



Stufe Rot

1. Gruppenregeln

Das Kind kennt die Regeln in der Trainingsgruppe und macht in der Tennislektion mit.

4. Schwingen & Fangen

Zwei Kinder können sich aus einer seitlichen Position den Ball von unten zuwerfen und fangen.

5. Ball treffen

Das Kind kann einen zu-geworfenen Ball nach dem Aufprall mit dem Tennis-schläger zurückspielen.

8. Servieren & Returnieren

Das Kind kann auf einfache Art und Weise aufschlagen und returnieren.

10. Spielregeln

Die Kinder können zu zweit selbständig «Games» spielen.

2. Hüpfen

Das Kind kann beidbeinig seitlich hin und her hüpfen.

3. Bereitschaftsstellung

Zwei Kinder können aus der Bereitschaftsstellung einen Ball mit dem Tennisschläger hin und her rollen.

6. Treffpunkt

Das Kind nimmt den Ball-treffpunkt auf dem Tennis-schläger bewusst wahr.

7. Reagieren

Das Kind kann aus einer dyna-mischen Bereitschaftsstellung einen Ball direkt fangen.

9. Platzabdeckung

Das Kind kann angepasst zurückspielen, um rechtzeitig in seine Ausgangsposition zurückzukehren.



Stufe Orange

Seilspringen & Körper kräftigen

Das Kind kann beidbeinig und im Laufen Seilspringen und kräftigt seinen Körper.

Vorwärtsrotation

Das Kind kann den Ball von der Grundlinie (oranges Feld) mit Vorwärtsrotation spielen.

Ballwechsel

Das Kind kann von der Grundlinie (oranges Feld) einen sicheren Ballwechsel spielen.

Differenziert servieren & returnieren

Das Kind kann flach oder mit Slice aufschlagen und den Service des Gegners der Geschwindigkeit angepasst returnieren (blocken oder schwingen).

Angreifen

Das Kind erkennt eine An-griffssituation und greift an.

Weit werfen

Das Kind kann den Tennisball weit und hoch werfen.

Richtungswechsel

Das Kind bewegt sich wendig und flink in alle Richtungen.

Ampel

Das Kind erkennt die ver-schiedenen Spielsituationen (Metapher «Ampel» rot, gelb oder grün) und kann den Ball angepasst zurückspielen.

Rhythmisieren

Das Kind kann den Ballrhythmus bewusst wahrnehmen.

Verhalten im Match

Das Kind kann sich selbständig auf einen Match vorbereiten und verhält sich fair.



Stufe Grün

Zweite Flugbahn

Das Kind kann von der Grundlinie sicher und wirkungsvoll spielen.

Wirkungsvoller Angriffsball

Das Kind kann einen wirkungsvollen Angriffsball spielen und die Netzposition einnehmen.

Wirkungsvoll servieren

Das Kind kann sicher und platziert aufschlagen.

Angepasste Punkteröffnung

Das Kind kann bei der Punkt-eröffnung (Service und Return) den Punkt diktieren oder den Gegner neutralisieren.

Initiative ergreifen

Das Kind kann das Feld öffnen und seine Chance nutzen.

Sicheres Netzspiel

Das Kind kann am Netz sicher spielen.

Defensive Situation

Das Kind kann den Ball in einer defensiven Spielsituation angepasst zurückspielen.

Angepasstes Netzspiel

Das Kind kann in den verschiedenen Situationen am Netz angepasst zurück-spielen und/oder den Punkt abschliessen.

Selbstwahrnehmung

Das Kind kontrolliert und «spürt» die Länge seiner Schläge.

Selbstkontrolle

Das Kind erkennt seinen Aktivierungszustand und kann sich selber kontrollieren.

Die Lernbausteine

Übersicht Stufe Rot

| # | Überbegriff | Beschreibung für Fachperson | Beschreibung für Kinder |
|----|-------------------------------------|--|--|
| 1 | Gruppenregeln | Das Kind kennt die Regeln in der Trainingsgruppe und macht in der Tennislektion mit. | Der Zoo Mach mit und sei Teil des Zoos! |
| 2 | Hüpfen | Das Kind kann beidbeinig, seitlich hin und her hüpfen. | Der Floh Spring hin und her wie ein Floh! |
| 3 | Bereitschaftsstellung | Zwei Kinder können aus der Bereitschaftsstellung einen Ball mit dem Tennisschläger hin und her rollen. | Der Panther Sei bereit und kämpfe wie ein Panther! |
| 4 | Schwingen & Fangen | Zwei Kinder können sich aus einer seitlichen Position den Ball von unten zuwerfen und fangen. | Der Seelöwe Wirf den Ball so genau zu wie der Zoowärter dem Seelöwen den Fisch und fange den Ball so geschickt wie der Seelöwe! |
| 5 | Ball treffen | Das Kind kann einen zugeworfenen Ball nach dem Aufprall mit dem Tennisschläger zurückspielen. | Das Lämmchen Triff den Ball so sanft und weich, als ob du einem Lämmchen über den Rücken streichelst! |
| 6 | Treffpunkt | Das Kind nimmt den Balltreffpunkt auf dem Tennisschläger bewusst wahr. | Der Habicht Sehe und verfolge den Ball wie ein Habicht seine Beute! |
| 7 | Reagieren | Das Kind kann aus einer dynamischen Bereitschaftsstellung einen Ball direkt fangen. | Die Katze Reagiere auf die Bälle wie eine Katze, wenn sie eine Maus fangen will! |
| 8 | Servieren & Retournieren | Das Kind kann auf einfache Art und Weise aufschlagen und retournieren. | Der Affe und der Panther Serviere locker wie ein Affe Kokosnüsse wirft und reagiere schnell wie ein Panther beim Return! |
| 9 | Platzabdeckung | Das Kind kann angepasst zurückspielen, um rechtzeitig in seine Ausgangsposition zurückzukehren. | Die Maus Kehr schnell zurück ins Mausloch und sei bereit für den nächsten Ball! |
| 10 | Spielregeln | Die Kinder können zu zweit selbständig «Games» spielen. | Der Fuchs Sei schlau wie ein Fuchs und zähle richtig! |



Die Lernbausteine

Übersicht Stufe Orange

| Überbegriff | Beschreibung für Fachperson | Beschreibung für Kinder |
|---|---|---|
| Seilspringen & Körper kräftigen | Das Kind kann beidbeinig und im Laufen Seilspringen und kräftigt seinen Körper. | Der Boxer Spring Seil und werde kräftig wie ein Boxer! |
| Weit werfen | Das Kind kann den Tennisball weit und hoch werfen. | Der Speerwerfer Wirf den Ball so hoch und weit wie ein Speerwerfer seinen Speer! |
| Richtungswechsel | Das Kind bewegt sich wendig und flink in alle Richtungen. | Der Basketballer Bewege dich flink wie ein Basketballspieler! |
| Vorwärtsrotation | Das Kind kann den Ball von der Grundlinie (oranges Feld) mit Vorwärtsrotation spielen. | Der Turner Lass den Ball so drehen wie ein Turner, der einen Vorwärtssalto macht! |
| Ballwechsel | Das Kind kann von der Grundlinie (oranges Feld) einen sicheren Ballwechsel spielen. | Die Tenniswand Spiel den Ball zurück, als ob du eine Tenniswand wärst! |
| Ampel | Das Kind erkennt die verschiedenen Spielsituationen (Metapher «Ampel» rot, gelb oder grün) und kann den Ball angepasst zurückspielen. | Der Schachspieler Spiel vorausschauend und schlau wie ein Schachspieler! |
| Rhythmisieren | Das Kind kann den Ballrhythmus bewusst wahrnehmen. | Der Tänzer Nimm den Rhythmus des Balles wahr, wie ein Tänzer die Musik! |
| Differenziert servieren & retournieren | Das Kind kann flach oder mit Slice aufschlagen und den Service des Gegners der Geschwindigkeit angepasst retournieren (block oder schwingen). | Der Handballer Serviere geschickt wie der Penaltyschütze und retourniere souverän wie der Torwart! |
| Angreifen | Das Kind erkennt eine Angriffssituation und greift an. | Der Fechter Greife leichtfüssig und klug an wie ein Fechter! |
| Verhalten im Match | Das Kind kann sich selbständig auf einen Match vorbereiten und verhält sich fair. | Der Profi Verhalte dich vor und im Match wie ein Tennisprofi! |



Die Lernbausteine

Übersicht Stufe Grün

| Überbegriff | Beschreibung für Fachperson | Beschreibung für Kinder |
|------------------------------------|---|--|
| Zweite Flugbahn | Das Kind kann von der Grundlinie sicher und wirkungsvoll spielen. | Der Grundlinienspieler Deine Grundschläge sind sicher und drängen den Gegner weit nach hinten! |
| Sicheres Netzspiel | Das Kind kann am Netz sicher spielen. | Der Netzspieler Volliere und schmettere sicher! |
| Defensive Situation | Das Kind kann den Ball in einer defensiven Spielsituation angepasst zurückspielen. | Der Verteidigungskünstler Bleib in der Defensive im Spiel und gewinne Zeit! |
| Wirkungsvoller Angriffsball | Das Kind kann einen wirkungsvollen Angriffsball spielen und die Netzposition einnehmen. | Der Angreifer Greif wirkungsvoll an, so dass du dem Gegner Zeit wegnimmst! |
| Angepasstes Netzspiel | Das Kind kann in den verschiedenen Situationen am Netz angepasst zurückspielen und/oder den Punkt abschliessen. | Der Netzkünstler Bereite den Punkt mit einem Volley vor und/oder schliesse ihn damit ab! |
| Wirkungsvoll servieren | Das Kind kann sicher und platziert aufschlagen. | Der Aufschläger Platziere deine Aufschläge sicher! |
| Selbstwahrnehmung | Das Kind kontrolliert und «spürt» die Länge seiner Schläge. | Der Grundlinienkünstler Spür die Länge deiner Schläge! |
| Angepasste Punkteröffnung | Das Kind kann bei der Punkteröffnung (Service und Return) den Punkt diktieren oder den Gegner neutralisieren. | Der Aufschlag- und Returnkünstler Diktiere oder neutralisiere bei der Punkteröffnung das Spiel! |
| Initiative ergreifen | Das Kind kann das Feld öffnen und seine Chance nutzen. | Der Aktive Öffne das Feld und nutze deine Chance! |
| Selbstkontrolle | Das Kind erkennt seinen Aktivierungszustand und kann sich selber kontrollieren. | Der Coole Spür deinen Körper und sei bereit! |

GROUND STROKE

NET

DEFENSE

OFFENSE

VOLLEY

SERVE

BASELINE

SERVE & RETURN

ADVANTAGE

UNDER CONTROL