



Eltern und Kind Tennis

Alexander Jakubec

Einführung:

Zur Umsetzung von Eltern und Kind Tennis dienen **5 Stufen**:

1. **Smartie Tennis**
2. **Zauber Tennis**
3. **Stop und Go Tennis**
4. **Transfer Tennis**
5. **Approach Tennis**

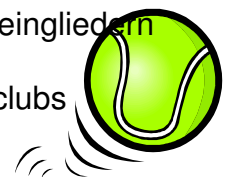
Alle Stufen haben das Ziel eine direkte oder zumindest schnelle **Spielfähigkeit** zu erreichen und dienen als **Handwerkszeug** für Kinder und Eltern **sofort Tennis** zu spielen. Je nach Alter und Talent können die 5 Stufen mehr oder weniger gewichtet werden. Die Tennisplatzgröße wird bewusst vom **Varionetz** mit Bauband über das **Minifeld** und **Midfeld** bis zum normalen **Tennisfeld** gesteigert.

Mission Statements (Leitziele) sind:

1. Induktives Arbeiten, eigene Lösungsmöglichkeiten, Kreativität und **spielsituative Lösungsansätze** werden extrem unterstützt und gefördert.
2. Alle Übungen müssen einen **hohen Aufforderungscharakter** haben und zum Selbstläufer werden.
3. Es gibt keine Materialschlacht, sondern es erfolgt ein leichter **Aufbau** mit bekannten und funktionellen Hilfsmitteln wie **Varionetze**, **Luftballons** und **Smarties** die vielseitig einsetzbar sind.
4. Im Vordergrund steht eine **IN/SICH Methodik**. Die Motivation, das Alter und das Talent des Kindes bestimmt den Schwierigkeitsgrad .
5. Die Eltern und Kinder spielen **miteinander** in wechselnden Rollen und so kann hervorragend im **Großgruppentraining** geübt werden. Der leitende Trainer ist **Supervisor**.

Maßnahmen zur Mitgliedergewinnung und Mitgliederbindung:

1. Eltern und Kind **Intensivkurse und Workshops**
2. **Free Times** für Eltern und Kinder zum Üben mit der **Spiel- und Trainingskarte** (ohne Clubmitgliedschaft, zum Beispiel Sonntagsnachmittags, nach einer Teilnahme im Workshop)
3. Eltern und Kind **Tage** zu Neugewinnung von Mitgliedern
4. Eltern und Kind Tennis in die **Kids - und Juniorcamps** in den Ferien eingliedern
5. Eltern und Kind **Spaßturnier** (Muttertag/Vatertag)
6. Spezielle preisbewusste, flankierende **Familienangebote** des Tennisclubs





Eltern und Kind Tennis

Alexander Jakubec

Praxis:

Smartie Tennis – die koordinative Vorbereitung !

- Gleichgewicht/ Drüberlaufen/Stehen
- Slalom
- Bergsteiger
- Smartie Gleichgewichtsstaffel
- Leiter
- Luftballon mit Smartie hochhalten
- Maus
- Maus mit 2 Bällen mit Reaktion
- Vogel aus der Luft/Nach Aufsprung
- Bienen

Mit Tennisschläger

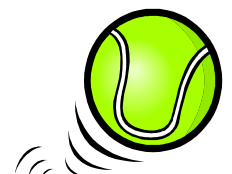
- Guglhupf
- Wackelpudding
- Käsebrod
- Wurstbrod
- Springbrunnen
- Chefkoch/Pfannkuchen
- Vogelkäfig
- Spiegelei Einführung
- Suppe ausschütten
- Zauberkreis
- Alles kombiniert

Über/unter das Netz/Bauband ohne Schläger (Partnerübung, Als Wettbewerb)

- Ball mit den Händen fangen (Maus, Vogel)
- Ball mit Smartie fangen (Maus, Vogel)
- Ball mit Smartie und Hand fangen(Wurstbrod)
- Ball mit Smartie und Hand fangen(Käsebrod)
- Zaubersmartie Ball vom Boden aufheben

Über/Unter das Netz Ballwechsel spielen mit Schläger und Smartie (Partnerübung, Als Wettbewerb)

- Ball mit Schläger und Smartie fangen(Käsebrod)
- Ball mit Schläger und Smartie fangen(Wurstbrod)
- Suppe ausschütten und mit Schläger drüberspielen
- Vogel/Vogelkäfig/ Ball aus der Luft fangen





Eltern und Kind Tennis

Alexander Jakubec

Zauber Tennis – zur Ballkontrolle, Ballbeherrschung und Ballsteuerung !

Über/Unter das Netz Ballwechsel spielen mit Schläger mit/ohne Smartie, Schleudertennis und/oder Zauberkreis) (Partnerübung, Als Wettbewerb)

- Ball mit dem Schläger vom Boden aufheben mit Händen und Schläger
- Ball mit dem Schläger vom Boden aufheben ohne die Hände zu benutzen
- Ball mit dem Schläger vom Boden aufheben mit Smartie und Schläger
- Ball mit dem Schläger vom Boden aufheben ohne die Hände zu benutzen –Tricks üben lassen
- Zaubertricks

Stop und Go Tennis – für den endlosen Ballwechsel in und aus allen Situationen!

Über das Netz Ballwechsel spielen mit Schläger (Partnerübung, Als Wettbewerb)

- Spiegelei üben /Ball muss ruhig auf dem Schläger braten
- Spiegelei üben /Ball muss ruhig auf dem Schläger braten und in einen Balleimer ausschütten
- Spiegelei und Schleudertennis (Ball mit Schläger über das Netz schleudern)
- Käsebrot, Käsebrot und drüber
- Wurstbrot, Wurstbrot und drüber
- Stop, Stop, Stop und Go bis zum Netz, dann in den Balleimer ausschütten
- Variation Stopanzahl und über das Netz zum Partner spielen
- mit Stop und Go den Ball bis zum Netz **vortreiben** und dann drüberspielen
- Stop und Go mit unterschiedlichen Laufwegen
- Stop und Go als Schneeball/Anpassung
- Stretch Stop/Situationsstop und Go
- Stop und Go Endlos Ballwechsel (bis 5 Minuten)
- Einfachaufsprung bis Mehrfachaufsprung

Transfer Tennis - die Vorbereitung von technischen Parametern !

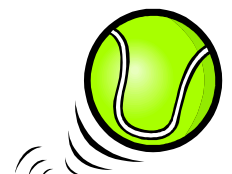
Über das Netz Ballwechsel spielen mit Schläger (Partnerübung)

- Babytennis
- Teetennis
- Zauberkreis mit Technik
- Technikbauband mit Luftballon
- Smarties als Startposition (Hauptaktion mit Ausschwingen)
- Suppe ausschütten Vorhand und Rückhand mit Ausschwingen
- In den Zauberkreis schütten und anspielen (als Anspiel mit Technikparametern)
- Stop und Go in Verbindung mit Technikparametern
- Stop und Go Aufschlag (schwierig)

Approach Tennis – die Heranführung an das Matchplay !

alle Spielfelder/ um Punkte/Wettbewerb

- Er lebt noch mit Varianten des Zauber Tennis
- Einschränkung Stop von maximal bis 1 Stop/Empfehlung 3 Stops dann Go
- Taktikstop und Taktikgo (Entscheidung wann Stop und Go gespielt wird)
- Doppel/Triple/Einzel/Spielformen
- Spiel auf Zeit (zu empfehlen bei Stop und Go Matches)





Eltern und Kind Tennis

Alexander Jakubec

Spiel- und Trainingskarte

Vorname: _____ Name: _____ Alter _____

Ich spiele im:

- Stop und Go Kleinfeld Stop und Go Midfeld Stop und Go Tennisfeld
 DTB Kleinfeld Midfeld Tennisfeld

Am liebsten spiele ich:

- Smartie Tennis Zauber Tennis Stop und Go Tennis Approach Tennis

Meine Spielstärke:

(Selbsteinschätzung; 01= „Was ist Tennis?“, 10= „Tennis ist mein Leben“)

- 01 02 03 04 05 06 07 09 09 10

Smartie Tennis/ Zauber Tennis/ Stop und Go Tennis

- Ball mit Hütchen fangen (Vogel) Ball mit Schläger und Hand fangen(Käsebrötchen)

(alles mit Vorhand und Rückhand) immer 5 Versuche

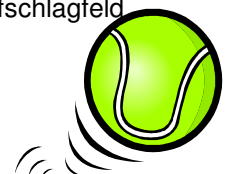
- Ball selber in den Zauberkreis fallen lassen, und mit dem Schläger über das Netz spielen
 Partnerwurf - aus dem Zauberkreis über das Netz spielen
 3x Stop und Go vortreiben und dann über das Netz spielen
 Ballwechsel mit Stop und Go und Zaubern ohne die Hände zur Hilfe zu nehmen (1 Minute)
 Ballwechsel mit Stop und Go mit Zählen der Ballwechsel oder nach Zeit (2 Minuten)
 Tennis im Kleinfeld mit Stop und Go um Punkte
 nach 4m 8m laufen den Ball nach 1x 2x 3x aufspringen über das Netz spielen
 Schneeball/Lob an die Grundlinie erlaufen und den Ball nach 1x 2x 3x Stop und Go oder direkt über das Netz spielen

Approach Tennis

- Er lebt noch mit Varianten des Zauber Tennis um Punkte
 Einschränkung von maximal 3 Stops dann Go um Punkte oder
 5 Ballwechsel und Stop und Go nur im Notfall (jeder 10 Schläge)
- mit Stop und Go ohne Stop und Go Stop und Go nur im Notfall
 um Punkte 8 Minuten Länge
 im Kleinfeld um Punkte spielen, 2 Gewinnsätze bis 11, der Aufschlag von unten in das Aufschlagfeld
 Im großen Feld 2 Gewinnsätze bis 4, bei 3 : 3 Tiebreak mit Aufschlag von Oben

Ich habe gespielt gegen:

_____ Ergebnis _____
 _____ Ergebnis _____
 _____ Ergebnis _____
 _____ Ergebnis _____
 _____ Ergebnis _____
 _____ Ergebnis _____





Eltern und Kind Tennis

Alexander Jakubec

Vita

Name: Jakubec
Vorname: Alexander
Verband: Tennisverband Mittelrhein e. V.

Trainer-
Ausbildung: Trainerakademie Köln /
Staatlich geprüfter Trainer/Diplomtrainer DSB
DTB A-Trainer

Aufgabenbereiche in Verbänden, sportwissenschaftlichen Einrichtungen und ehrenamtliche Funktionen:

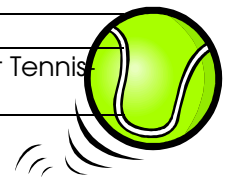
Lehrteam C-Trainer Aus- und Fortbildung im TVM
Lehrteam B-Trainer Aus- und Fortbildung im TVM
Lehrteam A- Trainer Ausbildung im DTB
Referent für Lehrwesen im Tennisverband Mittelrhein e.V.
Mitglied im DTB Ausschuss für Ausbildung und Training

Veröffentlichungen:

Studienbegleitende Arbeit (Trainerakademie Köln 1992)
Thema:
„Entwicklungstendenzen der Tennistechnik bei den Grund-
schlägen und Ihre Bedeutung für das Kindertennis“
Serie „Kindertennis“ im TVM-Magazin
„Das Baukastensystem“ (BKS)
„Kindertennis“ / Tennissport 2000
„Gruppentraining im Leistungstennis“ (A-Trainer-Fortbildung)

Sonstiges:

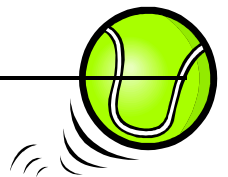
Cheftrainer im RW Bad Honnef e. V.
Ausbildung im TVM und DTB
Leistungstennis Damen Oberliga ; 2. Bundesliga
Herren Oberliga RW Bad Honnef; Bundesligaaufstiegsrunde
Leistungstraining Nachwuchs und Regionalliga Ju-
gend/Damen/Herren/Senioren
Profibetreuung von deutschen Spitzenspielern/innen
Honorartrainer im Tennisverband Mittelrhein e. V.
Geschäftsführer einer kleinen Marketingfirma mit Schwerpunkt Tennis-
schule und Tennisanlagen





Eltern und Kind Tennis

Alexander Jakubec





Eltern und Kind Tennis

Alexander Jakubec

