

SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Rückschlagspiele: Spielerische Hinführung zum Tennis

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de



II.B.16

Rückschlagspiele

**Absichtliches Handspiel von Zverev & Coi –
Spielerische Hinführung zum Tennis**

Tobias Schwarzmaier



Spiele lernt man nur durch Spielen. Und die Fähigkeiten und Fertigkeiten werden bei der Heranführung an das Basisspiel von Anfang an erlangbar gemacht. In der Unterrichtsstunde wird nach der allgemeinen Methode mit dem Trainer „aus Erfahrungen der Schüler“, von bekannten wie Unbekannten und „von Algorithmen zum Spielern“ vorgegangen. Die Lernenden sollen vor allem die Augen-Hand-Koordination sowie den Umgang mit dem bzw. verschiedenen Schlägern.

KOMPETENZPROFIL

Klassenstufe: 7-10, Anfänger
 Dauer: 4 Doppelstunden
Kompetenzen: Spiel- und Motivationsfähigkeit entwickeln, den Schläger tauf
punkt-orientieren und zielgerichtet spielen, kooperieren, verb
kämpfen und sich verteidigen
Thematische Bereiche: Spielregeln, Basistechniken, Tennis
 Medien: Übung- und Spielfeldkarten

II.B.16

Rückschlagspiele

Absichtliches Handspiel von Zverev & Co! – Spielerische Hinführung zum Tennis

Tobias Schwarzwälder



© RAABE 2021

© g'itaxialE+

Spielen lernt man nur durch Spielen. Und die Schülerinnen und Schüler sollen bei der Heranführung an das Tennisspiel von Anfang an Erfolgserlebnisse haben. In der Unterrichtseinheit wird nach der spielgemäßen Methode mit ihren Prinzipien „vom Einfachen zum Schweren“, „vom Bekannten zum Unbekannten“ und „vom Allgemeinen zum Speziellen“ vorgegangen. Die Lernenden schulen vor allem die Auge-Hand-Koordination sowie den Umgang mit dem bzw. verschiedenen Schlägern.

KOMPETENZPROFIL

Klassenstufe:	7–10, Anfänger
Dauer:	4 Doppelstunden
Kompetenzen:	Spiel- und Wahrnehmungsfähigkeit verbessern; den idealen Treffpunkt reflektieren und zielgerichtet spielen; kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen
Thematische Bereiche:	Spielfähigkeit, Rückschlagspiele, Tennis
Medien:	Übungs- und Stationskarten

Allgemeine Hinweise

Historischer Überblick

Die ersten tennisähnlichen Spielformen kann man bereits im antiken Griechenland finden, wobei der Ursprung des uns bekannten Tennisspiels höchstwahrscheinlich in Frankreich im 13. Jahrhundert anzusiedeln ist. Es spielten Mönche in Klosterhöfen mit Kork- oder Lederbällen, allerdings noch ohne Schläger, sondern mit der Handinnenfläche. Erst im 15. Jahrhundert wurde das Rückschlagspiel auch mit einem Hilfsmittel, dem bespannten Tennisschläger, von Adligen in sogenannten „Ballhäusern“ mit Geld- und Wetteinsätzen gespielt. Aufgrund dieser Geldeinsätze der damaligen Währung (1 Großdenier = 15 Denier) ist wahrscheinlich die heutige Zählweise (15 – 30 – 40 – Spiel) etabliert worden: Für jeden Spielpunkt wurden 15, 30, 45 (später sprachliche Vereinfachung auf 40) oder 60 Denier (= Spiel) eingesetzt.

Bis zum 17. Jahrhundert erhielten diese Ballhaus-Turniere in Europa immer mehr Zuspruch und wurden unter dem Namen „Tennis“ (französisch „tenez“ = „Nehmt/Haltet den Ball.“) bekannt. Wegen Wettbetrügereien Ende des 17. Jahrhunderts erhielt der rasante Aufstieg des Tennissports in der Gesellschaft einen Dämpfer und der „weiße Sport“ wurde wieder vorrangig in Adelskreisen gespielt. Ende des 18. Jahrhunderts erhielt der Tennissport erneut Einzug in die breite Gesellschaftsschicht. Seit Boris Becker 1985 seinen ersten Wimbledon Sieg im Alter von 17 Jahren erlangen und Steffi Graf 1988 den „Golden Slam“ gewinnen konnte, ist Tennis aus Deutschland nicht mehr wegzudenken.

Didaktisch-methodische Hinweise

Tennis ist eine sehr komplexe Sportart, da die Fluggeschwindigkeit, die Flugkurve sowie der richtige Treffpunkt des Balls richtig eingeschätzt werden müssen. Zudem muss die eigene Position (Abstand zum Ball) sowie die Ausholbewegung beim Schlagen berücksichtigt werden. Das Zusammenspiel von Koordination und Wahrnehmung, was zu unterschiedlichen Anforderungsbereichen führt, wird methodisch durch verschiedene Spiel- und Übungsformen vermittelt. Anfangs wird die Hand als Schlag- oder Fanggerät verwendet und erst im zweiten Schritt kommt ein Schläger zum Einsatz (GOBA- oder Paddleball-Schläger, Speckbrett, Softball- oder Tennisschläger u. a.), da die Auge-Hand-Koordination (Schläger als Verlängerung der Hand) die größte Schwierigkeit beim Erlernen des Tennisspiels darstellt. Dies benötigt viel Übungs- bzw. Spielzeit. Fast parallel dazu läuft der Lernprozess des Zusammenspiels (mit Partner) ab, was bei den Schülerinnen und Schülern dazu führen soll, zielgerichtet zu spielen.

Um die Spielfähigkeit (Anwenden von taktischen Fähigkeiten und technisch-taktischen Fertigkeiten in komplexen Spielhandlungen) beim Tennis zu erlangen, ist es entscheidend, die Spiel- und Übungsformen dahingehend aufeinander abzustimmen, dass sowohl miteinander (kooperatives Spiel) als auch gegeneinander (Wettkampfspiel) gespielt werden kann. Primär steht die individuelle Spielhandlung im Fokus, explizite Technik- und Taktikschulungen dienen lediglich als Hilfe bei der Ausgestaltung des Spiels. Die spielerischen Übungsformen sollten prinzipiell als freudvolles Zusammenspiel zwischen den Lernenden betrachtet werden (hedonistisches Prinzip) und kreative Lösungen ermöglichen, denn diese fördern wiederum die individuelle Spielfähigkeit.

Eine verbesserte Spielfähigkeit wird durch eine verbesserte Schlagsicherheit erzielt, weshalb die Schlaggenauigkeit (z. B. unter Präzisionsdruck) eine entscheidende Rolle einnimmt. Dies kann durch verschiedene Spiel- und Übungsformen, die als Ziel haben, den Ball möglichst lange im Spiel zu halten (z. B. unter Zeitdruck) oder eine hohe Trefferquote in kurzer Zeit zu erreichen, ermöglicht werden.

Die Lehrkraft sollte daher immer großen Wert auf eine hohe „Schlagzahl pro Unterrichtsstunde“ legen und die Schülerinnen und Schüler durch exploratives Lernen die Basis selbst schaffen lassen, vielfältige Erfahrungen mit unterschiedlichen Schlaggeräten zu sammeln. Die Hauptaufgabe der Lehrkraft besteht im Kreieren von Spielsituationen (kognitiv-motorische Aktivierung), welche die Lernenden koordinativ und technisch weder über- noch unterfordern, und gleichzeitig ein exploratives Lernen zulässt (Zugang zu unterschiedlichen Lösungen).

Zur Durchführung der Unterrichtseinheit ist es – wie oben bereits erläutert – unerlässlich, die methodischen Lernwege an das Spielniveau der Schülerinnen und Schüler anzupassen, damit diese Spaß und Motivation im und am Spiel erleben. Somit soll durch die spielgemäße Methode (ganzheitliches Vorgehen) von Anfang an ein gemeinsamer Ballwechsel ermöglicht werden, bei dem auch gruppenspezifische Prozesse und ein angemessenes Sozialverhalten der Lernenden (Stichwort „Inhibition“) geschult werden.

Der Stundenaufbau und -ablauf

Der Stundenaufbau erfolgt nach vorliegendem Schema (Zeitangaben sind Richtwerte):

Einstieg/Erwärmung:

- Vielseitige Bewegungsschulung parallel auf zwei Spielfeldern (ca. 10 Minuten).
- Vielseitige Aufgaben/Spiele mit Spielgeräten/verschiedenen Schlägern (ca. 15 Minuten).

Hauptteil: Altersgerechte Spiel- und Übungsformen (ca. 30 Minuten).

Abschluss: Abschlussspiele, die neu Erlerntes fordern/fördern (ca. 20 Minuten).

Relevant ist außerdem die vorausschauende Organisation im Hinblick auf ...

... die Nutzung der zur Verfügung stehenden Sporthallenfläche.

... die Nutzung der vorhandenen Materialien (Bänke, Kästen usw.).

... die Anzahl der Schlaggeräte, Bälle und entsprechende Trefferflächen.

... Variationen der Schlag- und Fanggeräte (z. B. GOBA- oder Paddleball-Schläger, Scoop-Schläger, Speckbrett u. v. m.).

... situative Regelanpassungen, um ein (Miteinander-)Spielen zu ermöglichen (z. B. der Ball darf zweimal aufspringen oder berührt werden).

Weiterführende Literatur

- **Horsch, R.; Bezenberger, R. und Müller, M.:** *Doppelstunde Tennis und Tischtennis. Unterrichtseinheiten und Stundenbeispiele für Schule und Verein. In: König, S. (Hg.): Reihe Doppelstunde Sport, Band 13. Hofmann-Verlag, Schorndorf 2016.*

Hier finden Sie eine umfassende Ausarbeitung zu verschiedensten Aspekten der Rückschlagsspiele Tischtennis und Tennis.

- **Roth, K.; Kröger, C. und Memmert, D.:** *Ballschule Rückschlagsspiele. In: Haag, H.; Kröger, C. und Roth, C. (Hg.): PRAXISideen. Schriftenreihe für Bewegung, Spiel und Sport, Band 7, 2. unveränderte Auflage. Hofmann-Verlag, Schorndorf 2007.*

In diesem Band werden in fünf Kapiteln gegliedert die passenden Spiele- und Übungssammlungen für ein spielerisch-implizites Lernen aufgeführt und erläutert.

Auf einen Blick

1. Doppelstunde

Thema: Die Hand als Schlag- und Fanggerät – erste Spielerfahrungen

M 1 **Spiel mit der Faust**

M 2 **Handtennis**

Benötigt: 2–4 Parteibänder; 2 Reifen und 1 Pylone pro Person; 1 Ball, 1 (Zauber-)Schnur/Bauband, 2 Hochsprungständer, 1 Soft-/Volleyball, ggf. verschiedene Schläger und Gymnastikbälle und 2 Hochsprungständer pro Paar

2. Doppelstunde

Thema: Das handnahe Spiel mit GOBA- oder Paddleball-Schlägern

M 3 **Banktennis**

M 4 **Scoop-Ball**

Benötigt 1 GOBA- oder Paddleball-Schläger, 1 Scoop-Ball und 1 Scoop pro Person (alternativ: Waschmittelflaschen-Catcher, Pylonen, Tennisballdosen); 1 Reifen, 1 Langbank, 1 Ball und 2 kleine Kästen pro Paar

3. Doppelstunde

Thema: Mit Speckbrett oder Paddleball-Schläger die Rückhand erlernen

M 5 **Rückhand mit Speckbrett und Luftballon**

M 6 **Rückhand-Duo-Spiel**

Benötigt 1–3 Wäscheklammern, 1 Speckbrett/Paddleball- oder GOBA-Schläger und 1 Luftballon pro Person; 1 (Zauber-)Schnur/Bauband, 2 Hochsprungständer und verschiedene Bälle pro Paar

4. Doppelstunde

Thema: Volley spielen

M 7 **Spiel durch den Reifen**

M 8 **Volleyschlacht**

Benötigt 1–3 Softbälle/ggf. Schaumstoffwürfel; 1 Schläger pro Person; 1 (Zauber-)Schnur/Bauband, 1 Reifen/2 Halbkugeln, 2 Hochsprungständer und verschiedene Bälle pro Paar; ggf. Kreppband

Stundenverläufe

Hinweis: Im Folgenden wird „Schülerinnen und Schüler“ mit SuS abgekürzt.

Doppelstunde 1: Die Hand als Schlag- und Fanggerät – erste Spielerfahrungen

Aufwärmen

Reifen am Leben erhalten (Feld 1)

Die SuS verteilen sich mit Abstand zueinander auf dem Spielfeld. Jeder hat zwei Reifen, die er aufrecht neben sich hält. Auf ein Kommando müssen die SuS ihre Reifen andrehen und loslassen. Gemeinsames Ziel ist es, die Reifen „am Leben zu erhalten“, indem die SuS von Reifen zu Reifen laufen und ihnen immer wieder kurze Drehimpulse geben.

Regeln:

- Die Reifen dürfen nicht festgehalten werden, es ist immer nur ein kurzer Touch erlaubt.
- Ein Reifen darf nicht zweimal in Folge berührt werden.
- Liegt ein Reifen auf dem Boden, ist dieser aus dem Spiel.
- Das Spiel ist beendet, wenn 5/6/7 Reifen auf dem Boden liegen (zuvor festlegen).

Pylonenspiel (Feld 2)

Die SuS verteilen sich auf dem Spielfeld. Zwei bis vier SuS (die „Pylonis“) sind mit Parteibändern gekennzeichnet, die anderen haben eine Hand an je einer Pylone, die vor ihnen steht. Auf ein Kommando kippen die SuS ihre Pylone zur Seite. Die „Pylonis“ müssen die umgelegten Pylonen wieder aufstellen. Ziel der Gruppe ist es, alle Pylonen umzukippen.

Regeln:

- Eine Pylone darf nicht zweimal in Folge umgekippt werden.
- Die SuS dürfen nicht die ganze Zeit als „Wächter“ neben derselben Pylone stehen.
- Die Pylonen dürfen nur mit der Hand zur Seite umgelegt werden – kein Umwerfen, Umstoßen oder Kicken mit dem Fuß!

Fitnesstraining

Jede Übung wird 30 Sekunden lang ausgeübt mit jeweils 10 Sekunden Pause dazwischen. (Da zwei Serien vorgesehen sind, ergibt sich somit eine Serienpause von 60 Sekunden.)

Übung 1: Jumping-Jacks (Hampelmänner)

Übung 2: Squats (Kniebeugen): Schulterbreiter Stand, Knie zeigen leicht nach außen, beim Absenken bleibt der Rücken gerade, der Kopf sollte nicht über die Knie zeigen, Po und Waden bilden einen Winkel von ca. 90 Grad.

Übung 3: Lunges-Walk (Ausfallschritte): Schulterbreiter Stand, Füße werden auf zwei imaginäre parallele Linien gesetzt, das abgesenkte Knie soll nicht den Boden berühren, der Oberkörper bleibt aufrecht. (Die Hände können zur Hilfe an die Hüfte gelegt werden.)

Übung 4: Kangaroos (Kängurusprünge): Schulterbreiter Stand, Sprung nach oben und die Knie anziehen (zeigen nach außen), die Handinnenflächen berühren die Knie.

Reifenspiel 1 mit 1

Die SuS gehen zu zweit zusammen. Jedes Paar erhält einen Reifen und einen Ball. Der Ball muss mit der Hand (je ein Kontakt) in den Reifen geschlagen werden. Es gibt eine „Außenzone/-linie“, die nach jedem Schlag kurz betreten werden muss, um danach den Ball wieder zu spielen.

Hinweis: Durch das Hin- und Herlaufen zur Linie wird die Beinarbeit parallel geschult.

Variationen:

- Sollte kein Ballwechsel zustande kommen, darf der Ball zunächst gefangen werden, um ihn anschließend in den Reifen zu schlagen.
- Es können verschiedene Schläger zum Schlagen des Balls verwendet werden.

Hauptteil**Spiel mit der Faust 1 mit 1 oder 2 mit 2 (M 1)**

Die Schnur/das Netz sollte auf ca. 1 Meter Höhe eingestellt sein und die Größe der Spielfelder der Schüleranzahl entsprechend eingerichtet werden. Der Ball muss mit der Faust (immer nur ein Ballkontakt) geschlagen werden.

Hinweis: Statt Soft- oder Volleybälle können auch Gymnastikbälle benutzt werden.

Handtennis 1 mit 1 oder 2 mit 2 (M 2)

Das Netz sollte auf ca. 1–1,5 Meter Höhe eingestellt sein und die Größe der Spielfelder der Schüleranzahl angepasst sein. Der Ball muss mit der flachen Hand direkt über das Netz gespielt werden.

Ausklang**Reifenlegen 2 : 2**

Die SuS bilden 2er-Teams. Je zwei Teams spielen auf einem Feld. Partner A ist der Ballspieler, Partner B der „Reifenleger“. Das Netz sollte auf ca. 2–2,5 Meter Höhe eingestellt sein. Je höher das Netz, desto mehr Zeit hat der „Reifenleger“.

Die Angabe erfolgt hinter der Grundlinie und ist entweder durch Anwerfen (für leistungsschwächere SuS) oder von unten erlaubt. Der Ball darf auch weiterhin nur von unten nach oben geschlagen werden. Der „Reifenleger“ im gegnerischen Feld muss die Flugkurve des Balls berechnen und den Reifen dort auf den Boden legen, wo er den Aufprall vermutet (nur legen, nicht werfen!). Der Mitspieler schlägt den Ball nach Bodenkontakt im Reifen zurück über das Netz. Landet der Ball entweder nicht im Reifen oder außerhalb des gegnerischen Felds, bekommt das gegnerische Team einen Punkt. Gespielt wird bis 21 Punkte.

Doppelstunde 2: Das handnahe Spiel mit GOBA- oder Paddleball-Schlägern**Aufwärmen****Scoop-Parteiball (Feld 1)**

Die SuS erhalten je einen Scoop-Ball und einen Scoop. Der Scoop-Ball darf nur mit dem Scoop gefangen und mit der anderen Hand geworfen werden. Ziel des Spiels ist es, den Ball in der eigenen Mannschaft mindestens 10-mal (ohne Bodenkontakt) zu passen. Schafft dies eine Mannschaft, muss die andere 5 Burpees machen.

Hinweis: Sollten keine Scoop-Sets vorhanden sein, können auch Catcher aus aufgeschnittenen Waschmittelflaschen oder Pylonen verwendet werden.

Variationen:

- Rückpässe sind nicht erlaubt.
- Berührt der Gegner den Ball, fängt das Spiel bei 0 an.
- Die SuS haben Zahlen (von 1 bis x) und müssen die Reihenfolge beim Passen einhalten.

Obst-Gemüse-Spiel (Feld 2)

Es werden unterschiedlich farbige Reifen großzügig im Spielfeld ausgelegt. Jeder Reifenfarbe wird eine Obst- bzw. Gemüsesorte zugewiesen (z. B. Rot = Himbeere bzw. Radieschen). Die SuS erhalten die Aufgabe, sich mit unterschiedlichen Laufstilen (Hopser-, Rückwärtslauf usw.) im Feld zu bewegen. Auf

ein Kommando (z. B. „Radieschen“ oder Aufzeigen einer roten Karte) müssen sich die SuS möglichst schnell in den passenden Reifen stellen. Wer zuletzt in einem Reifen steht, muss 5 Kängurus machen.

Variationen:

- Die SuS bilden Paare und müssen die Aufgaben mit Handfassung ausführen.
- Bevor die SuS zum passenden Reifen rennen, müssen sie eine Wand/einen Gegenstand berühren oder eine Zusatzübung (z. B. sich kurz auf den Bauch legen o. Ä.) ausführen.

GOBA-Paddleball-10er-Ball

Die SuS erhalten je einen GOBA- oder Paddleball-Schläger sowie einen Ball und führen folgende Übungen aus:

Übung 1: Den Ball 10-mal auf dem Schläger dopsen, ohne dass er Bodenkontakt hat; danach Handwechsel. (Variation: Der Ball muss 1–2 Meter in der Luft sein, das Handgelenk muss nach jedem Dopser eingedreht werden, so dass abwechselnd mit beiden Schlägerflächen gespielt wird.)

Übung 2: Den Ball 10-mal hochschlagen, sich hinsetzen und wieder aufstehen. Der Ball darf einmal den Boden berühren; danach Handwechsel. (Variation: Der Ball muss im Sitzen geschlagen werden.)

Übung 3: Den Ball 10-mal gegen eine Wand spielen, sich nach jedem Schlag einmal um die eigene Achse drehen.

Übung 4: Den Ball 10-mal gegen eine Wand spielen, nach jedem Schlag den Boden kurz mit dem Po berühren. (Variation: Der Ball darf einmal aufspringen.)

Übung 5: Den Ball 10-mal mit einem Partner durch einen Reifen hin und her spielen. (Variationen: Nach jedem Schlag die Hand wechseln, den Abstand zum Reifen verändern.)

Hauptteil

Banktennis 1 mit 1 (M 3)

Die Enden einer Langbank werden auf je einem kleinen Kasten abgelegt. (Die Kästen können entweder horizontal = niedrige Netzhöhe oder vertikal = höhere Netzhöhe aufgestellt werden.) Die SuS gehen zu zweit zusammen und sollen möglichst lang einen Ballwechsel über/unter die Bank spielen.

Scoop-Ball 1 mit 1 oder 2 mit 2 (M 4)

Wenn möglich sollten alle sowohl einen Scoop (Alternative: Waschmittelflaschen-Catcher, Pylone, Tennisballdose) in der schwächeren Hand als auch einen Schläger in der stärkeren Hand haben. Sollte dies nicht möglich sein, soll Partner A einen Scoop und Partner B einen GOBA- oder Paddleball-Schläger haben.

Hinweis: Wenn nicht genügend Scoops/Schläger vorhanden sind: Der Spieler mit Scoop fängt den Ball und wirft ihn dann (von unten) ins gegenüberliegende Feld. Der Spieler mit Schläger spielt den Ball mit GOBA- oder Paddleball-Schläger direkt zurück.

Ausklang

GOBA- oder Paddleball-Bundesliga 2 : 2

Gespielt wird nach dem „Bundesligaprinzip“ auf Zeit bei 2 : 2: Jeder Spieler hat einen Schläger. Der Ball darf nur über die Bank und von unten nach oben geschlagen werden. Zudem wird nach Tischtennis-doppelregeln gespielt, folglich ist abwechselndes Schlagen Pflicht.

Nach einer gewissen Zeit wechseln die Spieler das Feld (je nach Erfolg nach links oder rechts). Im „Bundesligafeld“ erhält die Mannschaft 1 Punkt bei Sieg und bleibt danach in diesem Feld, der Verlierer steigt ab.

Doppelstunde 3: Mit Speckbrett oder Paddleball-Schläger die Rückhand erlernen

Aufwärmen

Wäscheklammerfangen (Feld 1)

Die SuS erhalten je 1–3 Wäscheklammern, die sie sichtbar an ihrer Kleidung festklemmen. Es wird ohne Körperkontakt gespielt, nur über Beinarbeit darf einem Zugriff entgangen werden. Es darf immer nur eine Wäscheklammer pro Zugriff gestohlen werden. Ein Durchgang dauert ca. eine Minute. Wer hat am Ende die meisten Wäscheklammern erbeutet?

Schattenlauf mit Spielgeräten (Feld 2)

Die SuS gehen zu zweit zusammen und erhalten je ein Speckbrett/einen Paddleball-Schläger sowie einen Ball. Partner A macht eine Bewegung vor, Partner B macht sie nach.

Koordinations- und Fitnessübungen

Übung 1: Die SuS versuchen, ihren Schläger am Griffende auf der Handfläche/zwei Fingern auszubalancieren (zunächst am Ort, dann in Bewegung).

Variationen:

- Es werden unterschiedliche Bewegungsarten vorgegeben.
- Die SuS müssen sich hinsetzen und wieder aufstehen.

Übung 2: Die SuS lassen den Ball auf dem Schläger dopsen (zunächst am Ort, dann in Bewegung).

Variationen:

- Den Schläger um 180 Grad drehen, sodass abwechselnd mit Vor- und Rückhand gedopst wird.
- Den Ball hochschlagen, sich hinsetzen, den Ball einmal aufkommen lassen und dann wieder aufstehen.

Übung 3: Die SuS gehen zu zweit zusammen und gehen Kopf an Kopf (Abstand 30–50 Zentimeter) in die Planke. Jedes Paar hat einen Schläger.

1. Beide Partner drücken sich nun in den gestreckten Stütz. Partner A übergibt aus der rechten Hand den Schläger in die rechte Hand des Partners B, danach gehen beide wieder in die Planke. Jetzt der gleiche Ablauf, außer dass Partner B den Schläger an Partner A übergibt.
2. Gleicher Ablauf, nur dieses Mal den Schläger aus der eigenen linken Hand in die linke Hand des Partners übergeben.
3. Im gestreckten Unterarmstütz mit dem Schläger einen Luftballon auf dem Schläger dopsen.

Hinweis: Die Belastungszeit beträgt 30 Sekunden mit 15 Sekunden Pause, jeweils 2 Durchgänge, zwischen den Durchgängen 60 Sekunden Pause.

Hauptteil

Rückhand mit Speckbrett und Luftballon 1 mit 1 (M 5)

Die SuS gehen zu zweit zusammen. Jedes Paar hat zwei Schläger, einen Ball und zwei Luftballons. Es wird im 1 mit 1 gespielt. Die SuS sollen während des Ballwechsels ihren Luftballon in der Luft halten, egal mit welchem Körperteil. Nach ein paar Minuten Einspielzeit lautet die Vorgabe, dass der Ball nur noch mit der Rückhand gespielt werden darf.

Rückhand-Duo-Spiel 1 mit 1 (M 6)

Die SuS gehen zu zweit zusammen. Jedes Paar hat drei Bälle (einen Spielball und jeweils einen Ball in der Hand). Bevor der Spielball geschlagen wird, muss der Nichtspielball hochgeworfen und im Anschluss (nur ein Bodenkontakt erlaubt) wieder gefangen werden. Nach ein paar Minuten Einspielzeit lautet die Vorgabe, dass der Spielball nur noch mit der Rückhand geschlagen werden darf.

Ausklang

Bundesligaspiel 2 : 2

Gespielt wird nach dem „Bundesligaprinzip“ auf Zeit bei 2 : 2. Rückhandwinner geben 2 Punkte. Sollte der Schlag anstatt mit der Rückhand mit der Vorhand erfolgen, muss nach dem Schlag einmal mit dem Partner abgeklatscht werden, ansonsten gibt es einen Punkt für den Gegner.

Doppelstunde 4: Volley spielen

Aufwärmen

Zombieball mit Volleyfreispielen (Feld 1)

Die SuS verteilen sich auf dem Spielfeld. Es liegen 1–3 Softbälle bereit. Ziel ist es, die anderen mit dem Ball abzuwerfen und zugleich selbst nicht abgeworfen zu werden. Wer abgeworfen wurde, verlässt das Feld und spielt dort mit einem Schläger und Ball 10 erfolgreiche Volleys gegen die Wand. Danach darf derjenige wieder am Spiel teilnehmen.

Sicherheitshinweis: Kopftreffer sind nicht erlaubt!

Variation: Schaumstoffwürfel ersetzen die Softbälle. Wer getroffen wurde, spielt den Ball außerhalb des Felds nach folgender Rechnung volley gegen die Wand: gewürfelte Augenzahl x 2.

Volley-Squash (Feld 2)

Die SuS spielen 1 mit 1 Volley-Squash. Hierzu reicht eine Wandfläche von 1,5 Metern Breite x 2 Metern Höhe pro Paar aus. Die Paare entscheiden selbstständig über Netzhöhe (1–1,5 Meter) bzw. Distanz. Je besser sie sind, desto größer sollte die Distanz werden.

Tipp: Mit Kreppband kann die „Netzhöhe“ oder ein Trefferfeld individuell angepasst werden.

Variationen:

- Die SuS sollen abwechselnd Vorhand- und Rückhandvolley spielen.
- Die SuS spielen zweimal volley (sozusagen mit sich selbst), erst danach ist der Partner wieder an der Reihe.
- Jedes Paar erhält einen Reifen/zwei Halbkugeln. Partner A steht im Reifen/auf den Halbkugeln (ca. 3–5 Meter von der Wand entfernt) und spielt die Volleys immer von diesem Platz aus. Aufgabe unter Zeitdruck: Welches Paar schafft die meisten Volleys?

Hauptteil

Spiel durch den Reifen 2 mit 2 (M 7)

Es wird über eine 2–2,5 Meter hohe Schnur (oder sonstiges „Netz“) gespielt. Partner A hat einen Schläger, Partner B einen Reifen. B steht am Netz und muss den Reifen jedes Mal so hochheben, dass der von A gespielte Volley durch den Reifen fliegt.

Volleyschlacht 3 : 3 (M 8)

Es wird 3 : 3 gespielt. Ein Spieler steht im „Volleyreifen“ mit Rücken zum Netz (Abstand zum Netz ca. 0,5 Meter), die anderen beiden verteilen sich im Feld.

Ausklang

2 : 2 mit Volleyzuspiel

Gespielt wird nach dem „Bundesligaprinzip“ auf Zeit bei 2 : 2. Der vom Gegner gespielte Ball darf einmal aufkommen, muss aber dann zum Mitspieler gespielt werden, der den Ball entweder volley spielt (Volleywinner geben 2 Punkte) oder ihn einmal aufspringen lässt, um ihn dann ins gegnerische Feld zu spielen.

SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Rückschlagspiele: Spielerische Hinführung zum Tennis

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de



II.B.16

Rückschlagspiele

**Absichtliches Handspiel von Zverev & Coi –
Spielerische Hinführung zum Tennis**

Titel: Schwarzblitz



Spiele lernt man nur durch Spielen. Und die Fähigkeiten und Fertigkeiten werden bei der Herstellung
an das Bestspiel von Anfang an Einfließen lassen. In der Unentschieden wird nach der
unvollständigen Methode mit dem Trainer „am Ende des Schirms“, um zu lernen die
Unbekannte und „am Anfang zum Spieler“ vorzugehen. Die Lernenden sollen vor allem
die Augen-Hand-Koordination sowie den Umgang mit dem bzw. verschiedenen Schlägern.

KOMPETENZPROFIL

Klassenstufe: 7-10, Anfänger
 Dauer: 4 Doppelstunden
 Kompetenzen: Spiel- und Motivationsfähigkeit entwickeln, den Klassen teil
weise erlernen und erproben, spielen kooperieren, verb
kämpfen und sich verteidigen
 Thematische Bereiche: Spielregeln, Basistechniken, Tennis
 Medien: Übung- und Stationen