

MATCH OF LIFE

Der Leitfaden für Tenniseltern

Teil 1 – Es dreht sich alles um das Werden

Long Arnold

DIPL. TENNISLEHRER
WETTKAMPFTRAINER B

TEL. 079 325 41 21
LONG.ARNOLD@BLUEWIN.CH

WWW.LONGARNOLD.CH

TEIL 1
Der Beginn der Tennisreise

Kapitel 1. Wann sollte mein Kind mit dem Tennisspielen beginnen?

Eine der ersten Fragen, die Eltern stellen, ist, wann ihr Kind mit Tennis beginnen sollte. Meine Antwort darauf lautet: Das richtige Alter hängt weniger vom Kalenderjahr ab als vielmehr von der individuellen Entwicklung des Kindes. Kinder entwickeln sich körperlich, kognitiv, emotional und sozial in unterschiedlichem Tempo.

Manche Kinder fühlen sich bereits mit vier oder fünf Jahren wohl dabei, an strukturierten Aktivitäten teilzunehmen. Andere benötigen mehr Zeit. Zu Beginn geht es nicht in erster Linie darum, ob ein Kind eine technisch korrekte Vorhand ausführen kann. Es ist wichtig, dass das Kind Freude daran hat, sich zu bewegen, Dinge zu erkunden, zu experimentieren und mit dem Ball zu interagieren.

Tennis sollte anfangs vor allem eine positive Erfahrung sein. Kinder müssen Koordination, Gleichgewicht, räumliches Vorstellungsvermögen, motorische Fähigkeiten und Selbstvertrauen entwickeln. Sie brauchen Gelegenheiten, um zu entdecken, wozu ihr Körper fähig ist. Zudem müssen sie sich sowohl beim Trainer als auch in der Lernumgebung wohlfühlen.

Was Eltern verstehen sollten

Frühe Spezialisierung ist nicht automatisch ein Vorteil. Ein Kind, das erst mit sieben oder acht Jahren anfängt, kann sich langfristig weiter entwickeln als ein Kind, das bereits mit vier Jahren begonnen hat.

Entscheidend sind die Qualität der Lernerfahrung, die Entwicklung des Kindes sowie dessen Bereitschaft, weiterzumachen.

Meine Botschaft an Eltern:

Machen Sie sich keine Gedanken darüber, wie früh Ihr Kind beginnt. Achten Sie stattdessen darauf, ob es eine positive Beziehung zu Bewegung, Lernen und Tennis entwickelt.

Es dreht sich alles um das Werden.

Die erste Tennisstunde: Es geht vor allem um das Werden

Wenn ein Kind zum ersten Mal meinen Tennisplatz betritt, gehe ich mit einem Gedanken auf das Kind zu: **Potenzial.**

Es geht nicht darum, ob es talentiert ist.
Es geht nicht darum, ob es einmal Turnierspieler werden kann.
Es geht nicht darum, ob es bereits einen Tennisball treffen kann.

Mir geht es darum herauszufinden, was das Kind mitbringt und wo seine Entwicklung ansetzen könnte. Nach mehr als 35 Jahren als Trainer habe ich gelernt, dass die erste Trainingsstunde weit mehr offenbart als nur die anfänglichen tennisspezifischen Fähigkeiten eines Kindes. Sie bietet mir die Gelegenheit zu beobachten, wie ein Kind etwas völlig Unbekanntes erlebt.

Worauf ich achte
Während der ersten Unterrichtsstunde beobachte ich verschiedene Dinge.

- **Ballgefühl**. Wie interagiert das Kind mit dem Ball? Kann es dessen Bewegung, Geschwindigkeit und Sprungverhalten einschätzen?
- **Koordination**. Wie bewegt sich das Kind? Kann es Hände, Augen, Füße und Körper koordinieren?
- **Athletische Fähigkeiten.** Wie reagiert es auf Bewegungsherausforderungen?
- **Lernverhalten.** Wie geht es an eine neue Aufgabe heran? Kann es experimentieren, sich anpassen und schrittweise Lösungen entdecken?
- **Zuhören und Kommunikation.** Wie reagiert das Kind auf Erklärungen und Vorzeigen? Versteht es, worum ich es bitte? Muss ich meine Art der Kommunikation anpassen?
- **Frustrationstoleranz.** Was passiert, wenn etwas nicht funktioniert? Versucht er/sie es noch einmal? Wird er/sie verärgert? Zieht er/sie sich zurück? Bittet er/sie um Hilfe?
- **Verhalten unter Druck.** Wie reagiert das Kind, wenn eine Aufgabe schwieriger wird oder wenn es sich beobachtet fühlt?
- **Persönlichkeit.** Ist er/sie sie neugierig, vorsichtig, energiegeladen, zurückhaltend, verspielt oder zögerlich? Wie geht er/sie auf eine neuen Erwachsenen und eine unbekannte Umgebung zu?

Diese ersten Beobachtungen sind keine Schlussfolgerungen darüber, wer das Kind ist. Sie bilden den Anfang einer Beziehung, in der ich fortlaufend lerne, wie ich das Kind unterstützen kann.

Möglicherweise nimmst du Verletzlichkeit wahr, bevor du Kompetenz erkennst.

Was Eltern verstehen sollten

Wenn Ihr Kind seine erste Tennisstunde besucht, denken Sie bitte an eines: ***Ihr Kind hat noch keinerlei Erfahrung als Tennisspieler.***

Es weiß nicht, wie man einen Schläger hält.
Es weiß nicht, wie sich ein Tennisball beim Aufprall verhält.
Es weiß nicht, wie es sich richtig positionieren soll.
Es weiß nicht, an welchem Punkt es den Ball treffen muss.
Es kennt die Regeln noch nicht.
Es weiß noch nicht, wie es den Schläger kontrollieren kann.
Und es kennt mich noch nicht. Alles ist völlig neu und ungewohnt.

Gehen Sie davon aus, dass Ihr Kind nicht erfolgreich sein wird

Ihr Kind wird den Ball in die falsche Richtung schlagen. Manchmal wird es den Ball sogar komplett verfehlen.

Vielleicht wird es frustriert sein. Vielleicht wird es weinen. Vielleicht wird es aufhören, es zu versuchen. Vielleicht braucht es Zuspruch.

Keine dieser Reaktionen lässt zwangsläufig darauf schließen, was für ein Tennisspieler aus dem Kind einmal werden wird. Es verrät mir lediglich etwas darüber, was das Kind in diesem Moment erlebt. Die ersten Fehler eines Kindes sind kein Beweis für seine Grenzen. Sie sind vielmehr ein natürlicher Teil der Auseinandersetzung mit etwas, das es noch nicht gelernt hat.

Das Wichtigste, was ich erschaffen möchte: Ein Funke

Ich möchte, dass das Kind entdeckt, dass Tennis lernen Spaß machen kann. Der Funke, den ich suche, besteht nicht in ständigem Lachen. Es ist der Beginn einer positiven Beziehung zum Lernen und zum Tennis.

Die wichtigste Frage ist vielleicht nicht, wie viele Bälle das Kind erfolgreich getroffen hat, sondern ob es mit dem Wunsch nach Hause geht, wiederzukommen.

Meine Botschaft an die Eltern

Nach mehr als 35 Jahren als Trainer erwarte ich von einem Anfänger nicht, dass er Kompetenz unter Beweis stellt.

Ich erwarte, dass sie mit Möglichkeiten ankommen.

Manche Kinder lernen schnell. Andere brauchen mehr Zeit. Einige werden später vielleicht wettbewerbsorientierte Spieler. Andere werden Tennis eher als Freizeitbeschäftigung genießen. Und wieder andere werden feststellen, dass eine andere Aktivität besser zu ihnen passt. Keines dieser Ergebnisse bestimmt den Wert eines Kindes.

Am Anfang kommt es vor allem darauf an, ein Umfeld zu schaffen, in dem das Kind entdecken kann, was in ihm steckt und was aus ihm werden kann.

Dazu braucht es Beobachtungsgabe, Geduld, Herzlichkeit, Struktur und angemessene Herausforderungen. Zudem erfordert es die Bereitschaft, das Individuum als solches zu sehen, anstatt es mit einem erdachten Maßstab zu vergleichen.

Bei der ersten Tennisstunde geht es nicht darum herauszufinden, wie gut ein Kind bereits ist. Es geht vielmehr darum, zu entdecken, wie das Kind lernt, was ihm Freude bereitet und was aus ihm werden könnte.

Denn letztendlich dreht sich alles um das Werden.

Long Arnold
Match of Life — Briefe an Tenniseltern



An die Eltern
Was hat Ihr Kind aus seiner ersten Unterrichtsstunde am meisten mitgenommen? Lassen Sie es mich wissen – ich lese jede Nachricht.

In Teil zwei: **Woran erkennt man einen guten Tennistrainer?**

Ich betrachte die 5 grundlegenden Kompetenzen, die ein Trainer haben muss.



“Eines unserer tiefsten menschlichen Bedürfnisse ist es, sich gesehen, gehört und verstanden zu fühlen.

„Auf dem Platz sehe ich nicht nur einen Schüler – ich sehe einen Spieler, der sich gerade entwickelt. Ich sehe die Unsicherheiten, die Neugier, die Frustration und den stillen Funken einer neuen Leidenschaft. Emotionale Sicherheit ist kein Luxus, sondern die Voraussetzung für das Lernen. Je sicherer sich ein Kind fühlt, desto weniger Schutzpanzer braucht es und desto freier kann es erkunden, wozu es wirklich fähig ist.“

Long Arnold