



# ZWERGEN.TENNIS.WELT

Spielerischer Zugang zum Tennis mit Elementen der Ballschule  
Manfred Schmöller

+++++ WILLKOMMEN IN DER ZWERGEN.TENNIS.WELT +++++

Die Zwergen.Tennis.Welt ist geeignet für Kids ab ca. 2,5 Jahre. Sobald sie sozialemfähig sind und keine Angst mehr vor fremden Leuten haben, wie es ja du als Trainer anfangs bist ☺ Dieser frühe Start muss nicht sein, ist aber eine sehr gute Ergänzung zur Jugendbetreuung im Verein (Rot, Orange, Grün bis Gelb). Vor allem sehr empfehlenswert für die kleineren Geschwister der aktuellen Tenniskids. Sie kennen von da her ja schon die Umgebung und freuen sich schon richtig, dass sie nun selbst auch dran kommen ☺ Enden tut die Zwergen.Tennis.Welt mit dem Übergang auf das rote Feld. D.h. wenn die Tenniszwerge den roten Ball nicht nur einmal treffen, sondern auch immer öfter auch schon mal ein Ballwechsel zustande kommt.

Das A&O in der Zwergen.Tennis.Welt ist der spielerische Zugang. Kleinkinder im Allgemeinen und Tenniszwerge im Speziellen wollen die Welt kennenlernen, Sachen ausprobieren und sie wollen was erleben. Das geht am besten über Geschichten und lustig benamste Übungen. Da hinein kannst du als Trainer Elemente der Ballschule verpacken ohne sie erklären zu müssen. Denn Erklären bringt gar nichts in diesem Alter ☺

Die Zwerge merken dabei gar nicht, dass sie Schritt für Schritt Tennis erlernen. Der eine früher, der andere später. Aber das ist egal. Ich teile die Zwergen.Tennis.Welt in mindestens 3 Stufen.

Auch wichtig: Die Zwergen.Tennis.Welt ist kleiner als die normale Tenniswelt. Deshalb am besten auf eingezäunten Kleincourts spielen. Oder aber in einem abgegrenzten Bereich auf dem normalen Tennisplatz. Und 30 Minuten genügen für eine Einheit. Das eine oder andere FAMILY.TENNIS ist ein großartige Ergänzung ☺

Hier im Überblick die kleine Zwergen.Tennis.Welt in der grossen ÖTV-Tenniswelt:

**ÖTV VEREINS-CHECK: „Beispielverein“** Grafik 3

Hier ein fiktives Beispiel. Details zu den meisten hier angegebenen Angeboten finden sich auf der ÖTV-Homepage. Für nähere Info bis hin zum Clubcoaching gibt es die Infoline: 0650 522 64 24 – manfred.schmoeller@oetv.at

	Zwerge	Rot, Orange, Grün	Gelb	Leistungsspieler
Jugendliche bis 21	<b>18</b> ... VEREINSINTERN ... Zwergentraining FAMILY.TENNIS	<b>18</b> ... VEREINSINTERN ... Training, Jugendtreff, Spielsterne Rangliste light, SommerROG Jugend-CM, FAMILY.TENNIS ... EXTERN ... Jugendturniere, ROG CUP Jugend-Meisterschaft ÖTV-Turniere	<b>9</b> ... VEREINSINTERN ... Training Rangliste AK-CM ... EXTERN ... Meisterschaft Mannschafts-Wintercup ITN-Turniere, ÖTV-Turniere	<b>0</b>
Erwachsene	<b>20</b> ... VEREINSINTERN ... Damentreff (Herren-, Mixedtreff) mit Training & Matches FAMILY.TENNIS	<b>8</b> ... VEREINSINTERN ... Damentreff (Herrentreff) mit Training & Matches FAMILY.TENNIS Hobby-CM ... EXTERN ... ITN-Turniere, Hobbycup	<b>45</b> ... VEREINSINTERN ... Training Rangliste AK-CM ... EXTERN ... Meisterschaft Mannschafts-Wintercup ITN-Turniere, ÖTV-Turniere	<b>0</b>
	Freizeitspieler / Nicht Wettspieler	Hobbycup-Spieler / Wettspieler	MM-Spieler / Wettspieler	Leistungsspieler

Hier einige Geschichten & Übungen aus meiner nun schon 5-jährigen Praxis, die sich als sehr brauchbar erwiesen haben. Übrigens: am besten kommst du bei den Zwergen an, wenn du auch selbst mit eintauchst in die Zwergen.Tennis.Welt 😊

+++++ LEITFADEN +++++

+++ Startphase +++

Die Zwerge bekanntmachen, wenn Neue dazukommen ... Laufen ist immer gut ... nach lustigen Erlebnissen im Kindergarten oder zu Hause fragen ... dann eintauchen in die Zwergen.Tennis.Welt

+++ Geschichten und interessante Sachen +++



**Igel retten**

Jeder Tenniszwerge hat 3-5 Igel (halb Bälle). Die Zwerge legen sie auf den Schläger und tragen sie vorsichtig zu einer Höhle (Kübel). Immer öfter ist dann auch ein Igel dabei, der sich eingerollt hat (ganzer Ball). Andere Geschichten: „Eiskugeln in den Kühlschrank retten“ ...



**Fische fangen**

Die Kids bekommen Netzschläger. Je nach Geschicklichkeit wirfst du als Trainer Fische (Bälle) direkt hinein oder mit Aussprung ein bisschen seitlich oder auch zum Nachlaufen. Alle Fische kommen dann wieder in das Becken (Ballkorb). Andere Geschichten: „Ostereier fangen“ ...



**Seidentücher fangen**

Durch die verlangsamte Geschwindigkeit sehr geeignet zum Werfen und Fangen. Ein Tuch oder mehrere Tücher. Jeder einzeln oder mehrere Kids, z.b. Geschichten: „Prinzessinnenspiel“ (Tuch mit dem Kopf fangen) ...



**Luftballon-Tennis**

Luftballon mit der Hand oder dem Schläger immer wieder hochstupsen, damit er nie den Boden berührt. Jeder alleine oder zu zweit oder mehrere. Andere Geschichten: „Schneeflockentennis“ (im Winter) ...



**Eisverkäufer**

Eis aus dem Kühlschrank holen und auf den Tüten herumtragen



**Eistorte machen**

Mit Markierungshütchen (d.s. die Torten) und Bällen (d.s. die Eiskugeln) Eistorten machen. Ev. auch mit einem Sahnehäubchen drauf (halbe Bälle)





### Kometenbälle weitwerfen und Wind machen

Wer kommt bis übers Netz? Oder wer ist der beste Windmacher? (den Kometen am Schweif nehmen, im Kreis drehen und am Schluss loslassen). Aber Weitwerfen geht mit allen anderen Sachen auch ...



### Minigolf-Tennis

1. Liegender Ball: für jeden Zwerg liegen 5 Bälle am Boden. Schlägt sie mit dem Schläger nacheinander wie beim Minigolf weg.
2. Rollender Ball: Bälle zurollen, Zwerg schießt ihn weg.
3. Hüpfender Ball: Bälle zuwerfen, nach einmal aufspringen treffen. Der Tenniszwerg lernt so spielerisch das Schwingen.



### Wasserball-Tennis

Viele kennen Low-T-Ball. Dieses Holzgestell markiert die Spielfläche. Ein Wasserball wird mit der Hand oder dem Schläger hin und her gespielt. Rollend unten durch. Hüpfend oben drüber.



### Zielfiguren-Tennis

Ob Tweety oder andere aktuelle Comicfiguren. Aufblasbare Zielfiguren sind der Hammer (60-90 cm hoch). Sie sind unten beschwert (mit einer Wasser- oder Sandeinlage) und stehen deshalb nach dem Schlag immer wieder auf. Genial. Leichter können die Tenniszwerge das Schwingen nicht lernen. Weitere Übungen: Slalomparcour zum Schlagen, zum Durchlaufen

### +++ Cool down-Phase +++

Die letzten 5 Minuten sind zum „Runterkommen“ und zum „Zurück-in-die wirkliche Welt“ kommen.

### Ausmalbilder

Aktuelle Comicfiguren ergänzen um Tennisschläger und Tennisbälle (siehe Beispiele).



### Gummibärliregen

Der Gummibärliregen ist der Abschluss einer jeden Zwergentennis-Einheit. Du gibst Gummibärlis nicht einfach her, sondern machst ein Erlebnis draus: den Gummibärliregen (eine Handvoll Gummibärlis in beide Hände nehmen und hochwerfen).

.... So das wars ... 5 Übungen plus/ minus reichen ... du merkst selbst was gut ankommt und wann es reicht ... Trinkpausen nicht vergessen ... nachmachen oder eigene Geschichten und eigene Übungen erfinden ... altbekannte Übungen immer wieder neu verpacken ... selbst Kind sein ... Achtung, fertig, los ...

... weitere brauchbare Hilfsmittel findest du in jedem Baumarkt, Spielzeuggeschäft, etc.

