

+ Ehrenamt stärken +

+ Jugendarbeit stärken +

+ Schultennis stärken +

Ausgabe 02/2003



**Schultennis –
Auf neuen Wegen in die
Zukunft**

**„Ein ideales Betätigungs-
feld für engagierte
Vereinsangehörige und
Lehrer.“**



Themen in dieser Ausgabe:

- Spiel- und Bewegungsschule - Irrweg oder Königsweg der sportlichen Jüngstenarbeit
- Auf neuen Wegen in die Zukunft
- Vielseitige sportliche Ausbildung

[Impressum]

Redaktion:
Oliver Engst,
Reimar Bezenberger
Fotos:
Oliver Engst
Reimar Bezenberger

SPIEL- UND BEWEGUNGSSCHULE IRRWEG ODER KÖNIGSWEG DER SPORTLICHEN JÜNGSTENARBEIT

Neuere sportwissenschaftliche Untersuchungen der Universität Bielefeld bei Grundschulkindern haben ergeben, dass innerhalb dieser Altersgruppe enorme motorische Defizite bestehen.

Die Tatsachen liegen auf der Hand:

- 25 bis 30 Prozent aller Schulkinder haben Haltungsschwächen
- 25 bis 30 Prozent haben Übergewicht
- 20 bis 30 Prozent haben Herz-/Kreislaufschwächen
- 30 bis 40 Prozent haben Koordinationschwächen

Diese erkennbaren Bewegungsdefizite bei Kindern führen sehr häufig dazu, dass diese in ihrem späteren Leben kaum oder gar keiner sportlichen Betätigung nachgehen. Um diesen erschreckenden Tatsachen entgegen zu wirken, bedarf es unter anderem eines Aufbrechens der Monotonie im Schulalltag. Die Sportart Tennis hat in dieser Situation die einmalige Möglichkeit sich durch



Koordinationsschulung kann nicht früh genug beginnen -
Es gibt kein Zuviel nur zu Wenig

gezielte Kooperationsmaßnahmen Schule-Verein einer großen Anzahl an Kindern zu nähern und dadurch die Sportart Tennis bekannter zu machen sowie einen Beitrag dazu zu leisten, dass Kinder mit Spaß und Freude Sport betreiben. Des weiteren können Kinder

auf diese Art und Weise den Vereinen zugeführt und somit als Mitglied gewonnen werden.

Weshalb sollte der Koordination ein hoher Stellenwert eingeräumt werden ?

- „Frühzeitige, sportartspezifische Arbeit sind unbedingt zu unterlassen oder mit vielseitiger Trainingsbegleitung zu unterstützen.“ (Dr. Gudrun Fröhner – Leipzig)
- „Breites Trainingsspektrum, das neben Fähigkeiten und Fertigkeiten Spaß vermittelt.“ (Prof. Andreas Hohmann – Potsdam)
- „Vielseitig, variabel und ungewohnte Übungen sind der beste Trainingsansatz. Es gibt kein Zuviel, nur ein Zuwenig.“ (Prof. Andreas Hohmann – Potsdam)
- „Je besser die Qualität der Koordination ist, desto geradliniger, müheloser, und präziser wird das vorgegebene Bewegungsziel erreicht.“ (Prof. Dr. Roland Singer – Darmstadt)
- „Auf der Basis einer gut ausgeprägten Koordination sind nicht nur schnelle und größere Leistungszuwächse zu erzielen, sondern es können neue Techniken besser erworben werden.“ (Prof. Dr. Roland Singer – Darmstadt)

AUF NEUEN WEGEN IN DIE ZUKUNFT

Unter dem Motto „**Auf neuen Wegen in die Zukunft**“ können die folgenden Zielsetzungen erreicht werden:

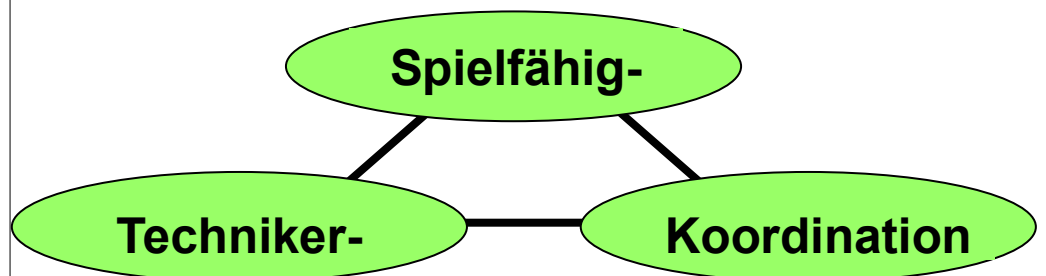
- Ergänzung des Sportunterrichts in den Schulen durch die Sportart Tennis
- Abbau von Bewegungsdefiziten bei Kindern - Elementare Grundvoraussetzung für die bewegungskomplizierte Sportart Tennis ist die Koordinationsfähigkeit.
- Engagierte Trainer und Sportlehrer sollen auf der Basis hoher Fachkompetenz Kooperationsmaßnahmen Planen, Organisieren und Durchführen können.



Entdecken einer Bewegungslandschaft

- Schulung des sozialen Verhaltens der Kinder - die Vereine und deren Trainer müssen sich darüber im Klaren sein, dass dieser Aspekt eine wichtige Rolle in unserer Gesellschaft spielt und die Vereine einen Beitrag leisten können – ja müssen!
- Aufbau einer breiten Sichtungsplattform – nur aus einer gesunden Basis kann sich eine besonders leistungsfähige Spitze herauschälen.

VIELSEITIGE TENNISAUSBILDUNG



Das nachfolgende Modell soll die Schwerpunktaspekte einer gezielten Kooperationsmaßnahme Schullehrer darstellen. Der direkte Zusammenhang von Spielfähigkeit – Technik – Koordination führt dazu, dass eine ganzheitliche motorische Grundausbildung bei Kindern gefördert wird. Dies ist für die spätere sportliche Weiterentwicklung von größter Bedeutung.



Frühzeitige und vielfältige sportliche Ausbildung mit unterschiedlichen Bällen und Materialien

„VIELSEITIG, VARIABEL UND UNGEWOHNTEN ÜBUNGEN SIND DER BESTE TRAININGSANSATZ“

Was hält nun viele Lehrer davon ab, Tennis in ihren Fächerkanon aufzunehmen ?

- Die Auffassung Tennis könne nur auf einem Tennisplatz vermittelt werden, und dann könnten nur maximal 4 (5) Schüler gleichzeitig beschäftigt werden.
- Die Angst, durch die hart geschlagenen Bälle und durch die Schlaggeräte könnte das Verletzungsrisiko im Schulsport signifikant ansteigen.
- Die Fehlmeinung, dass nur perfekte Tennisspieler den Kindern die ersten Schritte im Tennissport beibringen könnten.
- Fehlendes Tennismaterial in den Schulsporthallen.

Folgende Ziele werden durch die sinnvolle Integration des Tennissports in den Schulsport erreicht:

- durch einfache Ballgewöhnungsübungen wird das Ballgefühl nachhaltig verbessert
- die Bewegungserfahrungen erweitern sich über die Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten
- beim partnerschaftlichen Lernen von neuen Bewegungsmustern werden Spielfreude und Erfolgserlebnisse vermittelt
- durch Erfolgserlebnisse im Sport kann das



Koordinationsschulung mit und ohne Tennisschläger

Selbstwertgefühl der Kinder gesteigert und die Lernfähigkeit verbessert werden

- wer Sport treibt kann auch mit Aggressionen besser umgehen, ist selbstsicherer und lernt Teamgeist und Fairness
- durch den kontrollierten und aufgabenbezogenen Umgang mit Ball und Schläger werden die Tennisgrundschnitte vorbereitet

Didaktische Überlegungen zur spielerischen Einführung des Tennissports

- Es kann freudbetont (als Spiel miteinander) oder wett-kampf- und leistungsorientiert (als Spiel gegeneinander) gespielt wer-

den. Dabei muss für alle Pädagogen gelten: der Schwächere muss das Maß sein. An ihm muss das Konzept ausgerichtet werden.

- In allen Jahrgangsstufen ist ein kooperativer Unterricht möglich - auch später sind Alter und Geschlecht keine einschränkenden Faktoren, um gemeinschaftlich das Tennisspiel zu betreiben.
- Schulung von Konzentrationsfähigkeit, Ballberechnung, räumliche Orientierungsfähigkeit, Rhythmisierungsfähigkeit und Beinarbeit mit Gewichtsverlagerung = leistungsbestimmende Faktoren des Tennisspiels
- Die Möglichkeit, je nach Lernfortschritt differenzierte Anfor-

derungen zu stellen, ohne den organisatorischen, äußeren Rahmen wesentlich zu verändern.

- Durch den Einsatz unterschiedlicher Bälle (Tennis-, Soft-, Easy-, Wasserball, etc.) und verschiedener Schläger (Hand, Tamborin, Holzbrett, Plastikschläger, Kindertennisschläger, etc.) hilft dieses nicht nur bei einem schnellen Lernfortschritt, sondern auch um die koordinativen Fähigkeiten zu verbessern.

„Der Mensch ist nur da Mensch ganz Mensch, wo er spielt und er spielt nur da wo er ganz Mensch ist“

Karl Friedrich Schiller

Unser Ziel

„Möglichst viele Menschen zum Spielen zu bringen !!!“



KREATIVE KOORDINATION (KREKO)

Koordinationsübungen können und sollen mit Spaß vermittelt werden !

Die „Kreative Koordinationsarbeit“ (KreKo) setzt sich aus verschiedenen Elementen und Prinzipien der Bewegungsentwicklung des Menschen zusammen. Die „KreKo“ ist eine fundamentale Grundlage für die Koordinationsübungen und die Vermittlung der Tennistechnik und des Tennisspiels.

Die Bewegungskoordination, der Gleichgewichtssinn, die Konzentrationsfähigkeit, das Selbstbewusstsein und der Mut, Widerstände und Schwierigkeiten selbständig zu überwinden (beim Klettern und Balancieren), die soziale Kompetenz sind unter anderem Kriterien, die im Tennisspiel eine bedeutende Rolle spielen. Immer wieder wird von Reportern großer Tennisturniere berichtet, dass Spieler „ihren inneren Rhythmus verlieren“ und die Fehlerquote dadurch steigt. Manche Tennisspieler sind dann in der Lage, über eine bewusst gesteigerte Risikobereitschaft – man kann es auch Bereitschaft zum Falschmachen nennen – wieder zu einer inneren Stabilität zu finden und die Fehlerquote wieder zu reduzieren. Es heißt dann, er hat zum Spiel zurückgefunden. Der hier vorgestellte Arbeitsansatz kann nicht nur jungen Tennisspielern helfen, eine innerlich ganzheitliche Stabilität aufzubauen, die helfen kann, Stresssituationen zweckmäßiger bestehen zu lassen.

Es handelt sich hier um eine Arbeit, die die Sportpädagogin *Elfriede Hengstenberg* entwickelt hat und die in ihrem Buch „Entfaltungen“ dokumentiert ist.

Das Material der kreativen Koordination

Es sind einfache Geräte, die man zum Teil als Haushaltsgeräte benutzt, wie z.B. Leitern – also keine Turngeräte. Sie sollen die Kinder zum Kriechen, Krabbeln, Klettern und Balancieren verlocken, sich mit der Schwerkraft und dem Gleichgewicht auseinander zu setzen. Die Materialien können von dem Trainer vorgegeben werden, indem sie vorher aufgebaut oder im Raum platziert sind. Sie können gemeinsam mit den Kindern aufgebaut und verändert oder später allein von den Kindern ausgewählt und ausprobiert werden.

Stangen, Leitern, Bretter ... beantworten das Bewegungsverhalten der Kinder in hohem Maße von selbst. Es ist eine wackelige, sensible und lebendige Angelegenheit, wenn sich Kinder durch und mit den Materialien bewegen. Sie müssen sich mit all ihren Sinnen auf die „Lebendigkeit“ der Bewegungslandschaft einstellen – auch in seinem Zeitmaß und seiner Dynamik. Dadurch finden sie ihr inneres und äußeres Gleichgewicht. Die Kinder erleben sich

in ihrer ganzen Körperlichkeit. Indem sie sich barfuss bewegen, begreifen sie über ihre Fußsohlen die unterschiedlichen Oberflächen und entdecken die Lebendigkeit ihrer Zehen, mit denen sie für einen sicheren Halt sorgen.

Themenschwerpunkte des Kooperationsmodells Schule - Verein

- Kreative Koordination (Kreko)
- Koordinationsübungen mit verschiedenen Bällen sowie mit und ohne dem Tennisschläger
- Vermittlung der Tennistechnik und des Tennisspiels

Diese Dreiteilung kann im Schulunterricht ohne Einschränkung übernommen werden, wenn man sie in Form eines Stationsbetriebes organisiert.

Vorteile des Stationsbetriebs :

- kreativ
- Abwechslungsreich
- individuell
- Minimierung des Verletzungsrisikos
- Beschäftigung **aller** Kinder