

Die Eltern spielen immer mit ...

... in der Terminplanung

... in der Organisation

... am Wettkampftag

... während des Matches

... nach dem Match

Die Eltern spielen immer mit ... und erleben:

- ... Aufregung des Kindes vor dem Match**
- ... unterschiedliche Reaktionen des Kindes beim Match**
- ... Freude und Ausgelassenheit nach einem gewonnen Match**
- Frust und Niedergeschlagenheit nach einem verlorenen Match**
- ... eigene Gefühle zwischen „Verärgerung“ und „Stolz“**

Was Eltern wissen sollten:

Spezielle Merkmale des Tennisspiels aus psychologischer Sicht:

- ★ 1 zu 1 Wettkampfsituation
- ★ Besondere Zählweise im Tennis
- ★ Wechselnde Rahmenbedingungen (Wetter, Plätze, Zuschauer)
- ★ Pausen – nach Ballwechsel
Pausen – beim Seitenwechsel
= viel Zeit zum DENKEN

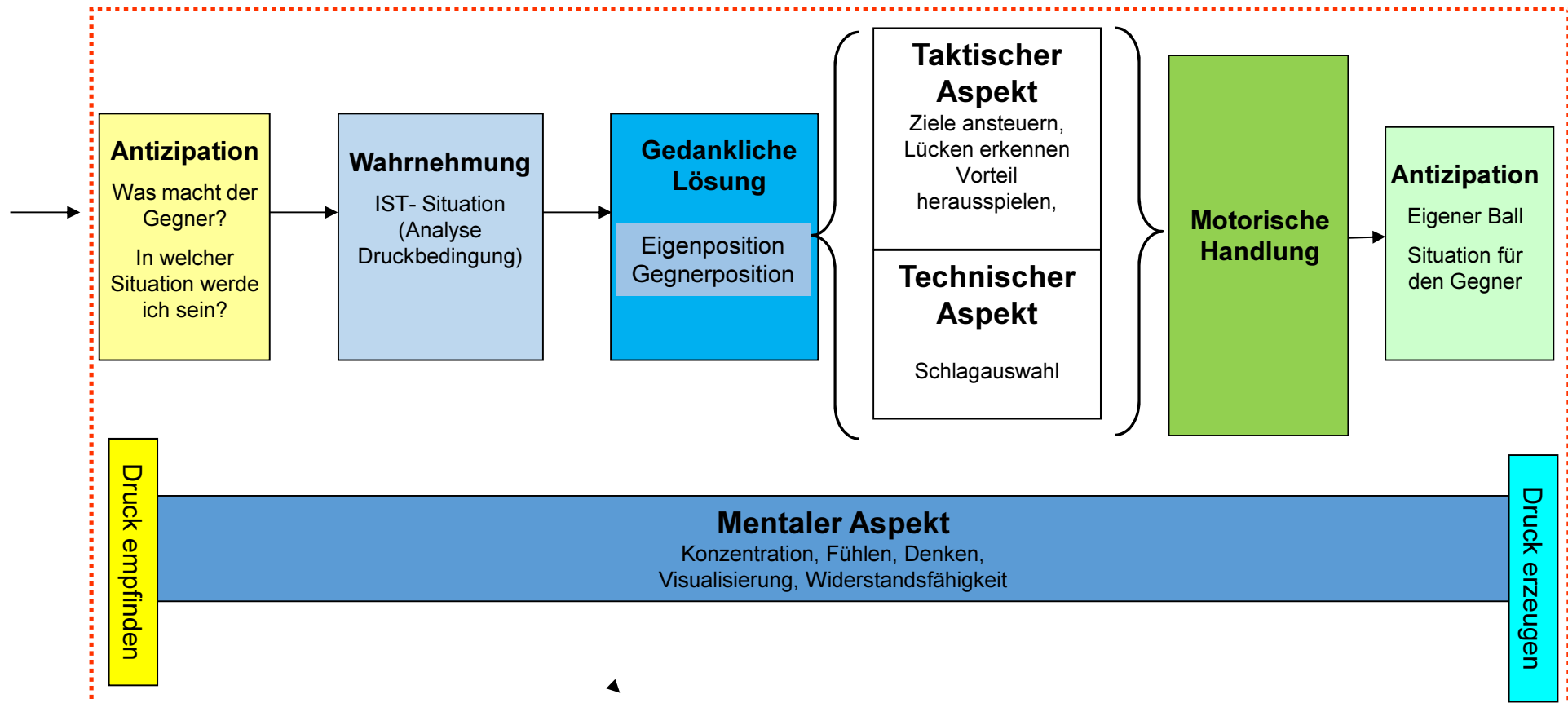
DENKEN

FÜHLEN

HANDELN

Was Eltern wissen sollten:

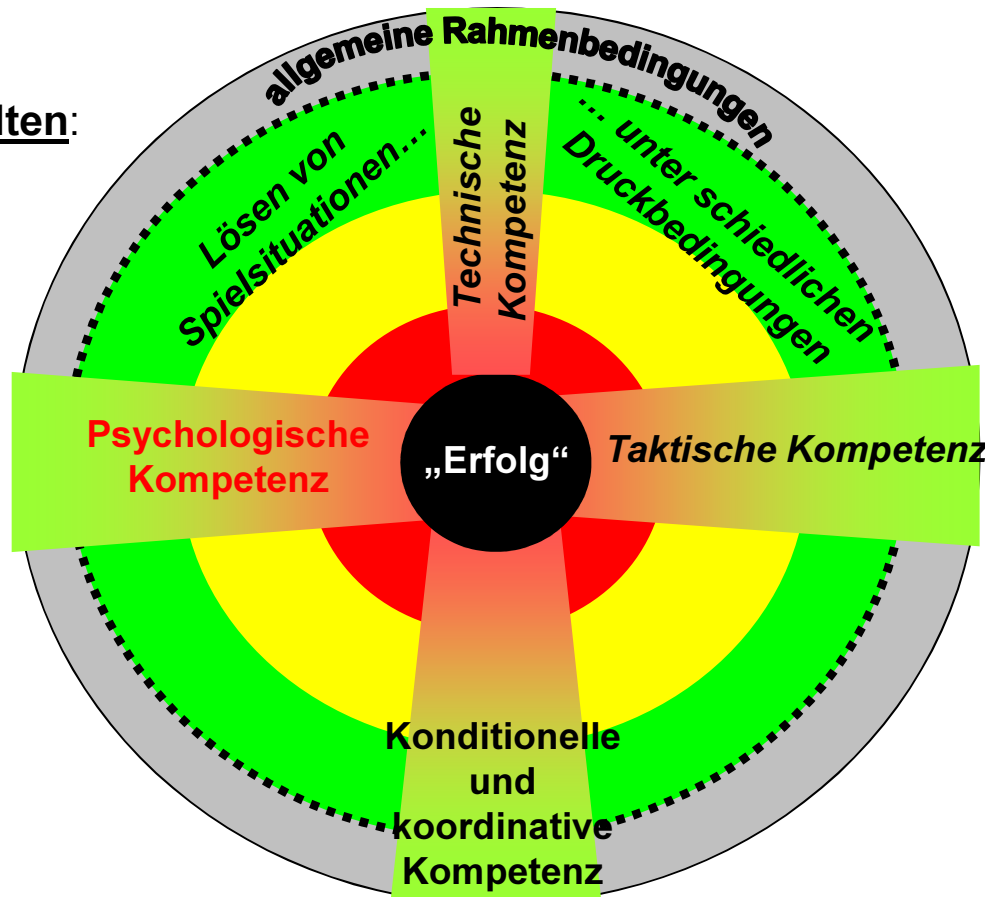
**Steuerung von Spielsituationen im Tennis –
einfach in der Übersicht - aber komplex in der Umsetzung**



Was Eltern wissen sollten:

ATP

Trainingsperformance



Alle

Trainingsformen

Punktbezogen

Technische Kompetenz		Taktische Kompetenz	Psychologische Kompetenz
Lernen Stabilisieren Automatisieren der Schlagtechniken	Anwenden bzw. Steuern der Schlagtechniken unter wettkampfspezifischen Bedingungen	Zweckmäßiger Einsatz der Schlagtechniken in Spielsituationen.	Kinästhetik Visualisierung Konzentration
<i>unterschiedliche Druckbedingungen</i>		Ziel treffen Lücke erkennen Vorteil herausspielen Antizipation	Widerstands- fähigkeit

Ausbildungsschritte: Grobform, Feinform, Stabilisierung

Wie Eltern helfen können

... gut vorbereitet sein für das Match!

1 Tag vor dem Wettkampf

Schlafen / Essen / Training

Vorbereitung am Wettkampftag

Ernährung, einschlagen

Vorbereitung Match „off court“

Umziehen, Einstimmung

... bereit sein

... das Beste zu geben

Vorbereitung „on court“

Wettkampf-Aktivierung

Wie Eltern helfen können

... gute Tipps geben!

...einfach spielen

**...Schwächen des
Gegners ausnutzen**

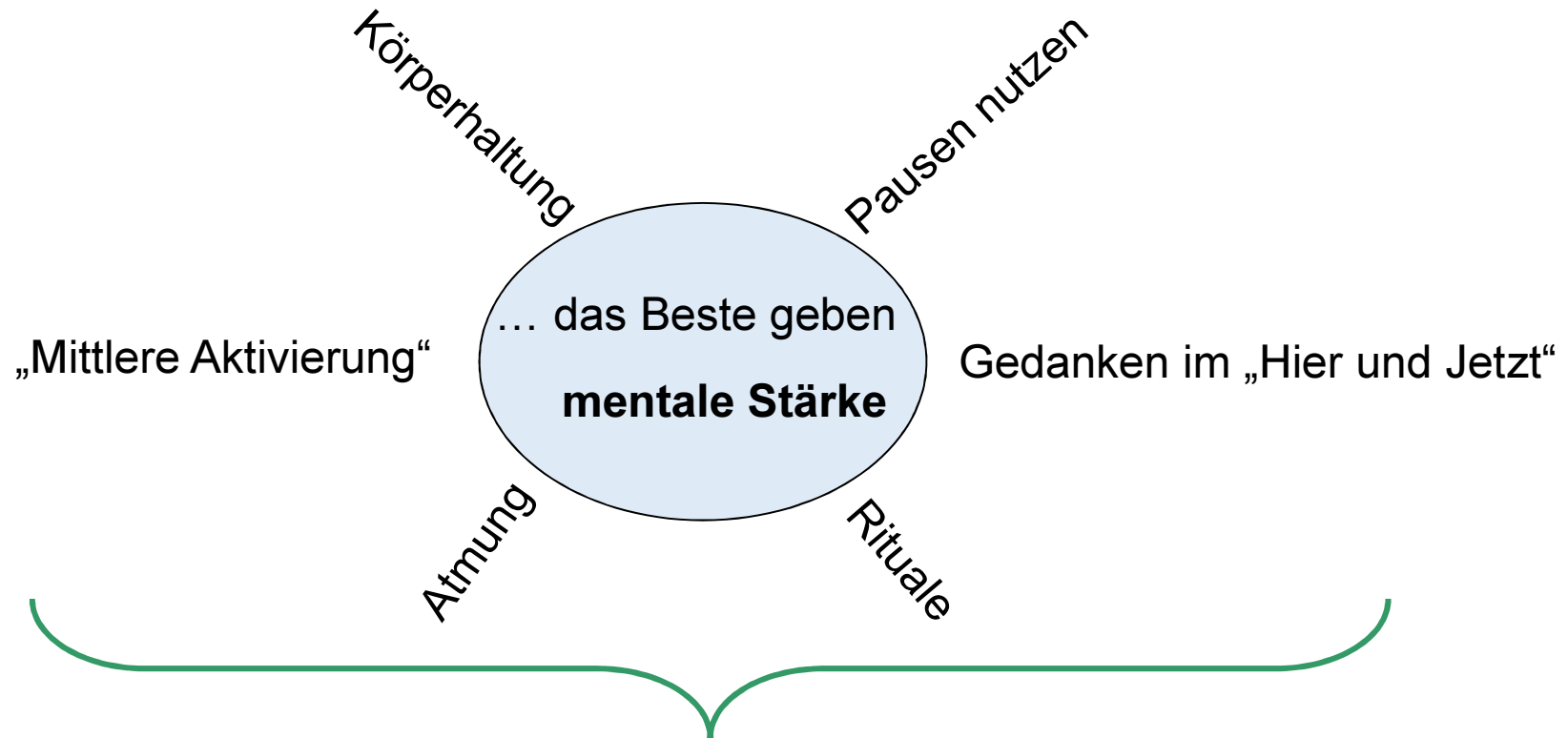
**... das Beste geben
taktisches Verhalten**

...eigene Stärken einsetzen

..cross spielen, Lücken erkennen

Wie Eltern helfen können

Gutes Spielen kann man nicht erzwingen ... es ergibt sich...



Vor jedem Match ist stets die Frage nach SIEG oder nach NIEDERLAGE.
Gib Dein BESTES nur allein, dann wirst Du immer SIEGER sein.

Wie Eltern helfen können

Erziehung zur Selbstständigkeit und Eigenverantwortlichkeit	
Leitsätze des „Kindes“	Erläuterungen psychische Faktoren
Ich habe Spaß	Freude am Sport, Freude am Spiel
Ich will	Eigener Wille, freiwillig, Ehrgeiz, Leistungsbereitschaft, Lernfreude
Ich habe ein Ziel	Realistische Leistungsziele (Ergebnisziele und Lernziele)
Ich gebe mein Bestes	Maximaler Einsatz bei Training und Wettkampf, Konzentrationsfähigkeit, positives Denken
Ich habe Vertrauen	Partnerschaft mit Trainer, Lernbereitschaft (hören, sehen, spüren), Selbstvertrauen, Selbstkontrolle

Wie Eltern helfen können

... während eines Matches	
... es läuft gut	... es läuft nicht gut
<p>... weil „das Kind“ besser ist ... weil „das Kind“ besonders gut spielt</p>	<p>... weil der Gegner besser ist ... weil „das Kind“ erkennbar nicht gut spielt</p>
<p>... abhängig von der Qualität des Gegners „Aufgabenstellung / Chancenbewertung“</p>	<p>... abhängig von der Qualität des Gegners „Aufgabenstellung / Chancenbewertung“</p>
<p>Übertriebene positive Reaktionen</p>	<p>Viele negative Beispiele: Lautes Zurufen, permanentes „Coachen“ negative Reaktionen</p>
<p>* aufmuntern, * applaudieren bei guten Punkten, * zunicken, * positive Gesten</p>	

Wie Eltern helfen können

... nach einem Match	
gewonnen	verloren
„Kind“ ist schnell zugänglich	abwarten „Kind“ erst einmal in Ruhe lassen
<p>Von der Gefühlsebene auf die sachliche Ebene gehen Selbstwahrnehmung / Fremdwahrnehmung Gemeinsames Besprechen der „Handlungsqualität“ Aufschlag, Return, Grundlinienspiel, Netzspiel, Körpersprache Mögliche Lernwünsche an Trainer weiterleiten</p>	
<p>Regeln aufstellen bei Fehlverhalten (z.B. Schläger schmeißen)</p>	
<p>Erziehung zu Eigenverantwortlichkeit</p>	

Eltern spielen immer mit...
... und erleben auch die anderen

<p>.....Gegner zählt falsch</p>	<p>.....eigenes Kind muss korrigieren und sich „durchsetzen“</p>
	<p>Weitere Streitfall: OB holen Regel: da weiter spielen, wo es unstrittig ist</p>
<p>.....Gegner „bescheißt“ offensichtlich</p>	<p>.....eigenes Kind muss aktiv werden und Abdruck zeigen lassen. Cool bleiben (wenn der mich bescheißen will, dann spiele ich noch besser.</p>
<p>.....Eltern des Gegners rufen von außen zu, mischen sich sein Verhalten sich „unsportlich“</p>	<p>Nicht mit den anderen Eltern “streiten“ oder deren möglicherweise unsportliches Niveau begeben. : OB holen und dem das Problem erklären.</p>