



# 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

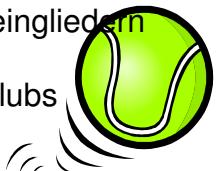
Alle Stufen haben das Ziel eine direkte oder zumindest schnelle **Spielfähigkeit** zu erreichen und dienen als **Handwerkszeug** für Kinder und Eltern **sofort Tennis** zu spielen. Je nach Alter und Talent können die 5 Stufen mehr oder weniger gewichtet werden. Die Tennisplatzgröße wird bewusst vom **Varionetz** 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 Sonntagnachmittags, 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

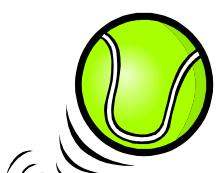
- Guglhupf
- Wackelpudding
- Käsebrot
- Wurstbrot
- Springbrunnen
- Chefkoch/Pfannkuchen
- Vogelkäfig
- Spiegelei Einführung
- Suppe ausschütten
- Zauberkreis
- Alles kombiniert

### 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(Wurstbrot)
- Ball mit Smartie und Hand fangen(Käsebrot)
- Zaubersmartie Ball vom Boden aufheben

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

- Ball mit Schläger und Smartie fangen(Käsebrot)
- Ball mit Schläger und Smartie fangen(Wurstbrot)
- 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 !

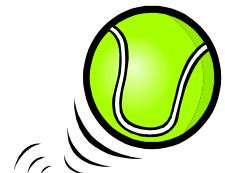
**Über das Netz Ballwechsel spielen mit Schläger ( Partnerübung )**

- 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 (Käsebrot)

(alles mit Vorhand und Rückhand) immer 5 Versuche

- Ball selber in den Zauberkreis fallen lassen, und mit dem Schläger über das Netz spielen  
 Partneranwurf - 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

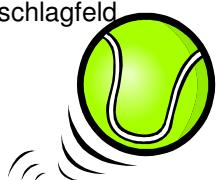
### Approach Tennis

- 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 \_\_\_\_\_



GUIDANCE Marketing GmbH

Großrotter Weg 1 • 50997 Köln-Hochkirchen • Telefon 02233 – 20 36 21 • E-mail: Jaku@freedee.de



# Eltern und Kind Tennis

Alexander Jakubec

## Vita

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

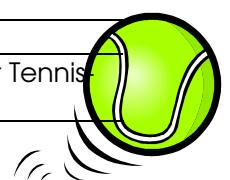
Trainer-  
Ausbildung: Trainerakademie Köln /  
Staatlich geprüfter Trainer/Diplomtrainer DSB  
DTB A-Trainer

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 Grundschlägen 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 Jugend/Damen/Herren/Senioren  
Profibetreuung von deutschen Spitzenspielern/innen  
Honorartrainer im Tennisverband Mittelrhein e. V.  
Geschäftsführer einer kleinen Marketingfirma mit Schwerpunkt Tennis schule und Tennisanlagen



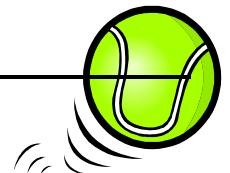


# Eltern und Kind Tennis

Alexander Jakubec

---

---





# Eltern und Kind Tennis

Alexander Jakubec

---

