

Haltet die Seiten frei



Jeder Spieler versucht, die in seinem Feld liegenden Bälle in das andere Feld zu schlagen.



➤ Förderung der Ballsicherheit.



- Es wird eine „Sicherheitszone“ festgelegt, die nicht betreten werden darf.
- Die Bälle, die in der Sicherheitszone liegen, dürfen nicht mehr gespielt werden.
- Beim Abpfiff legen die Spieler ihre Schläger weg.



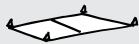
1 Schläger pro Spieler, ca. 10 Bälle pro Seite, Klebeband zur Markierung der Sicherheitszone



Max. 3 TN pro Seite



Halle, Tennisplatz, Tennishalle, Tartanplatz



Volleyballfeld (9 x 18 m)



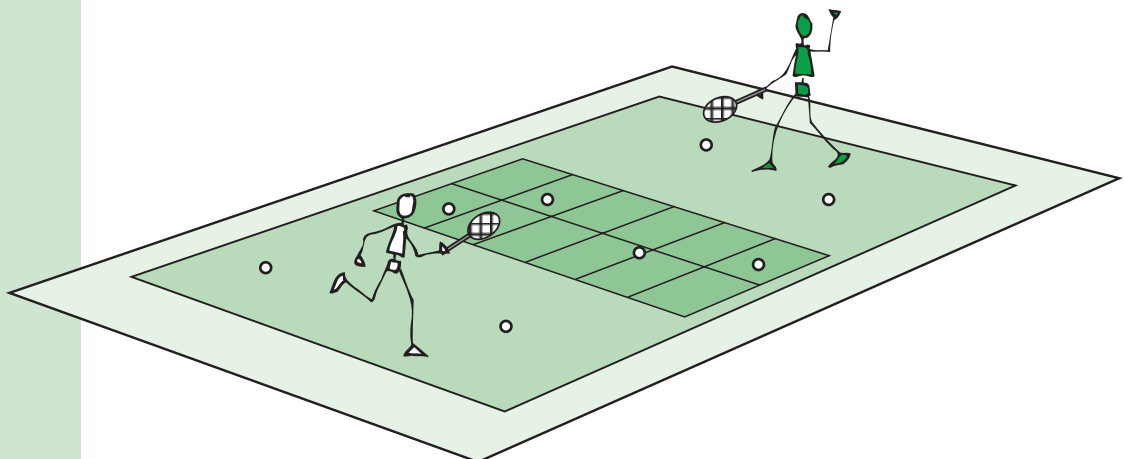
Bis auf einer Seite keine spielbaren Bälle mehr sind oder nach Zeit (z.B. 40 sec)

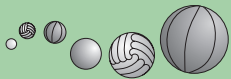


Auge-Hand-Koordination, Sportartspezifische Techniken



Der Einsatz des Spielmaterials (z.B. Speckbrettschläger/Tennisball oder Badmintonschläger/Federball) hängt von der Spielfeldgröße ab.





Kleiderbügeltennis



Mit einem selbstgebauten Tennisschläger spielen sich die Partner einen besonderen Ball zu.



➤ Schulung des Ballgefühls mit einem ungewöhnlichen Sportgerät.



➤ Es wird direkt oder mit einmaligem Bodenkontakt gespielt.
➤ Spielmöglichkeiten ergeben sich auf zwei Feldern mit einem Netz oder aber auch in der Kreisaufstellung bzw. sich gegenüberstehend.



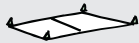
Pro Spieler 1 Schläger (Draht-Kleiderbügel bespannt mit einer alten Feinstrumpfhose); 1 Ball (zusammengeknülltes Zeitungspapier mit Strumpfhosenbezug) oder Tischtennisball pro Paar bzw. Doppel



1 - 2 TN pro Seite



Überall



5 x 5 m pro Spielfeld



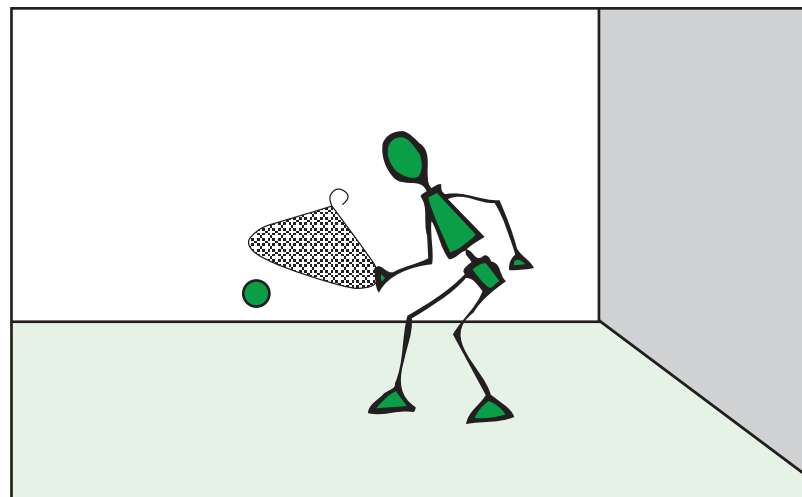
Bis die Strumpfhose Laufmaschen hat, der Ball nicht mehr gespielt werden kann oder ein bestimmtes Ergebnis erzielt wurde

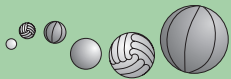


Auge-Hand-Koordination



Man kann sowohl miteinander als auch gegeneinander nach Punkten spielen.





Kreisball



Der Ball wird innerhalb eines Kreises so oft wie möglich zugespielt.

- Förderung des Zusammenspiels zwischen den Spielern.
- Schulung von Ballgefühl und Ballsicherheit.

- Der Ball darf den Boden nicht berühren.
- Ein Spieler darf nicht zweimal hintereinander den Ball berühren.



1 Speckbrettschläger pro Spieler, Tennis- oder Softtennisball



4 - 8 TN pro Kreis



Überall



Kreisdurchmesser ca. 10 m.



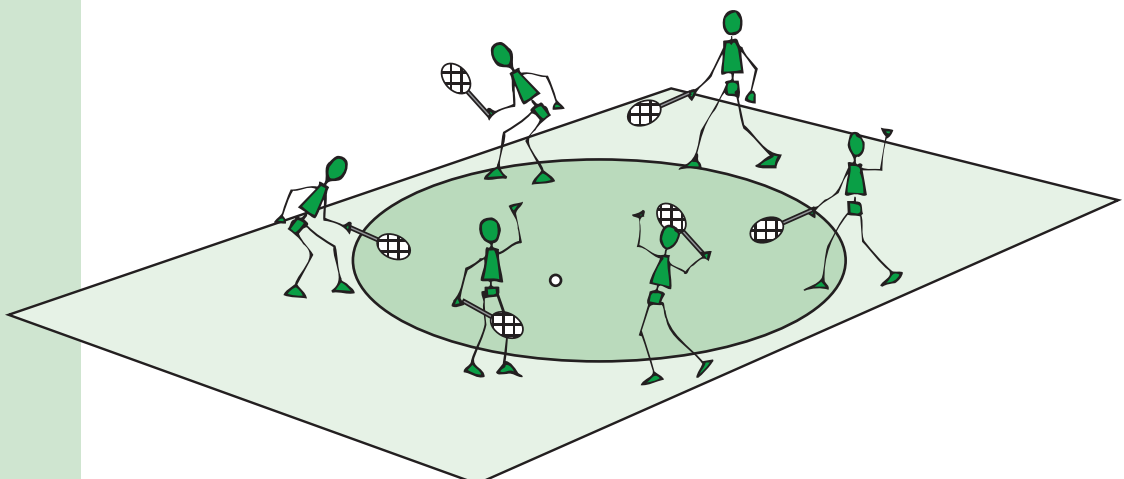
Beliebig

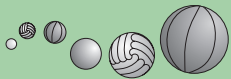


Auge-Hand-Koordination



Zuspiel mit der Hand





Reifentennis



Zwei Spieler spielen einen Ball durch einen hochgehaltenen Reifen.



- Schulung der Kooperationsfähigkeit vor allem zwischen Spieler und Reifenhalter ist wichtig.
- Verbesserung der Zielgenauigkeit und der Ballsicherheit.



- Der Ball darf den Boden nicht berühren.
- Der Reifenhalter hält den Reifen so, dass die Spieler möglichst oft treffen.
- Nach einer festgelegten Zeit werden die Positionen gewechselt.



1 Soft-, Tennis- oder Tischtennisball, 1 Speckbrettschläger/Tischtennisschläger pro Spieler, 1 Reifen



3 TN



Überall



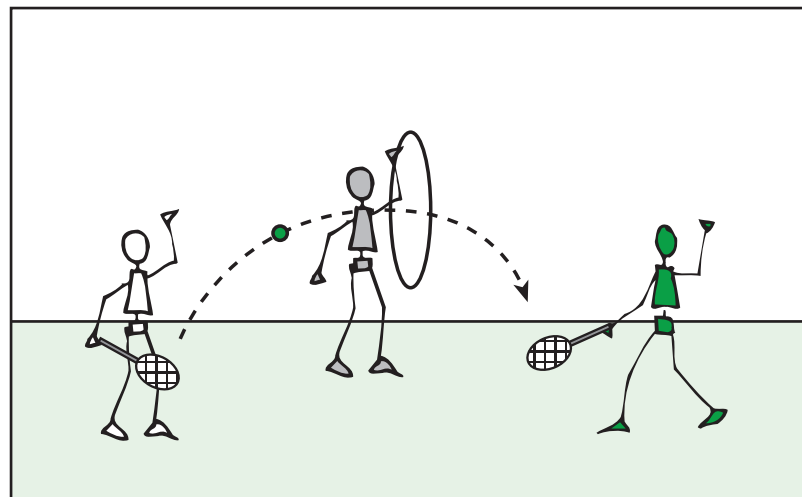
Beliebig

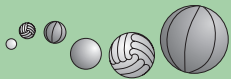


Bis ein Spieler 5 Fehler gemacht hat, dann erfolgt der Wechsel



Auge-Hand-Koordination, Zielgenauigkeit





Reifentreffen



Ein Ball wird abwechselnd in einen am Boden liegenden Reifen hin und her geschlagen. Durch geschicktes Spiel soll der Gegner zu einem Fehler gezwungen werden.



- Schulung des taktischen Verhaltens.
- Verbesserung der Auge-Hand-Koordination.



- Der Ball wird mit der Hand gespielt.
- Der aus dem Reifen hoch springende Ball kann entweder direkt oder nach einmaligen Aufprellen im zweiten Kreis (s. Skizze) zurückgeschlagen werden.
- Fehler, die zu einem Punktgewinn führen, sind:
 - Der Ball wird nicht in den Reifen geschlagen (Reifenrand gehört zum Inneren des Reifens).
 - Der zurückspringende Ball berührt zweimal den Boden.
 - Der aus dem Reifen herausspringende Ball kommt außerhalb des zweiten Kreises zu Boden.



Pro Paar oder pro Doppelpaar ein Reifen und Markierungen für den äußeren Kreis, 1 Tennisball oder gut prellbarer Softtennisball pro Spielfeld



2 oder 4 TN pro Spielfeld



Halle, Tartanbahn, Asphalt



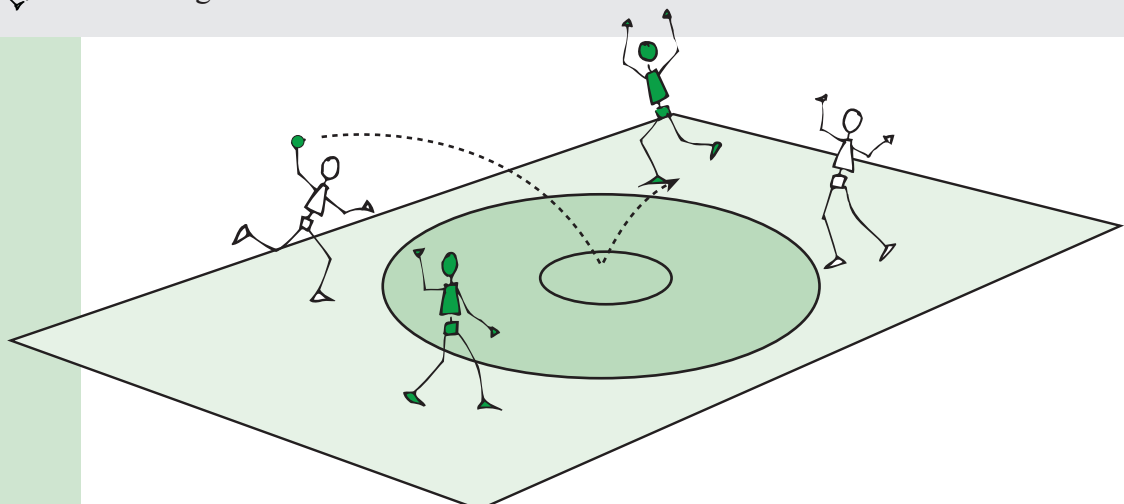
5 x 5 m

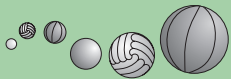


Nach Punkten oder nach Zeit



Auge-Hand-Koordination





Volley-Tennis



Der Ball wird über eine Schnur gespielt, volley angenommen und weitergespielt.



- Förderung des Zusammenspiels.
- Verbesserung des Ballgefühls, der Ballsicherheit und der sportartspezifischen Bewegungen.
- Schulung des taktischen Verhaltens.



- Der Ball darf weder im noch außerhalb des Feldes aufspringen.
- Die Spieler dürfen sich den Ball untereinander zuspielen.
- Gezählt wird wie beim Tischtennis.



1 Softtennisball, 1 Speckbrettschläger pro Spieler, Leine



3 TN pro Seite



Halle, Rasenplatz, Tartanplatz



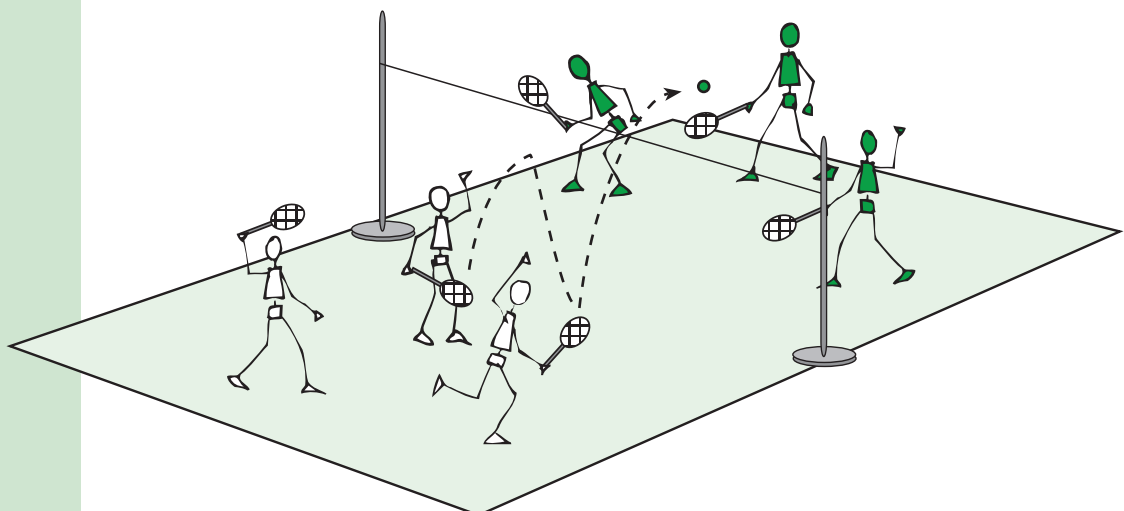
5 x 10 m

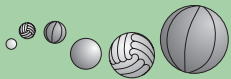


Bis 21 Punkte



Auge-Hand-Koordination, sportartspezifische Grundtechniken.





Zielprellen



Zwei Spieler prellen den Ball nacheinander in den Kreis am Boden. Wer nicht mehr zurück in diesen Kreis prellen kann, verliert einen Punkt.



- ▮ Verbesserung des Ballgefühls.
- ▮ Förderung der taktischen Fähigkeiten.



- ▮ Der Ball darf nur im Zielkreis den Boden berühren.
- ▮ Geprellt wird mit einem Schläger.



1 Tennisball pro Spielerpaar, 1 Speckbrettschläger pro Spieler, Kreide



2 TN pro Kreis



Halle, Tartanplatz,



Kreisdurchmesser ca. 3 - 5 m



Nach Absprache oder nach Punkten



Auge-Hand-Koordination



- ▮ Zunächst ist es ratsam, die Spieler miteinander statt gegeneinander spielen zu lassen. Welches Spielerpaar hält den Ball am längsten im Spiel?
- ▮ Mit der Hand prellen.

