

Speelvaardigheden voor jeugdspelers: Rood naar Oranje

Ruben Neyens

KNLTB – Afdeling Tennisleraren
Heerenveen, vrijdag 5 juli 2019

Doelstellingen van deze bijscholing

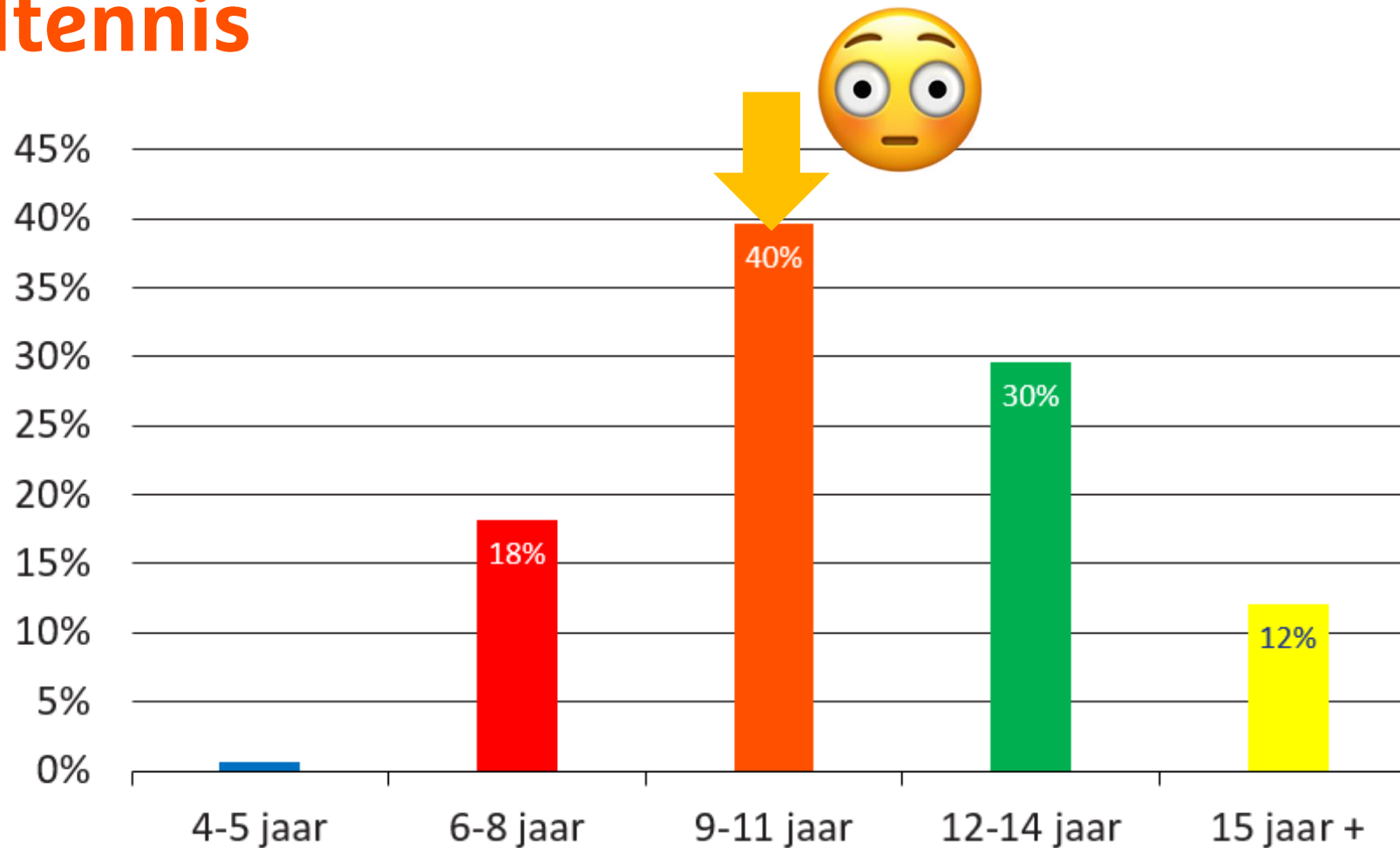
- 1 Inzicht ontwikkeling (basis)vaardigheden
- 2 Nieuwe ideeën & handvaten: oefenstof
- 3 Meer plezier, meer kinderen op de baan

#SharingisCaring

#PlezierBeleving

#TennisSpel

Jeugdtennis



Uitstroom jeugdleden per leeftijdsgroep



Ontwikkeling



Basisvaardigheden



Wedstrijdbeleving

Alles-in-1 pakket



Tennisleraren

Development of the game



Spelersbeleving



Realiteit: “race to the big court”

Te snel

Te groot

Ouders

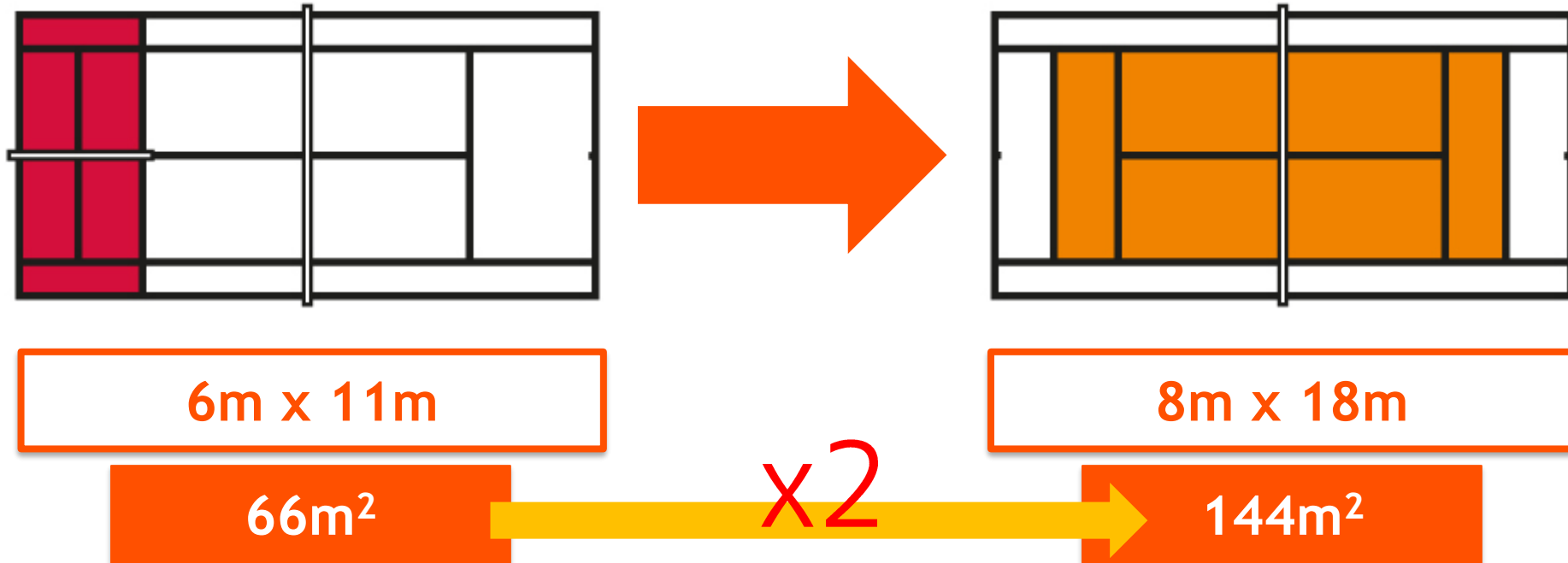
Spelers

Trainers

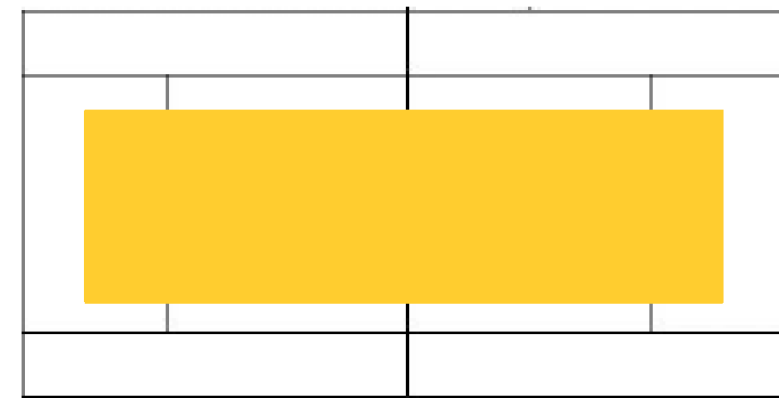
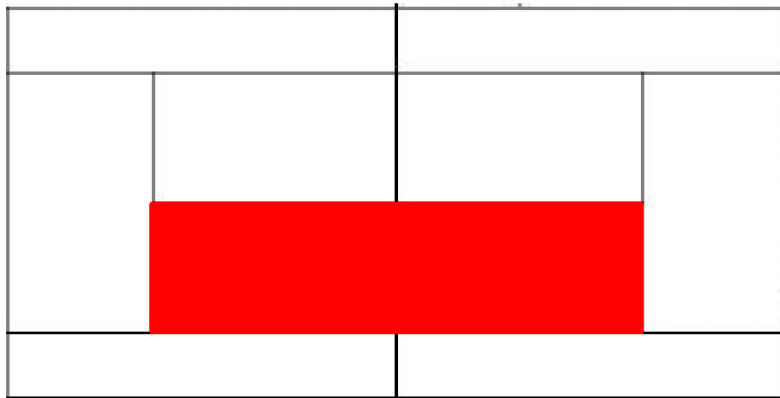
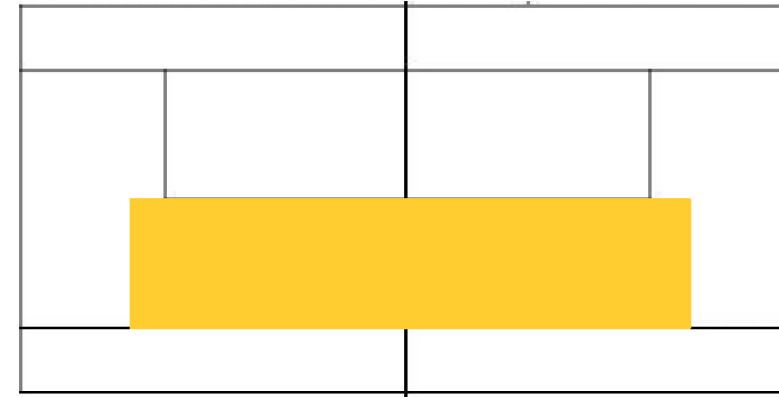
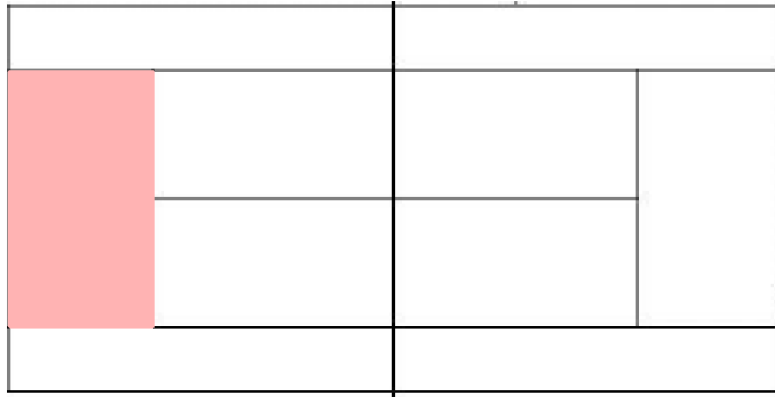


Het terrein: Rood naar Oranje

Het terrein groeit mee met de spelers: lichamelijk & niveau (?)



Het terrein: progressieve groei ...



Het tennisspel

Reality of the game



Reality of practise



Starten van de rally

Terugslag

Bal #4

Bal #6

Opslag

Bal #3

Bal #5

...

Starten van het punt

Rally

Het tennisspel



Persoonlijke ervaringen en mening!



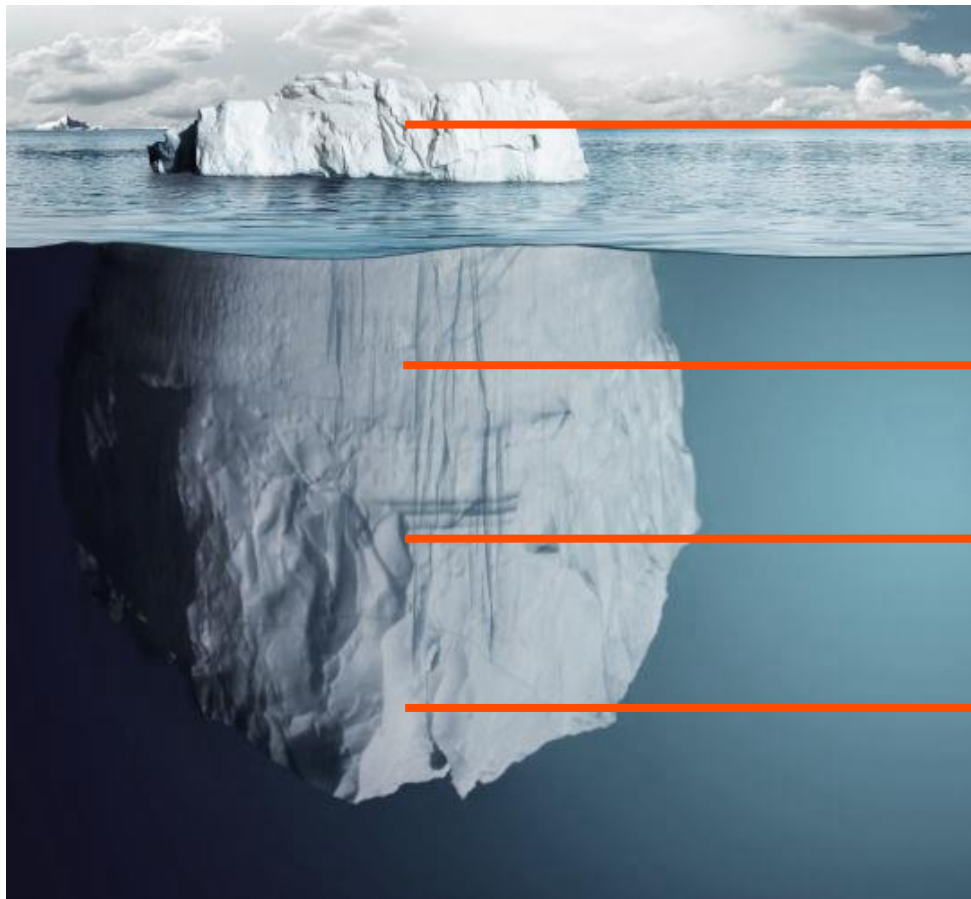
Reality of the game



Reality of practise



Onderdelen van de bijscholing



2 spelers

over & in

winnen

Wedstrijd spelen

Spelbeleving

Rallyvaardigheid

Starten van het punt

Begeleiding methode



4F

FUN

FIT

FOCUS

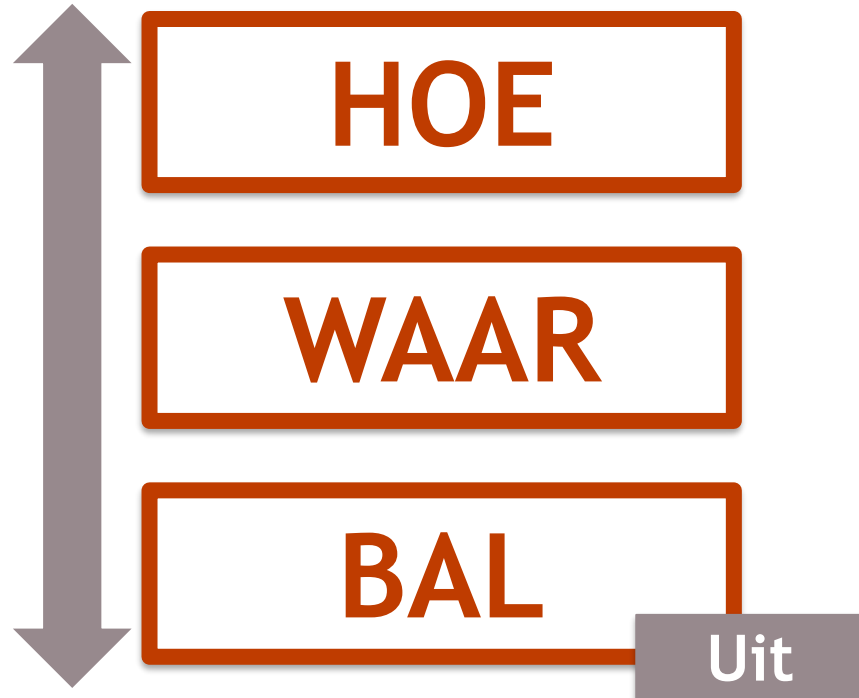
FUNCT

Starten van het punt

1 Opslag

Move the opponent

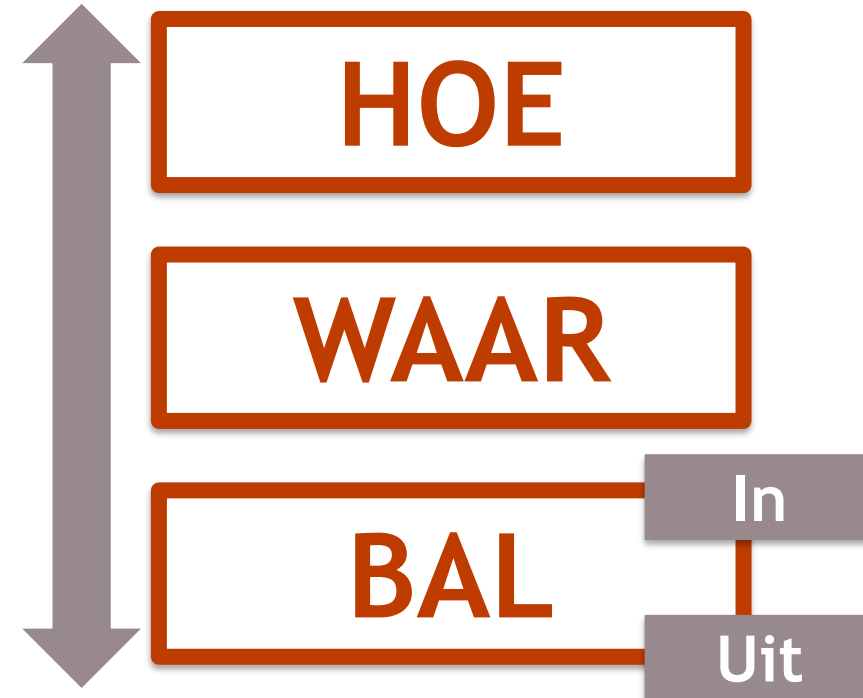
ZENDEN



2 Terugslag

Move yourself

ONTVANGEN



Starten van het punt

1 Opslag

Bovenhands werpen

...

Duw-opslag bovenhands

...

Focus op contactpunt

...

Ontwikkeling pronatie-beweging

...

Coördinatie toss-beweging

Progressies

HOE

Racket grip

Type tennisbal

Materiaal

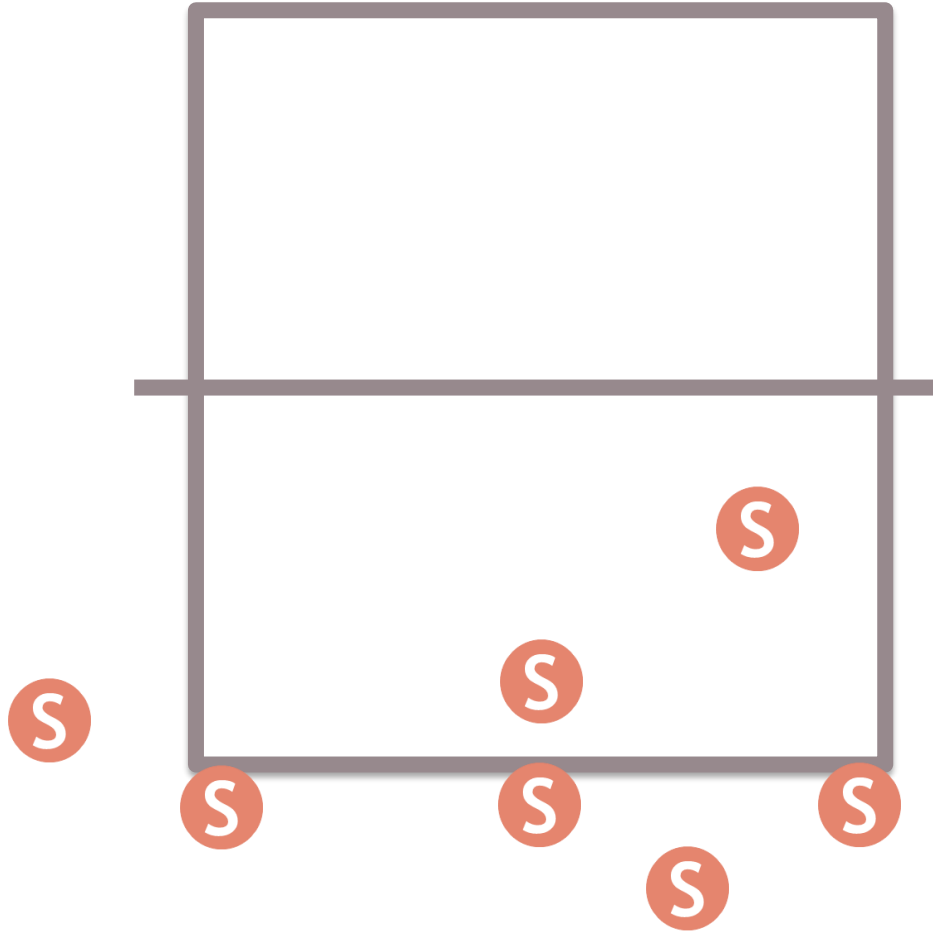
...

Variaties

Starten van het punt

1 Opslag

WAAR



Progressies

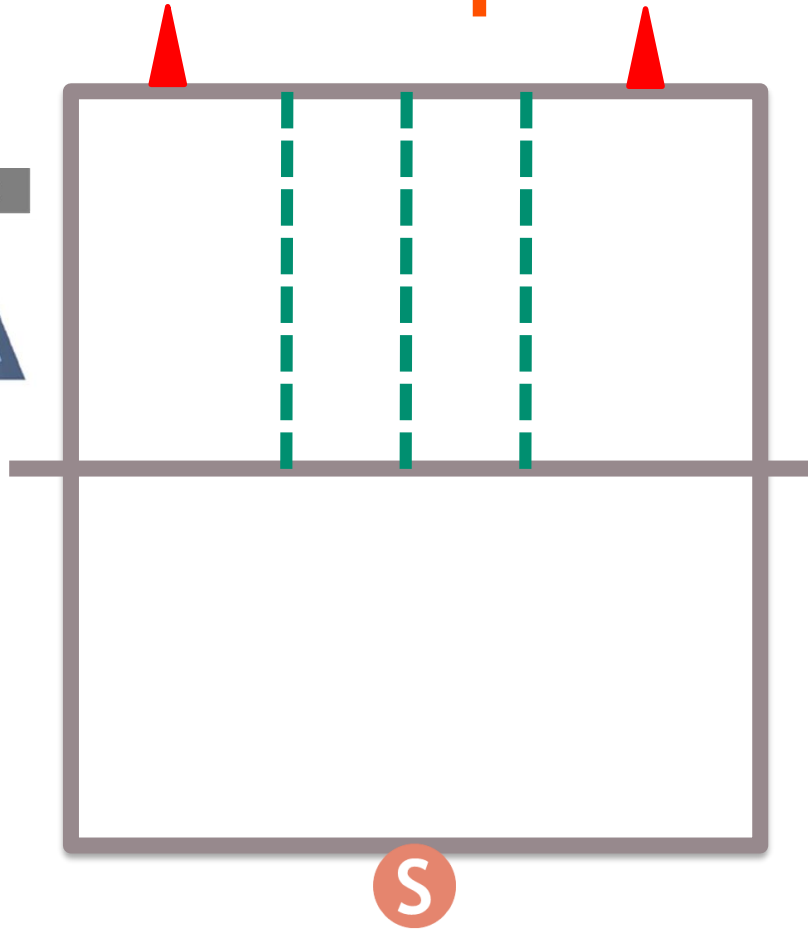


Variaties

Starten van het punt

1 Opslag

1 DIRECTION



Progressies

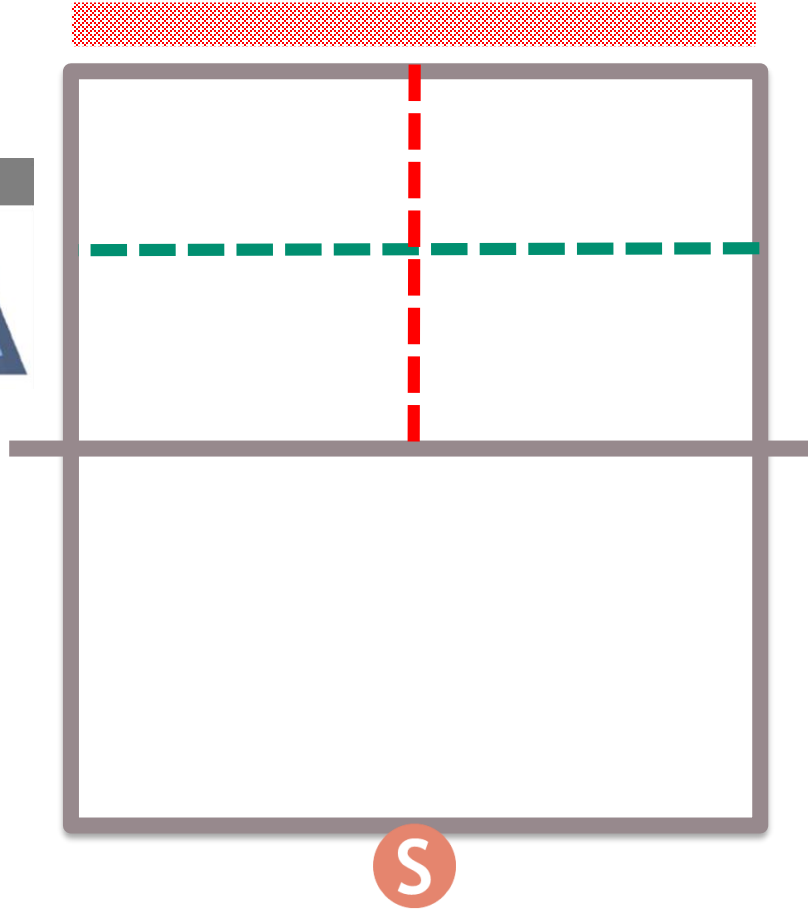


Variaties

Starten van het punt

1 Opslag

2 DEPTH



Progressies



- ← HOE + WAAR
- ← Precisie
- ← Vastheid
- ← ...

Variaties

Starten van het punt

2 Terugslag

Klaar zijn - "AH"

...

Positionering - "beweeg"

...

Vrij (leren) vangen

...

Focus op contactpunt

...

Tik vs. Vang vs. Speel

Progressies

HOE

Racket grip

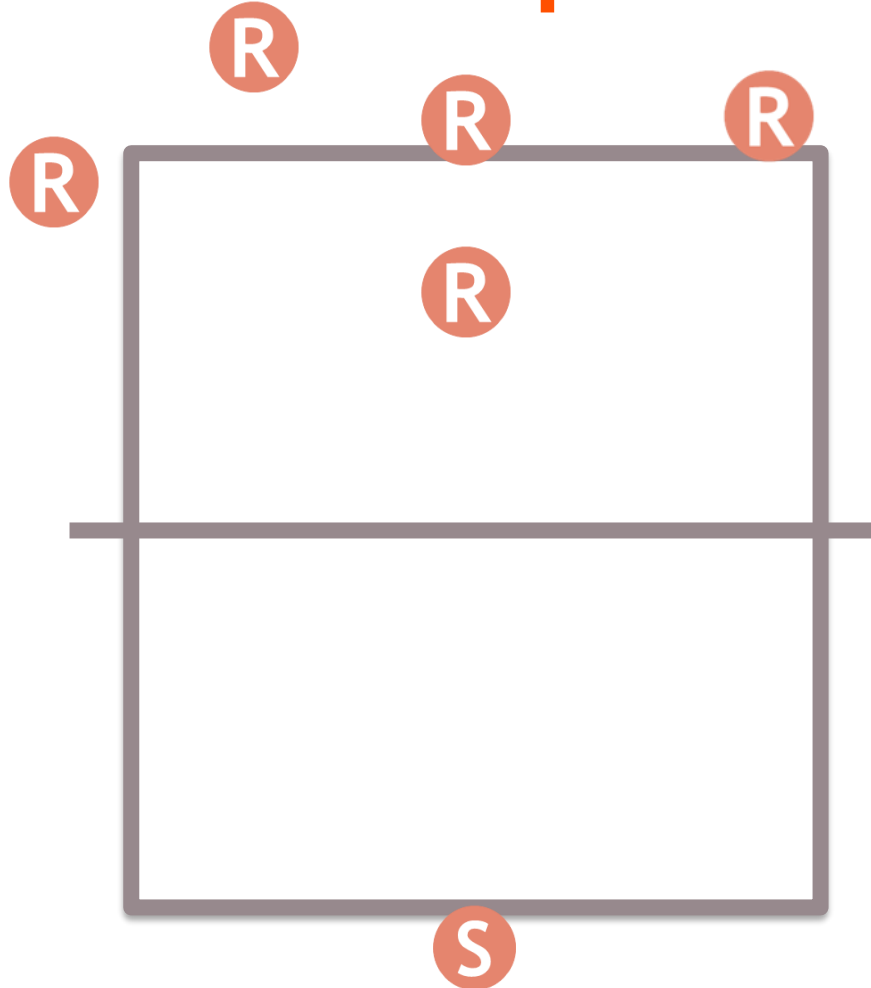
Type tennisbal

Materiaal

...

Variaties

Starten van het punt



Progressies

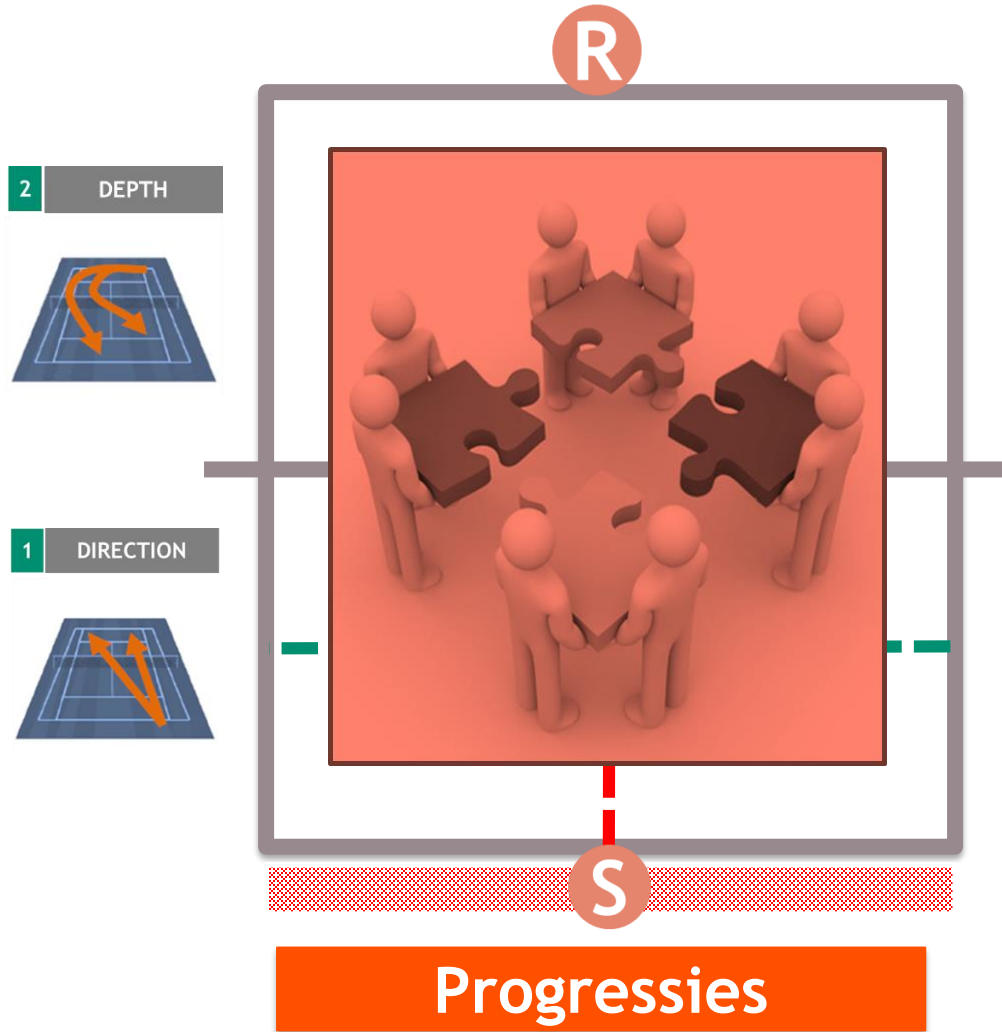
2 Terugslag

WAAR

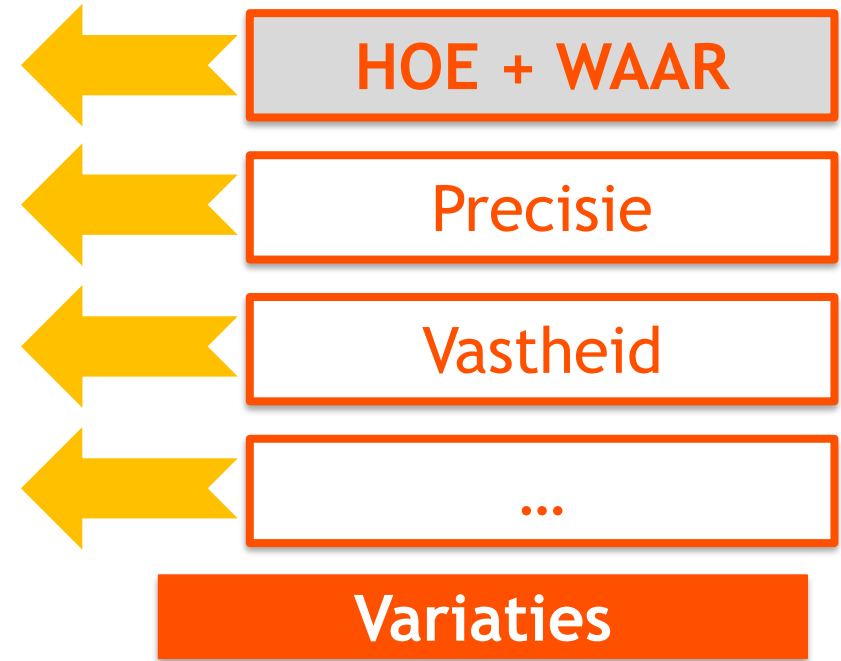


Variaties

Starten van het punt



2 Terugslag

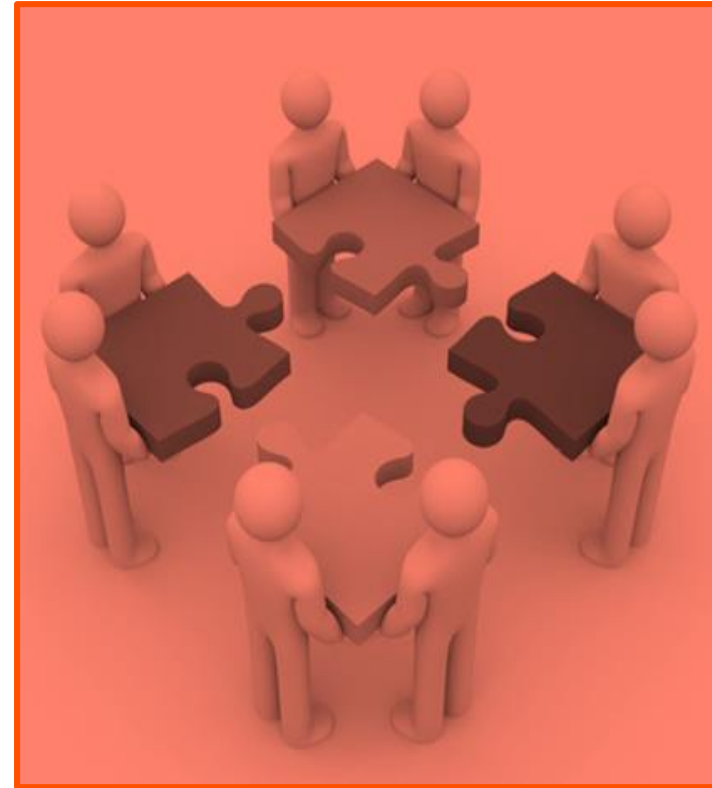


Starten van het punt – Organisatie

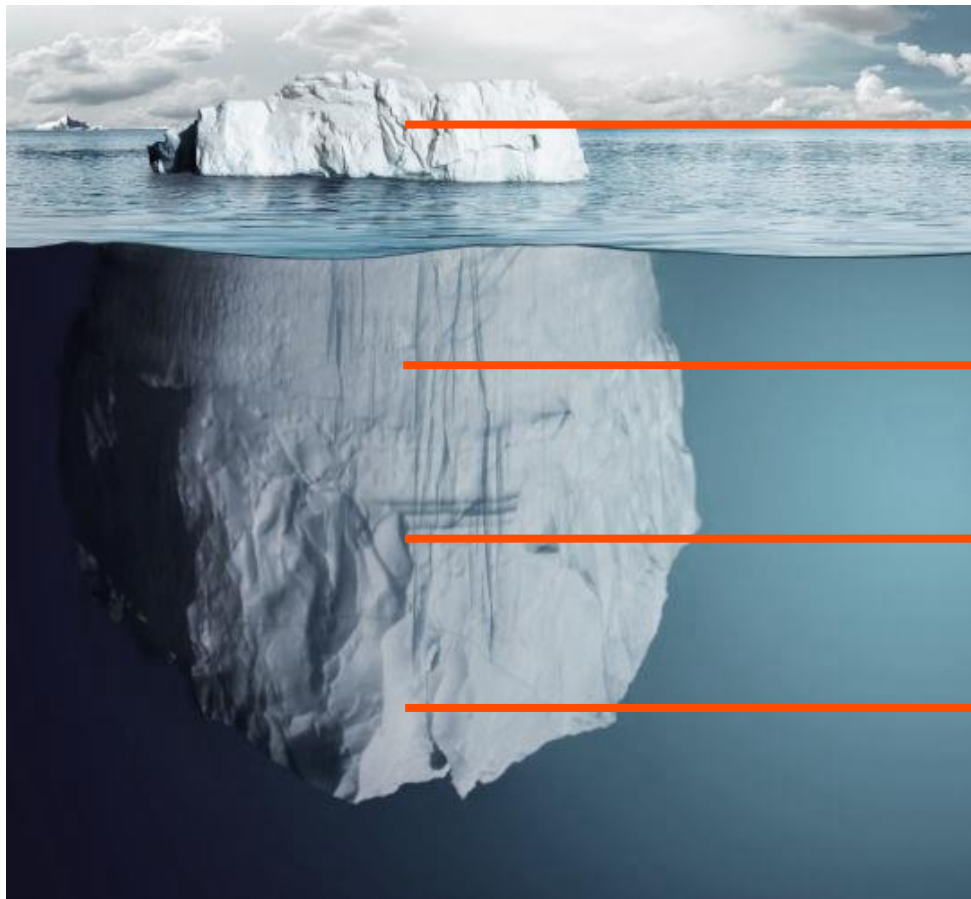


Starten van het punt – Organisatie

Wat is de doelstelling van de oefening



Onderdelen van de bijscholing



2 spelers

over & in

winnen

Wedstrijd spelen

Spelbeleving

Rallyvaardigheid

Starten van het punt



SPEL BELEVING



Zenden

Move the opponent

EFFECTIEF

Racket & bal

Ontvangen

Move yourself

EFFICIËNT

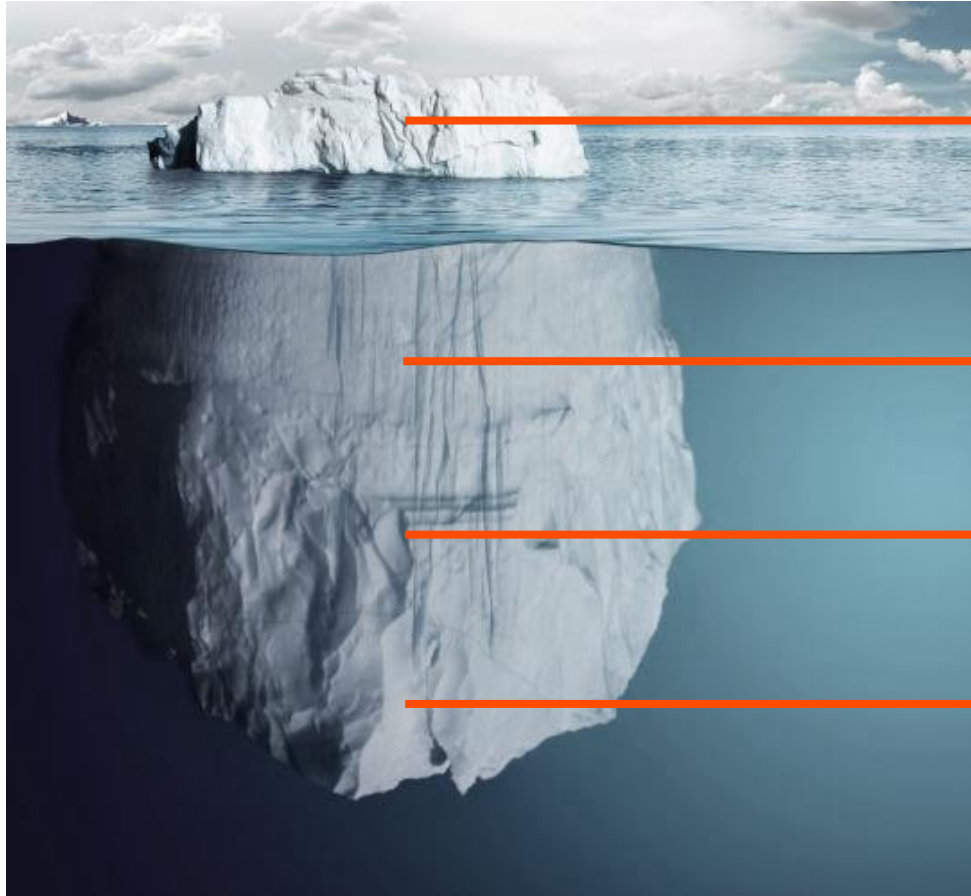
Lichaam
= voetenwerk & racket-werk

Reality of the game

Eerste stappen in 'SLIM' spelen

SKILLFUL GAMERS

Rallyvaardigheden



2 spelers

over & in

1x stuit

Rally spelen - heen & weer

“Easy” Heen & weer

Ontvangen: “oriëntatie”

Zenden: “self feed”

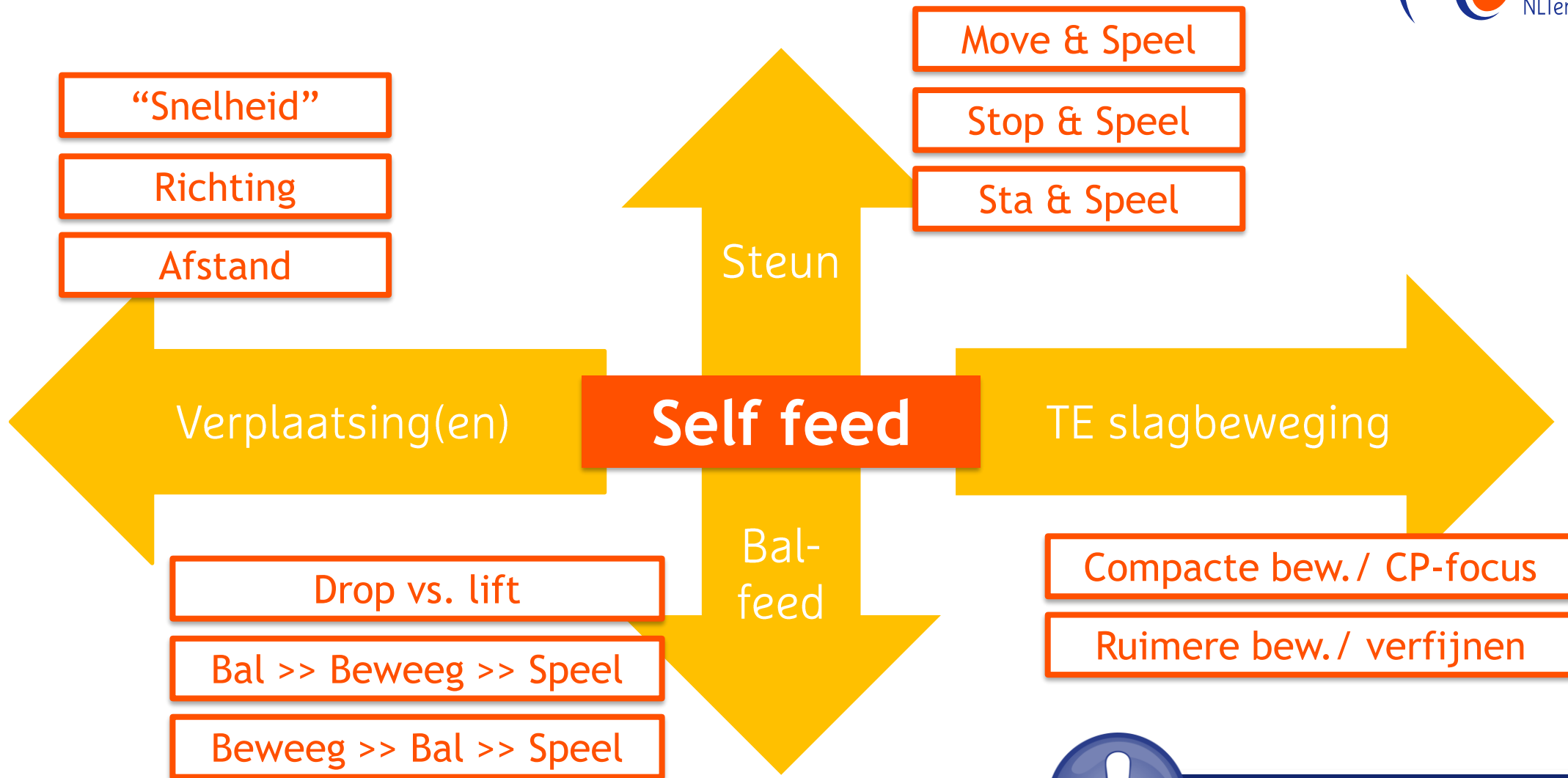
Rallyvaardigheden – Zenden

Self feed



Tenniskids - Rood (starters)

Rallyvaardigheden – Zenden



BH-ontwikkeling



BH-ontwikkeling

Self feed

1-handig vs. 2-handig

Bal-stuit: slaghand vs. niet-slaghand

Bal-feed: stuit vs. “over muurtje”

...



Rallyvaardigheden – Ontvangen



Contactpunt

Racket

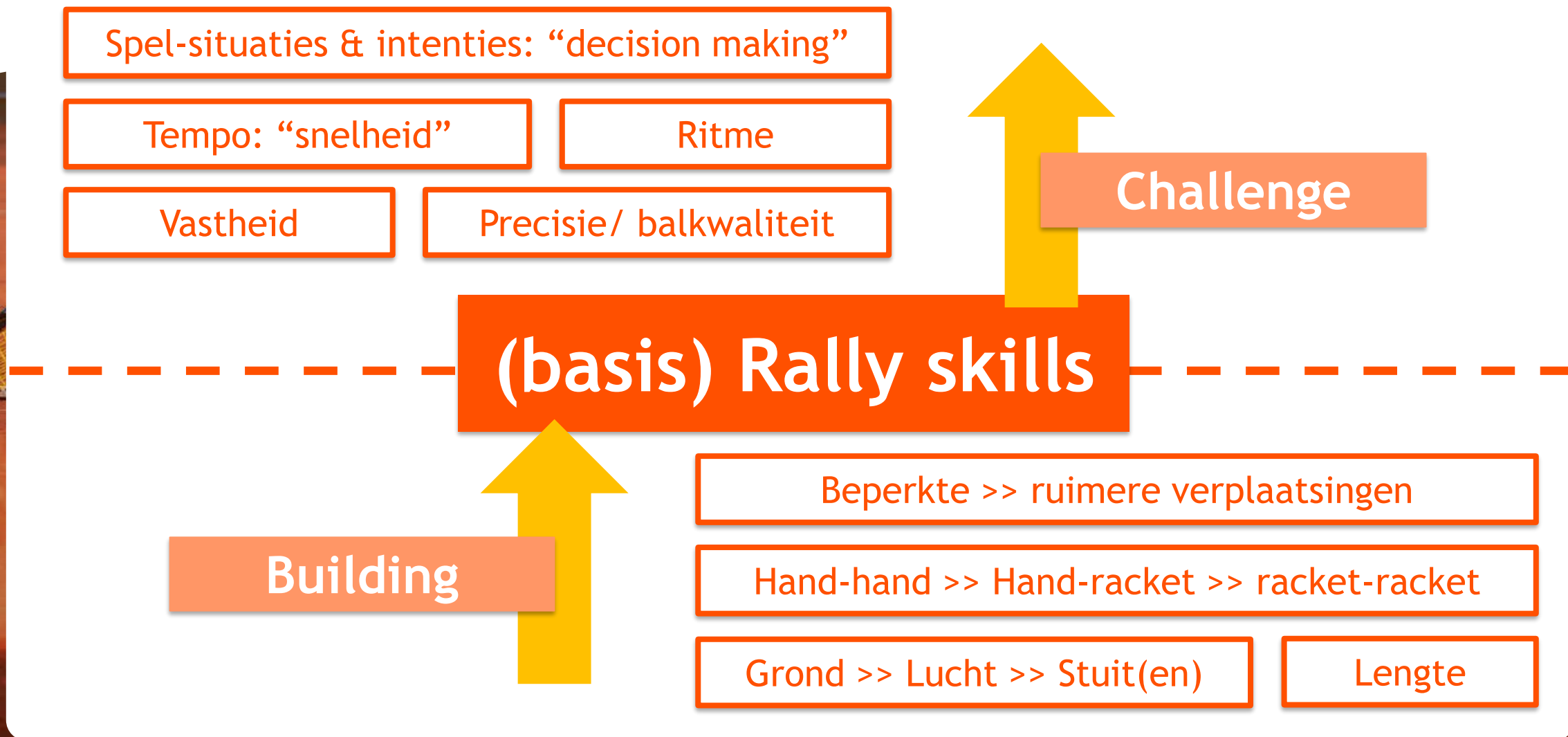
Dubbele oriëntatie

Voeten

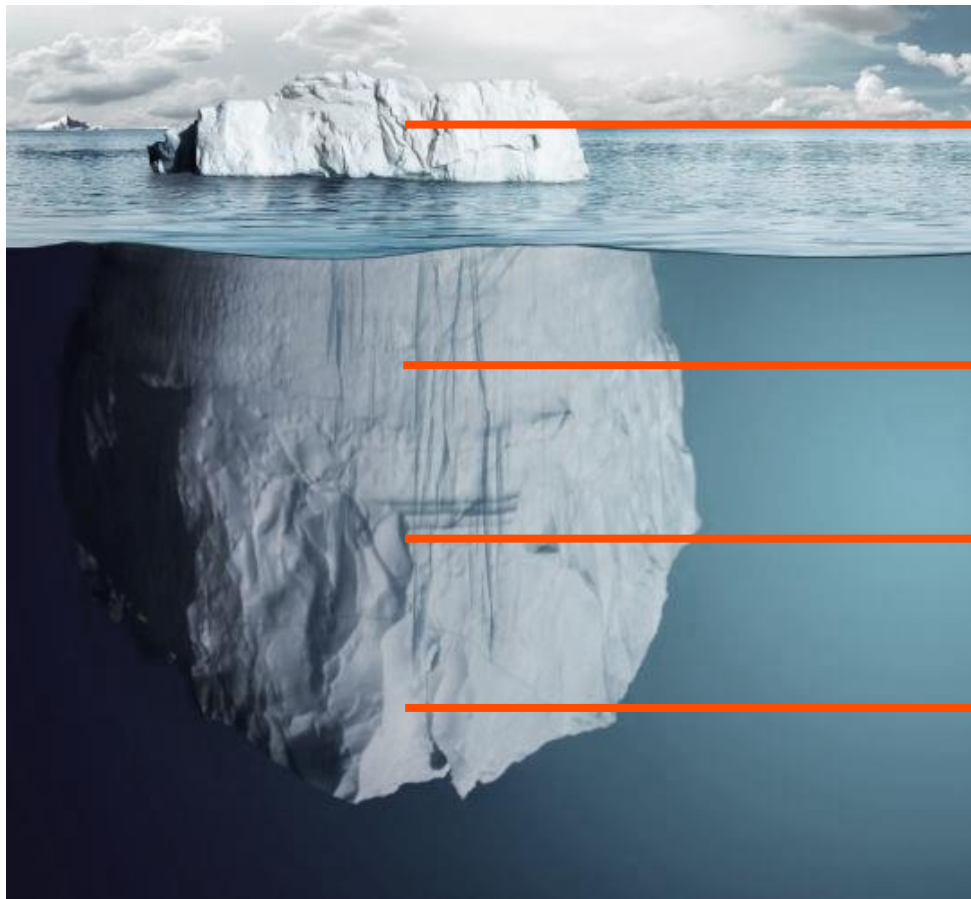
Positionering



Rallyvaardigheden – Heen & Weer



Onderdelen van de bijscholing



2 spelers

over & in

winnen

Wedstrijd spelen

Spelbeleving

Rallyvaardigheid

Starten van het punt

Spel-SITUATIES

Basislijnspeel

Netspeel

Spelen tegen een netspeler

Starten van het punt

Spel-INTENTIES

| .. | - | 0 | + | ++ |
|------------|---------------|----------------------------------|-------------------|----|
| VERDEDIGEN | | | | |
| | NEUTRALISEREN | | | |
| | | 0-SITUATIE SPELEN UITWISSELEN | | |
| | | OPBOUWEN | | |
| | | | DRUKKEN EN SCOREN | |
| | | TEGENAANVAL | | |

SPEL-FUNDERING

Weet wat je wil - wees specifiek

Stap per stap ontwikkelen

Spel-SITUATIES

Basislijnspeel



Spel-INTENTIES

Neutraliseren



Spelbeleving



SPEL-BELEIVING



Spel-SITUATIES

Spel-INTENTIES

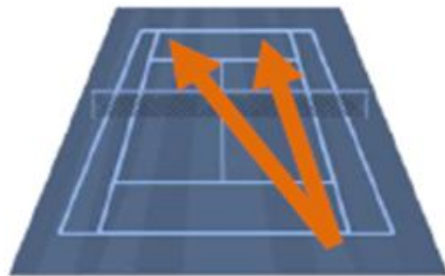
ONTVANGEN vs. ZENDEN

Balkwaliteit

5 Balcontroles

1

RICHTING



2

AFSTAND



3

HOOGTE



4

SNELHEID



5

SPIN



EFFECTIEF & EFFICIËNT

Spel-SITUATIES

Basislijnspeel



Spel-INTENTIES

Verdedigen

Uitwisselen

Drukken

Neutraliseren



Balkwaliteit

ONTVANGEN vs. ZENDEN



Speel SLIM

Train SLIM

HERKENNEN

KEUZE MAKEN

UITVOEREN



| | Z - 1 kwaliteit | Z - 2 kwaliteiten | Z - # kwaliteiten |
|-------------------|----------------------|----------------------|----------------------|
| O - 1 kwaliteit | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> |
| O - 2 kwaliteiten | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> |
| O - # kwaliteiten | <input type="text"/> | <input type="text"/> | <input type="text"/> |

Contact – Afdeling Tennisleraren

- **Coördinator Permanente Ontwikkeling: Ruben Neyens**
 - Email: r.neyens@knlbt.nl
 - Mobiel: +32 (0)477 54 98 36

- **Algemene vragen en ondersteuning**
 - Email: tennisleraren@knlbt.nl
 - Tel: +31 (0)88 130 26 00