

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 tik-spelletjes en balspelletjes met en zonder racket. Kinderen kunnen bij ieder blok instromen.

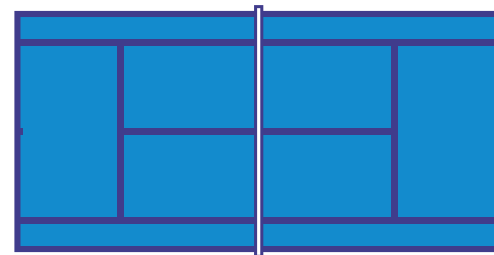


Baan

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 tot 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. De tennisleraar adviseert wanneer een kind naar een volgende kleur gaat.

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.

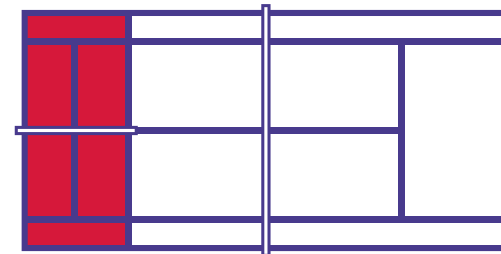
Rood

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



Baan

De baan is 12 x 6 meter. 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 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 t/m 8 jaar. De tennisleraar adviseert wanneer een kind naar een volgende kleur gaat.

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.

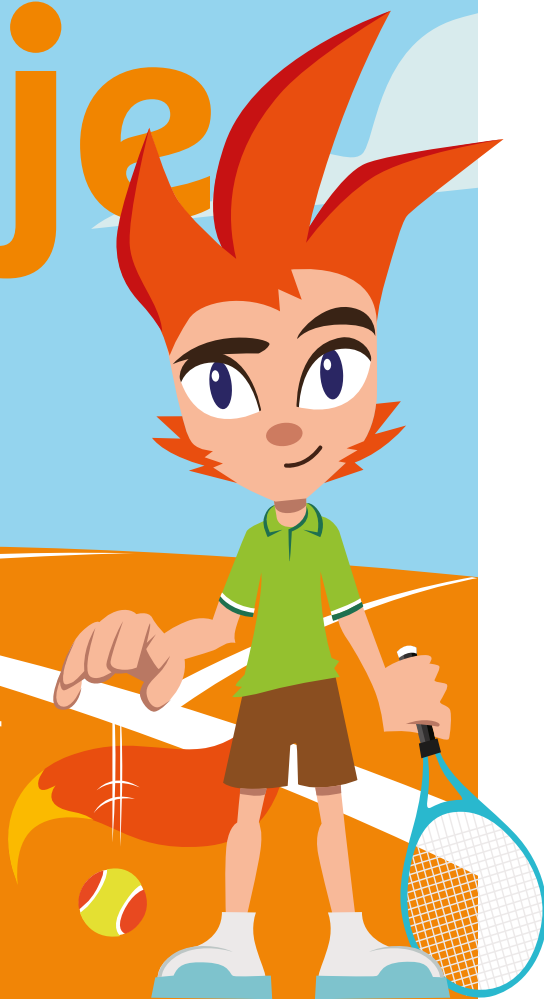
Wedstrijden

Tijdens toernooien en de Kia Tenniskids competitie worden in rood informele wedstrijdjes gespeeld tot 7 punten. Kinderen spelen altijd in een team.

Oranje

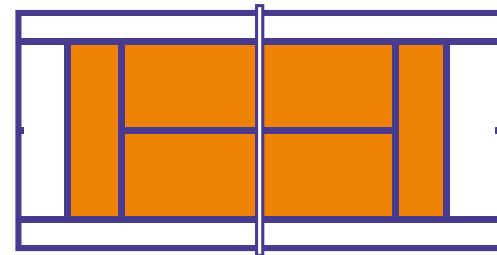
In de derde fase van Tenniskids wordt gewerkt aan de verdere ontwikkeling.

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



Baan

In oranje spelen kinderen op 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 10 jaar. De tennisleraar adviseert wanneer een kind naar een volgende kleur gaat.

Wedstrijden

De wedstrijden in oranje worden gespeeld om 4 games, inclusief het Beslissend Punt Systeem (BPS) bij een 40-40 stand. Bij een 3-3 stand wordt een beslissende game gespeeld (geen tiebreak). Bij de meeste wedstrijdvormen (toernooien en Kia Tenniskids competitie) wordt gespeeld in teams.

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

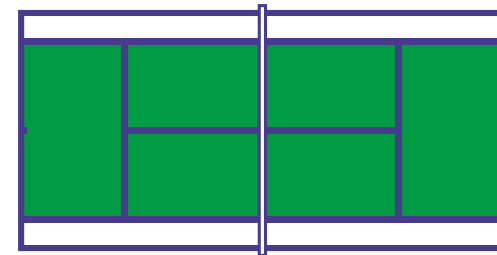
Er wordt gespeeld met een langzamere groene bal. Deze bal is iets zachter en lichter dan een gele tennisbal.

Leeftijd

De adviesleeftijd voor groen is 10 t/m 12 jaar. De tennisleraar adviseert wanneer een kind naar een volgende kleur gaat.

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 wat langer en het wedstrijden spelen speelt een steeds belangrijkere rol. De Groene competitie is de competitie die bij deze fase hoort. Ook kunnen in groen de resultaten van wedstrijden meetellen voor de speelsterkte.

Tips voor ouders

Als ouder speel je een belangrijke rol bij het plezier dat jouw kind aan tennis beleeft. Je kan op een prettige manier een bijdrage leveren aan de ontwikkeling van de tennisvaardigheden van jouw 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 je kind spelen in de voor hem/haar geschikte kleur. Dit zorgt ervoor dat je kind plezier houdt in tennis en de mogelijkheid krijgt om zijn/haar vaardigheden optimaal te ontwikkelen. De trainer geeft advies in welke kleur jouw kind het beste kan spelen.
- Zorg ervoor dat je kind over het juiste formaat racket beschikt en de juiste ballen gebruikt.
- Het is goed om als ouder bekend te zijn met de tennistelling en de regels. Op die manier kan je jouw kind helpen bij de wedstrijdjjes.



Stimuleren

- Af en toe met je kind tennissen is niet alleen erg leuk, maar ook goed voor de ontwikkeling van zijn of haar 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. Er zijn mini-netjes te koop die makkelijk op een pleintje gebruikt kunnen worden.
- Stimuleer deelname aan clubactiviteiten. Tijdens deze activiteiten heerst vaak een leuke, ontspannen sfeer waarin jouw kind vriendjes of vriendinnetjes kan maken. Het sociale aspect is erg belangrijk in deze leeftijdsfase.



- Natuurlijk vinden kinderen het fantastisch als hun ouders interesse tonen in hun prestaties. Teveel aandacht op het prestatieve is alleen niet de bedoeling. Vraag bijvoorbeeld ook eens hoe je 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. Respect voor de tegenstander hoort bij de sport.

Evenementen, webshop en winacties

Evenementen

De KNLTB organiseert elk jaar leuke evenementen voor kinderen, die helemaal in het teken staan van tennis, fun en entertainment. Meer informatie hierover vind je op www.tenniskids.nl.



Meer over Tenniskids

Wil je meer informatie over Tenniskids kijk dan ook eens op onze website www.tenniskids.nl. Ook kun je onze Facebookpagina www.facebook.com/TenniskidsNL volgen voor leuke winacties en het laatste nieuws rondom Tenniskids.

Tenniskids webshop

Gelukkig heeft jouw kind niet veel nodig om de baan op te kunnen. Maar ben je op zoek naar een racket, schoenen, kleding of andere tennismaterialen dan kun je terecht bij onze partner TennisDirect. Deze online tenniswebshop verkoopt alle materialen voor Tenniskids.



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. Je kind heeft redelijk snel een racket nodig. Speciale kleding is verder niet nodig, behalve sportschoenen.

Krijgt mijn kind les van professionele trainers?

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

Wat zijn de leskosten?

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



Tenniskids is een programma van de KNLTB®

tenniskids.nl