



## Aan de tennis- en korfballeden van TOP

Wie kaatst kan de bal verwachten . . . . . wie tennist ook . . . . .

Frentsjer. It Sjûkelân.

Zo op het oog lijkt dit veld op een gewoon grasveld midden in het stadje Franeker. Vanwege de aanhoudende warmte iets geler dan anders. Schijn bedriegt. Op de fyfde woansdei na 30 juni, dit jaar op woensdag 1 augustus, wordt dat gewone grasveld omgebouwd tot de grootste kaatsarena ter wereld. Voor de belangrijkste en meest prestigieuze wedstrijd van alle kaatswedstrijden die jaarlijks wordt gehouden, de PC. Deze wedstrijd werd voor het eerst georganiseerd op 9 juli 1854 en is daarmee met afstand de oudste sportklassieker van Nederland.

Kaatsen is een voorloper van tennis en een aantal van de regels en uitgangspunten van het spel zie je in die sport dan ook terug. Zo kent kaatsen opslagbeurten, een servicevak en ook de puntentelling kent overeenkomsten. Evenals bij tennis moet bij kaatsen de bal zodanig geslagen worden, dat deze door de tegenpartij niet goed kan worden geretourneerd en een bal die nog géén twee keer de grond heeft geraakt, mag teruggeslagen worden.

Echter, bij kaatsen wordt de bal met de hand geslagen, bij tennis wordt daarvoor een racket gebruikt.

Parijs. Roland Garros, vrijdag 8 juni 2018.

Halve finale tussen Nadal en Del Potro.



In een eenzijdige wedstrijd liet Nadal de Argentijn kansloos, een partij om snel te vergeten.

Wel heb ik gefascineerd gekeken naar de close-up slow motion beelden van Del Potro. Die beelden laten een opperst geconcentreerde tennisser zien, die met wijd opengesperde ogen de bal blijft volgen tot aan het moment dat hij met zijn racket de bal terug slaat. Zijn ogen vertellen als het ware aan zijn (verlengde) hand over de snelheid, hoogte en lijn van de geslagen bal. Wanneer deze informatie en de ontvangst hiervan goed op elkaar zijn afgestemd zal het racket precies op de juiste plaats gehouden worden om de bal terug te kunnen slaan.

Ook dit is ook van toepassing op het kaatsen, maar dan zonder racket.



De vaardigheid waarbij de hand gestuurd wordt door wat de ogen waarnemen wordt oog-hand coördinatie genoemd.

Om deze oog-handcoördinatie te ontwikkelen en te verbeteren is oefening nodig. Deze oefening begint al bij kinderen spelenderwijs op zeer jonge leeftijd. Het zijn uiteindelijk bewegingen waar niet alleen kinderen in het dagelijks leven profijt van hebben.

De racketsportbonden (tennis, badminton, tafeltennis en squash) constateren dat "de fijne motoriek, met name de oog-hand coördinatie van jonge kinderen niet goed is en zelfs achteruit lijkt te gaan. Dit brengt dus zowel voor hun verdere motorische als cognitieve ontwikkeling nadelen met zich mee. Het raken van een bal in de lucht is lastig voor de meeste kinderen jonger dan acht jaar. Maar ook voor oudere kinderen blijft het raken van bijvoorbeeld een badmintonshuttle een grote uitdaging."

Het is dan ook niet verwonderlijk dat de racketsportbonden de handen ineen geslagen hebben en mede dankzij de steun en inzet van NOC\*NSF en Stichting Leerplan Ontwikkeling (SLO) kon het lesprogramma 'Sla je Slag' voor clubs, maar ook voor gymnastiekleerkrachten in het basisonderwijs ontwikkeld worden. Gericht op het vergroten van de individuele vaardigheid en fijne motoriek van jongeren.



Elementen van het lesprogramma "Sla je Slag" zijn eveneens in tennislessen opgenomen. Deze tennislessen kunnen bij voldoende animo door kinderen en jongeren van 6 tot 18 jaar bij TOP gevolgd worden. Alle door tennislerares Janneke van Kessel te geven lessen zijn afgestemd op de leeftijd en vaardigheid van de deelnemers.



In deze maand worden flyers uitgedeeld en posters opgehangen, waarop informatie over het lesprogramma verstrekt wordt. Aanvullende informatie over de lessen en de wijze waarop kan worden aangemeld, wordt aansluitend op de website van TOP geplaatst.

Van april tot halverwege juni vond de cursus Tennis Fit van Holland Tennis op de tennisbanen van TOP plaats. Tessa Hielkema blikt samen met tennislerares Janneke van Kessel terug op de cursus, maar ook vooruit op de cursus voor kinderen en jongeren. Het gehouden interview staat op de website van TOP.

Met hartelijke groet, mede namens de TTC-leden  
Hans de Nooij