

# WTB-Informationen 2025

Christian Efler

Referent für Schule und Bildung (WTB)

Vertreter des Deutschen Tennis Bundes in der Kommission der Spitzenverbände des DOSB in der Deutschen Schulsportstiftung

## **„Jugend trainiert“- Grundschulwettbewerb**

**TENNIS IST TEAM**



**Württembergischer  
Tennis-Bund e. V.**

# „Jugend trainiert“-Grundschulwettbewerb

(Quelle: [www.jugendtrainiert.com](http://www.jugendtrainiert.com))



## Die Idee des Bewegungsprojekts

- Jährlicher **bundesweiter Wettbewerb** für alle Grundschulen
- potenzielle Reichweite: **15.000** Grundschulen mit **2,82 Millionen** Grundschülerinnen und -schülern
- **Ziele:**
  - **Beteiligung aller** Schülerinnen und Schüler am gemeinsamen schulsportlichen Vergleich
  - **Teamgedanken** im Sportunterricht stärken
  - **alters- und entwicklungsgerechte Vergleiche** der Schülerinnen und Schüler untereinander
- **Start** war im Schuljahr 2022/23

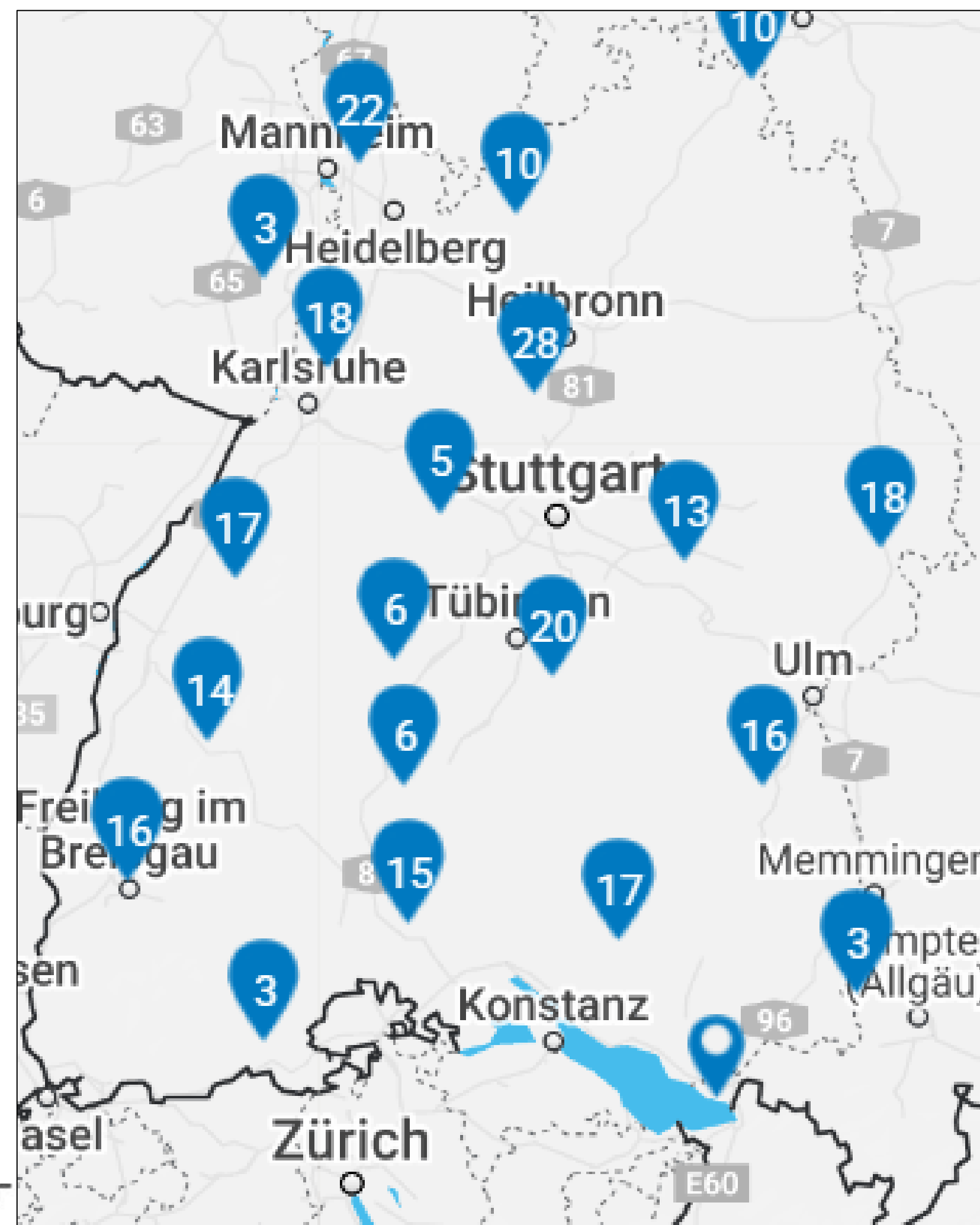


Jugend trainiert  
für Olympia & Paralympics

# „Jugend trainiert“-Grundschohwettbewerb

(Quelle: [www.jugendtrainiert.com](http://www.jugendtrainiert.com))

## Die Idee verbreitet sich!





# „Jugend trainiert“-Grundschulwettbewerb

(Quelle: [www.jugendtrainiert.com](http://www.jugendtrainiert.com))



## Die Idee des Bewegungsprojekts

- ◆ **Gemeinschaftsprodukt** von 17 Spitzenverbänden und 16 Bundesländer
- ◆ Basiert auf den Bewegungs- und Handlungsfeldern der **schulischen Bildungspläne**
- ◆ **Sportartübergreifend** und **mehrperspektivisch**



Jugend trainiert  
für Olympia & Paralympics

# „Jugend trainiert“-Grundschulwettbewerb

(Quelle: [www.jugendtrainiert.com](http://www.jugendtrainiert.com))



## Austragungsidee

- **Inklusiv**  
Alle Kinder können beteiligt werden
- **Kindorientiert**  
Alters- und entwicklungsgemäße Wettbewerbe
- **Teamorientiert**  
4 bis 8 Kinder bilden ein Team
- **Lokal und regional**  
Durchführung in Klassen, Klassenstufen,  
in der jeweiligen Schule oder schulübergreifend



Jugend trainiert  
für Olympia & Paralympics

→ **In Kooperation mit den örtlichen Tennisvereinen!**



# „Jugend trainiert“-Grundschulwettbewerb

(Quelle: [www.jugendtrainiert.com](http://www.jugendtrainiert.com))



## Wie funktioniert's?



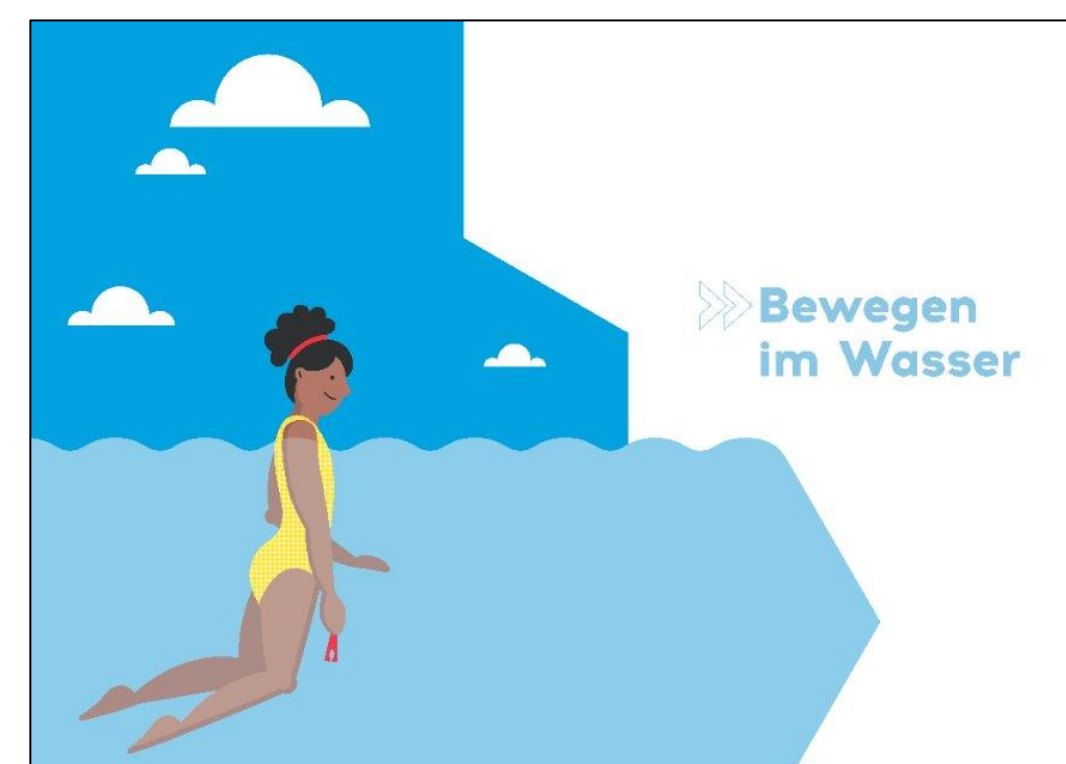
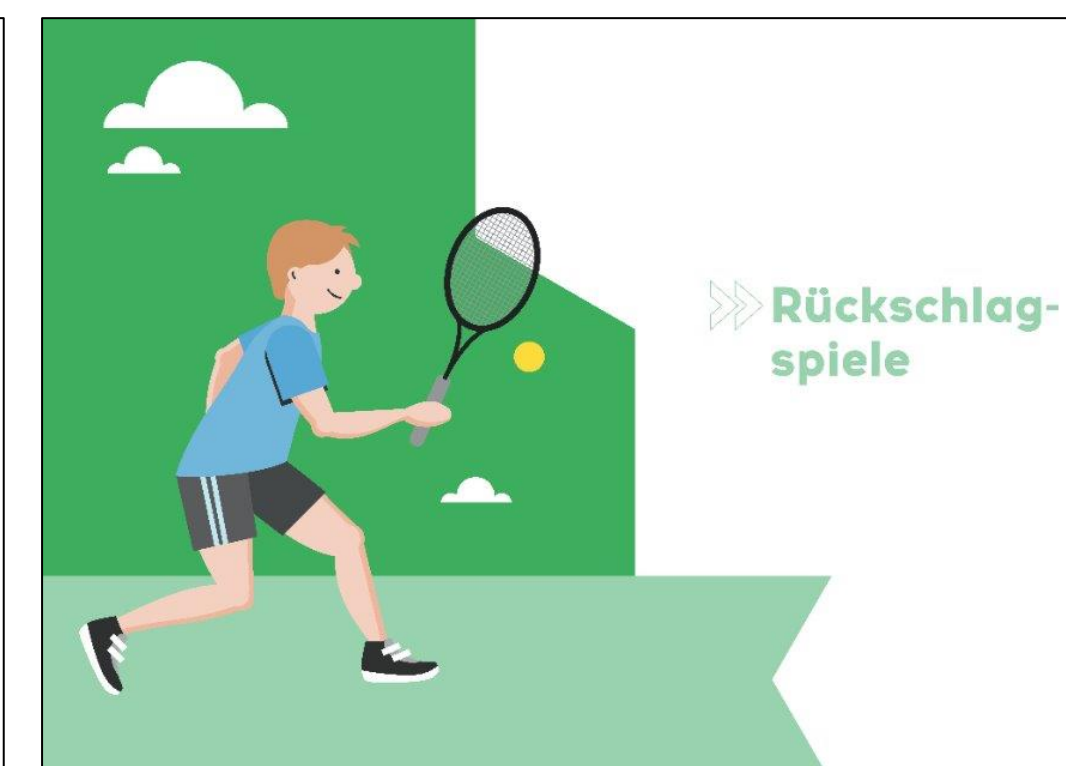
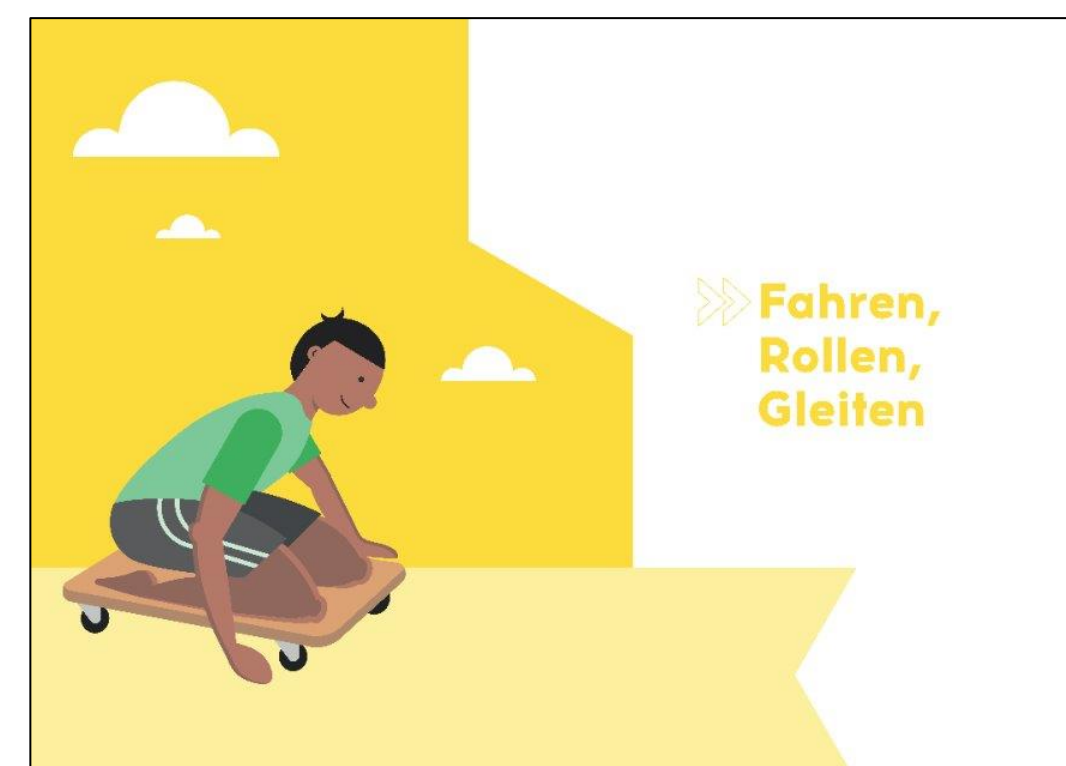


# „Jugend trainiert“-Grundschulwettbewerb

(Quelle: [www.jugendtrainiert.com](http://www.jugendtrainiert.com))



## Acht Bewegungsfelder als Basis ...



... mit insgesamt 52 Bewegungsaufgaben!



# „Jugend trainiert“-Grundschulwettbewerb

(Quelle: [www.jugendtrainiert.com](http://www.jugendtrainiert.com))

Zum  
Beispiel



11

**Bewegungsfeld**  
Laufen, Springen, Werfen

**Koordinative/Konditionelle Zielsetzung**  
Differenzierungsfähigkeit, Rhythmisierungsfähigkeit, Schnelligkeit

**Grundschul-WETTBEWERB**

**Link/QR-Code**  
[www.jugendtrainiert.com/grundschulwettbewerb/einbeinhuepfer-staffel](http://www.jugendtrainiert.com/grundschulwettbewerb/einbeinhuepfer-staffel)

**Wettbewerbsaufgabe**

# Einbeinhüpfer-Staffel

**Ablauf/Organisation**

- Mit 20 Reifen (zwei Farben, Farbwechsel nach zehn Reifen; ggf. Farbwechsel über Markierungshilfen kennzeichnen) wird ein Parcours ausgelegt. Der Startbereich wird markiert.
- Der Start erfolgt auf ein Startkommando.
- Die Kinder absolvieren den Parcours nacheinander mit Einbeinsprüngen: die ersten zehn Reifen auf dem einen, die nächsten zehn Reifen auf dem anderen Bein. Jedem Kind ist freigestellt, mit welchem Bein es beginnt.
- Durch Abschlagen/Körperkontakt wird das jeweils nächste Kind in den Parcours geschickt. Danach stellt sich das Kind wieder hinten an.
- Nach 3 Min. wird der Durchgang durch ein Signal/Kommando (z. B. Pfiff) beendet.

**Leistungsermittlung**

- Für jeden fehlerfreien Sprung in einen Reifen erhält das Kind 1 Punkt.
- Ein Sprung ist ungültig (und ergibt damit keinen Punkt), wenn ...
  - ... der Boden im Reifen mit dem falschen Fuß berührt wird.
  - ... der Boden außerhalb des Reifens berührt wird.
- Mehrere Bodenkontakte innerhalb eines Reifens mit dem richtigen Sprungbein sowie Reifenberührungen sind erlaubt.

**Materialien**

- 20 Fahrrad- oder Gymnastikreifen (je 10 pro Farbe; ggf. Markierungshilfen) mit möglichst Ø 60–70 cm
- 2 Markierungen für den Startbereich (z. B. Stangen oder Hütchen)

**Wertung**

- Die Punkte aller Kinder des Teams werden addiert und ergeben das Teamergebnis.

**Sportstätte**

- Bewegungsfläche (Sporthalle, Schulhof, Sportplatz)

**Helfer\*innen**

- 1–2 Helfer\*innen für die Kontrolle der Sprungfolge, das Startkommando, die Zeitmessung, das Abschlusssignal und die Protokollführung

48

49



# „Jugend trainiert“-Grundschulwettbewerb

(Quelle: [www.jugendtrainiert.com](http://www.jugendtrainiert.com))

Zum  
Beispiel



21

**Bewegungsfeld**  
Rückschlagspiele

**Koordinative/Konditionelle Zielsetzung**  
Differenzierungsfähigkeit, Orientierungsfähigkeit, Schnelligkeit

**Grundschul-WETTBEWERB**

**Link/QR-Code**  
[www.jugendtrainiert.com/grundschulwettbewerb/ballsammler](http://www.jugendtrainiert.com/grundschulwettbewerb/ballsammler)

Wettbewerbsaufgabe

**Ballsammler**

**Ablauf/Organisation**

- Bei dieser Einsammelstaffel werden in der Vorbereitung acht Tennisringe im Spielfeld ausgelegt und ein Sammelbehälter wird an der Startlinie platziert. In jedem Tennisring befindet sich jeweils ein Tennisball.
- Das Team verabredet die Reihenfolge der startenden Kinder sowie welches Kind welchen Tennisball einsammelt.
- Das erste Kind des Teams sprintet auf ein Startkommando zu einem der Tennisbälle, um diesen aufzunehmen und im Sammelbehälter abzulegen.
- Durch Abschlagen/Körperkontakt ist das jeweils nächste Kind an der Reihe. Danach stellt sich das Kind wieder hinten an. Es wird so lange gelaufen, bis alle Tennisbälle eingesammelt wurden.
- Jedes Kind wird mindestens einmal eingesetzt.

**Leistungsermittlung**

- Die Zeit, die das Team für das Einsammeln aller Tennisbälle benötigt, wird ermittelt.

**Materialien**

- 1 Sammelbehälter (z.B. Reifen, Schüssel, umgedrehter Kasten)
- 8 Tennisbälle und 8 Tennisringe
- Hütchen zur Markierung der Startlinie

**Wertung**

- Die erzielte Staffelzeit ergibt das Teamergebnis.

**Sportstätte**

- Spielfläche: ca. 9 m x 9 m (Sporthalle [halbes Volleyballfeld], Sportplatz, Hartplatz, Tennisplatz, Rasen)

**Helfer\*innen**

- 1–2 Helfer\*innen für die Kontrolle der korrekten Aufgabenausführung, das Startkommando, die Zeitnahme und die Protokollführung

**Weitere Hinweise zur Umsetzung**

- Die einzusammelnden Gegenstände können variiert werden: z.B. Medizin-, Tischtennis-, Gymnastikbälle oder ein Materialmix.

72

73

9



# „Jugend trainiert“-Grundscharwettbewerb

(Quelle: [www.jugendtrainiert.com](http://www.jugendtrainiert.com))

Zum  
Beispiel



24

**Bewegungsfeld**  
Rückschlagspiele

**Koordinative/Konditionelle Zielsetzung**  
Differenzierungsfähigkeit, Reaktionsfähigkeit,  
Umstellungsfähigkeit

**Grundschar-  
WETTBEWERB**

**Link/QR-Code**  
[www.jugendtrainiert.com/grundscharwettbewerb/huetchenball](http://www.jugendtrainiert.com/grundscharwettbewerb/huetchenball)

**Wettbewerbsaufgabe**  

# Hütchenball

**Ablauf/Organisation**

- Bei dieser Pendelstaffel muss ein Tennisball über ein Hindernis zu einem Mitspielenden geworfen werden.
- Das Team wird in zwei Gruppen aufgeteilt.
- Die Kinder beider Gruppen stehen sich gegenüber. Zwischen beiden Gruppen steht eine Langbank als Hindernis.
- Auf ein Startkommando wirft das erste Kind den Tennisball über das Hindernis zum gegenüberstehenden Kind, wobei der Ball einmal hinter dem Hindernis aufspringen soll. Das gegenüberstehende Kind versucht den Ball nach dem Aufspringen mit einem Hütchen aufzufangen. Das „Werferkind“ läuft nach dem Wurf zur gegenüberstehenden Gruppe und stellt sich hinten in die Reihe. Nun ist das „Fängerkind“ an der Reihe und wird zum „Werferkind“ usw. Das Fanghütchen verbleibt in der Gruppe, so dass es nach jedem Wurf an das folgende „Fängerkind“ übergeben wird.

- Nach 4 Min. wird der Wettbewerb durch ein Signal/Kommando (z.B. Pfiff) beendet.
- Bei einer ungeraden Anzahl der Teammitglieder wird auf der Seite mit mehr Kindern gestartet.

**Leistungsermittlung**

- Für jeden erfolgreichen Ballwechsel (Ballabspiel plus -annahme) erhält das Paar 1 Punkt.
- Keinen Punkt erhält das Paar, wenn ...
  - ... der Ball nicht aufspringt.
  - ... der Ball vor dem Hindernis aufspringt.
  - ... der Ball mehr als einmal aufspringt.
  - ... der Ball nicht mit dem Hütchen gefangen wird.

**Materialien**

- 2 Fanghütchen (z.B. kleine Pylonen)
- 1 Tennisball (alternativ: 1 kleiner, springfähiger Ball)
- Hütchen als Abwurfmarkierung
- 1 Langbank (alternativ: 1 Tennisnetz oder 1 gespanntes Absperrband)
- Abwurf- und Fangzonenmarkierungen (z.B. Klebebänder)

**Wertung**

- Die Punkte aller Paare des Teams werden addiert und ergeben das Teamergebnis.

**Sportstätte**

- Spielfläche: ca. 4 m x 15 m (Sporthalle, Sportplatz, Hartplatz, Tennisplatz, Rasen)

**Helfer\*innen**

- 1 Helfer\*in für die Kontrolle der korrekten Aufgabenausführung, das Startkommando, die Zeitmessung, das Abschlussignal und die Protokollführung

**Weitere Hinweise zur Umsetzung**

- ggf. zusätzliche Hilfsmittel, um visuelle und/oder vestibuläre Beeinträchtigungen auszugleichen (z. B. Klingelball, Ball mit greller Farbe, größere Pylone)

78

79



# „Jugend trainiert“-Grundschulwettbewerb

(Quelle: [www.jugendtrainiert.com](http://www.jugendtrainiert.com))

Zum  
Beispiel



25

**Bewegungsfeld**  
Rückschlagspiele

**Koordinative/Konditionelle Zielsetzung**  
Differenzierungsfähigkeit, Kopplungsfähigkeit,  
Reaktionsfähigkeit



**Grundschul-  
WETTBEWERB**

**Link/QR-Code**  
[www.jugendtrainiert.com/grundschulwettbewerb/tennisball-stopper](http://www.jugendtrainiert.com/grundschulwettbewerb/tennisball-stopper)



Wettbewerbsaufgabe

## Tennisball- Stopper



### Ablauf/Organisation

- Bei dieser Pendelstaffel muss ein Tennisball mit Hilfe eines Schlägers unter einem Hindernis zu einem anderen Kind gepasst werden.
- Das Team wird in zwei Gruppen aufgeteilt.
- Die Kinder beider Gruppen stehen sich gegenüber. Zwischen beiden Gruppen wird eine Schnur gespannt.
- Auf ein Startkommando „schlenzt“ das erste Kind den Tennisball unter der Schnur zum gegenüberstehenden Kind. Das gegenüberstehende Kind versucht den ankommenden Ball mit dem Tennisschlägerkopf abzustoppen. Das abspielende Kind läuft nach dem Schlenzen zur gegenüberstehenden Gruppe und stellt sich hinten in die Reihe. Nun ist das Kind, das den Ball angenommen hat, an der Reihe und wird zum abspielenden Kind usw. Der Schläger verbleibt in der Gruppe, so dass er nach dem Zuspiel an das folgende Kind zur Ballannahme übergeben wird.

- Nach 4 Min. wird der Wettbewerb durch ein Signal/ Kommando (z. B. Pfiff) beendet.
- Bei einer ungeraden Anzahl der Teammitglieder wird auf der Seite mit mehr Kindern gestartet.

### Leistungsermittlung

- Für jeden erfolgreichen Ballwechsel (Ballabspiel plus -annahme) erhält das Paar 1 Punkt.
- Keinen Punkt erhält das Paar, wenn der Ball nicht mit dem Schläger gespielt bzw. gestoppt wurde.

### Materialien

- 1 Schnur (Zauberschnur, Absperrband o. Ä.)
- 2 Befestigungsmöglichkeiten für die Schnur (z. B. kleine Turnkästen)
- 2 Kindertennisschläger
- 1 Tennisball oder 1 Softball
- Markierungen für „Abschlag“ und Annahmelinien (z. B. Klebebänder)

### Wertung

- Die Punkte aller Paare des Teams werden addiert und ergeben das Teamergebnis.

### Sportstätte

- ebene Spielfläche: ca. 4 m x 15 m (Sporthalle, Sportplatz, Hartplatz, Tennisplatz)

### Helfer\*innen

- 1 Helfer\*in für die Kontrolle der korrekten Aufgabenausführung, das Startkommando, die Zeitmessung, das Abschlusssignal und die Protokollführung

### Weitere Hinweise zur Umsetzung

- Für Kinder mit Seh- oder Orientierungsschwäche können mit Klebebändern zur Unterstützung Wegemarkierungen aufgebracht werden.
- ggf. zusätzliche Hilfsmittel, um visuelle und/oder vestibuläre Beeinträchtigungen auszugleichen (z. B. Klingelball, Wasserball, Ball mit greller Farbe)



# „Jugend trainiert“-Grundschulwettbewerb

(Quelle: [www.jugendtrainiert.com](http://www.jugendtrainiert.com))

Zum  
Beispiel



49

**Bewegungsfeld**  
Bewegen im und mit Rhythmus

**Koordinative/Konditionelle Zielsetzung**  
Differenzierungsfähigkeit, Kopplungsfähigkeit, Rhythmisierungsfähigkeit

**Grundschul-WETTBEWERB**

**Link/QR-Code**  
[www.jugendtrainiert.com/grundschulwettbewerb/gruppenrhythmus](http://www.jugendtrainiert.com/grundschulwettbewerb/gruppenrhythmus)

**Wettbewerbsaufgabe**  

# Gruppenrhythmus

**Ablauf/Organisation**

- Bei dieser Rhythmusaufgabe stehen vier Kinder (ggf. als Teilteam) in einem Halbkreis oder Kreis.
- Ein Kind startet mit einer Rhythmusaufgabe, nach 3–5 Sek. setzt ein zweites Kind in den vorgegebenen Rhythmus ein, danach ein drittes, bis mit dem vierten Kind alle den gleichen Rhythmus ausführen. Jetzt setzt das erste Kind als erstes aus, dann das zweite, das dritte, bis das vierte Kind die Rhythmusaufgabe beendet.
- Jedes Team absolviert drei Durchgänge und jedes Kind muss mindestens einmal teilnehmen.
- Jedes (Teil-)Team wählt vor Beginn eine Rhythmusaufgabe aus:
  - Hände klatschen
  - Handklatschen auf den Boden/auf den kleinen Kasten („Trommel“)
  - Fußstampfen auf den Boden
  - Fußstampfen mit Stepp
  - Kombination Fußstampfen und Handklatschen
  - Ballprellen mit einer Hand/zwei Händen gleichzeitig
  - Ballprellen mit Rhythmus (z. B. lang – lang – kurz)
  - Ballprellen mit Handwechsel
- Die Rhythmusaufgabe kann zwischen den Durchgängen verändert werden.

**Leistungsermittlung**

- Jedes (Teil-)Team erhält entsprechend der gewählten Rhythmusaufgabe folgende Punkte:
  - Hände klatschen = 4 Punkte
  - Handklatschen auf den Boden/auf den kleinen Kasten („Trommel“) = 5 Punkte
  - Fußstampfen auf den Boden = 6 Punkte
  - Fußstampfen mit Stepp = 7 Punkte
  - Kombination Fußstampfen und Handklatschen = 8 Punkte
  - Ballprellen mit einer Hand/zwei Händen gleichzeitig = 9 Punkte
  - Ballprellen mit Rhythmus (z. B. lang – lang – kurz) = 10 Punkte
  - Ballprellen mit Handwechsel = 10 Punkte
- Für Fehler können 1–3 Punkte abgezogen werden.

**Materialien**

- 4 Bälle
- 4 kleine Kästen
- 4 Stepper

**Wertung**

- Die erreichten Punkte werden addiert und ergeben das Teamergebnis.

**Sportstätte**

- Bewegungsfläche: ca. 9 m x 9 m (Sportplatz, Schulhof, Sporthalle)

**Helfer\*innen**

- 1 Helfer\*in für die Kontrolle der korrekten Aufgabenausführung und die Protokollführung

**Weitere Hinweise zur Umsetzung**

- Für Kinder mit Förderbedarf „Sehen“ sollten Bälle mit greller Farbe eingesetzt werden.

136

137

12



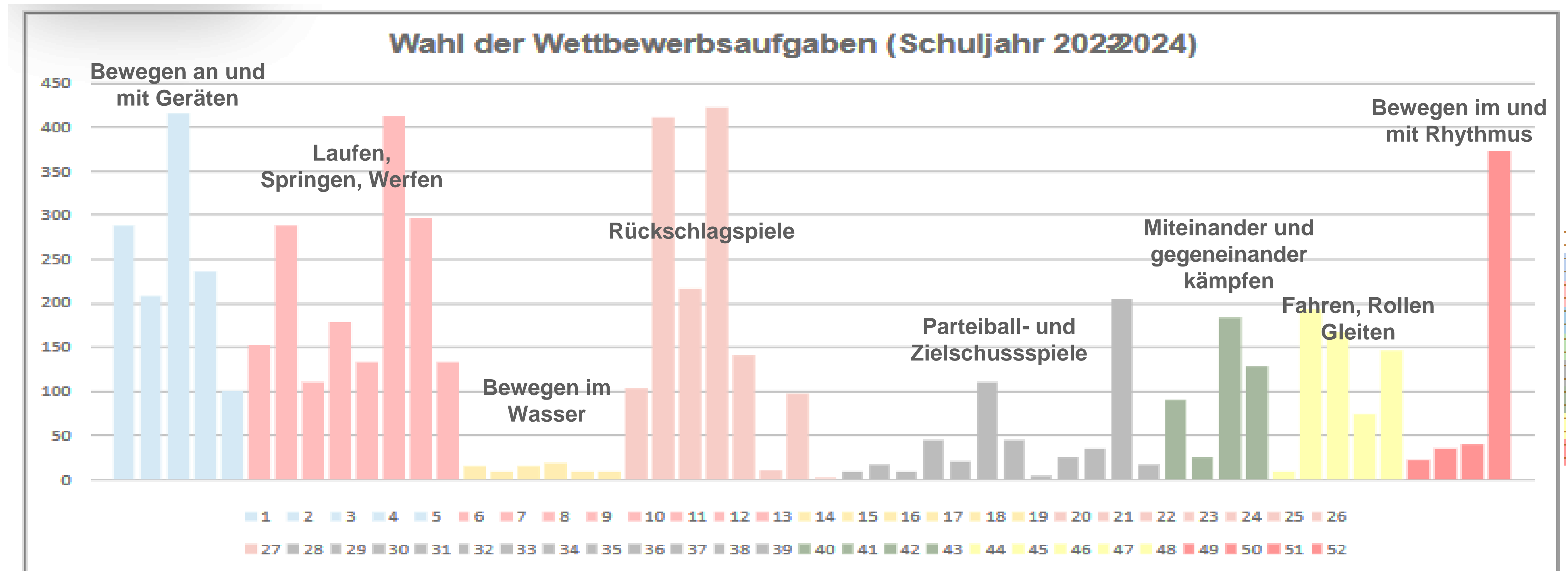
# „Jugend trainiert“-Grundschulwettbewerb

(Quelle: [www.jugendtrainiert.com](http://www.jugendtrainiert.com))



## Die Idee in Statistik

Bisher: 30.000 Schülerinnen und Schüler, 1.500 Schulgruppen





# „Jugend trainiert“-Grundschulwettbewerb

(Quelle: [www.jugendtrainiert.com](http://www.jugendtrainiert.com))



## Was könnten wir Tennisverantwortliche daraus machen?

- Programmideen für den normalen Sportbetrieb finden
- Bewegungssammlung für die Sportstunde nutzen
- Anregungen für eigene Programmideen entwickeln
- Informationsquelle für viele Sportarten vorfinden
- Von der Sportstunde ins Event: „Jugend trainiert“ gestalten



Digital unter:  
[www.jugendtrainiert.com](http://www.jugendtrainiert.com)



Jugend trainiert  
für Olympia & Paralympics





## Christian Efler

*Referent für Schule und Bildung*

*Ressort V Sportentwicklung  
Referat Schule und Bildung*

**[schultennis@wtb-tennis.de](mailto:schultennis@wtb-tennis.de)**

**0711 98068 20**

