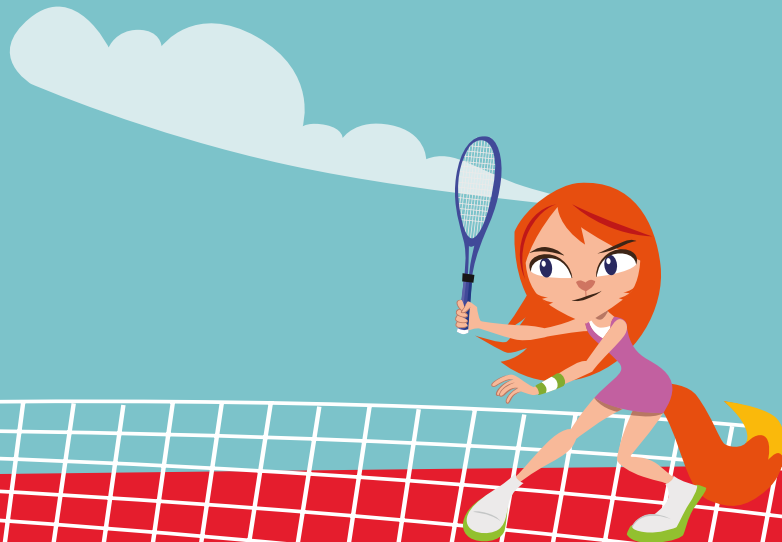


Informatie over het KNLTB tennisprogramma voor kinderen t/m 12 jaar



Het Tenniskids programma bestaat uit verschillende, gekleurde fases. Voor de jongste jeugd ontwikkelde de KNLTB Tenniskids Blauw. Daarna stromen zij door naar Rood, Oranje en uiteindelijk Groen. Na Groen zijn kinderen helemaal klaar om met de bekende gele bal op een hele baan te tennissen.

Blauw



In deze eerste fase maken kinderen kennis met de basisbeginselen van tennis. Door middel van speelse oefeningen ontwikkelen zij hun eerste bal- en racketvaardigheden. Plezier en samenspel staan voorop.



Opbouw

Er worden vier lesblokken per jaar aangeboden die inspelen op de belevingswereld van het kind. Ieder blok heeft een ander thema, bestaat uit 9 lessen en wordt afgesloten met een eindevenement. Iedere les bestaat uit verschillende oefeningen, zoals tikspelletjes en bal-spelletjes met en zonder racket. Kinderen kunnen bij ieder blok instromen.

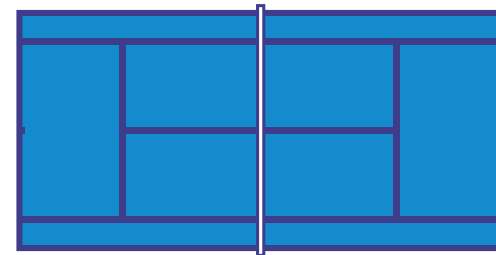


Baan

Bij de oefeningen wordt gebruik gemaakt van de hele tennisbaan. De tennisbaan wordt omgedoopt tot een speelveld.

Ballen

Er wordt gespeeld met een blauwe en/of rode bal. De blauwe bal is groter en zachter dan de rode bal. Dit is makkelijk voor de jongste kinderen. Zo ervaren de kinderen sneller succes in de oefeningen.



Leeftijd

De adviesleeftijd voor Tenniskids Blauw is 4 t/m 6 jaar. Blauw is het meest geschikt voor kinderen van 4 en 5 jaar oud. Als een kind 6 jaar is, kan hij/zij al meedoen aan Tenniskids Rood, afhankelijk van de vaardigheden. Trainers adviseren of een kind qua niveau langer in een kleur speelt.

Racket

Het racket is tussen de 45 - 48 cm lang. Dit is afhankelijk van de lengte, de kracht en de vaardigheden van het kind. Vraag altijd de train(s)ter om advies.

Het doel van Tenniskids is om kinderen zo snel mogelijk het spel te laten spelen. Vanuit dit spelen ontstaat de motivatie om meer te leren.

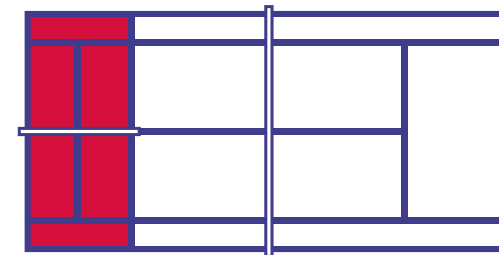
Rood

In deze fase maken kinderen kennis met het tennisspel. Zij ontwikkelen hun tennisvaardigheden en ontdekken zo hoe het spel gespeeld kan worden.



Baan

De baan is 12 x 6 m. De nethoogte is 80 cm en het servicevak is verhoudingsgewijs groter dan bij een volledige baan. Rode banen worden uitgezet over de breedte van een volledige baan.



Ballen

Er wordt gespeeld met een rode bal. Deze bal is groter en hij stuitert minder hoog dan een gele tennisbal. Hierdoor ontstaat er voor de kinderen meer tijd. In deze fase hebben kinderen namelijk nog relatief veel tijd nodig om te herkennen waar de bal komt en op de juiste plaats op de baan te komen.

Leeftijd

De adviesleeftijd voor Rood is 6 t/m 9 jaar met een marge van twee jaar. Trainers adviseren of een kind qua niveau eerder of langer in een kleur speelt.

Racket

Het racket is tussen de 43 - 58 cm lang. Dit is afhankelijk van de lengte, de kracht en de vaardigheden van het kind. Vraag altijd de train(st)er om advies.

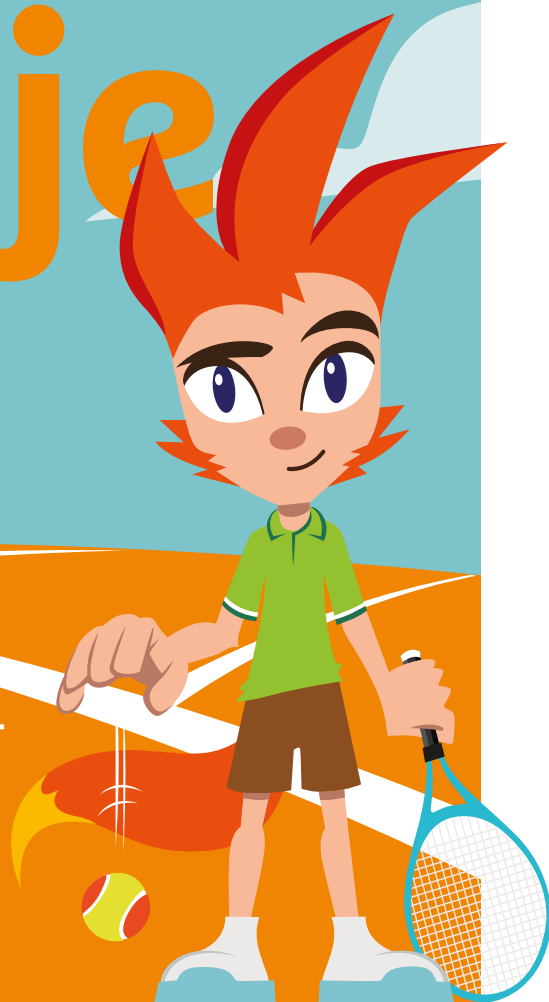
Wedstrijden

Tijdens toernooien en de Tenniskids World Tour worden in Rood informele wedstrijdjes gespeeld tot 7 punten. Kinderen spelen altijd in een team.

Oranje

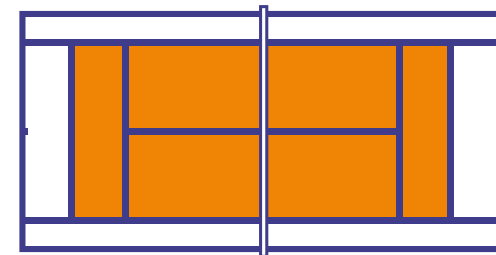
In de derde fase van Tenniskids wordt gewerkt aan de verdere ontwikkeling

Kinderen zullen het spel verder ontdekken. Vaardigheden om geavanceerder te spelen, worden uitgebreid.



Baan

Een volledige baan die in de lengte tot 18 meter is ingekort. De oranje baseline bevindt zich op de helft tussen de bestaande baseline en de servicelijn. De baan is iets smaller dan de volledige baanbreedte.



Ballen

Er wordt gespeeld met een oranje bal. Deze bal is zachter en lichter dan een gele tennisbal. Dit vertraagt waardoor het mogelijk is voor kinderen om het spel volledig te spelen.

Racket

Het racket is tussen de 58 - 63 cm lang. Dit is afhankelijk van de ontwikkeling van het kind. Vraag altijd de train(st)er om advies.

Leeftijd

De adviesleeftijd voor Oranje is 8 t/m 11 jaar met een marge van twee jaar. Trainers adviseren of een kind qua niveau eerder of langer in een kleur speelt.

Wedstrijden

De wedstrijden in Oranje worden gespeeld om 5 games, inclusief het Beslissend Punt Systeem (BPS). Bij de meeste wedstrijdvormen (toernooien en World Tour) wordt gespeeld in teams, maar in Oranje bestaan er ook al individuele formats.

Groen

Dit is de laatste fase in de voorbereiding op het 'hele baan' tennis. Kinderen in deze fase zijn groter en in staat om de hele baan te bestrijken.

Technieken en tactieken worden verder ontwikkeld, evenals de atletische vaardigheden. Wedstrijden worden langer en het competitietennis speelt een belangrijkere rol.

Baan

In Groen zijn kinderen er, zowel mentaal als fysiek, aan toe om op een volledige tennisbaan te spelen.

Ballen

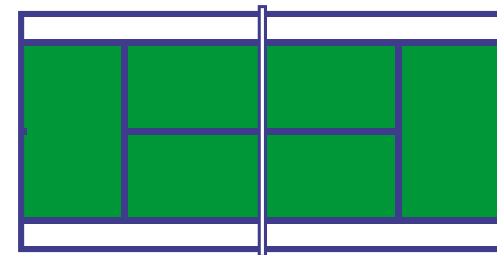
Een langzamere groene bal voor de hele baan. Deze bal is iets zachter en lichter dan een gele tennisbal.

Leeftijd

De adviesleeftijd voor Groen is 10 t/m 12 jaar met een marge van twee jaar. Trainers adviseren of een kind qua niveau eerder of langer in een kleur speelt.

Racket

Het racket is tussen de 63,5 - 66 cm lang. Dit is afhankelijk van de ontwikkeling van het kind. De train(st)er kan advies geven over het juiste formaat.



Wedstrijden

In Groen spelen de kinderen om twee gewonnen sets tot en met 4 games met het Beslissend Punt Systeem (BPS) en eventueel een beslissende tiebreak als derde set.

De wedstrijden in Groen duren langer en het is mogelijk om meer individueel te spelen in toernooien. Tevens kan de vereniging ploegen inschrijven voor de Groene competitie. In Groen wordt tevens voor kinderen het Dynamisch Speelsterkte Systeem ingevoerd.

Tips voor ouders

Ouders spelen een belangrijke rol bij het plezier dat kinderen aan tennis beleven. Ook kunnen zij op een prettige manier een bijdrage leveren aan de ontwikkeling van de tennisvaardigheden van het kind.

Tenniskids

- Onderzoek heeft uitgewezen dat vaardigheden als rennen, springen, balanceren, coördinatie, gooien en vangen van essentieel belang zijn voor kinderen in de leeftijd tot tien jaar om tot een optimale sportontwikkeling te komen. Tenniskids is een leuke en goede manier voor kinderen om te leren tennissen waarbij alle genoemde vaardigheden uitgebreid aan bod komen.

- Laat uw kinderen spelen in de voor hen geschikte fase/kleur. Dit zorgt ervoor dat kinderen plezier houden in tennis. Bovendien geeft Tenniskids de kinderen de mogelijkheid hun vaardigheden optimaal te ontwikkelen.
- Juiste materialen zijn erg belangrijk. Zorg ervoor dat uw kinderen de juiste ballen gebruiken en beschikken over het juiste formaat racket. Overleg hierover eventueel met de train(st)er.

Stimuleren

- Af en toe met uw kinderen tennissen is niet alleen erg leuk, maar ook goed voor de ontwikkeling van hun vaardigheden. Dit hoeft niet altijd op een tennisbaan. Het kan ook op een pleintje in de buurt, de stoep of oprit. Ook andere balspelletjes en sportactiviteiten zijn goed voor de lichamelijke ontwikkeling van kinderen. Er zijn mini-netjes te koop die makkelijk op een pleintje gebruikt kunnen worden.

- Kinderen ontwikkelen zich zelden gelijkmatig. In de tennisontwikkeling van kinderen zal het dan ook zo zijn dat kinderen vaak ineens weer een sprongetje maken.
- Stimuleer deelname aan clubactiviteiten. Tijdens deze bijeenkomsten heerst vaak een leuke, ontspannen sfeer waarin kinderen vrienden kunnen maken. Het sociale aspect is erg belangrijk in deze leeftijdsfase.



Regels en puntentelling

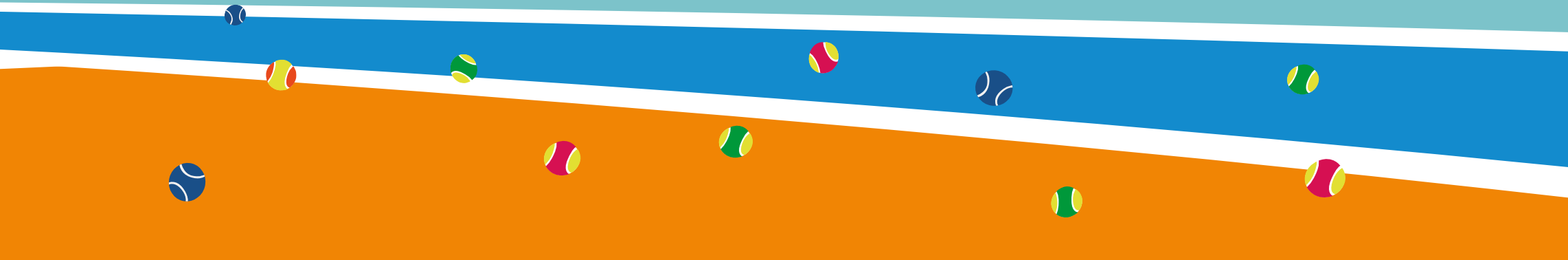
- Het is goed als ouders bekend zijn met de tennistelling en de regels. Op die manier kunt u de kinderen helpen bij de wedstrijden.
- Natuurlijk vinden kinderen het fantastisch als hun ouders interesse tonen in hun prestaties. Te veel aandacht op het prestatieve is alleen niet de bedoeling. Probeer ook de aandacht te vestigen op proceszaken. Vraag bijvoorbeeld eens hoe uw kind de wedstrijd heeft aangepakt, welke strategie hij/zij heeft gebruikt en of hij/zij voldoende doorzettingsvermogen heeft getoond.

Respect

Bij tennis is het gebruikelijk dat er waardering getoond wordt voor de inzet van beide spelers. Applaus voor mooie punten is een goede gewoonte, maar spreek ook gerust waardering uit voor bijvoorbeeld doorzettingsvermogen. Tolereer geen scheldpartijen en onsportief gedrag bij spelers. Respect voor de tegenstander hoort bij de sport.

Bij Tenniskids wordt op dezelfde manier gespeeld als bij 'hele baan' tennis. De regels wijken niet veel af. Het programma is alleen afgestemd op de mogelijkheden van jonge kinderen.

In Rood wordt er gespeeld tot 7 punten.
In Oranje wordt gespeeld om 5 games met het Beslissend Punt Systeem.
In Groen om sets tot en met 4 games met het Beslissend Punt Systeem en een beslissende tiebreak als derde set.



Veelgestelde vragen

Welke materialen heeft mijn kind nodig?

De meeste clubs zorgen voor de materialen die kinderen in het begin nodig hebben. Overleg voor de eerste les met de train(st)er. Uw kind heeft redelijk snel een racket nodig. Speciale kleding is verder niet nodig, behalve sportschoenen.

Wat zijn de leskosten?

De lessen worden in groepsverband gegeven en daardoor is het voor de clubs mogelijk redelijke prijzen te hanteren.

Krijgt mijn kind les van professionele trainers?

Alle trainers die bij Tenniskids betrokken zijn hebben naast hun tenniserarenopleiding een speciale scholing gevolgd via de KNLTB. Dit zijn dus zeer vakkundige trainers.



Tenniskids is een programma van de KNLTB®

tenniskids.nl