



Waar wordt op een voorspeeldag naar gekeken?

Op de voorspeeldag zelf kijken wij o.a. naar:

- Timing
- Balbaan anticipatie (met name lichaam t.o.v. de bal)
- Bladcontrole
- Gevoel hard/zacht (zachte handen hebben)
- Spelintelligentie (knikkeren)
- Gedrevenheid

Meer specifiek per geboorte jaar:

Voor 2018 en 2019 zoeken wij naar kinderen die;

- gek van het spelletje zijn en plezier hebben in het oefenen.
- goed kunnen samenwerken met andere kinderen
- de basis van spelregels en wedstrijd score kennen
- behoorlijke basis motorische vaardigheden beheersen: springen, huppelen, kaatsen, zijwaarts bewegen en rennen.
- in hand - oog coördinatie en oriëntatie behoorlijk vaardig zijn
- aanleg hebben voor bovenhandsgooien met favoriete arm over langere afstand

Voor 2017 zoeken we naar kinderen die;

- graag wedstrijden spelen (30-40 per jaar minimaal)
- 2x per week trainen en regelmatig vrij spelen.
- een neutrale rally kunnen spelen van 25 slagen (in een vak van 3 bij 3 meter) op een Oranje baan (met een vrij constante marge over het net)
- met vastheid kunnen spelen (vanuit een ontspannen zwaai) in de rally om tegenstander tot fout te dwingen. Bewust zijn van niet zo maar missen (in het net) met behoud van een ontspannen zwaai.
- raakpunten hebben aan de zijkant en voor zich en zijn staat om bal op heup hoogte te raken bij de baseline slagen.
- een dynamische uitgangshouding hebben welke meestal aanwezig is bij de start en tijdens het spel.
- met de forehand afwisselend naar de forehand- en de backhand van de tegenstander kunnen spelen.
- bovenhands kunnen gooien met de favoriete arm over langere afstand met goede techniek van arm en bovenlichaam
- in staat zijn om 7 van de 10 services in te slaan schuin vanaf oranje baseline.
- in staat zijn om een serie van 10 returns "in te slaan" . Deze basisvastheid is nodig om de return verder te gaan ontwikkelen.
- met de forehand en backhand -volley in staat zijn om een neutrale rally van 15 slagen te spelen (vastheid)

Voor 2016 zoeken we naar kinderen die:

- graag wedstrijden spelen (40 per jaar minimaal)
- 2 of 3 x in de week trainen en regelmatig vrij spelen.
- een rally kunnen spelen van 20x met FH en BH, vwb de hoogte boven het net in 'vensters' van 1,5 meter spelen, en herstellen na elke bal naar vaste positie achter de baseline (oriëntatie en voetenwerk)
- een rally kunnen 'domineren' door een tegenstander te laten lopen met de forehand. Zijn als tegenspeler dan in staat om een rally van 10 slagen 'te beantwoorden' waarbij hij/zij afwisselend naar de FH en Bh hoek moet lopen. Kunnen in tijdnood een verre bal halen en verdedigend (ruime balbaan) terugspelen.
- kunnen herstellen naar de beste positie op de baan na de eigen slag en weer een goede uitgangshouding aannemen.
- het basis voetenwerk beheersen (split step maken, de grote van de passen kunnen afmeten en kruis/side steps toepassen) voor goede voorbereiding en herstel na de slag.
- het punt kunnen opbouwen vanuit vastheid (en precisie/diepte) en kunnen op een simpele manier aanvallen, verdedigen.
- die naar beide kanten (FH+BH) van de tegenstander kunnen serveren met de 1e service (Variatie)
- met de return in staat zijn om met zowel fh als bh naar de fh, resp. bh kant van de serveerder terug te slaan. Qua diepte zijn ze in staat om in het achterste deel van de baan te spelen. (Vastheid/Precisie/Variatie)
- alle slagen in balans kunnen uitvoeren.

