

Informationsträff - Minitennis



Agenda

- Mål för minitennisen
- Varför tränar vi som vi gör?
- Spela fler gånger i veckan?
- Interna aktiviteter
- Övriga frågor

Mål för minitennisen

- Barnen ska veta vad som är in och ut
- Barnen ska kunna starta bollen till varandra
- Barnen ska veta hur man vinner en poäng
- Barnen ska veta vilken sida man slår bollen med en hand på (forehand) och vilken sida man slår bollen med två händer på (backhand)
- Barnen ska helt enkelt kunna spela en grundläggande variant av tennis med varandra

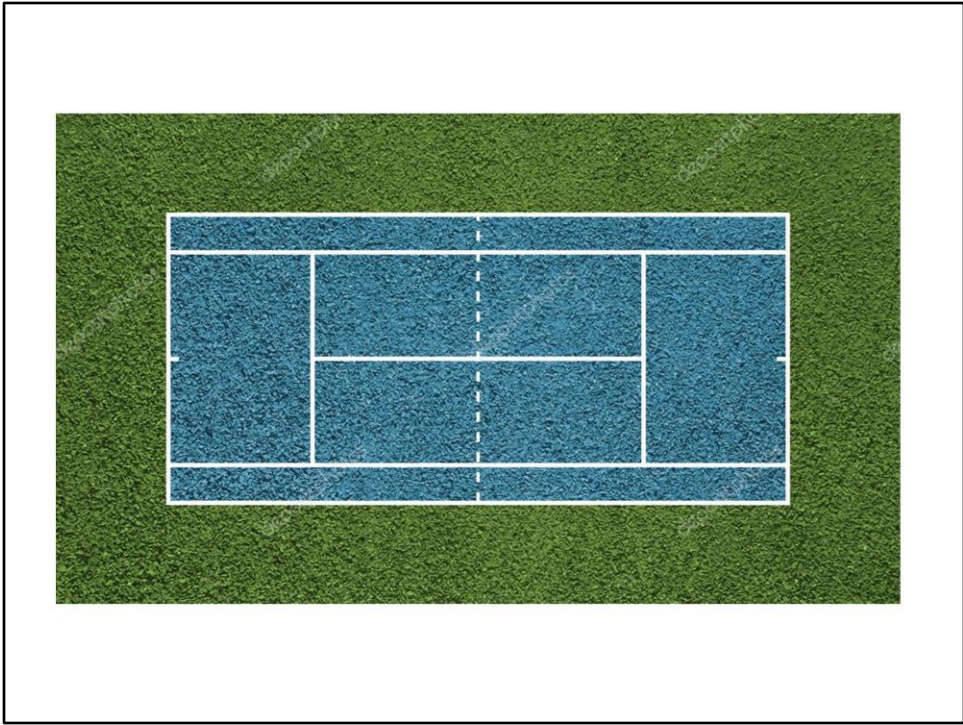
1. Vet barnen inte vad som är in och ut kommer dom aldrig veta hur man spelar tennis. I längden blir det också inte lika roligt att flamsa eller "bomba".
2. Denna säger sig självt. Startar vi bollen åt dom konstant så kommer dom aldrig kunna spela utan oss. Detta vill vi inte.
3. Denna kunskap bygger på punkt 1. Det finns tre sätt att vinna en poäng i tennis. Motståndaren slår i nät, motståndaren slår ut, bollen studsar två gånger. Lär vi barnen hur man vinner en poäng så skapar vi också en drivkraft att bli bättre. Alla vill ju vinna!
4. Denna säger sig självt, men är inte helt elementär för alla barn i ung ålder. Det blir ibland slag med fel hand, ibland två händer på backhand osv. Det tar tid att lära..

Varför tränar vi som vi gör?

- Steg 1 – Bollkontroll
- Steg 2 – Bollkontroll i vissa områden
- Steg 3 – Bollkontroll i vissa områden 2 och 2
- Steg 4 – Kunna passa bollen till varandra på rätt sida kroppen i samma område
- Steg 5 - Kunna passa bollen till varandra på rätt sida kroppen i kompisens område
- Steg 6 – Veta hur man vinner en poäng

Progressionen är som följer:

1. Barnen lär sig att anpassa sin kraft, och också vart som är inne och ute.
2. Barnen lär sig kontrollera vart bollen kommer på ett bättre sätt. Igen, är bollen i fel område är den "ute" och då får man inte fortsätta
3. Man spelar aldrig tennis ensam, det är alltid minst två personer på en bana. Man måste alltså kunna relatera sig till en annan person, vilket inte alltid är så lätt. Fortfarande gäller att om bollen är i fel område, då får man inte fortsätta.
4. Här kommer grundläggande forehand och backhand in. Lugnt och fint, passa varandra på rätt sida kroppen.
5. När dom kan detta kan man öka avståndet, men fortfarande ha kvar att bollen MÅSTE studsas i ett visst område. Det är ju trots allt så tennis spelas.
6. När dom börjar bli bra på detta kan man börja spela matcher. Då har man forehand, backhand, vart bollen får studsas osv. Dom har alltså spelat en tennismatch såhär tidigt! Det är ju kanon!
7. Steget efter detta, då lägger vi till nätet. Det är ingen ide att lägga till nätet om inte grunden sitter, det blir bara svårare då. Det är otroligt viktigt att barnen lyckas, att dom känner sig duktiga. Oftast känner barn sig mer duktiga efter en match på liten bana, jämför med om dom står på en stor bana och missar bollen hälften av gångerna.



Spela fler gånger i veckan?

- Vi kommer starta ett andra tillfälle för minitennisen
- Torsdagar kl 17:15-18:00
- Jag själv är ledare
- 6 st platser än så länge
- Vid stort intresse ska vi försöka få in en ledare till
- Kostnad för 1 gång i veckan 1790 / termin
 - Kostnad för 2 gånger i veckan 2990 / termin

Interna aktiviteter

- Minitennisträff
 - Under december kommer vi bjuda in till minitennisträff
 - Matcher i blandade former kommer spelas
 - Alla kommer få medalj

Övriga frågor?

- <https://www.youtube.com/watch?v=-KqXcm-l2zY>