



15 Stundenbilder Tennis | TBE

Kindergarten / Vorschule

1. STUNDE

Erklärung: Verhaltensregeln für das Spielen und Üben mit dem Ball	
- Wie sollen sich die Kinder verhalten, wenn mit dem Ball gespielt/geübt wird oder der Ball wegerollt und geholt werden muss? - Erklärung des „Stopp-Signals“. Bei „Stopp“ soll der Ball schnellstmöglich unter Kontrolle gebracht und das Spielen/Üben eingestellt werden.	
Beweg dich	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren	- Markierungshütchen/-teller
AKTIVITÄT	
Ein Spielfeld wird markiert. Alle Kinder befinden sich im Spielfeld. Auf ein Signal des ÜL/Trainers bewegen sich die Kinder frei im Spielfeld und achten darauf, nicht mit anderen Kindern zusammenzustoßen. Auf ein weiteres Signal bleiben alle Kinder sofort versteinert stehen, bis der ÜL/Trainer das Signal zum Weiterlaufen gibt. Nach und nach sollen sich die Kinder mit verschiedenen Lauf- und Sprungformen im Spielfeld bewegen. Bei jedem Signal des ÜL/Trainers ändert sich die Laufform	
VARIATIONEN	- Laufformen: vorwärts, rückwärts, seitwärts, ... - Sprungformen: auf beiden Beinen, auf einem Bein - Sonstige: auf allen Vieren, zwei Kinder nehmen sich an der Hand und laufen gemeinsam
Reifenhockey	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren - Mehrere Hütchen im Spielfeld aufstellen - Jedes Kind hat einen Reifen und einen Ball	- Markierungshütchen/-teller - Hütchen - Reifen - Verschiedene Bälle
AKTIVITÄT	
Ein Spielfeld wird markiert und darin mehrere bunte Hütchen aufgestellt. Jedes Kind hat einen Ball und einen Reifen in der dominanten Hand. Alle Kinder stehen im markierten Spielfeld. Auf ein Signal des ÜL/Trainers setzen die Kinder den Ball mit Hilfe des Reifens in Bewegung und achten dabei darauf, keines der aufgestellten Hütchen zu berühren. Danach wechselt der Reifen in die andere Hand.	
VARIATIONEN	- Verschiedene Bälle - Der Reifen wird mit beiden Händen gehalten - Die Kinder tauschen bei einer Begegnung die Bälle / die Reifen - Auf ein Signal müssen Hütchen einer bestimmten Farbe einmal mit dem Ball umrundet werden

Einfangen	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Gruppen bilden - Startmarkierungen aufstellen	- Markierungshütchen/-teller - Verschiedene Bälle
AKTIVITÄT	
Auf einer Linie werden für jede Gruppe Starthütchen aufgestellt. Das jeweils erste Kind der Gruppe legt seinen Ball auf die Startlinie. Der Ball wird, je nach Aufgabenstellung, mit der Hand weggerollt, mit dem Fuß weggestoßen oder mit einem Schlaggerät wegschlagen. Die Kinder laufen ihrem Ball nach und versuchen diesen abzustoppen. ACHTUNG: Auf ausreichend Auslauf achten. Gegebenenfalls eine Ziellinie festlegen!	
VARIATIONEN	- Verschiedene Bälle - Im Sitzen den Ball mit den Füßen vorwärts stoßen (auf Kommando) - Den Ball mit unterschiedlichen Körperteilen stoppen (Handfläche, Ellenbogen, Sohle, Knie) - Nach dem Stoppen den Ball prellend oder mit dem Fuß dribbelnd zur Linie zurückspielen

Erklärung: Verhaltensregeln für das Spielen und Üben mit dem Schläger
- Wie sollen sich die Kinder verhalten, wenn sie einen Schläger in der Hand haben? - Hinweis auf mögliche Verletzungsgefahren bei rücksichtslosem Verhalten - Wiederholung des „Stopp-Signals und Erklärung der Sicherheitsstellung. Dabei wird der Schläger mit beiden Händen vor der Brust gehalten.

Dribbeln	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren - Jedes Kind hat einen Tennisschläger und einen Tennisball	- Markierungshütchen/-teller - Tennisschläger + Tennisbälle - Verschiedene Bälle
AKTIVITÄT	
Ein Spielfeld wird markiert. Jedes Kind hat einen Ball und einen Tennisschläger. Der Schläger wird in der dominanten Hand gehalten. Die Kinder stehen im markierten Spielfeld und beginnen auf ein Signal des ÜL/Trainers ihren Ball mit dem Schläger fortlaufend zu dribbeln. Auf ein weiteres Signal muss der Ball schnell abgestoppt werden und soll ruhig am Boden liegen. Der Schläger wird rasch in die andere Hand gewechselt und es wird weiter gedribbelt. Beim nächsten Signal wechselt der Schläger wieder in die andere Hand.	
VARIATIONEN	- Verschiedene Bälle - Der Schläger wird mit beiden Händen gehalten - Der Ball wird entlang bestimmter Bodenmarkierungen gedribbelt

2. STUNDE

Wiederholung: Verhaltensregeln für das Spielen und Üben mit dem Ball

Hütchenwald	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren - Viele bunte Hütchen im Spielfeld aufstellen - Jedes Kind hat einen Ball	- Markierungshütchen - Verschiedene Bälle
AKTIVITÄT	
Die Hütchen werden innerhalb des markierten Spielfeldes so aufgestellt, dass ein „gerades“ durchlaufen von einer Seite auf die andere nicht leicht möglich ist. Jedes Kind hat einen Ball. Die Kinder stehen zu Beginn mit einem Ball außerhalb des Spielfeldes. Auf ein Signal des ÜL/Trainers rollen sie den Ball mit der Hand ins Spielfeld. Die Kinder achten darauf, bei der Ballführung kein Hütchen zu berühren.	
VARIATIONEN	- Der Ball wird nur mit der dominanten/nur mit der nicht-dominanten Hand gerollt - Der Ball wird mit dem Fuß gedribbelt - 2 Bälle werden gleichzeitig gerollt, die Bälle dürfen sich nicht berühren - Die Kinder starten von einer Seite und sollen den Hütchenwald durchqueren, ohne ein Hütchen zu berühren - Zwei oder mehr Gruppen starten von unterschiedlichen Seiten

Einfangen (mit Partner)	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Paare bilden - Jedes Kind hat einen Ball - Startmarkierungen aufstellen	- Markierungshütchen/-teller - Verschiedene Bälle - Verschiedene Schlaggeräte
AKTIVITÄT	
Die Kinder bilden Paare. Ein Kind steht mit gegrätschten Beinen an der Startlinie, das andere Kind steht mit dem Ball dahinter. Dieses rollt, kickt oder schlägt den Ball durch die gegrätschten Beine nach vorne weg. Das vordere Kind soll den Ball so schnell wie möglich einholen und abstoppen.	
VARIATIONEN	- Verschiedene Bälle - Den Ball mit unterschiedlichen Körperteilen stoppen (Handfläche, Ellenbogen, Sohle, Knie) - Das vordere Kind hat einen Schläger und versucht den Ball mit dem Schläger abzustoppen - Nach dem Stoppen den Ball prellend oder mit dem Fuß dribbelnd zur Startmarkierung zurückspielen

Wiederholung: Verhaltensregeln für das Spielen und Üben mit dem Schläger

Hin und her (mit Abstoppen)

VORBEREITUNG		MATERIAL
- Paare bilden - Jedes Paar hat einen Tennisball - Für jedes Paar mit 2 Hütchen ein Tor aufbauen		- Tennisbälle - Markierungshütchen - Tennisschläger (andere Schlaggeräte)
AKTIVITÄT		
Jeweils 2 Kinder bilden ein Paar. Die Kinder erhalten zwei Hütchen und bauen damit ein Hütchentor, durch das sie den Ball zunächst mit der Hand und danach mit einem Schlaggerät hin und her rollen sollen. Der Ball muss jeweils unter Kontrolle gebracht werden, bevor er zurückgerollt wird. Die Kinder sollen sowohl die Größe des Hütchentors als auch ihren Abstand zum Hütchentor selbst bestimmen und erforderlichenfalls anpassen.		
VARIATIONEN	- Verschiedene Bälle - Verschiedene Schlaggeräte - Ein Kind hat einen Schläger, das andere Kind ein Hütchen zum Abstoppen - Beide Kinder haben einen Schläger - Beide Kinder haben einen Schläger und ein Hütchen	

Balltausch

VORBEREITUNG		MATERIAL
- Spielfeld markieren - Jedes Kind hat einen Tennisschläger und einen Tennisball		- Markierungshütchen/-teller - Tennisschläger - Tennisbälle - Verschiedene Bälle
AKTIVITÄT		
Ein Spielfeld wird markiert. Jedes Kind hat einen Ball und einen Tennisschläger. Der Schläger wird in der dominanten Hand gehalten. Die Kinder stehen im markierten Spielfeld und beginnen auf ein Signal des ÜL/Trainers ihren Ball mit dem Schläger fortlaufend zu dribbeln. Auf ein weiteres Signal wird der Ball schnell abgestoppt und bleibt ruhig am Boden liegen. Danach läuft das Kind zu einem freien Ball, wechselt den Schläger in die andere Hand und dribbelt mit diesem weiter.		
VARIATIONEN	- Verschiedene Bälle - Der Schläger wird mit beiden Händen gehalten	

3. STUNDE

Kreisball	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Größere Gruppen bilden - Die Kinder stehen in einem Kreis	- Verschiedene Bälle
AKTIVITÄT	
Es werden Gruppen zu jeweils sechs bis acht Kindern gebildet, die sich im Spielfeld jeweils in einem Kreis auf. Die Idee des Spieles besteht darin, einen Ball von Kind zu Kind wandern zu lassen. Die Abstände werden zu Beginn so gewählt werden, dass der Ball weitergegeben werden kann. Später werden die Abstände vergrößert. Jetzt muss der Ball zum nebenstehenden Kind weitergeworfen werden. Beim Fangen des Balles soll dieser den Körper möglichst nicht berühren.	
VARIATIONEN	- Verschiedene Bälle - 2 Bälle (unterschiedlicher Größe) sind gleichzeitig im Kreis unterwegs - Die Ausführung erfolgt im Sitzen oder im Kniestand - Auf ein Signal des ÜL/Trainers (z.B. Klatschen) wechselt der Ball die Richtung - Der Ball wird rückwärts, durch die Beine weitergegeben

Farbenslalom	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren - Jeweils drei bis vier Hütchen der gleichen Farbe im Spielfeld aufstellen - Jedes Kind hat einen Ball und einen Schläger	- Markierungshütchen (verschiedene Farbe) - Verschiedene Bälle - Verschiedene Schlaggeräte
AKTIVITÄT	
Jeweils drei oder vier Hütchen werden innerhalb eines markierten Spielfeldes in kurzem Abstand in einer geraden Linie aufgestellt (« Slalomstrecke »). Jedes Kind hat einen Ball. Die Kinder stehen zu Beginn mit ihrem Ball im Spielfeld. Auf ein Signal des ÜL/Trainers dribbeln sie ihren Ball mit der Hand im Spielfeld herum, ohne bei der Ballführung ein Hütchen zu berühren. Auf ein weiteres Signal dribbeln die Kinder ihren Ball durch eine beliebige Slalomstrecke. Auch hier soll kein Hütchen berührt werden. Ist die Aufgabe verstanden erhalten die Kinder ein Schlaggerät.	
VARIATIONEN	- Verschiedene Bälle - Der Schläger wird nur mit der dominanten/nur mit der nicht-dominanten Hand gehalten - Der Schläger wird mit beiden Händen gehalten - Die Kinder erhalten Mannschaftsbänder in verschiedenen Farben Der ÜL/Trainer ruft ein Farbkombination (z.B. rot/gelb). Alle Kinder mit roten Mannschaftsbändern müssen jetzt ihren Bälle so schnell wie möglich durch eine gelbe Slalomstrecke dribbeln

Achter	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Jedes Kind hat einen Ball und einen Schläger	- Tennisschläger - Tennisbälle - Verschiedene Bälle
AKTIVITÄT	
- Jedes Kind hat einen Ball und einen Schläger. Die Kinder dribbeln den Ball mit ihrem Schläger frei im Spielfeld herum. Auf ein Signal des ÜL/Trainers wird der Ball abgestoppt und bleibt ruhig am Boden liegen. Das Kind stellt sich mit gegrätschten Beinen auf und versucht den Ball mit dem Schläger in Form einer liegenden Acht durch die Beine zu rollen. Sobald das geschafft ist, wechselt der Schläger in die andere Hand und das Kind dribbelt wieder weiter. In der dritten Runde wird der Schläger beim Dribbeln mit beiden Händen gehalten.	
VARIATIONEN	- Verschiedene Bälle - Der Ball muss in beide Richtungen durch die Beine gerollt werden

Passen	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren - Jedes Kind hat einen Tennisschläger - Die Hälfte der Kinder hat einen Tennisball	- Markierungshütchen/-teller - Tennisschläger (und andere Schlaggeräte) - Tennisbälle - Verschiedene Bälle
AKTIVITÄT	
Ein Spielfeld wird markiert. Jedes Kind hat einen Tennisschläger. Der Schläger wird beliebig mit einer oder mit beiden Händen gehalten. Alle Kinder stehen im markierten Spielfeld. Auf ein Signal des ÜL/Trainers beginnen alle Kinder sich zu bewegen. Die Kinder, die einen Ball haben, dribbeln diesen mit dem Schläger kontrolliert herum. Auf ein weiteres Signal muss der Ball schnell abgestoppt werden und kontrolliert zu einem anderen Kind (ohne Ball) weitergepasst werden. Dieses bringt den zugespielten Ball mit dem Schläger unter Kontrolle und dribbelt damit weiter. Beim nächsten Signal erfolgt ein weiteres Zuspiel zu einem anderen Kind.	
VARIATIONEN	- Verschiedene Bälle - Verschiedene Schlaggeräte - Alle Kinder haben einen Ball und versuchen diesen gleichzeitig zum jeweiligen Partner zu passen

4. STUNDE

Luftballons I (Hand)	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren	- Markierungshütchen/-teller - Luftballons
AKTIVITÄT	
Ein Spielfeld wird markiert. Jedes Kind hat einen Luftballon. Auf ein Signal des ÜL/Trainers werfen die Kinder den Luftballon zunächst hoch und fangen diesen wieder mit beiden Händen. Danach wird der Luftballon hochgeworfen und wiederholt mit den Handflächen der dominanten/nicht-dominanten Hand hochgeschlagen. In der Folge wird der Luftballon auch mit anderen Körperteilen hochgeschlagen.	
VARIATIONEN	- Abwechselnd mit der dominanten/nicht-dominanten Hand - Mit dem Handrücken - Mit dem Daumen und anderen einzelnen Fingern - Mit der Stirn - Mit den Füßen - Auf ein Signal muss der Luftballon ruhig auf einem Körperteil balanciert werden

Im Duett I (Hand)	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren - Paare bilden	- Markierungshütchen/-teller - Luftballons
AKTIVITÄT	
Ein Spielfeld wird markiert. Jeweils zwei Kinder stellen sich gegenüber auf. Jedes Paar hat einen Luftballon. Die Kinder sollen den Luftballon abwechselnd kontrolliert nach oben schlagen.	
VARIATIONEN	- Nur mit der dominanten/nicht-dominanten Hand - Mit der Stirn - Mit den Füßen - Nach jedem Hochschlagen klatschen die Kinder mit beiden Händen ab - Die Kinder sollen gemeinsam zwei Luftballons in der Luft halten

Luftballons II (Schläger)	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren - Jedes Kind hat einen Tennisschläger + Luftballon	- Markierungshütchen/-teller - Tennisschläger (und andere Schlaggeräte) - Luftballons
AKTIVITÄT	
Alle Kinder haben ein Schlaggerät. Die Kinder sollen versuchen den Luftballon mit ihrem Schlaggerät hochzuspielen und in der Luft zu halten.	
VARIATIONEN	- Nur mit der VH- oder RH-Schlagfläche - Abwechselnd mit der VH- oder RH-Schlagfläche - Abwechselnd mit dem Schlaggerät und der freien Hand - Nur mit der Schlägerkante (Rahmen) - Nur mit dem Griffende - Auf ein Signal muss der Luftballon ruhig auf der Schlagfläche liegen bleiben

Im Duett II (Schläger)	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren - Paar bilden	- Markierungshütchen/-teller - Tennisschläger (und andere Schlaggeräte) - Luftballons
AKTIVITÄT	
Jetzt vergrößern die Kinder den Abstand zueinander. Der Luftballon wird jetzt nicht mehr hochgeschlagen, sondern kontrolliert zum gegenüberstehenden Partner.	
VARIATIONEN	- 2 Kontakte: Der Luftballon wird zunächst vom Kind einmal hochgeschlagen (freie Hand oder Schläger) und erst mit dem zweiten Kontakt zum Partner geschlagen

Fliegende Luftballons	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren - Größere Gruppen bilden	- Markierungshütchen/-teller - Luftballons
AKTIVITÄT	
Jede Gruppe hat so viele Luftballons wie Kinder. Die Kinder sollen versuchen ihre Luftballons gemeinsam in der Luft zu halten. Die Luftballons dürfen mit allen Körperteilen hochgespielt werden. Fällt ein Luftballon auf den Boden, wird er rasch aufgehoben und wieder zurück ins Spiel gebracht.	

5. STUNDE

Blickkontakt	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Größere Gruppen bilden - Die Kinder stehen in einem Kreis	- Verschiedene Bälle
AKTIVITÄT	
Die Kinder werden in Gruppen zu jeweils sechs bis acht Kindern aufgeteilt und stellen sich im Spielfeld jeweils in einem Kreis auf. Die Abstände werden so gewählt werden, dass der Ball zum nächsten Kind geworfen werden muss. Ein Kind der Gruppe erhält den Ball und soll diesen rasch zu einem beliebigen Kind im Kreis weiterspielen. Allerdings muss sich das Kind vergewissern, dass das ausgewählte Kind auch bereit ist (Blickkontakt!). Beim Fangen des Balles soll dieser den Körper möglichst nicht berühren.	
VARIATIONEN	- Verschiedene Bälle

Aufstehen	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Jedes Kind hat einen Ball	- Verschiedene Bälle (vor allem größere und weiche Bälle)
AKTIVITÄT	
Jedes Kind hat einen Ball und sucht sich im Spielfeld einen Platz mit ausreichend Abstand. Die Kinder wählen eine beliebige Körperposition (z.B. Hockstand, Schneidersitz, Kniestand). Die Kinder sollen den Ball hochwerfen, rasch aufstehen und entweder aus der Luft oder nach einem Bodenkontakt wieder fangen.	
VARIATIONEN	- Im Stehen hochwerfen und im Sitzen fangen - Im Sitzen hochwerfen und im Sitzen fangen - Mehrere Bodenprellkontakte des Balles sind erlaubt - Beim Aufstehen dürfen die Hände den Boden nicht berühren - Ein Kind wirft den Ball hoch. Das andere Kind muss aufstehen und den Ball fangen. Nach jedem Wurf wechseln die Kinder die Aufgabe

Balancieren	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Jedes Kind hat einen Tennisschläger und einen Tennisball	- Tennisschläger - Tennisbälle
AKTIVITÄT	
Jedes Kind hat einen Schläger und einen Tennisball. Der Schläger wird auf den Boden und der Ball auf die Schlagfläche gelegt. Jetzt sollen die Kinder versuchen den Schläger mit der dominanten Hand vom Boden aufzuheben, ohne, dass der Ball dabei herunterfällt. Danach wird der Schläger wieder am Boden abgelegt. Der nächste Versuch erfolgt mit der nicht-dominanten Hand.	
VARIATIONEN	- Der Schläger wird mit beiden Händen (eine Hand am Rahmen, andere Hand am Griff) aufgehoben, ohne, dass der Ball den Schlägerrahmen berührt - In die Hocke gehen und wieder aufstehen - Auf dem linken / rechten Bein stehen und dabei das Gleichgewicht halten - Im Stehen wird der Schläger von einer Hand in die andere Hand übergeben - Nach dem Aufstehen sollen die Kinder eine Drehung um die eigene Achse ausführen (beide Richtungen) - Nach dem Aufstehen sollen die Kinder ein Hindernis übersteigen oder unter einem anderen Hindernis durchschlüpfen

Einsammeln	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren - Jedes Kind hat einen Tennisschläger - Mehrere Eimer im Spielfeld aufstellen - Bälle im Spielfeld verteilen	- Markierungshütchen/-teller - Tennisschläger - Tennisbälle - Balleimer
AKTIVITÄT	
Jedes Kind hat einen Schläger und einen Tennisball. Im gesamten Spielfeld liegen Bälle auf dem Boden die von den Kindern aufgesammelt und in einen beliebigen Eimer gebracht werden müssen. Auf ein Signal des ÜL/Trainers laufen die Kinder zu einem Ball, legen diesen mit der Hand auf die Schlagfläche ihres Schlägers, und bringen diesen zu einem Eimer. Der Ball soll dabei nach Möglichkeit nicht von der Schlagfläche rollen. Fällt er herunter, wird er aufgehoben und wieder auf die Schlagfläche gelegt. Jetzt darf der nächste Ball geholt werden.	
VARIATIONEN	- Die Kinder spielen in Teams und müssen nach jedem im Eimer abgelegten Ball den Schläger an ein Kind ihres Teams übergeben

6. STUNDE

Durch die Beine	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren - Jedes Kind hat einen Ball	- Markierungshütchen/-teller - Verschiedene Bälle
AKTIVITÄT	
Alle Kinder stehen im Spielfeld und haben einen Ball. Die Kinder sollen den Ball durch ihre gegrätschten Beine nach hinten kontrolliert wegrollen, sich rasch umdrehen, dem Ball nachlaufen und diesen mit verschiedenen Körperteilen abstoppen. Danach wird der Ball aufgenommen und wieder durch die Beine nach hinten gerollt. Auf ein Signal des ÜL/Trainers lassen alle Kinder ihren Ball am Boden liegen und suchen sich einen anderen Ball. Anschließend gehen die Kinder in Paaren zusammen. Die beiden Kinder stellen sich mit gegrätschten Beinen hintereinander auf. Das vordere Kind hat den Ball und rollt diesen, durch die eigenen und die Beine des Partner, nach hinten weg. Sobald der Ball durch die Beine des hinteren Kindes gerollt ist, dreht sich dieses um, läuft dem Ball nach und stoppt ihn ab. Das andere Kind läuft seinem Partner nach und stellt sich, sobald der Ball gestoppt wurde, hinter das Kind. Das Kind, das den Ball hat, rollt ihn jetzt nach hinten.	
VARIATIONEN	- Verschiedene Bälle - Körperteile zum Abstoppen des Balles: Handfläche, Ellenbogen, Sohle, Knie, Po

Tunnelball	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Kleine Gruppen mit drei oder vier Kindern bilden - Start- und Zielhütchen aufstellen	- Verschiedene Bälle - Markierungshütchen
AKTIVITÄT	
Auf einer Linie werden für jede Gruppe Starthütchen aufgestellt. Die Teams stellen sich mit gegrätschten Beinen hinter die Startlinie. Das Kind ganz vorne erhält einen Ball. Auf ein Signal des ÜL/Trainers rollt das Kind den Ball durch die eigenen und die Beine seiner Mitspieler nach hinten. Das hintere Kind nimmt den Ball auf, läuft mit diesem nach vorne und stellt sich mit gegrätschten Beinen an den Anfang des Tunnels. Nun beginnt der nächste Durchgang. Welches Team erreicht zuerst die Zielmarkierung?	
VARIATIONEN	- Der Ball wird mit unterschiedlichen Körperteilen abgestoppt - Der Ball muss auch durch die Beine des letzten Kindes durchrollen - Die Kinder bringen den Ball hüpfend nach vorne (auf beiden Beinen, auf einem Bein) - Nach dem Abstoppen wird der Ball mit der Hand zurückgerollt oder fortlaufend auf den Boden geprellt - Nach dem Abstoppen wird der Ball mit dem Fuß nach vorne gedribbelt - Der Ball wird vom ersten Kind mit dem Fuß durch den Tunnel gekickt

Aufgepasst	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren - Viele bunte Hütchen im Spielfeld aufstellen - Jedes Kind hat einen Ball und einen Schläger	- Markierungshütchen/-teller - Tennisbälle - Tennisschläger
AKTIVITÄT	
Die Hütchen werden innerhalb des markierten Spielfeldes beliebig aufgestellt. Jedes Kind hat einen Schläger und einen Tennisball. Der Schläger wird außerhalb des Spielfeldes auf den Boden und der Ball auf die Schlagfläche gelegt. Jetzt sollen die Kinder versuchen den Schläger mit der dominanten Hand vom Boden aufzuheben und damit das Spielfeld zu durchqueren, ohne, dass der Ball dabei herunterfällt oder ins Schlägerherz rollt. Auf der anderen Seite wird der Schläger wieder am Boden abgelegt. Der nächste Versuch zurück erfolgt mit der nicht-dominanten Hand.	
VARIATIONEN	- Die Kinder müssen auf ihrem Weg ein Hütchen einer bestimmten Farbe mit der Hand oder mit dem Fuß berühren (der ÜL/Trainer benennt die Farbe) - Die Kinder starten gleichzeitig von zwei, drei oder vier Seiten des Spielfeldes und sollen das Spielfeld durchqueren, ohne ein Hütchen zu berühren oder mit einem anderen Kind zusammenzustoßen - Zwei Kinder bilden ein Paar. Der Partner steht auf der anderen Seite des Spielfeldes. Das erste Kind durchquert das Spielfeld und übergibt dort den Schläger an seinen Partner. Dieser läuft den Weg wieder zurück.

In die Eimer	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren - Vier Teams bilden	- Markierungshütchen/-teller - Tennisschläger - Tennisbälle - Balleimer - Reifen
AKTIVITÄT	
Ein Spielfeld wird markiert und an jeder Ecke wird ein Balleimer platziert. In der Mitte des Spielfeldes werden vier Reifen mit der gleichen Anzahl an Tennisbällen ausgelegt. Die Kinder jedes Teams stehen bei ihrem Balleimer außerhalb des Spielfeldes. Das jeweils erste Kind hat zwei Schläger, einen in jeder Hand. Auf ein Signal des ÜL/Trainers laufen die ersten Kinder mit ihren Schlägern los, klemmen einen Tennisball zwischen die Schlagflächen ihrer beiden Schläger und laufen damit so schnell wie möglich zu ihrem Eimer zurück. Ist der Ball im Eimer abgelegt, steckt das Kind die beiden Schläger in den Eimer und das nächste Kind ist an der Reihe. Welches Team hat zuerst alle Bälle im Eimer?	
VARIATIONEN	- Jedes Kind hat nur einen Schläger. Der Ball wird aus dem Reifen genommen, auf die Schlagfläche gelegt und auf dieser zum Eimer transportiert. Fällt der Ball auf den Boden, muss er zurück in den Reifen gelegt werden und das nächste Kind ist an der Reihe

7. STUNDE

Rollende Bälle	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren - Zwei Teams bilden	- Markierungshütchen/-teller - Verschiedene Bälle
AKTIVITÄT	
Ein Spielfeld wird markiert. Die Hälfte der Kinder steht innerhalb, die andere Hälfte außerhalb des Spielfeldes. Die Kinder außerhalb des Spielfeldes verteilen sich auf zwei gegenüberliegende Seiten. Auf jeder Seite befindet sich ein größerer Ball. Die Aufgabe besteht darin die Bälle durch das Spielfeld zu den Mitspielern auf die andere Seite zu rollen und dabei ein Kind innerhalb des Spielfeldes an den Beinen zu treffen. Wird ein Kind getroffen, wechselt es zu den Kindern außerhalb des Spielfeldes. Der ÜL/Trainer achtet darauf, dass die Bälle nicht springen. Anschließend erfolgt ein Wechsel.	
VARIATIONEN	- Es kommen nach und nach mehr Bälle ins Spiel - Jeweils zwei Kinder nehmen sich an der Hand und bewegen sich im Spielfeld gemeinsam - Die Kinder verteilen sich auf alle vier Seiten des Spielfeldes

Fliegende Bälle	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren - Zwei Teams bilden	- Markierungshütchen/-teller - Verschiedene Bälle (weiche Bälle)
AKTIVITÄT	
Wie bei den « Rollenden Bällen » wird zunächst ein Spielfeld markiert und die Kinder in zwei Teams aufgeteilt. Die Kinder eines Teams stehen im, die anderen außerhalb des Spielfeldes. Das Spiel beginnt mit zwei Bällen. Jetzt werden die Bälle aber nicht mehr gerollt, sondern durch das Spielfeld geworfen. Sie dürfen dabei direkt oder indirekt über den Boden geworfen werden. Wer von einem Ball im Spielfeld getroffen wird, wechselt hinaus und wird auch zum Ballwerfer.	
VARIATIONEN	- Gespielt wird auf Zeit: Welches Team hat nach Ablauf der Zeit die meisten Kinder im Spielfeld? - Wird ein Ball gefangen, darf ein abgeworfenes Kind dieses Teams wieder zurück ins Spielfeld

Bälle sammeln	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren - Die Hälfte der Kinder hat einen Tennisschläger, die anderen Kinder haben einen Ball	- Markierungshütchen/-teller - Tennisschläger - Tennisbälle
AKTIVITÄT	
Ein Spielfeld wird markiert. Die Hälfte der Kinder hat einen Schläger, die anderen Kinder haben einen Ball. Alle Kinder bewegen sich innerhalb des Spielfeldes. Auf ein Signal des ÜL/Trainers bleiben alle Kinder mit einem Schläger stehen. Die Kinder mit einem Ball laufen zu einem Kind und platzieren ihren Ball behutsam auf der Schlagfläche. Sobald der Ball auf der Schlagfläche liegt, muss sich das Kind mit dem Schläger wieder bewegen. Die anderen Kinder laufen und holen sich einen zweiten Ball. Wieder gibt der ÜL/Trainer ein Signal. Die Kinder mit dem Schläger bleiben wieder stehen und warten auf den zweiten Ball. Wer hat wie viele Bälle nach drei Runden auf dem Schläger? Jetzt wechseln die Kinder die Aufgaben.	
VARIATIONEN	- Es wird weitergespielt bis eine bestimmte Anzahl an Bällen auf der Schlagfläche liegen - Auf das Signal des ÜL/Trainers bleiben die Kinder stehen und sollen verschiedene Körperpositionen einnehmen (hinknien, hinsetzen) bevor der nächste Ball auf ihre Schlagfläche gelegt werden darf

Schlägerübergabe	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren - Die Hälfte der Kinder hat einen Tennisschläger und einen Ball	- Markierungshütchen/-teller - Tennisschläger - Tennisbälle
AKTIVITÄT	
Ein Spielfeld wird markiert. Die Hälfte der Kinder hat einen Schläger und einen Ball. Der Ball wird auf die Schlagfläche gelegt und soll nicht herunterrollen. Alle Kinder bewegen sich innerhalb des Spielfeldes. Auf ein Signal des ÜL/Trainers bleiben alle Kinder ohne Schläger stehen. Die Kinder mit einem Schläger bewegen sich zu einem stehenden Kind und versuchen den Schläger mit dem Ball auf der Schlagfläche zu übergeben, ohne dass der Ball herunterfällt oder ins Schlägerherz rollt. Ist dies geschafft, bewegen sich die Kinder weiter bis zum nächsten Signal. Dann wechselt der Schläger erneut zu einem anderen Kind.	
VARIATIONEN	- Der Schläger muss in einer bestimmten Körperposition (im Knien, im Sitzen) übernommen werden

8. STUNDE

Aufräumen (Werfen)	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- 2 Teams bilden - Spielfeld markieren und durch Turnbänke (Netz) in zwei gleich große Hälften teilen	- Weiche Bälle - Turnbänke (Netz)
AKTIVITÄT	
Ein Spielfeld wird markiert und durch Turnbänke (Netz) in zwei gleich große Spielhälften geteilt. Die Kinder werden auf die beiden Spielhälften aufgeteilt und spielen gegeneinander. In beiden Spielhälften liegen zu Spielbeginn zahlreiche weiche Bälle. Auf ein Signal des ÜL/Trainers sollen die Kinder die Bälle aus ihrem Spielfeld über die Bank (Netz) in das andere Spielfeld werfen. Gespielt wird entweder so lange bis alle Bälle auf einer Seite liegen oder der ÜL/Trainer das Spiel nach einer bestimmten Zeit beendet. In diesem Fall werden die Bälle auf jeder Seite zählt. Die Kinder entscheiden eigenständig, von wo sie ihre Bälle ins andere Spielfeld werfen und wie sie diese über das Netz werfen (von unten, von oben, ein- oder beidhändig).	
VARIATIONEN	- Die Bälle dürfen auch mit dem Fuß gekickt werden - Die Bälle sollen mit der Hand über das Netz geschlagen werden

Hochwerfen + Fangen (aus der Luft)	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren - Jedes Kind hat einen Ball	- Verschiedene Bälle (größere und weichere Bälle) - Tennisbälle (orange)
AKTIVITÄT	
Jedes Kind hat einen Ball und stellt sich mit ausreichendem Abstand im Spielfeld auf. Der Ball wird mit beiden Händen leicht über Kopfhöhe hochgeworfen und aus der Luft mit beiden Händen wieder gefangen. Beim Fangen soll der Ball den Körper nicht berühren.	
VARIATIONEN	- Verschiedene Bälle - Langsame Steigerung der Wurfhöhe - Variation der Wurfhöhe - Das Kind klatscht vor dem Fangen des Balles einmal/mehrmals in die Hände

Hochschlagen (Hand) + Fangen (aus der Luft)	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren - Jedes Kind hat einen Ball	- Verschiedene Bälle (größere und weichere Bälle)
AKTIVITÄT	
Jedes Kind hat einen Ball und stellt sich mit ausreichendem Abstand im Spielfeld auf. Der Ball wird mit beiden Händen leicht hochgeworfen und aus der Luft mit der Handfläche der dominanten Hand einmal hochgeschlagen. Der herunterfallende Ball wird direkt aus der Luft mit beiden Händen wieder gefangen. Beim Fangen soll der Ball den Körper nicht berühren.	
VARIATIONEN	- Verschiedene Bälle - Der Ball wird mehrmals hochgeschlagen - Variation des Krafteinsatzes - Vor dem Fangen des Balles klatscht das Kind einmal/mehrmals in die Hände

Staffelslalom	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren - Mehrere Gruppen bilden - Mit Markierungshütchen für jede Gruppe einen Slalom markieren	- Tennisbälle - Tennisschläger - Reifen - Balleimer
AKTIVITÄT	
Die Kinder werden in mehrere Gruppen aufgeteilt. Für jede Gruppe wird mit vier oder fünf Hütchen eine Slalomstrecke, sowie eine Start- und Zielmarkierung festgelegt. Hinter der Startmarkierung wird ein Reifen mit Bällen und hinter der Zielmarkierung ein Balleimer platziert. Die Kinder stehen hinter der Startmarkierung. Das erste Kind hat einen Schläger. Auf ein Signal des ÜL/Trainers starten die ersten Kinder jeder Gruppe, nehmen einen Ball aus dem Reifen und dribbeln diesen mit dem Schläger durch die Hütchen bis zur Zielmarkierung. Dort wird der Ball aufgehoben und die Kinder versuchen den Ball in den Balleimer zu werfen. Sobald der Ball geworfen wurde, laufen die Kinder zurück und übergeben den Schläger an das nächste Kind.	
VARIATIONEN	- Verschiedene Bälle - Der Ball Schläger mit der nicht-dominanten Hand gehalten - Der Schläger wird mit beiden Händen gehalten - Der Ball wird auf der Schlagfläche transportiert und im Reifen abgelegt - Anstelle des Eimers wird mit Hütchen ein Tor aufgestellt. Der Ball soll am Ende durch das Hütchentor gespielt werden

9. STUNDE

Nachlaufen	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Mehrere Gruppen mit etwa 6 Kindern bilden - Mit Markierungshütchen werden Positionen des jeweils ersten Kindes markiert	- Verschiedene Bälle - Markierungshütchen
AKTIVITÄT	
Es werden Gruppen von jeweils etwa 6 Kindern gebildet. Für jede Gruppe werden in einigen Metern Entfernung zwei Markierungshütchen aufgestellt. Die Hälfte der Kinder einer Gruppe steht bei dem einen, die anderen Kinder beim gegenüberstehenden Hütchen. Die Kinder haben Blickkontakt. Ein Kind, das vorne steht, hat einen Ball. Der Ball wird dem gegenüberstehenden Kind direkt zugeworfen. Nach dem Wurf läuft das Kind dem Ball nach und stellt sich in der gegenüberliegenden Gruppe hinten an. Der Ball wird so lange hin- und hergeworfen, bis alle Kinder die Seiten gewechselt haben oder alle wieder an ihrem Platz stehen.	
VARIATIONEN	- Verschiedene Bälle - Die Wurfarten variieren, z.B. beidhändig, Überkopf, mit der "verkehrten" Hand - Der Ball wird indirekt zugeworfen - Der Ball wird mit dem Fuß zugepasst und - Der Ball wird mit einem Schläger zugerollt

Ballbesitz sichern	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren - Teams von 5 bis 6 Kindern bilden - Jedes Kind erhält ein Mannschaftsband (Leibchen)	- Markierungshütchen/-teller - Verschiedene Bälle - Mannschaftsbänder (Leibchen)
AKTIVITÄT	
Die Kinder werden in Teams zu jeweils fünf bis sechs Kinder aufgeteilt. Jedes Kind erhält ein Mannschaftsband/Leibchen. Die Teams stellen sich im Spielfeld auf und erhalten jeweils einen Ball. Auf ein Signal laufen die Kinder im Spielfeld herum und beginnen sich den Ball zuzuwerfen. Als Regel gilt: Wer einen Ball hat, darf damit nicht laufen. Der Ball soll direkt gefangen werden und rasch zum nächsten Mitspieler weitergeworfen werden. Der Werfer muss sich vergewissern, dass der Mitspieler auch bereit ist (Blickkontakt!). Beim Fangen des Balles soll dieser den Körper möglichst nicht berühren.	
VARIATIONEN	- Verschiedene Bälle - Kein Rückpass - Der Ball wird mit dem Fuß zugepasst

Hochschlagen (Hand) + Fangen (nach dem Aufsprung)	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren - Jedes Kind hat einen Ball	- Verschiedene Bälle (größere und weichere Bälle)
AKTIVITÄT	
Jedes Kind hat einen Ball und stellt sich mit ausreichendem Abstand im Spielfeld auf. Der Ball wird mit beiden Händen leicht hochgeworfen und nach dem Aufsprung mit der Handfläche der dominanten Hand einmal hochgeschlagen. Der herunterfallende Ball wird nach einem weiteren Aufsprung mit beiden Händen wieder gefangen. Beim Fangen soll der Ball den Körper nicht berühren.	
VARIATIONEN	- Verschiedene Bälle - Der Ball wird mit der nicht-dominanten Hand hochgeschlagen - Der hochgeschlagene Ball wird aus der Luft gefangen - Der Ball wird wiederholt hochgeschlagen - Der Ball wird abwechselnd mit der dominanten und nicht-dominanten Hand hochgeschlagen - Variation des Krafteinsatzes

Hochschlagen (Schläger) + Fangen (nach dem Aufsprung)	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren - Jedes Kind hat einen Tennisball und einen Schläger	- Tennisbälle - Tennisschläger (andere Schlaggeräte)
AKTIVITÄT	
Jedes Kind hat einen Tennisball und einen Schläger. Die Kinder stellen sich im markierten Spielfeld auf und achten auf ausreichenden Abstand. Der Schläger wird mit der dominanten Hand gehalten. Der Ball wird mit der nicht dominanten Hand leicht hochgeworfen und nach dem Aufsprung mit der VH-Schlagfläche einmal hochgeschlagen. Der herunterfallende Ball wird nach einem weiteren Aufsprung mit der freien Hand und der VH-Schlagfläche wieder gefangen. Wenn es gut funktioniert, wird der Ball vor dem Fangen zweimal oder dreimal hochgeschlagen. Jeder Versuch soll mit dem Fangen des Balles enden.	
VARIATIONEN	- Der Schläger wird mit der nicht-dominanten Hand gehalten - Der Ball wird mit der RH-Schlagfläche hochgeschlagen (einhändig/beidhändig) - Der Ball wird nur mit der freien Hand gefangen

10. STUNDE

Treibball	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- 2 Gruppen bilden - Für beide Gruppen eine Abwurflinie markieren	- Tennisbälle - Zwei bis drei größere Bälle
AKTIVITÄT	
Die Kinder werden in zwei Gruppen aufgeteilt und stehen sich in ausreichender Entfernung gegenüber. Für jede Gruppe wird eine Abwurflinie festgelegt. In der Mitte werden zwei oder drei größere Bälle (Zielbälle) aufgelegt. Jedes Kind hat einen oder zwei Tennisbälle. Auf ein Signal des ÜL/Trainers werfen die Kinder ihre Bälle auf die Zielbälle in der Mitte. Sie dürfen dabei nicht über die Abwurflinie treten. Haben die Kinder ihre Bälle geworfen, müssen sie rasch neue Bälle holen. Das Ziel besteht darin, die größeren Bälle durch gezielte Würfe zu treffen und in Richtung des gegnerischen Teams zu treiben. Gelingt es einem Team den Ball über die Ziellinie (= Abwurflinie der gegnerischen Mannschaft) zu treiben, ist der Ball aus dem Spiel.	
VARIATIONEN	- Für jeden Zielball wird ein Punktwert festgelegt. Wer sammelt in der Spielrunde die meisten Punkte? - Auf jeder Seite werden zusätzliche Ziellinien festgelegt, über die der Ball getrieben werden muss

Aufräumen (Schlagen)	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- 2 Teams bilden - Spielfeld markieren und durch ein Netz oder Bänke in zwei gleich große Hälften teilen - Jedes Kind hat einen Schläger	- Soft-Tennisbälle - Tennisschläger (andere Schlaggeräte) - Turnbänke (Netz)
AKTIVITÄT	
Ein Spielfeld wird markiert und durch Turnbänke (Netz) in zwei gleich große Spielhälften geteilt. Die Kinder werden auf die beiden Spielhälften aufgeteilt und spielen gegeneinander. Jedes Kind hat einen Schläger. In beiden Spielhälften liegen zu Spielbeginn zahlreiche Soft-Tennisbälle. Auf ein Signal des ÜL/Trainers sollen die Kinder die Bälle aus ihrem Spielfeld über die Bänke (Netz) in das andere Spielfeld schlagen. Der Ball darf entweder direkt aus der Luft oder nach dem Aufsprung geschlagen werden. Gespielt wird entweder so lange bis alle Bälle auf einer Seite liegen oder der ÜL/Trainer das Spiel nach einer bestimmten Zeit beendet. In diesem Fall werden die Bälle auf jeder Seite zählt. Die Kinder entscheiden eigenständig, von wo sie ihre Bälle schlagen und wie sie diese über das Netz schlagen (von unten, von oben, mit der VH, mit der RH).	
VARIATIONEN	- Verschiedene Schlaggeräte - Die Bälle dürfen nur aus der Luft/nur nach dem Aufsprung geschlagen werden - Der Schläger wird in der nicht-dominanten Hand gehalten

In den Reifen	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Paare bilden - Jedes Paar hat zwei Reifen und einen Tennisball	- Tennisbälle - Verschiedene Bälle - Reifen
AKTIVITÄT	
Jeweils zwei Kinder bilden ein Paar. Jedes Paar hat zwei Reifen, die auf dem Boden mit mindestens einer Reifenbreite Abstand aufgelegt werden. Die Kinder stehen sich gegenüber. Ein Kind hat einen Tennisball und wirft diesen von unten mit guter Flugbahn zu seinem Partner. Der geworfene Ball soll im Reifen vor dem Partner aufspringen und von diesem sicher mit beiden Händen gefangen werden. Danach wirft der Partner den Ball auf gleiche Weise zurück und versucht ebenfalls mit seinem Ball in den Reifen zu treffen. Wenn es funktioniert, können die Kinder den Abstand zwischen den beiden Reifen vergrößern .	
VARIATIONEN	- Verschiedene Bälle - Der Ball wird mit der nicht-dominanten Hand geworfen - Das Kind klatscht, wenn der zugeworfene Ball auf dem Boden aufspringt - Das Kind klatscht nur wenn der Ball im Reifen aufspringt

Hochspielen (nach dem Aufsprung)	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren - Jedes Kind hat einen Tennisball und einen Schläger	- Tennisbälle - Tennisschläger (auch andere Schlaggeräte)
AKTIVITÄT	
Jedes Kind hat einen Tennisball und einen Schläger. Die Kinder stellen sich im markierten Spielfeld auf und achten auf ausreichenden Abstand. Der Schläger wird mit der dominanten Hand gehalten. Der Ball wird mit der nicht dominanten Hand leicht über Kopfhöhe hochgeworfen und nach dem Aufsprung mit der VH-Schlagfläche zuerst einmal, dann zweimal, dreimal, usw. hochgeschlagen. Die Anzahl der Kontakte darf erst erhöht werden, wenn das Kind dreimal erfolgreich war.	
VARIATIONEN	- Verschiedene Schlaggeräte - Der Schläger wird mit der nicht-dominanten Hand gehalten - Der Ball wird mit der RH-Schlagfläche hochgeschlagen (einhändig/beidhändig)

11. STUNDE

Bälle berühren	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren - Verschiedene Bälle im Spielfeld platzieren	- Markierungshütchen/-teller - Verschiedene Bälle
AKTIVITÄT	
In einem markierten Spielfeld werden mehrere Bälle ausgelegt. Die Anzahl der Bälle entspricht der Anzahl der Kinder. Auf ein Signal des ÜL/Trainers laufen die Kinder innerhalb des markierten Spielfeldes herum und sollen dabei keinen der am Boden liegenden Bälle berühren. Auf ein weiteres Signal hin, läuft jedes Kind zu einem Ball und soll diesen kurz berühren. Der ÜL/Trainer gibt jeweils vor, mit welchem Körperteil der Ball berührt werden soll. Der Ball soll dabei nicht wegrollen. Sobald die Aufgabe ausgeführt wurde, läuft das Kind weiter bis das nächste Signal vom ÜL/Trainer erfolgt. Derselbe Ball darf nicht zweimal hintereinander berührt werden.	
VARIATIONEN	- Die Ballberührungen erfolgen mit: Handfläche, Fuß, Knie, Stirn, Po - Die Kinder laufen zwischen den Signalen vorwärts, rückwärts, seitwärts, im Hopselauf - Es werden Zahlen vereinbart, die die Ausführung mit einem bestimmten Körperteil bedeuten. Z.B. 1=Hand, 2=Fuß, 3=Stirn, 4=Po.

Prellen (Hand)	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren - Jedes Kind hat einen Ball	- Markierungshütchen/-teller - Verschiedene Bälle (gut springend)
AKTIVITÄT	
Ein Spielfeld wird markiert. Alle Kinder stehen im Spielfeld und haben einen etwas größeren, gut springenden Ball. Die Kinder versuchen den Ball mit beiden Händen auf den Boden zu prellen und den abspringenden Ball sofort wieder mit beiden Händen zu fangen. Danach versuchen die Kinder einen geeigneten Ball mit der dominanten Hand fortlaufend auf den Boden zu prellen. Nach einiger Zeit versuchen es die Kinder mit der nicht-dominanten Hand.	
VARIATIONEN	- Verschiedene Bälle - Das Prellen erfolgt in verschiedenen Körperpositionen (z.B. in der Hocke, im Kniestand) - Der Ball wird abwechselnd mit der dominanten und nicht-dominanten Hand geprellt

Prellen (Schläger)	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren - Jedes Kind hat einen Ball und einen Schläger	- Markierungshütchen/-teller - Tennisbälle - Tennisschläger (andere Schlaggeräte)
AKTIVITÄT	
Ein Spielfeld wird markiert. Alle Kinder stehen im Spielfeld und haben einen Tennisball und einen Tennisschläger. Die Kinder versuchen zuerst, den Ball leicht hochzuwerfen, nach dem ersten Aufsprung mit dem Schläger einmal auf den Boden zu prellen und den abspringenden Ball sofort wieder mit der freien Hand zu fangen. Danach versuchen die Kinder den Ball zweimal, dann dreimal, usw. auf den Boden zu prellen. Nach einiger Zeit versuchen es die Kinder mit der nicht-dominanten Hand.	
VARIATIONEN	- Das Prellen erfolgt in verschiedenen Körperpositionen (z.B. in der Hocke, im Kniestand)

Hochspielen (nach dem Aufsprung)	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren - Jedes Kind hat einen Tennisball und einen Schläger	- Tennisbälle - Tennisschläger (auch andere Schlaggeräte)
AKTIVITÄT	
Jedes Kind hat einen Tennisball und einen Tennisschläger. Die Kinder stellen sich im markierten Spielfeld auf und achten auf ausreichenden Abstand. Der Schläger wird mit der dominanten Hand gehalten. Der Ball wird mit der nicht dominanten Hand leicht über Kopfhöhe hochgeworfen und nach dem Aufsprung mit der VH-Schlagfläche wiederholt hochgeschlagen. Danach versuchen die Kinder den Ball mit der RH-Schlagfläche (einhändig/beidhändig) wiederholt hochzuschlagen. Wie oft gelingt es den Kindern den Ball im richtigen Rhythmus hochzuschlagen? Die Kinder zählen laut mit.	
VARIATIONEN	- Verschiedene Schlaggeräte - Der Schläger wird mit der nicht-dominanten Hand gehalten - Nach jedem Schlag wechselt der Schläger in die andere Hand (es wird nur VH gespielt)

12. STUNDE

Ballaufgaben	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren - Verschiedene Bälle im Spielfeld platzieren	- Markierungshütchen/-teller - Verschiedene Bälle
AKTIVITÄT	
In einem markierten Spielfeld werden mehrere Bälle ausgelegt. Die Anzahl der Bälle entspricht der Anzahl der Kinder. Auf ein Signal des ÜL/Trainers laufen die Kinder innerhalb des markierten Spielfeldes herum und sollen dabei keinen der am Boden liegenden Bälle berühren. Auf ein weiteres Signal hin, läuft jedes Kind zu einem Ball, nimmt diesen auf und führt eine vom ÜL/Trainer angeleitete Aufgabe durch. Danach wird der Ball wieder am Boden abgelegt und die Kinder bewegen sich weiter im Spielfeld.	
VARIATIONEN	- Beispiele für Ballaufgaben: Ball hochwerfen und fangen aus der Luft, Ball hochwerfen und fangen nach dem Aufsprung, den Ball mit beiden Händen fest auf den Boden prellen und den herabfallenden Ball aus der Luft fangen, den Ball durch die gegrätschten Beine rollen, den am Boden liegenden Ball abwechselnd mit dem linken und rechten Bein ganz leicht oben antippen, ... - Die Kinder laufen zwischen den Signalen vorwärts, rückwärts, seitwärts, im Hopselauf - Es werden Zahlen vereinbart, die für bestimmten Ballaufgaben stehen

Reifenprellen	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren - Mehrere Reifen im Spielfeld auflegen	- Markierungshütchen/-teller - Reifen - Verschiedene Bälle (gut springend)
AKTIVITÄT	
In einem markierten Spielfeld werden mehrere Reifen ausgelegt. Alle Kinder haben einen gut springenden Ball und laufen mit diesem im Spielfeld herum, ohne in einen der ausgelegten Reifen zu steigen. Der ÜL/Trainer gibt ein Signal und ruft eine Zahl zwischen Eins und Fünf (z.B. Drei). Die Kinder laufen zu einem freien Reifen und prellen ihren Ball dreimal in den Reifen. Anschließend laufen die Kinder mit dem Ball weiter bis der ÜL/Trainer wieder ein Signal gibt und eine neue Zahl ruft. Das Pellen erfolgt entweder mit beiden Händen oder mit einer Hand. Nach einer bestimmten Zeit tauschen die Kinder die Bälle.	
VARIATIONEN	- Verschiedene Bälle - Die Kinder laufen zwischen den Signalen vorwärts, rückwärts, seitwärts, im Hopselauf - Die vom ÜL/Trainer gerufene Zahl (eins, zwei oder drei) bedeutet die Anzahl der verschiedenen Reifen, in die der Ball geprellt werden muss. Ruft der ÜL/Trainer zum Beispiel „Zwei“, muss das Kind nacheinander zu zwei verschiedenen Reifen laufen und seinen Ball jeweils einmal in den Reifen prellen

Reifentreffer	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Paare bilden - Jedes Paar hat einen Reifen - Ein Kind hat einen Tennisschläger und einen Tennisball, das andere Kind ein Hütchen	- Tennisbälle - Tennisschläger - Reifen - Hütchen
AKTIVITÄT	
Jeweils zwei Kinder bilden ein Paar. Jedes Paar hat einen Reifen. Dieser wird zwischen den beiden Kindern auf den Boden gelegt und dient als Zielreifen, in welchen der Ball geschlagen werden soll. Die beiden Kinder stehen sich gegenüber. Ein Kind hat einen Ball und einen Schläger, das andere Kind ein Hütchen. Das Kind soll versuchen den Ball mit der VH nach dem Aufsprung so zu schlagen, dass dieser im Reifen aufspringt und danach vom Partner mit dem umgedrehten Hütchen sicher gefangen werden kann. Hat das Kind den Ball gefangen, nimmt es diesen aus dem Hütchen und wirft ihn mit guter Flugbahn zurück. Das Kind fängt den Ball mit der freien Hand oder der freien Hand und der Schlagfläche. Dann spielt es den Ball erneut mit der VH an. Nach fünf geschlagenen Bällen wechseln die Kinder die Aufgaben.	
VARIATIONEN	- Der zugespielte Ball wird mit den Händen gefangen - Die Bälle werden mit der RH (einhändig/beidhändig) geschlagen - Das Hütchen steht zuerst am Boden und darf erst aufgenommen werden, wenn der Ball geschlagen wurde

Guter Zuwurf	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Paare bilden - Ein Kind hat einen Tennisschläger und einen Tennisball	- Tennisbälle - Tennisschläger
AKTIVITÄT	
Jeweils zwei Kinder bilden wieder ein Paar. Ein Kind hat einen Schläger, das andere Kind einen Tennisball. Die beiden Kinder stehen sich gegenüber und bestimmen dabei selbst den Abstand. Das Kind wirft den Ball mit guter Flugbahn zu seinem Partner. Dieser versucht den Ball nach dem Aufsprung mit der VH oder RH zurückzuschlagen. Der zurückgeschlagene Ball wird nach dem Aufsprung gefangen und erneut zugeworfen. Nach fünf zugeworfenen Bällen wechseln die Kinder die Aufgaben.	
VARIATIONEN	- Der Ball wird aus der Luft gefangen - Die Bälle werden nur mit der VH/nur mit der RH geschlagen

13. STUNDE

Sicher fangen	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren - Teams von 5 bis 6 Kindern bilden - Jedes Kind erhält ein Mannschaftsband (Leibchen)	- Markierungshütchen/-teller - Verschiedene Bälle - Mannschaftsbänder (Leibchen)
AKTIVITÄT	
Die Kinder werden in Teams zu jeweils fünf bis sechs Kinder aufgeteilt und erhalten gleiche Mannschaftsbänder/Leibchen. Die Teams stellen sich im Spielfeld auf und erhalten jeweils einen Ball. Auf ein Signal laufen die Kinder im Spielfeld herum und beginnen sich den Ball zuzuwerfen. Als Regel gilt: Wer einen Ball hat, darf damit nicht laufen. Der Ball soll direkt gefangen werden und rasch zum nächsten Mitspieler weitergeworfen werden. Wird der Ball nicht gefangen, macht das gesamte Team drei Hampelmannsprünge und spielt anschließend sofort weiter.	
VARIATIONEN	- Verschiedene Bälle - Variation der Bewegungsaufgaben

Prelen (Schläger)	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Spielfeld markieren - Jedes Kind hat einen Ball und einen Schläger	- Markierungshütchen/-teller - Tennisbälle - Tennisschläger (andere Schlaggeräte)
AKTIVITÄT	
Ein Spielfeld wird markiert. Alle Kinder haben einen Tennisball und einen Tennisschläger. Die Kinder sollen den Ball wiederholt mit der Schlagfläche auf den Boden prellen und sich dabei in einem markierten Spielfeld frei bewegen. Wie oft gelingt es den Kindern den Ball zu prellen?	
VARIATIONEN	- Verschiedene Schlaggeräte - Das Prelen erfolgt in verschiedenen Körperpositionen (z.B. in der Hocke, im Kniestand)

Prellschlag (Schläger)	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Paare bilden - Ein Kind hat einen Tennisschläger und einen Tennisball	- Tennisbälle - Tennisschläger
AKTIVITÄT	
Jeweils zwei Kinder bilden ein Paar. Ein Kind hat einen Schläger und einen Tennisball. Die beiden Kinder stehen sich gegenüber und bestimmen dabei selbst den Abstand. Das Kind wirft sich den Ball an und prellt ihn mit der Schlagfläche nach vorne auf den Boden. Ziel ist es, den Ball so auf den Boden zu prellen, dass der Partner den Ball nach dem Aufsprung fangen kann. Der gefangene Ball wird nach dem Aufsprung gefangen und erneut zugeworfen. Nach fünf zugeworfenen Bällen wechseln die Kinder die Aufgaben.	
VARIATIONEN	- Der Ball soll mit einem Hütchen gefangen werden

Schnell zurück	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- 2 Teams bilden - Spielfeld markieren und durch ein Netz oder Bänke in zwei gleich große Hälften teilen - Die Kinder eines Teams haben Schläger	- Tennisbälle - Tennisschläger (andere Schlaggeräte) - Turnbänke (Netz)
AKTIVITÄT	
Ein Spielfeld wird markiert und durch Turnbänke (Netz) in zwei gleich große Spielhälften geteilt. Die Kinder werden auf die beiden Spielhälften aufgeteilt und spielen gegeneinander. Die Kinder eines Teams erhalten Tennisschläger, die Kinder des anderen Teams haben keine Schläger. In beiden Spielhälften liegen zu Spielbeginn zahlreiche Tennisbälle. Auf ein Signal des ÜL/Trainers startet das Spiel. Die Kinder mit einem Tennisschläger sollen die Bälle aus ihrem Spielfeld über die Bänke in das andere Spielfeld schlagen. Der Ball darf entweder direkt aus der Luft oder nach dem Aufsprung geschlagen werden. Die anderen Kinder versuchen die über die Bänke gespielten Bälle zu fangen (direkt oder nach dem Aufsprung) und wieder zurückzuwerfen. Zusätzlich sollen auch die am Boden liegenden Bälle ins andere Spielfeld geworfen werden. Die zurückgeworfenen Bälle dürfen auch direkt aus der Luft oder nach dem Aufsprung zurückgeschlagen werden. Gespielt wird entweder so lange bis alle Bälle auf einer Seite liegen oder der ÜL/Trainer das Spiel nach einer bestimmten Zeit beendet. In diesem Fall werden die Bälle auf jeder Seite zählt. Danach erhält das andere Team die Schläger.	
VARIATIONEN	- Die Bälle dürfen nur aus der Luft/nur nach dem Aufsprung geschlagen werden - Der Schläger wird in der nicht-dominanten Hand gehalten

14. STUNDE

Hochball (Hand)	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Paare bilden - Jedes Paar hat einen weichen größeren Ball	- Verschiedene Bälle (weiche, größere Bälle)
AKTIVITÄT	
Jeweils zwei Kinder bilden ein Paar. Jedes Paar hat einen weichen größeren Ball. Die Kinder stehen sich gegenüber. Ein Kind wirft den Ball leicht hoch und schlägt ihn nach dem Aufsprung mit der Handfläche einmal kontrolliert nach oben. Dann ist das andere Kind an der Reihe und schlägt den Ball hoch. Wie oft können die Kinder den Ball abwechselnd hochschlagen?	
VARIATIONEN	- Der hochgeschlagene Ball soll vom Partner aus der Luft gefangen werden - Der abwechselnd hochgeschlagene Ball soll in einem am Boden liegenden Reifen aufspringen - Die Aufgabe wird von drei oder vier Kindern gemeinsam gelöst

Reifenschlacht (Hand)	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Paare bilden - Jedes Paar hat zwei Reifen und einen Tennisball	- Verschiedene Bälle (weiche) - Reifen
AKTIVITÄT	
Jeweils zwei Kinder bilden ein Paar. Jedes Paar hat zwei Reifen, die auf dem Boden mit mindestens einer Reifenbreite Abstand aufgelegt werden. Die Kinder stehen sich gegenüber. Ein Kind hat einen etwas größeren weichen Ball. Der Ball wird leicht hochgeworfen und mit der Handfläche von unten mit guter Flugbahn zum Partner geschlagen. Der geschlagene Ball soll im Reifen vor dem Partner aufspringen (1 Punkt) und von diesem zunächst sicher mit beiden Händen gefangen werden. Anschließend schlägt der Partner den Ball auf gleiche Weise zurück und versucht ebenfalls mit seinem Ball in den Reifen zu treffen. Wenn es funktioniert, wird der geschlagene Ball nicht mehr gefangen, sondern direkt wieder zurückgeschlagen. Wie vielen Punkte erzielt das Team?	
VARIATIONEN	- Verschiedene Bälle - Der Ball wird mit der nicht-dominanten Hand geschlagen - Variation des Abstands - Das Kind klatscht, wenn der Ball im Reifen aufspringt und schlägt ihn dann zurück

Hochball (Schläger) – 1 Spieler	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Jedes Kind hat einen Tennisball und einen Schläger	- Tennisbälle - Tennisschläger
AKTIVITÄT	
Jedes Kind hat einen Tennisball und einen Tennisschläger. Die Kinder stellen mit ausreichendem Abstand zueinander auf. Der Schläger wird mit der dominanten Hand gehalten. Der Ball wird leicht über Kopfhöhe hochgeworfen und nach dem Aufsprung wiederholt mit der VH-Schlagfläche hochgeschlagen. Danach versuchen die Kinder den Ball mit der RH-Schlagfläche (einhändig/beidhändig) wiederholt hochzuschlagen.	
VARIATIONEN	- Der Schläger wird mit der nicht-dominanten Hand gehalten

Hochball (Schläger) – 2 Spieler	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Paare bilden - Jedes Paar hat einen weichen größeren Ball	- Tennisbälle - Tennisschläger
AKTIVITÄT	
Jeweils zwei Kinder bilden ein Paar. Jedes Kind hat einen Tennisschläger und gemeinsam haben die Kinder einen Tennisball. Die Kinder stehen sich gegenüber. Ein Kind wirft den Ball leicht hoch und schlägt ihn nach dem Aufsprung einmal mit der VH/RH-Schlagfläche kontrolliert nach oben. Dann ist das andere Kind an der Reihe und schlägt den Ball ebenfalls nach oben. Wie oft können die Kinder den Ball abwechselnd hochschlagen?	
VARIATIONEN	- Auf dem Boden wird ein Reifen platziert

Rein ins Hütchen (Schläger)	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Paare bilden - Jedes Kind hat ein Hütchen und einen Schläger - Jedes Paar hat einen Tennisball	- Verschiedene Bälle (weiche, größere Bälle) - Tennisschläger (andere Schlaggeräte)
AKTIVITÄT	
Jeweils zwei Kinder bilden ein Paar. Jedes Kind hat einen Tennisschläger, ein Hütchen und gemeinsam haben die Kinder einen Tennisball. Die Kinder stehen sich gegenüber. Das Hütchen wird umgedreht und in der freien Hand gehalten. Ein Kind gibt zuerst einen Ball in sein Hütchen. Es lässt den Ball aus dem Hütchen rollen und schlägt ihn nach dem Aufsprung mit dem Schläger zu seinem Partner. Dieser fängt den Ball nach dem Aufsprung mit dem umgedrehten Hütchen und spielt ihn anschließend auf gleiche Weise wieder zurück. Die Kinder entscheiden eigenständig über den Abstand zueinander und passen diesen immer wieder an.	
VARIATIONEN	- Der geschlagene Ball wird mit dem umgedrehten Hütchen aus der Luft gefangen

15. STUNDE

Prellschlag (Hand)	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Paare bilden - Jedes Paar hat einen Reifen und einen größeren Ball	- Verschiedene Bälle (weiche) - Reifen
AKTIVITÄT	
Jeweils zwei Kinder bilden ein Paar. Jedes Paar hat einen Reifen. Dieser wird zwischen den beiden Kindern auf den Boden gelegt und dient als Zielreifen, in welchen der Ball geschlagen werden soll. Die beiden Kinder stehen sich gegenüber. Ein Kind hat einen Ball, wirft diesen mit beiden Händen leicht nach oben und versucht den Ball aus der Luft nach vorne unten in den am Boden liegenden Reifen zu schlagen. Das andere Kind versucht den geschlagenen Ball nach dem Aufsprung zu fangen. Danach spielt es den Ball auf gleiche Weise zurück.	
VARIATIONEN	- Der Ball wird mit der nicht-dominanten Hand geschlagen - Der Ball wird nicht gefangen, sondern mit einem weiteren Prellschlag zurückgespielt

2 Ballberührungen	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Paare bilden - Jedes Paar hat einen Reifen und einen größeren Ball	- Verschiedene Bälle (weiche) - Reifen
AKTIVITÄT	
Jeweils zwei Kinder bilden ein Paar und spielen gegen ein anderes Paar. Die beiden Paare stehen sich gegenüber. Zwischen den beiden Paaren wird ein Reifen auf den Boden gelegt und dient als Zielreifen, in welchen der Ball geschlagen werden soll. Ein Team hat zu Beginn den Ball. Ein Kind wirft den Ball hoch und schlägt ihn nach dem Aufsprung zum anderen Team. Der Ball muss jetzt nach dem Aufsprung von jedem Spieler berührt werden. Mit dem ersten Schlag wird der Ball unter Kontrolle gebracht, mit dem zweiten Schlag zurück zum anderen Team geschlagen. Gelingt es dem Team den Ball so zu schlagen, dass er im Reifen aufspringt, erhält das Team einen Punkt. Welches Team hat zuerst 5 Punkte?	
VARIATIONEN	- Der vom anderen Team geschlagene Ball wird zuerst nach dem Aufsprung von einem Spieler gefangen, hochgeworfen und vom anderen Spieler zurückgeschlagen

Gegen die Wand	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- Jedes Kind hat einen Reifen - Jedes Kind hat einen Ball und einen Schläger	- Tennisbälle - Tennisschläger
AKTIVITÄT	
Jedes Kind hat einen Reifen, einen Tennisball und einen Tennisschläger. Der Reifen wird mit Abstand zur Wand auf den Boden gelegt. Das Kind steht dahinter, wirft den Ball leicht hoch und spielt ihn nach dem Aufsprung mit der VH/mit der RH gegen die Wand. Der zurückprallende Ball soll nach Möglichkeit im Reifen aufspringen und nach dem Aufsprung unter Kontrolle gebracht werden. Danach wird der Ball erneut angespielt.	
VARIATIONEN	- Der Ball wird nur mit der VH/nur mit der RH geschlagen - Landet der Ball im Reifen wird er nicht abgestoppt, sondern erneut gegen die Wand gespielt - Der Ball wird wiederholt gegen die Wand gespielt

Aufräumen	
VORBEREITUNG	MATERIAL
- 2 Teams bilden - Spielfeld markieren und durch Turnbänke (Netz) in zwei gleich große Hälften teilen - Die Kinder beider Teams haben Schläger	- Tennisbälle (Soft-Tennisbälle) - Tennisschläger (andere Schlaggeräte) - Turnbänke (Netz)
AKTIVITÄT	
Ein Spielfeld wird markiert und durch Turnbänke (Netz) in zwei gleich große Spielhälften geteilt. Die Kinder werden auf die beiden Spielhälften aufgeteilt und spielen gegeneinander. Die Kinder beider Teams erhalten Tennisschläger. Zu Spielbeginn werden auf beiden Seiten gleich viele (Soft-Tennis)Bälle im Spielfeld verteilt. Auf ein Signal des ÜL/Trainers startet das Spiel. Beide Teams sollen die Bälle aus ihrem Spielfeld über die Bänke (Netz) in das andere Spielfeld schlagen. Der Ball darf entweder direkt aus der Luft oder nach dem Aufsprung geschlagen werden. Die über die Bänke (Netz) geschlagenen Bälle dürfen direkt aus der Luft oder nach dem Aufsprung zurückgeschlagen werden. Gespielt wird entweder so lange bis alle Bälle auf einer Seite liegen oder der ÜL/Trainer das Spiel nach einer bestimmten Zeit beendet. In diesem Fall werden die Bälle auf jeder Seite zählt. Danach beginnt eine neue Spielrunde.	
VARIATIONEN	- Die Bälle dürfen nur aus der Luft/nur nach dem Aufsprung geschlagen werden - Die Bälle müssen überkopf geschlagen werden - Der Schläger wird in der nicht-dominanten Hand gehalten