



Lasst die Kinder frei (Tennis) spielen

Freddy Siegenthaler gehört in der Schweiz zu jenen Tennistrainern, die seit Jahren daran arbeiten, das Jugendkonzept in der Schweiz für die Zeit nach Roger Federer vorzubereiten. Dieser Beitrag – der in veränderter Form in der schweizer Fachzeitschrift *Smash* (6/13, 8/14) erschienen war – zeigt er auf, warum es wichtig ist, auch und gerade talentierten Kindern genügend Freiraum für das freie Spiel zu lassen.

Früher waren die Trainingsangebote möglicherweise weniger professionell und umfassend, dafür hatte man Zeit für das freie Spielen mit Kollegen. Sowohl Marco Chiudinelli wie auch Yves Allegro hatten nach eigenen Aussagen neben ihren drei Mal zwei Stunden offiziellen und strukturierten Trainings genügend Zeit für das freie Spiel. Auch Roger Federer hatte neben seinem organisierten Training viel mit der Familie gespielt und die Freizeit für unorganisiertes Sporttreiben genutzt (vgl. Eckdaten von Roger Federer). Erst nach dem Wechsel ins Nationale Leistungs-

zentrum von Ecublens bzw. Biel mit 14 bis 16 Jahren stiegen der organisierte Anteil und der Umfang des Trainings der drei Schweizer Spitzenspieler. Ähnliches kann man von den von Autor Freddy Siegenthaler in den Jugendjahren betreuten Stefanie Vögele und Amra Sadikovic feststellen, wobei Amra sogar erst mit neun Jahren mit dem Tennis begann.

Die heutigen Spitzenjunioren U12 trainieren bis zu 18 Stunden pro Woche immer unter Anleitung bzw. Aufsicht eines Trainers oder Elternteils. Obwohl es nicht möglich ist, das Rad der Zeit zurückzuschrauben, möchte Freddy

Siegenthaler in diesem Artikel die Vorteile und Umsetzungsmöglichkeiten des freien Spielens aufzeigen.

1. Die Problematik:

Heutzutage ist es kein Problem für Eltern, einen Schnupperkurs für ihre Sprösslinge zu finden.

Schweizweit findet man auch regelmäßige Kindertenniskurse. Die begabteren Kinder finden in den professionell geführten Wettkampftennisschulen geeignete Trainingsmöglichkeiten unter Gleichgesinnten. Swiss Tennis fördert aktiv den schweizeri-

schon Nachwuchs durch die Unterstützung der Regionalverbände und Partner Tennis Akademien. Man trainiert systematisch Technik, Taktik, Kondition und Psyche.

Die verplante Freizeit:

Da die Zeit – bei den Erwachsenen wie auch bei den Kindern – knapp ist, organisiert man sich einen Partner oder ein Training im Voraus. Man kommt nicht mehr einfach auf den Platz und spielt einfach mit irgendjemandem. Spontane Spielgemeinschaften ergeben sich so kaum mehr. Die aufkommenden elektronischen Platzreservationssysteme verstärken diese Tendenz. Dadurch leidet u.a. auch das Clubleben. Aber auch die Vielfalt der möglichen Spielpartner für Jung und Alt wird so massiv eingeschränkt, was wiederum die Spielentwicklung mindert.

Darum sieht man in den Tenniscentren und Tennisclubs nur wenige Kinder miteinander frei spielen. Vor allem die besseren und leistungsorientierten Kinder und Jugendlichen spielen kaum mehr neben ihren Trainingseinheiten, unter anderem, weil sie neben Schule, Training, Turnieren, Umherreisen etc. überhaupt keine Zeit mehr für Freizeitaktivitäten haben. Die von der (Sport-)Schule entlasteten Stunden werden oft nur für das Reisen zum weit entfernten Trainingsort statt für das Freispiel im heimischen Tennisclub genutzt. Alessandro Greco, Leiter Spitzensport Swiss Tennis beschreibt in der Projektausschreibung zum RVZT – Sommer Challenge das Problem treffend:

„Durch den fehlenden Austausch fehlt den JuniorInnen oftmals der Ansporn, den Trainingsaufwand zu intensivieren und die nötigen Fortschritte zu machen. Hinzu kommt, dass außerhalb der organisierten Trainingseinheiten kaum selbstständig gespielt wird. Das selbständige „Üben“, der im organisierten Training gelernter Dinge, bleibt somit aus. Da aus Kosten- und Platzgründen während den Trainingseinheiten zu wenig Punkte gespielt werden können, entwickeln JuniorInnen oftmals kein „Gespür“ für Match- und Spielsituationen und haben dadurch auch weniger Erfolg im Wettkampf. Der mangelnde Erfolg führt dazu, dass junge Menschen die Freude am Spiel verlieren und Sportarten wechseln.“

Die „Versportung“ der Bewegungserziehung:

Im Training und Wettkampf wird heutzutage der Leistungsvergleich und die Leistungsverbesserung übermäßig gewichtet: Von den heutigen (Spitzen-) Junioren und Juniorinnen (auch U10) wird z.B. dauernd professionelles Verhalten (= „fachmännisches“, im Gegensatz zu „dilettantisches, laienhaftes“ Verhalten) von Trainern und Eltern verlangt. „Gut trainieren“ wird synonym mit „gut arbeiten“ verwendet. Man versucht, ganzheitlich zu trainieren: Technik, Taktik, Kondition, Psyche. Doch vergisst man vor lauter Zielgerichtetheit das selbstständige, freie Spiel ohne irgendwelche Aufsicht und Kontrolle. Dadurch kommen das Spielerische, der eigentliche Spielgedanke und das Selbstbestimmte zu kurz.

Der ungebremste Ehrgeiz der Eltern:

Eine neuere Tendenz ist, dass Kinder neben dem organisierten Training gegen die Wand spielen, die Ballmaschine benutzen etc. – aber immer unter dem wachsamen Auge des Vaters oder der Mutter, die ihren Kindern u.a. technische Tipps geben. Wie wir später sehen werden, kann man hier nicht von freiem Spielen reden. Alles geschieht unter dem Vorwand, „das Beste für die Kinder zu wollen“.

2. Begriffsklärungen:

Um die oben aufgezeigte Problematik analysieren und entschärfen zu können, müssen einige Begriffe definiert werden:

Definition Sportspiel (nach Sportwiss. Lexikon):

Tennis ist ein Sportspiel, da es ein „geregeltes Bewegungsspiel mit Wettkampfcharakter“ ist. Es umfasst „die Summe aller von einer allgemeinen Spielidee abgeleiteten und systematisch geordneten (kodifizierten) Regeln, die die Auseinandersetzung (Wettkampf) zwischen zwei Parteien (Individuen, Gruppen, Mannschaften) über ein Objekt und um ein gemeinsames Ziel chancengleich für beide ordnet.“

Der Begriff Sportspiel verbindet zwei unterschiedliche Begriffe zu einem neuen Oberbegriff:

- Sport bedeutet dabei Leistungsvergleich im regelten Wettkampf.
- Spiel ist eine frei gewählte Tätigkeit mit selbstbestimmtem Spannungsverlauf.

Wie zuvor beschrieben, wird der Leistungsgedanke im Training von U10-Kindern von uns Trainern vermehrt betont. Doch Prof. Dr. Gerald Hüther sagt: „Ich halte es für falsch, wenn Eltern ihre Kinder auf Höchstleistung trimmen“, weil „wer seine Kinder möglichst früh zu bestimmten Leistungen bringen will, ... die Gefahr läuft, dass dem Nachwuchs dann kaum noch Zeit für anderes bleibt, um sich selber auszuprobieren.“ Bei aller Professionalität und Wissenschaftlichkeit des Trainings geht das Selbstbestimmte, das Freigewählte des Sportspiels Tennis verloren.

Um die Wichtigkeit des zweiten Begriffs „Spiels“ für die Entwicklung unserer (Tennis-) Kinder zu verstehen, sollten wir diese oft vernachlässigte Seite des Sportspiels genauer definieren:



Definition Spiel:

Johan Huizinga definierte: „Spiel ist eine freiwillige Handlung oder Beschäftigung, die innerhalb gewisser festgesetzter Grenzen von Zeit und Raum nach freiwillig angenommenen, aber unbedingt bindenden Regeln verrichtet wird, ihr Ziel in sich selber hat und begleitet wird von einem Gefühl der Spannung und Freude und einem Bewusstsein des 'Anderseins' als das 'gewöhnliche Leben'.“

Die verschiedenen Theoretiker gewichten die Spielmerkmale unterschiedlich:

Die für die kindliche Entwicklung so wichtige Zweckfreiheit, also das

wählen dürfen.“ (Maria Caiati)

Ziele des Freispiels:

„Das Spiel der Kinder erscheint für viele vielleicht als unproduktive Aktivität nach dem Motto: „Die spielen ja nur“. Dabei wird unterschätzt, dass die Kinder sich im Spiel viele Kompetenzen wie:

- Kommunikation,
- Durchsetzungsvermögen,
- Ausdauer,
- Konzentration,
- Rücksichtnahme,
- Kreativität u. v. m. aneignen.

(Zeit, Raum, gemeinsam erarbeitete Regeln) mit seiner Freiheit umgehen zu lernen und Verantwortung für sich selbst zu übernehmen, ein Stück Selbstständigkeit zu erwerben.“

Nach Margrit Stamm (blog vom 23.12.14; www.margritstamm.ch) droht jedoch auch der Kindergarten zu verschulen: „Es werden bestimmte Bildungsbereiche („Fächer“) nacheinander abgearbeitet“ und das freie Spielen mehr und mehr vernachlässigt und verdrängt.

Das freie Tennisspiel

Analog zur Definition Freispiel können wir „das freie oder selbstständige Tennisspielen“ definieren: Ein Kind spielt mit einem selbstgewählten Kind oder Familienmitglied etc. auf einem von ihnen gewählten Spielfeld mit von ihnen ausgesuchten Bällen (=Infrastruktur) solange (zeitlicher Rahmen) und auf ihre Art und Weise (inhaltlicher Rahmen) mit- bzw. gegeneinander Tennis. Sie legen dabei ihre eigenen Spielregeln fest. Die Basis für das Miteinander spielen, kann das Gelernte aus dem regelmäßigen Gruppenunterricht sein.

Das bedeutet für die Eltern z. B., dass sie den Kindern die Möglichkeit zum Spielen geben und sie falls notwendig in den Tennisclub fahren und abladen, ihnen ein gutes Spiel wünschen und wieder heimfahren. Das Kind telefoniert mit dem Handy, wenn es das Tennisspielen beendet hat.

Am Anfang müssen die Eltern beim Spieltermin suchen und Platz reservieren helfen. Idealerweise fährt das Kind mit dem Fahrrad in den Club. Mit der Zeit sollte die Initiative vom Kind aus kommen. Aus der Alltagserfahrung wissen wir, dass Kinder schon sehr jung fähig sind, sich mit anderen Kindern zum Spielen zu verabreden.

Um Hüther nochmals zu zitieren: „Wer seine Kinder andauernd stimuliert und ihnen ständig sagt, was sie machen sollen, raubt ihnen die Zeit zum Sich-selbst-Erfahren. Das gilt für Kinder jedes Alters, aber je früher die Kinder in solche Muster gezwängt werden, desto einseitiger entwickeln sie einzelne Fähigkeiten.“

Also hat das Freispielen viele Vorteile:

Merkmale des Spiels	Calliess	Garvey	Maier	Sutton-Smith
Zweckfreiheit	+	+	+	
Freiwilligkeit	+	+	+	+
Intrinsische Motivation	+	+		+
Spaß, Freude, Vergnügen	+	+	+	+
Quasi-Realität (Scheinhaftigkeit)	+	+	+	
Handelnde Auseinandersetzung mit der vorgefundenen Wirklichkeit	+	+		+
Ambivalenz	+	+		+
Favorisierte Spielmerkmale				

Spielen um des Spielens willen, gibt es nur im selbstorganisierten, freien Spiel. Dann gehen die Kinder in ihrer Tätigkeit auf und es macht Spaß. So kann die „Versportung der Bewegungserziehung“ überwunden werden.

Definition Freispiel

(nach www.haus-der-kleinen-leute.de)

In der Kindergartenpädagogik hat das Freispiel einen hohen Stellenwert und ist ein fester Bestandteil im Tagesablauf: „Freispiel im Kindergarten nennt man den Zeitabschnitt der pädagogischen Arbeit, in welchem sich Kinder das Spielzeug, den Ort und den Freund, die Freundin zum Spielen selbst

Durch Ausprobieren, Nachahmung und Wiederholung werden viele neue Fähigkeiten entwickelt, erprobt und vertieft. Die Freude am Spiel weitet sich zur Freude am Leben aus. Es entsteht Raum für eigene Entscheidungen, Eigeninitiative und gemeinsames Handeln. Die Kinder nutzen das Spiel als Ausdrucksmittel und können sich mit ihrer Umwelt auseinandersetzen.

Viele Erfahrungen und Erlebnisse fließen in das Spiel ein. Alltagssituationen, Stress und Ängste können auf diese Weise verarbeitet werden. Aus diesem Grund bildet das Freispiel in unserem Bildungskonzept einen eigenen Schwerpunkt.

Für uns heißt Freispiel auch: Innerhalb eines vorgegebenen Rahmens

Die Kinder lernen

- sich miteinander zu verabreden
- die Art und Weise, wie sie spielen wollen zu besprechen
- falls nötig die Spielregeln, die Spielform zu ändern
- auf das andere Kind einzugehen, Rücksicht zu nehmen
- das im Training Gelernte ohne Stress anwenden
- evtl. neue Spielformen zu kreieren
- realisieren ihre Stärken und Schwächen und verstehen warum sie eigentlich trainieren
- sich zu konzentrieren und bei einer Sache zu verharren ohne dass sie von Außen motiviert bzw. dazu angehalten werden
- das Gefühl für Match- und Spielsituationen

Das freie Spiel kann man mit folgenden Worten assoziieren: dürfen, sich verwirklichen, in der Sache aufgehen, sich begeistern, engagieren...

3. Lösungsansätze zur Förderung des freien Tennisspielens

Überzeugungsarbeit

Das freie Tennisspielen lässt sich ohne Überzeugungsarbeit von verschiedenen Seiten nicht mehr einfach wieder einführen. Es gibt trotz dem Beispiel unserer SpitzenspielerInnen (vgl. Eckwerte) zu viele Widerstände (kommerzielle Tennisschulen und Tenniscenter verdienen weniger, die Kinder konsumieren einfach in den Trainings, Eltern und Trainer vertrauen zu wenig der Eigenmotivation der Kinder). Wenn man jedoch auf verschiedenster Ebene (Swiss Tennis, Regionalverbände, Partner Akademien, Clubs) und in Ausbildungskursen bzw. Fortbildungskursen das freie Tennisspielen propagiert, sehen wir plötzlich wieder in den Clubs Kinder, die untereinander freudvoll Tennisspielen.

Bei Montessori sind Freiheit und Disziplin kein Gegensatz:

Meist sind es die Eltern, die meinen ihre Kinder würden im Freispiel (insbesondere während des Tennisunterrichts) nicht genügend gefördert - das freie Spiel eine „Zeitvergeudung“ ist, für die man nicht bezahlen will. Aber auch für Trainer ist es schwer, wieder gegen den Zeitgeist/Trend zu arbeiten: Leistung, Pushen, sofortige Erfolge sind oft gefragt, Entscheidend ist aber im Rahmen einer Tennisstunde, ganz wie bei Maria Montessori, die „vorbereitete Umgebung“, die strukturierte Anleitung zum Freispiel durch gezielte und gut organisierte Ein- bzw. Vorführungen. Die vorbereitete Umgebung mit bewusst ausgesuchten Materialien (im Tennis angepasste Bälle, Schläger und Spielfelder etc.) in einem klaren Rahmen ist der Schlüssel zum Erfolg. Gerade durch das Freispiel lernen die Kinder durch die vielen Wiederholungen und Lernen durch Fehler, ihre Fähig- und Fertigkeiten zu vertiefen und zu perfektionieren. Eltern und Trainer müssen lernen loszulassen und ganz dem Kind mit teils sehr unterschiedlichen Entwicklungsprozessen zu vertrauen. Nicht alle Kinder haben zum gleichen Zeitpunkt die gleichen Interessen. Jedes Kind hat seine eigenen „sensiblen Phasen“, in denen es besonders gut und schnell lernt. Daher ist es wichtig im angeleiteten Freispiel ein möglichst breites Angebot zu bieten, damit jedes Kind seinen eigenen Interessen und Fähigkeiten entsprechend etwas vorfindet. „Freiheit und Disziplin gehören hier untrennbar wie die beiden Seiten einer Münze zusammen!“ (Maria Montessori)

Durch das Freispiel, die freie Wahl der Materialien/Angebote, das freie und selbstbestimmte Handeln, erlangen die Kinder eine geistige Unabhängigkeit, ein tiefe Freude und Bestätigung.

Besonders fördernd und sich auf die Entwicklung des Kindes positiv auswirkend, sind im Freispiel die heterogenen sowie altersgemischten Gruppen. Die Kleineren lernen von den Grossen, sehen sie als Vorbilder, wollen sie nachahmen und fühlen sich angespornt. Aber auch die Schwächeren werden mal die Stärkeren sein, weil sie kleinere oder unerfahrenere Kinder anleiten dürfen. Die Kinder entwickeln sich so automatisch zu glücklichen,

selbstbewussten und starken Persönlichkeiten, die lernen, dass man auch im Match mal auf der einen oder anderen Seite stehen kann und dies als Herausforderung und Ansporn annehmen und nicht als Frust.

Den Eltern und Trainern, die Angst haben, dass sich die Kinder beim freien (Tennis-) Spielen undiszipliniert und schlecht verhalten, muss man raten, in einer nach Montessori Prinzipien geleitete Tagesschule zu hospitieren und zu sehen, zu was Kinder bei entsprechenden Verhaltensregeln und Materialien fähig sind, selbstbestimmt und selbstständig zu leisten.

Im Tennis kann man mit etwas gutem Willen die Ideen von Maria Montessori auch umsetzen.

Das Spiel als eigenständige Lernmethode akzeptieren

Den wenigsten Eltern, aber auch Trainern ist es nicht bewusst, dass die Kinder auf verschiedenste Arten lernen:

- Natürliches Lernen
- Angeleitetes Lernen

Eine natürliche Lernform ist nach Hahn: Das Lernen als Spiel (d. h. verfolgen einer Spielidee, die anregend und herausfordernd ist (vgl. Smash 11/12 2011: Success 3).

Im „Training Book“ (s. www.kidstennis.ch) des neuen Swiss Tennis U10 Projektes versuchten die Autoren Alexis Bernhard - Castelnuovo, Martin Golser und Freddy Siegenthaler sowohl in der Unterrichtsphilosophie wie auch in den Trainingsinhalten den Spielgedanken einfließen zu lassen:

„Tennis ist ein Spiel, das aus Ballwechseln besteht. Die Herausforderung ist es, den Ball regelmässig zurückspielen zu können, um einen Ballwechsel zu ermöglichen und um Punkte zu spielen.“

„Das Spiel ist die wichtigste Grundlage für das kognitive Lernen, für die Entwicklung der Neugier, Experimentierfreude und aktives Lernen“ (Margrit Stamm).

Auf Grund dieser Anregungen können Trainer ihr Training überdenken und erneuern. Die im modernen Schulunterricht üblichen neuen Lernmethoden wie Workshop, Wochenplan etc. sollten auch in den Tennisunterricht

Die Spieldidaktik von Aregger (1994) schlägt folgende allgemeine Ziele und Vorgehensweisen vor:

SPIEL

(modifiziert nach Aregger 1994)

Zum Zeitvertreib, Plausch, Lustgewinn:

Im Sinne „erfüllte Gegenwart“
(auch Angstabbau, Erholung,
Entlastung von Leistung)

durch Spielgegebenheit geben,
Anregung für die Freizeitaktivität

durch

- Spielgegebenheit
 - fester Kindertennisplatz
 - Spielecke mit verschiedenen Spielmaterialien
 - Kinder haben Zugang zu Trainingsmaterialien wie Kinderbälle, Hürden, Minitramp etc.
- Randzeiten
 - Einstieg in die Thematik
 - freies Spielen nach dem Training
- Pausen
 - innerhalb von Lagern
 - Auflockerung durch Spiel
- „Motivationsspiele“ wie
 - „petit“
 - „Prellball“
 - „Rundlauf“
 - „Das Boot“
 - „6er Spiel“/„Olympia“
 - „Americano“
- Spielstunden
 - mit Schwerpunkt Punkte spielen
 - versch. Rückschlagsportarten
 - verwandte Sportarten
 - „Weihnachtsturnier“
- Spielanlässe
 - Eltern/Kind
 - polysportiver Wettkampf
 - Doppeltourniere

Ein guter Spieler werden:

Identität und Selbstkonzept
Spielkompetenz
Aufbau eines Spielrepertoires

Einführung in ein Spiel, fachkundige
Förderung

durch

- Schulspiel und Spielkurse mit Ziel:
Anleitung zum Selbststudium
- Spielgruppen aller Art, z. B. Tennis mit Fachleuten
- Gelegenheit geben, das Spiel und Möglichkeiten zu entdecken

Im Dienste des Lernens:

sensorisch
motorisch
emotional
kognitiv
sozial
kreativ
Sach-, Sozial- und Selbstkompetenz

Spiel als didaktisches Mittel

durch

- Lern- und Problemlösungsspiele
- Übungsspiele (variiertes und intensives Üben)
- Spiele als Zugänge zu systematisches Lernen
 - Game based learning
 - Modelliertes Training
- Rollenspiele als soziale Lernerfahrung
 - Schüler als Lehrer
 - Wettkampfsituationen durchspielen: „Wie verhalte ich mich, wenn...?“



eingebaut werden. Dabei würden wir von unseren Schülerinnen Bekanntes aufgreifen.

Planung

Um das freie Tennisspiel wieder zu ermöglichen, muss es in der Trainingsplanung berücksichtigt werden. Swiss Tennis hat dieses Problem erkannt und gibt in der „Player Development“ Umfangs- und Belastungsempfehlungen:

Dabei sollten meiner Meinung nach die offiziellen Turniere nicht zu den 20% des freien Spiels gezählt werden, da die für die klassierungszählenden Matches nie zweckfrei sind, weil sowohl von Trainern, Eltern, aber auch Junioren eine bestimmte Absicht besteht: Sie wollen gewinnen, ihre Ranglistenposition bzw. Klassierung verbessern, Erfolg haben. Turniere und Matches sind ohnehin Teil der Turnierplanung und können auf Grund ihrer unterschiedlichen Dauer und Intensität kaum in der Trainingsplanung quantifiziert werden.

Innerhalb des Trainings können im Gruppentraining Freiräume geplant werden für das freie Spiel. Während der Trainer auf Platz 1 eine Übung vorgibt, können die Trainingsteilnehmer auf dem 2. Platz wählen wie und was gespielt wird. Auch innerhalb der vom Trainer

geleiteten Übung sollen die Kinder Gelegenheit erhalten eigene Lösungen zu finden bzw. genügend Zeit erhalten um die Aufgabe zu erfüllen. Vor allem in Ferien Tenniskursen bzw. Tennislagern hat man die nötige Zeit neue Wege zu gehen und u.a. auch Freiräume zu schaffen.

Neue Strukturen schaffen

Ein wichtiger Punkt bei Umsetzung der Idee ist, dass vor allem die Wettkampf-juniorinnen und -junioren unabhängig von ihrer Clubmitgliedschaft untereinander gratis spielen können.

Auf Initiative von Alessandro Grecco, Heinz Günthardt (Swiss Tennis) und Marc Brunner (Regionalverband Züri Tennis) entstand 2012 der „RVZT – Sommer Challenge“, der die besten acht Junioren und Juniorinnen (Leistungsstufe 1) von U10, U12 und U14 zu Wettkämpfen untereinander anspronte. Dieses Pilotprojekt hatte zum Ziel: Förderung der Kultur des selbständigen Spielens, der Gruppendynamik und der Leistungsdichte. Die Jugendlichen sollten selbständig Matches gegeneinander abmachen und austragen.

Schon damals hatte es für mich nur einen Kritikpunkt, dass die Resultate zum Ranking zählten. Somit war ein Experimentieren neuer Taktiken etc. kaum erlaubt. Auch war ich nicht sicher, ob die Eltern unter diesen Vor-

zeichen sich in Zurückhaltung üben können. Es war aber sicher, dass dieses Projekt einen Schritt in die richtige Richtung war (vgl. Smash 6/13).

Leider behielt ich recht: Den RVZT Sommer Challenge gibt es nicht mehr. Beim der ersten Durchführung klappte es einigermaßen (inkl. Verlängerung bis in den November). Im zweiten Jahr gab es fast keine Anmeldungen mehr. Gründe dafür gibt es nach Roger Vaissière (Juniorenobmann des Regionalverband Zürich Tennis) verschiedene:

- Zu idealistische Vorstellungen der Initiatoren: Die Spielerinnen organisieren ihre Spiele selbständig (= Erziehung zur Selbständigkeit), aber in der Realität organisierten die Eltern die Matches und „die waren schlicht nicht in der Lage, die Sache sauber durchzuführen (u.a. keine Antwort auf Anfragen etc.)“
- Die zeitliche Belastung der Kinder durch Schule, Training, Turniere ist erheblich. Da bleibt kaum Zeit für „Sparring – Matches“.

Roger Vaissière versucht nun als Juniorenobmann, „die Eltern positiv zu motivieren, mehr freie Trainingsmatches spielen zu lassen“.

Damit dies jedoch möglich ist, braucht es eine Regelung, dass die Kinder unabhängig von der Clubzugehörigkeit miteinander spielen dürfen. Auch sollten alle U10-Kinder in ihrem Club mit ihren Eltern gratis Ten-

Alter	Total	Tennistraining	Kondition	Freie Spiele (inkl. Turniere)	Psyche
5–10 Jahre	9–12 Stunden	50%	30%	20%	Integriert im Tennistraining Spez. Trainingstage 1x Saison
		45–60 Min. pro Lektion	30–60 Min. pro Lektion	1–3 x freies Spiel pro Woche	
		3–5 Einheiten pro Woche	1–3 Einheiten pro Woche		
11–14 Jahre	12–16 Stunden	60%	20%	20%	dito
		60–120 Min. pro Lektion	60 Min. pro Lektion	2–3 x freies Spiel pro Woche	dito
		4–6 Einheiten pro Woche	1–3 Einheiten pro Woche		

HINTERGRUND

nisspielen dürfen. Dies wäre eine prima Aktion zur Förderung von Tennis als Familiensport.

Die neuen Kommunikationsmethoden nutzen

Dank den heutigen Kommunikationsmethoden sollte es eigentlich einfacher sein, sich miteinander zum Tennisspielen zu verabreden:

- Sms Mitteilungen
- Facebook Eintrag
- Email
- whatsapp-Gruppen
- Doodle

Elektronische Reservationssysteme

Autor: Freddy Siegenthaler ist ehemaliger Swiss Tennis Stützpunkttrainer sowie ehemaliger Swiss Nationaltrainer Kondition. In Brugg führt er seine eigene Tennisschule und zu seinen ehemaligen Schützlingen zählen unter anderem Amra Sadikovic und Stefanie Vögele. Zudem war er über Jahre Mitglieder der Arbeitsgruppe Swiss Tennis U10.

Homepage: <http://www.fstennis.ch>

hingegen behindern ein kurzfristige, spontanes Sporttreiben in den Clubs und ein lebendiges Clubleben.

4. Bernhard Bretschers Trainingsexperiment

Bernhard Bretscher (1953 – 2004), ehemaliger Förderer von Severin Lüthi (Trainer von Roger Federer), experimentierte mit verschiedenen Lehr- und Lernmethoden: Im Rahmen eines Trainingslagers des Zentralschweizer Regionalkaders machte er folgendes Experiment:

Teilnehmer: Junioren des Zentralschweizer Kaders U14

Zielsetzung: Sehen, was passiert, wenn den Kaderjunioren eine perfekte Infrastruktur und Spielpartner zur Verfügung gestellt wird, aber kein Training organisiert wird.

Die Kinder waren zentral untergebracht, das Essen war organisiert, es standen genügend Tennisplätze und Tennisbälle zur Verfügung. Bernhards Aufgabe bestand darin, die Kinder zu beobachten und zu beraten.

Bernhard Bretscher war in mancherlei Hinsicht Tennis Pionier und Förderer. Da er ja viel zu früh verstarb, konnte ich ihn nicht mehr über die Ergebnisse dieses Projekts „Freies Tennisspielen in der Urform“ befragen. Vielleicht erinnert sich ein Teilnehmer beim Lesen dieses Artikels an dieses umstrittene Trainingslager.

Damals konnte auch ich seine Beweggründe nicht verstehen. Heute bin ich überzeugt, dass für U14 das systematische Training in Kombination mit mindestens 20% freiem, selbständigem Spiel das Erfolgsrezept ist.

Eckdaten der sportmotorischen Entwicklung von Roger Federer (nach Lynette Federer, 14.2.13)

Kleinkindalter bzw. Vorschulalter (1. bis 6. Lebensjahr):

ab 12./13. Lebensmonat	ab Laufalter sehr geschickt im Umgang mit Ball beschäftigte sich gerne mit Bällen, Tennis, Fussball, Tischtennis sehr grosser Bewegungsdrang spielte viel mit Eltern und älterer Schwester begleitet Eltern viel auf den Tennisplatz dort spielte er Tischtennis, Fussball, rannte herum, spielte gegen Wand etc. Fussball Pampersliga beim FC Riehen 1 x / Woche bewegte sich viel im Freien (u. a. auch Ferien in Südafrika)
5./6. Lebensjahr	obligatorischer Kindergarten

Schulalter 7. bis 12. Schulalter:

ab 7,5 Jahren	erstes Kindertraining in der Gruppe (1 x pro Woche)
8 Jahren	1 x Woche VBTU Training
ab 9 Jahren	1 x zusätzliches Training mit VBTU mit Marco Chuidinelli und Andre van der Merwe (3er Gr.) + 1 x pro Woche Training auf TC Old Boys
mit 8 Jahren	1. Tennisturnier in Arlesheim (auf 10 Games)
ab 8 Jahren	Fussballtraining (= Roger's Konditionstraining) 2 x pro Woche
ab 9 Jahren	sporadische Einzelstunden mit Seppli Kacovski
ab 10 Jahren (2 Jahren)	Fördertraining des VBTU: 3er Gruppen 3x pro Woche mit Marco Chiudinelli und Frank Frey Private Stunden + Teilnahme Junioren Interclub
ab 11 Jahren	Internationale Juniorenturniere
mit 11 Jahren	Aufgabe des Fussballs aus Zeitgründen, dafür 1 h pro W. Konditionstraining
mit 12 Jahren	Schweizermeister U12 Sommer und Winter
12 – 14 Jahren	2 x Gruppen Unterricht, Private Stunde Peter Carter, 1 x Konditionstr. pro W
mit 14 Jahren	Wechsel nach Ecublens

Zusammenfassung 10 bis 14 Jahren:

Bis zum Wechsel nach Ecublens nie mehr als max. 7 Stunden Tennis trainiert (inkl. Einzelstunde) – Wochenende viele Turniere (sehr früh nur noch die offiziellen Juniorenturniere wie Basler, ZS)

plus 2 h Fussballtraining oder 1 Stunde Konditionstraining

plus wenige Zentralschweizer Kader Weekends

plus vielfältige Freizeitaktivitäten mit Kollegen und Familie wie Tischtennis, Skateboarden, Squash, Radfahren, Wandern, Schwimmen, Tischtennis, Basketball, Fussball; im Winter Skifahren

Freies Tennisspielen nur an Wochenenden mit Familie oder spontanen Tennispartnern, da der Tennisplatz zu weit von zu Hause war.

Das große Freiluftspielfeld in Wimbledon

Seit Jahren stehe ich in der „Queue“ (= Schlange), um an Centre-Court-Tickets für die Achtelfinals des Wimbledon Turniers zu kommen. Um „garantiert“ eines der 500 Center Court Tickets zu bekommen, muss man sich mit seinem Zelt schon Samstagmittag für ein Montagsticket in der Queue einreihen. Über 10000 Besucher pro Tag versuchen, mit „Queing“ ins Gelände zu kommen. Es sind Tennisfans aus aller Welt, auch viele Engländer, die selber gar nicht Tennis spielen. So warten Jung und Alt teilweise zwei Tage auf den Einlass ins Gelände an der Church Road: man diskutiert, liest, hört das Wimbledon Radio mit den aktuellen Reportagen, „sunnet“, grilliert, isst, schläft und viele spielen...

Die „professionellen Tennisspieler“



Material:

- Kindertennisnetz
- Feldmarkierungen oder breites Scotch Klebband
- Kindertennisbälle oder normale Tennisbälle
- Kindertennisschläger oder normale Tennisschläger

Sie sind organisiert und haben das ganze Material von zu Hause mitgebracht.

Spielgedanken:

Es werden Punkte gespielt.

Freies Spiel = Motivation + Zeit + Infrastruktur + Umfeld

- **Motivation:** Möglichst grosse intrinsische Motivation (= Eigenmotivation) „Spiel um des Spielens willen“.
- **Zeit:** Genügend Zeit, um sich „einzuspielen“ und damit sich das Spiel entwickeln kann.
- **Infrastruktur:** Kinder- bzw. spielgerechter, sicherer Spielplatz mit Spielgeräten, die die Spielenden einfach zum Spielen auffordern.
- **Umfeld:** Eltern, Geschwistern, Freunde, Lehrer etc., die gerne selber spielen oder mindestens das Spielen zulassen und den Spieltrieb des Kindes nicht bremsen. Für viele Spiele braucht es Partner, um zu spielen.

Die „Amateur Tennisspieler“



Material:

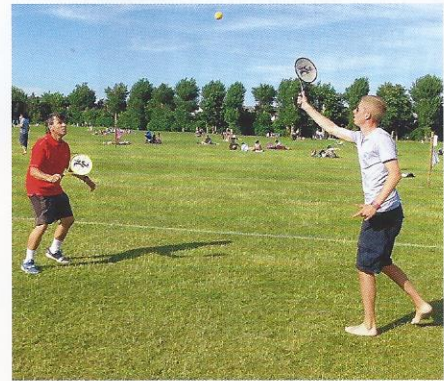
- Tennisschläger
- Normale Tennisbälle

Sie spielen auf dem freien Feld ohne Begrenzung und Netz.

Spielgedanke:

Es wird miteinander gespielt.

Die „Taiji Bailong Ball“ Spieler



Material:

- Spezialschläger mit Gummimembran Bespannung
- „Tennisball“ mit etwas Sandfüllung

Taiji Bailong Ball (TJBB) ist ein Mix zwischen Tennis und Taiji (der Ball wird abgefedert und weitergeleitet, nie geschlagen oder blockiert: es sind nur runde, ganzheitliche, dynamische Bewegungen erlaubt):

Spielformen:

- Soloplay
- Multiplay miteinander spielen
- Multiplay gegeneinander mit Netz und Spielfeldbegrenzung.

TJBB wurde in Wimbledon Park nur ohne Netz und Spielfeldbegrenzung gespielt

Spielgedanke:

Es wird miteinander gespielt.

Die kreativen Tennisspieler



Material:

- Tennisschläger
- Tennisbälle
- Spielfeldabgrenzung mit Klebband, Taschen, Schuhe, Kleider
- Netz mit Schnur befestigt am Abfallpfosten und einem „Einkaufswägel“
- Originellste Variante des Netzes: der 3. Mitspieler kniet dort, wo sonst ein Netzposten steht und sagt an, wenn der Ball unter der gedachten Netzkante durchfliegt.

Spielgedanke:

Es werden Punkte gespielt.

Die „Beachplayer“



Material:

- Beachschläger in verschiedensten Varianten und Materialien
- Gummiball

Sie spielen auf dem freien Feld ohne Begrenzung und Netz.

Spielgedanke:

Es wird miteinander gespielt.

Die „Handtennis“ Spieler



Material:

- Tennisball
- Methodikball
- 20 cm Durchmesser Plastikball
- Spielfeldabgrenzung mit Tasche, Kleiderstück etc.
- Mit oder auch ohne Abgrenzung
- Imaginäres Netz

2 verschiedene Spielgedanken:

- Gegeneinander oder
- Miteinander

Die „Catcher“



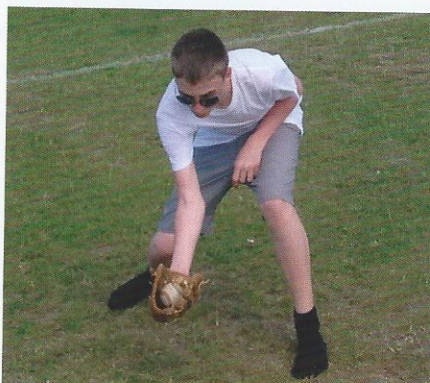
Material:

- Scheibe mit Klettverschlussbelag
- Spezialball

Spielgedanke:

Es wird miteinander gespielt.

Die „Baseballer“



Material:

- Baseball Handschuh
- Baseball Ball oder Tennisball

Spielgedanke:

Es wird miteinander gespielt.

Die Frisbee Spieler



Material:

- Frisbee

Es wird zu zweit oder mehreren Spielern im Kreis gespielt

Spielgedanken:

- Miteinander spielen
- Variantenreiches Fangen
- Korb treffen (Frisbee Golf)

Die Fußballer



Material:

- Fußball
- Plastikball
- Tennisball

Balljonglieren und Passen

Spielgedanke:

Es wird miteinander gespielt.

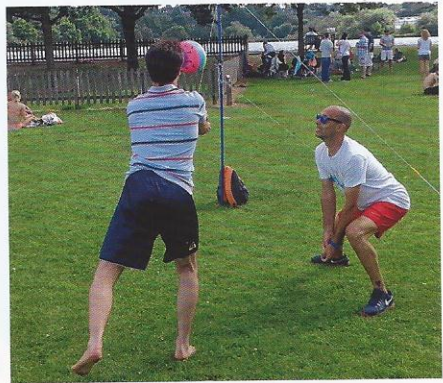
Variante:

Fussballmatch auf 2 Tore.

Spielgedanke:

2 Teams spielen gegeneinander.

Die Volleyballer



Material:

- Volleyball
- Transportables Volleyballnetz mit Pfosten und Spiellinien

Es wird Volleyball gespielt:

2 gegen 2 bzw. 3 gegen 3.

Spielgedanken:

2 Teams spielen gegeneinander.

Die Tennisball Werfer und Fänger



Material:

- Tennisball

Die einfachste Form von Spielen mit Ball:
„Bälle werfen“

Spielgedanke:

Es wird miteinander gespielt.

Die „French Cricket“ Spieler



Material:

- Cricket Schläger
- Tennisball

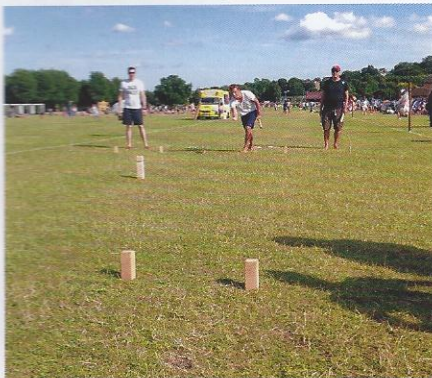
Spieler stehen in einem Kreis um den „Batsman“, um ihn unter Kniehöhe mit dem Ball zu treffen oder den Ball zu fangen. Der „Batsman“ muss mit geschlossenen Beinen an Ort stehen und versuchen, dem Cricketschläger den Ball abzuwehren.

Spielgedanken:

1 Person gegen alle.

| HINTERGRUND

Die „Kubb“ Spieler



Material:

- Kubb Set

Spielgedanken:

Es spielen zwei Teams (1-6 Spieler) gegeneinander. Die Spieler versuchen, jeweils die Holzklötze (=Kubb) der Gegenpartei zu treffen etc.

Vater / Kind



Material:

- irgendein Ball

Spielgedanken:

Der Vater / die Mutter spielt mit dem Kind.

Die Kartenspieler



Material:

- Spielkarten oder andere Gesellschaftsspiele

Spielgedanken:

Gegeneinander spielen.

„Ring“ Werferinnen



Material:

- Ringe
- Holzkreuz als Ziel

Spielgedanken: Wer trifft am meisten?

Der Rugbyspieler



Material:

- Rugbyball

Die Spieler werfen sich den Ball „rugbymässig“ zu.

Spielgedanken:

Miteinander spielen, technisch korrekte Würfe produzieren.

Alle diese Spielmöglichkeiten sind auf jeder beliebigen Rasenfläche möglich. Ähnliche Spiele sah der Autor schon diesen Sommer hinter dem Hallwyler Schloss am See (Aargau, Schweiz) bei einem der vielen unbeaufsichtigten Badeplätze...