

Promo Rückschlagspiele

2 Einheiten zu 90 Minuten mit je maximal 70 Kindern

6 Übungsfelder auf denen jeweils je maximal 12 Spieler während 12 bis 14 Minuten trainieren.

Jede Einheit beginnt mit einer kurzen Übungsphase 2 bis 4 Minuten und schließt mit einem Spiel von 10 Minuten ab.

1. Hallendrittel

1) **GIANT-Tischtennis**

Material: 1 Tischtennis- oder Familytennis- Schläger pro Schüler und langsame Softbälle

4 TT-Tische (oder andere Tische/Podeste) aneinanderfügen und mit einem 1,20m hohem Netz in der Mitte teilen

Übungen:

Bälle von unten so über das Netz spielen, dass sie den Tisch auf der gegenüberliegenden Seite berühren –anschließend im Uhrzeigersinn auf die andere Seite laufen

Spiel: TT vereinfacht

Aufschlag von unten gleich übers Netz

Ball darf den Tisch auch 2X berühren

2 Spieler auf jeder Seite

Ziel: Welche Mannschaft schafft die meisten gültigen Ballwechsel?

Bemerkung: für dieses Spiel müssen die Kinder das Handhaben vom Familytennis etwas beherrschen;

Zur Vereinfachung soll man einfach ohne Netz mit 1-2 Tischkontakten passen

2) **Wallball (Squash)**

Material: Family-Tennisschläger und-bälle

An die Wand auf einer Höhe von 1,50 m mit Tape eine Linie abkleben

Übungen:

Ball mit dem Schläger dribbeln-jonglieren-Wechsel Vorhand/Rückhand

Spiel:

2 Mannschaften stehen 4 bis 5 m vor der Wand (Abstand mit Tape kennzeichnen) in einer Reihe hintereinander, der 1.Spieler schlägt den Ball über die Linie an der Wand und stellt sich hinten an; bei Ballverlust wird der Ball erneut auf der Linie angespielt

Ziel: Welche Mannschaft schafft zuerst 20 gültige Wandspiele?

2. Hallendrittel

3) und 4) Badminton: Seite freihalten resp. Zielball

Material: Badmintonschläger und Federbälle/Luftballons

Feld: das ganze Hallendrittel mittels Netze/Zauberschnur in 1,50m Höhe in 2 Hälften aufteilen

Übungen:

Ball mit dem Schläger jonglieren-Wechsel Vorhand/Rückhand
Von einer Seite zur anderen wechseln, indem der Ball von unten in der Luft jongliert wird, die Zauberschnur unterqueren

Spiele:

3)Seite freihalten: 6 Spieler pro Feldseite mit einem Federball/Luftballon pro Spieler versuchen (eventuell durch Aufschlag von unten) ihre Seite freizuhalten

4 Zielball: 6 Spieler pro Mannschaft versuchen über das Netz verschiedene Punktezonen (Matten/Reifen oder Ähnliches) mit ihren Federbällen (2 verschiedene Farben) anzuspielen

3. Hallendrittel

5) Schlagball: Mini-Match:

Ball über die Schnur/Netz

Auf jeder Seite 2 bis 3 Spieler ;

der Ball wird gefangen, er darf 1 bis 2 mal gepasst werden, muss aber mit der flachen

Hand von unten über das Netz gespielt werden

Fehler: Ball berührt den Boden/das Netz; der Ball wird über das Netz geworfen;

mehr als zwei Zuspiele

bei einem Fehler: Punkt und Anspiel für den Gegner

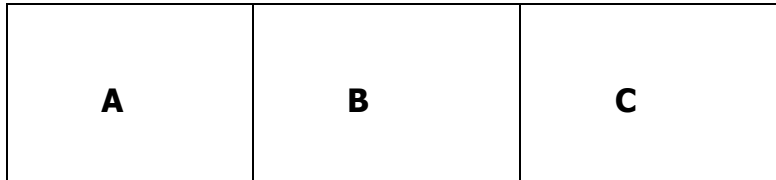
6) Drei-Felder Indiacaca oder Volleyball

3 Felder durch je 2 Netze abtrennen

3 Mannschaften mit jeweils 3 bis 4 Spielern;

Anspiel von unten; Schmetterverbot ; maximal 2 Zuspiele ;

Indiacaca oder Volleyball auf dem Boden= 1 Minuspunkt



Wenn eine Mannschaft 10 Minuspunkte hat, wechselt A nach B, B nach C und C nach A

Je nach Können muss der Indiacaca oder Volleyball auch gefangen werden dürfen