

DIFFERENTIATIE TOOLS IN KIDSTENNIS

Materiaal: ballen	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Gebruik van verschillende ballen (Rode, Oranje, Groene bal) is al een vorm van differentiatie. Vaardige Rode spelers kunnen al eens een oefening met Oranje ballen uitvoeren. Minder vaardige spelers kunnen in Oranje nog eens teruggrijpen naar een Rode bal ✓ Makkelijker: ballon, strandbal, blaasbal,... ✓ Moeilijker: z-bal, reflexbal
Materiaal: target/ zone	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Spelen tussen paaltjes, kegels,...: breder of smaller plaatsen ✓ Spelen naar target: groot target (bijv. 5-tal grote kegels) of klein target (bijv. 1 markeringshoedje) ✓ Spelen naar zone: grote zone in Rood (bijv. helft van Rode terrein i.f.v. rechtdoor of gekruist) of kleine zone in Rood (bijv. 50cm²)
Ontvangen van de bal	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Zelf opwerpen als speler, aanwerpen of aanspelen als trainer ✓ Van dichtbij of van verder aanspelen ✓ Bal traag of snel aanspelen ✓ Bal zonder of met spin aanspelen ✓ Zelfde trajecten of verschillende trajecten
Ontvangen: verplaatsingen	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Binnen de persoonlijke ruimte (geen verplaatsing, enkel aanpassingspassen), balanscomfortzone 1 (BCZ1: statische balans vereist) of balanscomfortzone 2 (BCZ2: dynamische balans vereist) ✓ Één of meerdere richtingen ✓ Vaste of 'ad random' richtingen
Oefenstof: werkvormen	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Individueel oefenen, spelen met trainer of spelen met elkaar ✓ Individueel lukken, samen lukken of tegen elkaar ✓ Gesloten situatie, ½ open situatie of open situatie: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Van 'minder anticipatie' naar 'meer anticipatie' ✓ Van 'minder keuzes' naar 'meer keuzes'
Oefenstof: opdracht	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Meer of minder pogingen om te lukken met een opdracht ✓ Minder of meer complex: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Bijv. vangen handen tegen lichaam > handen los > vangen in kegel > vangen in bloempotje ✓ Eenzijdig of tweezijdig (vanuit AH) ✓ Isoleren van hoofdactie of volledige bewegingsactie ✓ Zie ook ballen, target/zone, aangeven & ontvangen van de bal ✓ Minder of meer tijdsdruk <ul style="list-style-type: none"> ✓ Minder: kan je 15" volspelen zonder missen? ✓ Meer: hoeveel ballen kan je spelen op 15". Bij missen mag er niet verder gespeeld worden ✓ 'Lukken in de oefening' betekent dat de oefening moeilijker wordt gemaakt (bijv. Oranje 1 - beide spelers starten op 2m van het net, als ze 6x na elkaar kunnen spelen, mogen ze een lijn achteruit - telkens ±2m verder) ✓ Op en af: de oefening verloopt in 2 fasen. <ul style="list-style-type: none"> ✓ In de eerste fase tracht je zoveel mogelijk punten te maken (individueel, partner of tegen elkaar). ✓ In de tweede fase veranderen de punten in strafpunten

TOEPASSING VAN DIFFERENTIATIE IN JE KIDSTENNISLES?

Om differentiatie makkelijk te kunnen toepassen, geven we een voorbeeld voor Blauw en Groen. Telkens wordt een vaardigheid beschreven, samen met een eenvoudiger en moeilijker voorbeeld van oefenstof. Op die manier kan iedereen op zijn niveau de vaardigheid oefenen en kunnen spelers geprikkeld worden om verder op te schuiven op de ontwikkelingslijn.

VEREENVOUDIGEN	VAARDIGHEDEN	MOEILIJKER
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Grote, trage bal gebruiken (gymnastiekbal, strandbal) ✓ Weinig verplaatsing 	Bal vangen 'los' schuin voor	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Kleinere, snelle bal gebruiken ✓ Meer verplaatsing ✓ Hoger tempo
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Spelen met blaasbal op aangeworpen bal 	Mousse bal of foambal spelen in brede trechter	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Spelen met mousse bal of foambal in balwisseling met lesgever
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Spelen op aangeworpen bal 	Bal spelen in Blauw terrein	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Spelen tussen 'poortje' in balwisseling met lesgever
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Beperkte, vaste verplaatsingen 	Bal spelen in Blauw terrein met aanpassen	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Speler uitdagen met verschillende verplaatsingen
<ul style="list-style-type: none"> ✓ 5x = punt 	Topbegeleider	<ul style="list-style-type: none"> ✓ 10x = punt

VEREENVOUDIGEN	VAARDIGHEDEN	MOEILIJKER
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Werp- en vangtennis met grote Z-bal 	Werp- en vangtennis met reflexbal	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Werp- en vangtennis met kleine Z-bal
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Touch coöperatief 	Racketbladcontrole	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Touch competitief
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Spelen in diepe zone (voorbij de servicelijn) 	Ontvangen en zenden basislijn	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Afwisselend gekruist en rechtdoor terugspelen in diepe zone
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Terugslag met hoog percentage (80%), willekeurig met FH of BH spelen 	Terugslag	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Terugslag 1: spiegelreturn met hoog percentage (80%) in diepe zone (= gekruist voorbij servicelijn)
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Uitspelen na 2x centrale bal 	Midden-midden-uit	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Uitspelen na 6x centrale bal