinder auf die entsprechenden Basistrainingsziele

- Ich kann den Ball sicher und gezielt in`s Spiel bringen!
- Ich kann den Ball sicher und gezielt zurückschlagen!
- Ich kann den Ball im Spiel halten!
- Ich kann mir im Grundlinienspiel einen Vorteil erspielen und Verteidigen!
- Ich kann den Punkt am Netz abschließen und einen Netzangriff verteidigen!

sowie auf die

- Doppeltrainingsziele und die
- Motoriktests

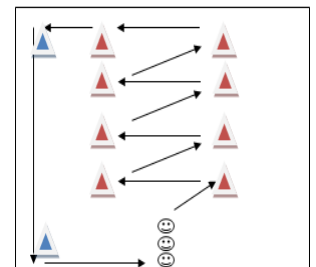
hintrainiert werden. Ansprechende Übungen und Spielformen zu den einzelnen Trainingszielen und Motoriktests finden Sie auf [www.kinder.tennis.de](http://www.kinder.tennis.de) >Für Trainer>Spiele und Übungen zu den Trainingszielen.

Zusätzlich sollte ein gemeinsames Aufwärmprogramm und ein gemeinsamer spielerischer Abschluss stattfinden.

### Beispiele für das Aufwärmprogramm:

#### Hütchenlauf

- Kinder stehen hintereinander
- Der erste schmeißt die Hütchen um, der 2. Stellt sie wieder auf usw.
- Erste Runde normal laufen, zweite Runde Side-Step, 3. Runde Kreuzschritt
- Als Staffel: Welche Gruppe ist am schnellsten?



#### Balltransport

- Kinder laufen frei auf der Platzhälfte, jedes Kind hat einen Ball in der Hand (unterschiedlich große Bälle) / mit Musik
- Bei Musikstopp immer neue Ansage:
- Verschiedene Laufarten, hüpfen, etc.
- Bälle hochwerfen/ Fangen/ Fußball/ Prellen
- Wenn sich 2 Kinder begegnen: Bälle übergeben/ zuwerfen etc.

#### Linienlauf

- Die Kinder laufen auf den Linien, Ball auf Schläger balancieren
- Die Linien entlang Ball mit Schläger führen (wie geht es am einfachsten? Schläger seitlich, vor dem Körper; Korrigieren!)

- Von Linie zu Linie: leicht wegschießen, einholen. (Vorhand und Rückhand) (richtiges Differenzieren)
- Ball mit Schläger hochhalten, Prellen, etc.

### Seilsprungkontest

- Wer schafft fehlerfrei 30 Sekunden zu springen? Wer kann die meisten Sprungvarianten? Wer springt am längsten mit höchstens 2 Fehlern?

### Weitwurf

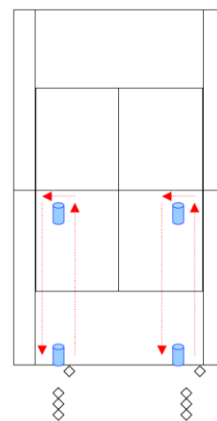
- Wer schafft es von der Grundlinie über die T-Linie, über das Netz? Über die gegenüberliegende T- oder Grundlinie? Je Weite gibt es unterschiedliche Punkte; auch als Teamwettbewerb möglich.

### Treibball

- Es werden 2 Teams gebildet. In der Mitte liegt ein größerer Ball. Die Kinder versuchen den Ball mit Tennisbällen über eine Begrenzung zu treiben.

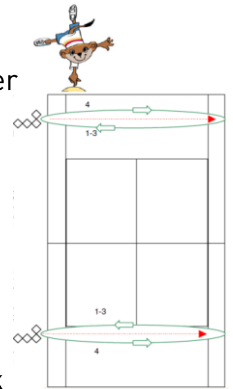
### Prell-Staffel

- **Aufbau:**  
Auf der Grundlinie und 2m vor dem Netz werden Markierungen (Balldosen) aufgestellt.
- **Aufgabe:**  
Mit dem Schläger einen Tennisball auf den Boden prellen und dabei so schnell wie möglich von der Grundlinie um die Markierung am Netz laufen und zurück.
- **Durchführung:**  
Auf ein Startkommando prellt aus jeder Mannschaft ein Kind einen Tennisball mit dem Schläger auf den Boden und läuft dabei um die Markierung und übergibt den Ball hinter der Grundlinie dem zweiten Kind. Beim Wechsel von einem Kind zum anderen muss der Ball mit der Hand übergeben werden – nicht zu prellen. Der Ball darf erst hinter der Grundlinie zum Übergeben in die Hand genommen werden. Springt der Ball während des Laufens weg, so muss an der Stelle weitergemacht werden, an der der Ball weg gesprungen ist. Das zweite und dritte Kind läuft wie vorher beschrieben. Das vierte Kind läuft wie vorher beschrieben und legt den Ball hinter der Grundlinie auf den Boden.
- **Wertung:**  
Es hat die Mannschaft gewonnen, die zuerst mit allen vier Kindern die Staffel beendet hat. Der Ball muss hinter der Grundlinie liegen.



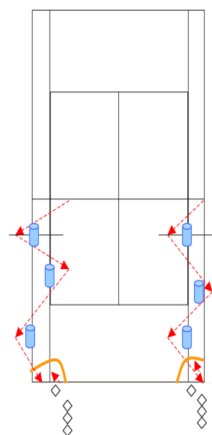
## Lauf und Wurfstaffel

- **Aufbau:**  
Der Wurf- und Fangbereich ist quer zwischen T-Linie und Grundlinie außerhalb der Doppelseitenlinie
- **Aufgabe:**  
Quer über den Platz sprinten von Doppelseitenlinie zu Doppelseitenlinie und danach einen Tennisball zurückwerfen.
- **Durchführung:**  
Auf ein Startkommando sprintet aus jeder Mannschaft das erste Kind mit einem Tennisball in der Hand quer über das Tennisfeld zur gegenüberliegenden Doppelseitenlinie. Hinter der Seitenlinie des Doppelfeldes wirft es den Ball zurück zu Kind 2, das mit den anderen Kindern am Startpunkt hinter der Doppelseitenlinie steht. Kind 2 fängt den Ball hinter der Doppelseitenlinie direkt oder indirekt (siehe Anmerkung). Das zweite und dritte Kind läuft und wirft wie vorher beschrieben. Das Kind 4 wirft den Ball vor dem Laufen vom Startpunkt zu einem der ersten drei Kinder und läuft dann ohne Ball zur gegenüberliegenden Seite.  
Anmerkung zum Werfen des Balles:  
Einhändig über den Kopf (wie Schlagballweitwurf).  
Anmerkung zum Fangen des Balles:  
Der Ball muss hinter der Seitenlinie des Doppelfeldes gefangen werden. Der Ball darf vorher den Boden berühren bzw. aufspringen. Der Ball darf erst hinter der Doppelseitenlinie vom nächsten Kind in die Hand genommen werden. Bleibt der Ball im Feld liegen, so muss das werfende Kind den Ball holen und nochmals von der Doppelseitenlinie werfen. Prallt der Ball vom Kind, das den Ball fängt zurück, so muss das Kind diesen Ball holen und zu seinem Ausgangspunkt zurück, um erneut zu starten.
- **Wertung:**  
Es hat die Mannschaft gewonnen, die zuerst mit allen vier Kindern hinter der Außenlinie (Doppelseitenlinie) der gegenüberliegenden Seite ist und deren Ball hinter der Seitenlinie (Markierung) liegt.



## Geschicklichkeitsstaffel

- **Aufbau:**  
3m nach der Grundlinie, auf Höhe der Aufschlaglinie und 3m vor dem Netz werden Markierungen (Balldosen oder Hütchen), wie auf der Skizze gezeigt, aufgestellt. Am letzten Hütchen vor dem Netz (3m) werden Linien gezogen (Markierungen für das Rollen des Balles – siehe Skizze).
- **Aufgabe:**  
Einen Tennisball mit dem Tennisschläger auf dem Boden um die beliebigen Markierungen in Richtung Netz rollen. Mit dem Tennisschläger das Netz an einer beliebigen Stelle berühren und anschließend wieder die gleiche Strecke zurück zur Grundlinie den Ball mit dem Tennisschläger rollen.
- **Durchführung:**  
Auf ein Startkommando rollt aus jeder Mannschaft ein Kind einen Tennisball, der auf der Grundlinie liegt, mit dem Tennisschläger auf dem Boden um die Markierungen in Richtung Netz. Der Ball muss bis über die Linie (3m vor dem Netz) gerollt werden. Das Kind stoppt den Ball mit dem Schläger hinter der Linie ab, berührt mit seinem Schläger das Netz an einer beliebigen Stelle und rollt anschließend den Ball mit dem Tennisschläger zurück zur Grundlinie.



Die Übergabe an das nächste Kind erfolgt folgendermaßen: Der Ball muss im angebrachten Viertelkreis vom ankommenden Kind mit der Hand gestoppt werden. Das nächste Kind rollt den Ball mit dem Tennisschläger in gleicher Weise um die Markierungen wie das erste Kind. Der Ball muss vor dem Loslaufen nicht mit der Hand festgehalten werden. Das dritte und vierte Kind rollen den Ball in gleicher Weise um die Markierungen wie Kind 1+2.

- **Wertung:**

Es hat die Mannschaft gewonnen, die zuerst mit allen vier Kindern die Staffel beendet hat. Das vierte Kind muss den Ball in der Hand im Viertelkreis stoppen.  
Material: normale Tennisbälle, 4 Balldosen oder Hütchen

## Beispiele für den spielerischen Abschluss

### Tennisspiel (Teamwettbewerb)

- **Beschreibung:**

Hierbei kommt es stark auf die Stärke und das Alter der Teilnehmer an. Es sind zahlreiche Variationen möglich. Natürlich sollte immer mit den passenden Bällen (rot, orange grün) gespielt werden.

- Doppel im Kleinfeld, (Midcourt/Großfeld)
- Einzel im Kleinfeld, (Midcourt/Großfeld)

Jedes Team darf mehrere Partien spielen. (Jeder natürlich gleich viele, z.B. 3)  
Gespielt wird auf Zeit. (Je nach Zeitbedarf und Platz 3 x 5 Minuten pro Spiel)

- **Zählweise:**

Sieg= 3 Punkte; Unentschieden= 2 Punkte; Niederlage= 1 Punkt

### Hockey als Teamwettbewerb

- Es werden zwei Mannschaften gebildet, die auf einer Platzhälfte gegeneinander antreten. Falls keine Hockeyschläger vorhanden sind, können auch die Tennisschläger als Schlägerersatz eingesetzt werden. Wichtig: Schläger bleibt auf dem Boden, um ein Verletzungsrisiko auszuschließen!

### Fußball in verschiedenen Variationen

- Zwei Teams spielen auf zwei Tore Fußball. Der Ball kann mit der Hand gestoppt werden. Solange der Ball von dem Kind mit der Hand berührt wird, darf der Spieler nicht von seinen Gegnern bedrängt werden. Im Gegenteil, denn mit der freien Hand kann er die Gegner, die zu nahe kommen abschlagen, was einem Torpunkt entspricht. Ein regelgerechtes Tor wird mit zwei Punkten gewertet.
- Das Spielfeld wird in drei Zonen unterteilt. Die Angreifer sind in der vordersten Zone, die Mittelfeldspieler in der Mitte und die Verteidiger in der hintersten Zone vor dem Tor. Nun wird Fußball nach normalen Regeln gespielt, nur dass die jeweiligen Spieler ihre Zone nicht verlassen dürfen. (Alternative, „Handball“, oder werfen mit Tennisbällen statt Fußball)
- Zwei Mannschaften spielen gegeneinander Fußball. Statt zwei Toren werden aber vier Tore aufgebaut. (zwei zusätzliche Tore seitlich) Dadurch wird das Spiel etwas entzerrt. (Variation: auf die seitlichen Tore darf nur geworfen, auf die „normalen“ Tore geschossen werden) Es sind 1-4 Bälle im Spiel.