

IDETYPE:

Kids sport - Tennis

ALDERSGRUPPE:

Fra 8 år

REKVISITTER:

En tennisketsjer og tennisbolde.

ANTAL:

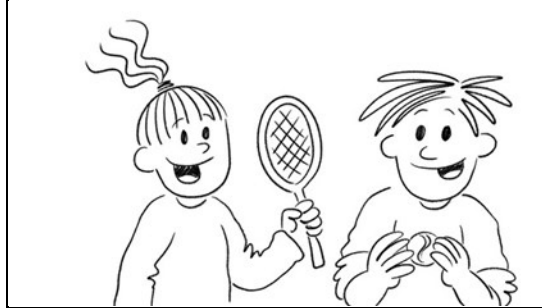
2 el. flere

3 el. flere

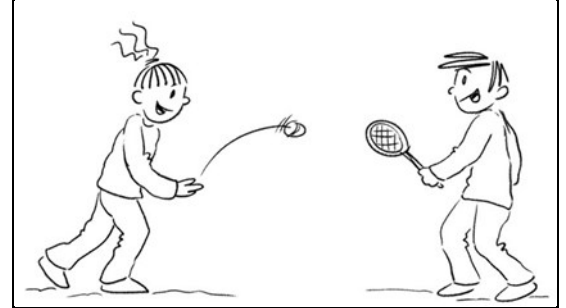
4 el. flere

Skyd:

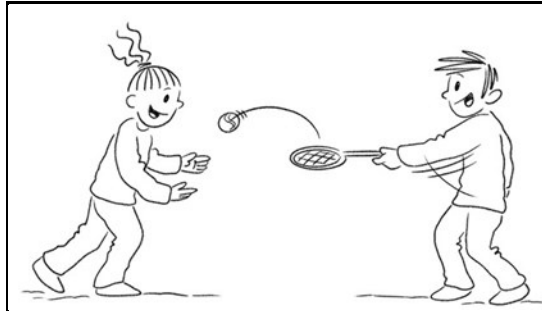
I tennis gælder det om at skyde bolden over nettet og holde bolden indenfor stregerne på den modsatte banehalvdel. I denne aktivitet skal du også skyde bolden i samarbejde med din makker.

SÅDAN GØR DU:**To og to**

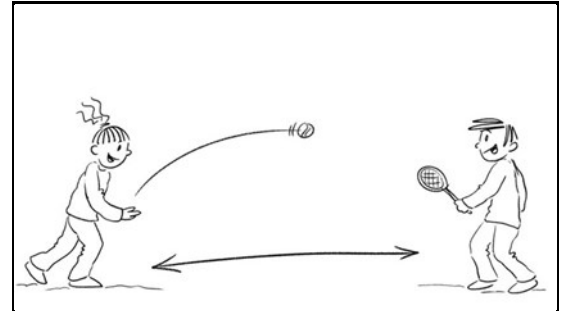
Gå sammen to og to, hvor den ene har en ketsjer og den anden en bold.

**Spilleren med bolden**

Spilleren med bolden står lidt væk og skal kaste bolden pænt mod spilleren, der har ketsjeren.

**Spilleren med ketsjeren**

Den med ketsjeren skal forsøge at ramme bolden og skyde den fint tilbage, så kasteren igen kan tage bolde. Kan I mon få det til at lykkes?

**Variation 1**

Samme øvelse, hvor I prøver at kaste fra en anden afstand.

**Variation 2**

Samme øvelse, hvor I kaster med den anden hånd.



“SKYD”

Trick

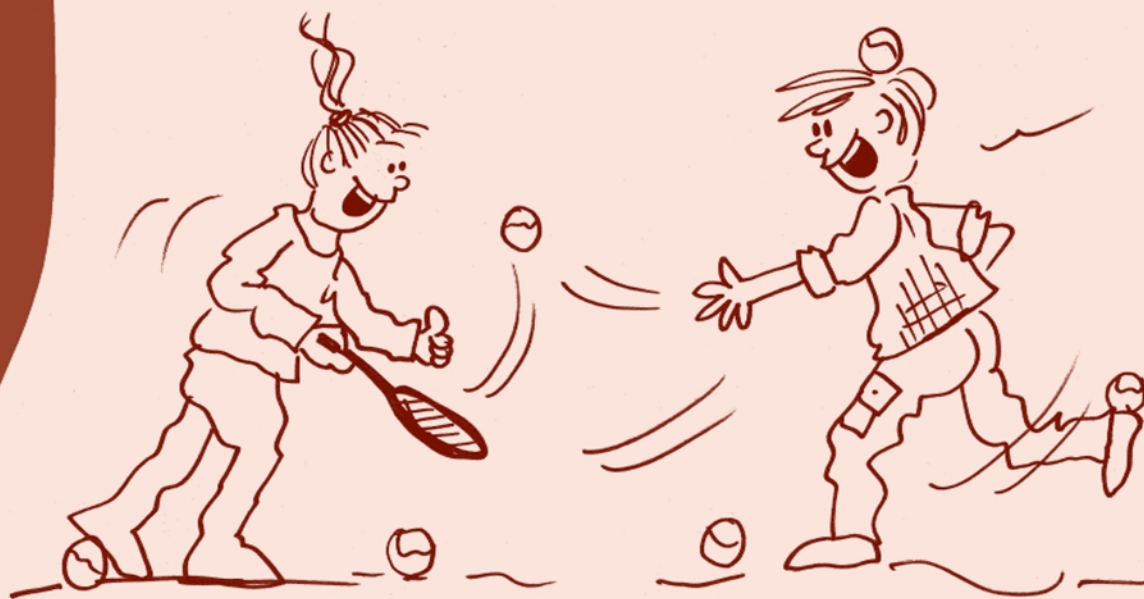
Kast skyd Ram

I tennis gælder det om at skyde bolden over nettet og holde bolden indenfor stregerne på den modsatte banehalvdel. I denne aktivitet skal du også skyde bolden i samarbejde med din makker.

Gå sammen to og to, hvor den ene har en ketsjer og den anden en bold. Spilleren med bolden står lidt væk og skal kaste bolden pænt mod spilleren, der har ketsjeren. Den med ketsjeren skal forsøge at ramme bolden og skyde den fint tilbage, så kasteren igen kan tage bolde. Kan I mon få det til at lykkedes?

Samme øvelse, hvor I prøver at kaste fra en anden afstand.

Samme øvelse, hvor I kaster med den anden hånd.

Kids
Sport