

Tenniskids Introductie

De ouders van Tenniskids zijn een belangrijk onderdeel van de omgeving waarin kids zich sportief ontwikkelen. Ouders spelen een belangrijke rol bij het plezier dat kinderen in tennis beleven. Ook kunnen zij op een prettige manier een bijdrage leveren bij de ontwikkeling van de vaardigheden die kids moeten ontwikkelen op het gebied van sport. Denk hierbij aan zaken zoals omgaan met winst en verlies, doorzettingsvermogen maar ook aan het helpen van het kind bij het oefenen van technische vaardigheden ed. Uiteraard is de trainer/coach ook een zeer belangrijke schakel. Deze dient in goede/directe relatie te staan met de ouders en dient regelmatig met de ouders in overleg te treden over de ontwikkelingen bij het kind.

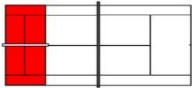
Waarom is Tenniskids belangrijk

Kinderen die voor het eerst gaan tennissen en direct beginnen op een groot veld met "normale gele ballen" verliezen snel hun plezier en interesse. De rally's zijn kort, de ballen stuiten over hun hoofd en ze zijn het langste bezig met ballen rapen. Daarom is het programma "Tenniskids" zo belangrijk! Een stimulerend Tenniskidsprogramma dat speciaal is ontworpen zal de mogelijkheid bieden tennis op een 'toffe' manier te leren, tennis is namelijk fun!

Kids leren op een natuurlijke manier. Ze zijn nieuwsgierig, creatief en fantasierijk. Daarbij spelen ontdekken en verwonderen een belangrijke rol. Uit onderzoek blijkt dat vaardigheden als rennen, springen, balanceren, coördinatie, gooien en vangen heel belangrijk zijn om tot een optimale sportontwikkeling te komen. Bij Tenniskids komen al deze vaardigheden aan bod. De gebruikte materialen en de opbouw van de verschillende fases maken dat de kids worden uitgenodigd en geprikkeld zichzelf te ontwikkelen tot allround sporters.

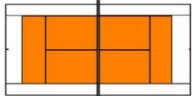
Opbouw van de kleuren (fasen) Rood-Oranje-Groen (ROG)

ROOD



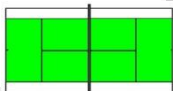
In deze eerste fase maken kinderen kennis met het tennisspel. Ze starten met het ontwikkelen van basisvaardigheden op het gebied van bewegen en coördinatie. De kids zijn 4-8 jaar oud. Ze maken kennis met leuke activiteiten en spelen kleine wedstrijden. Er wordt gespeeld met een spons/foam bal op een minibaan (6x12 m.). Het racket is tussen de 43 en 56 cm

ORANJE



In de tweede fase van Tenniskids wordt gewerkt aan de verdere ontwikkeling. De kids (7-8-9 jaar) leren nieuwe slagen en technieken die hen helpen om uiteindelijk te kunnen spelen op een grote baan. Er wordt gespeeld op een driekwartbaan (een volledige baan die in de lengte is ingekort tot 18 meter). Er wordt gespeeld met een bal die geschikt is voor het spelen op een driekwartbaan (zachter en lichter dan een normale tennisbal). Het racket is tussen de 56 en 63,5 cm. De wedstrijden worden steeds langer.

GROEN



Dit is de laatste fase in de voorbereiding op 'hele baan' tennis. De kinderen zijn 8-10 jaar en ouder. Kinderen op deze leeftijd zijn groter en in staat om de hele baan te bestrijken. Technieken, tactieken en atletisch vaardigheden worden verder ontwikkeld. De wedstrijden worden weer wat langer en het wedstrijden spelen speelt een steeds belangrijkere rol. Er wordt gespeeld met een langzame bal die geschikt is voor tennis op een hele baan en met een racket dat tussen de 63,5 en 68 cm lang is.

Taken van de ouders in de "tennis" ontwikkeling van hun kind(eren)

Belangrijk is dat kinderen plezier hebben in tennis. Laat daarom uw kinderen bij het vrij tennissen in de juiste fase met de juiste ballen en een geschikt racket spelen. Op die manier is het kind het best in staat de geleerde vaardigheden toe te passen en nieuwe vaardigheden zich eigen te maken. Stimuleer de deelname aan clubactiviteiten. Deze zijn leuk en leerzaam. Leer de regels en de puntentelling van de fase waarin het kind zit. Leer het kind zich sportief te gedragen en respect te hebben voor de tegenstander. Dus waardering tonen voor mooie punten van de tegenstander. Ga af en toe met uw kind tennissen en wees positief over de verrichtingen van het kind. Stimuleer de deelname aan clubactiviteiten. Deze zijn leuk en leerzaam. Leer de regels en de puntentelling van de fase waarin het kind zit. Leer het kind zich sportief te gedragen en respect te hebben voor de tegenstander. Dus waardering tonen voor mooie punten van de tegenstander. Op schoolpleinen, tegen muren, in de tuin of op de oprit, overal kun je tennissen. Stimuleer kids ook op straat te tennissen want dit zijn ideale omstandigheden om te leren tennissen.

**tennisschool
friesland** .frl



Tel. 06-34988519 of info@tennisschoolfriesland.frl