

A close-up photograph of a tennis racket and a tennis ball on a clay court. The racket is positioned diagonally from the top left, and the ball is in the center. The clay surface is reddish-brown with visible footprints. A large orange graphic element is at the bottom of the image.

ONTWIKKELINGSLIJNEN TENNIS VLAANDEREN

HISTORIEK & OPBOUW & UITDAGINGEN

01 FEB 2024

IVO VAN AKEN

DOELSTELLINGEN DEPARTEMENT TOPTENNIS VTV



Sterke opleidingen Initiator tem Trainer A



Toptennissers vormen



NOOD AAN EIGENSCHAPPEN TOPPERS VERSCHILLENDE LEEFTIJDSCATEGORIEËN / ONTWIKKELINGSLIJN

1 U6, U8, U10, U12, U14, U16/18, +18

> Vandaag: Kidstennis rood, U9, U11, U13, U14, U16/18, +18

2 Meisjes - Jongens



NOOD AAN EIGENSCHAPPEN TOPPERS VERSCHILLENDE LEEFTIJDSCATEGORIEËN / ONTWIKKELINGSLIJN

- ⌚ Tactisch
- ⌚ Technisch
- ⌚ Fysiek
- ⌚ Mentaal
- ⌚ Persoonlijkheidseigenschappen
- ⌚ Combinatie topsport - studie
- ⌚ Familiale omkadering
- ⌚ Wedstrijdresultaten

> **OPTIMAAL BENUTTEN TRAININGSGEVOELIGE PERIODES**



- ⌚ Evaluatie werking en spelers sterke tennislanden
- ⌚ Opstarten trainingen Vlaamse vleugel
- ⌚ Opstarten nieuwe trainersopleidingen
- ⌚ Voorbereiden opstart Tennis & Studie

> **NOOD AAN CONCRETE INHOUD ONTWIKKELINGSFASES**

> **NOOD AAN CONCRETE SELECTIE- EN EVALUATIECRITERIA**



VASTSTELLINGEN BIJ OPMAAK 1E ONTWERP ONTWIKKELINGSLIJN

- ⌚ Concreet formuleren doelen per ontwikkelingsfase niet eenvoudig
- ⌚ Strikte ontwikkelingsstappen - Flexibiliteit individuele spelersontwikkeling
- ⌚ Wedstrijdresultaten juist positioneren binnen ontwikkelingsdoelen
- ⌚ Ontwikkelingslijn kapstok voor
 - 1 Jaar- en trainingsplanningen
 - 2 Individuele spelersprofielen
 - 3 Opleidingscursussen > Talenten van bij start juist opleiden
- ⌚ Inbreng club en federatie bij talentontwikkelingsprogramma's
- ⌚ Eerste fases ontwikkelingslijnen ook nuttig voor recreatieve programma's
 - > Duur verschillende ontwikkelingsfases ifv individuele sportieve mogelijkheden



1982: START TENNIS & STUDIE

- ⌚ **Nood aan concreter maken van**
 - 1 Ontwikkelingslijnen
 - 2 Trainingsprogramma's
 - 3 Selectie- en evaluatiecriteria
- ⌚ **Niveau clubtrainingen - Instapniveau T&S**





Internationale ondersteuning

- © Coaches conference Tennis Europe
- © Vanaf 1990 nauwe samenwerking / verdere verfijning ism Istvan Balyi



Lessenreeksen op basis van ontwikkelingslijn vs Flexibel model

- © 1994 > Tennis Natuurlijk

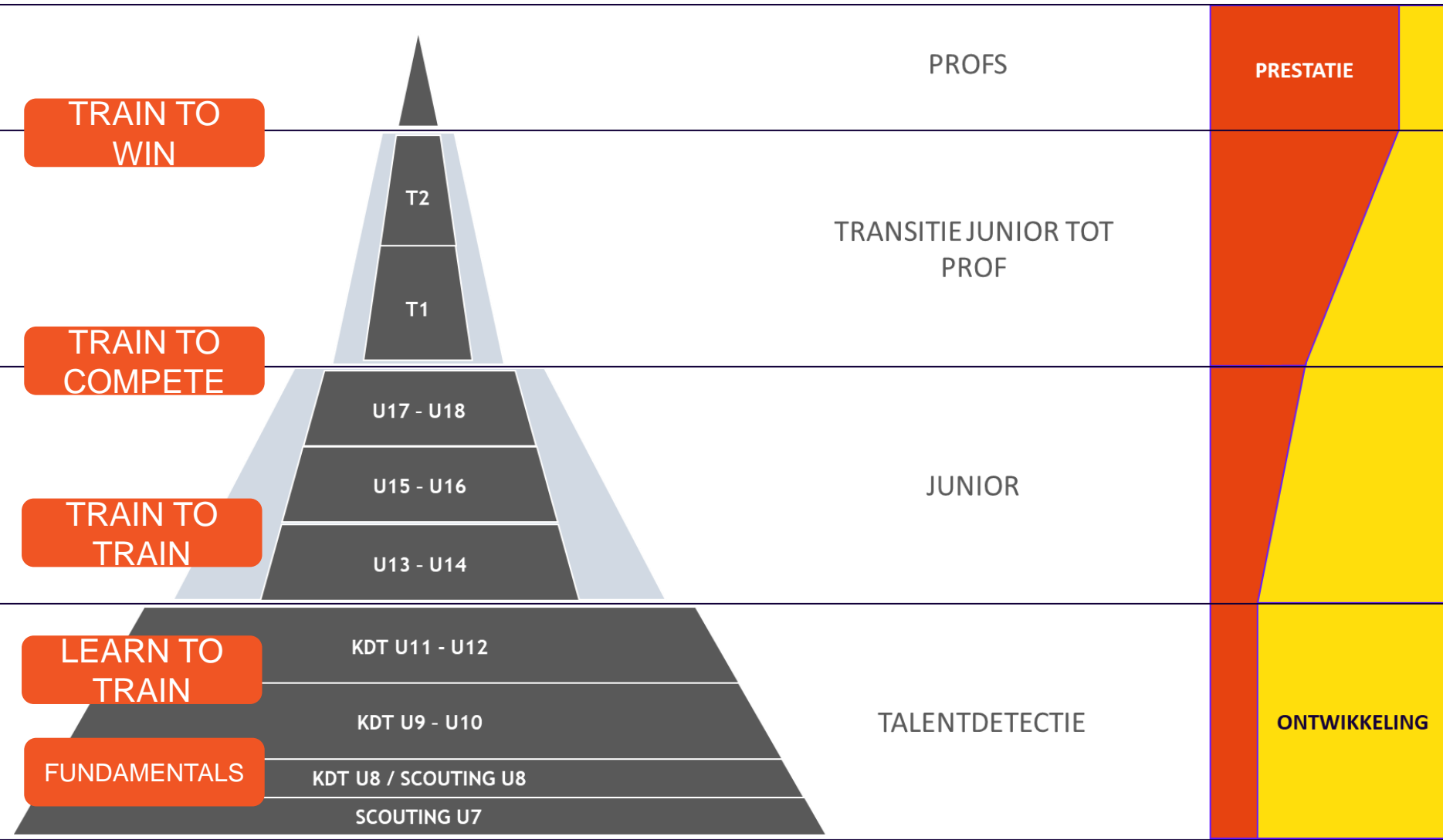


HOE ONTWIKKELINGSLIJNEN MAXIMAAL DOEN RENDEREN

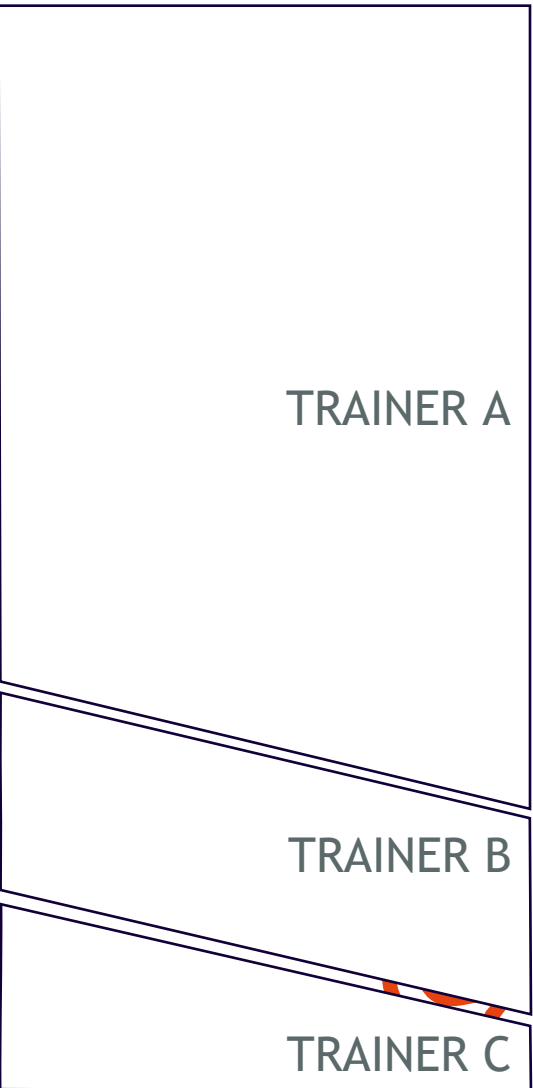
- 1 Ontwikkellingslijnen regelmatig evalueren en updaten ifv evolutie sport
 - 2 Ontwikkellingsfases koppelen aan planningssysteem trainingen
 - 3 Wedstrijdanalyseprogramma koppelen aan planningssysteem trainingen
 - 4 Kwaliteit trainingselementen tijdens trainingen meten & opvolgen
- > **Interne motivatie op kwalitatief trainen maximaal aanscherpen**



2024



KADEROPLEIDING



VISIE – (TOP)SPORTMODEL

(Persoonlijke) Ontwikkelingsdoelen



SELECTIECRITERIA U7 - U18



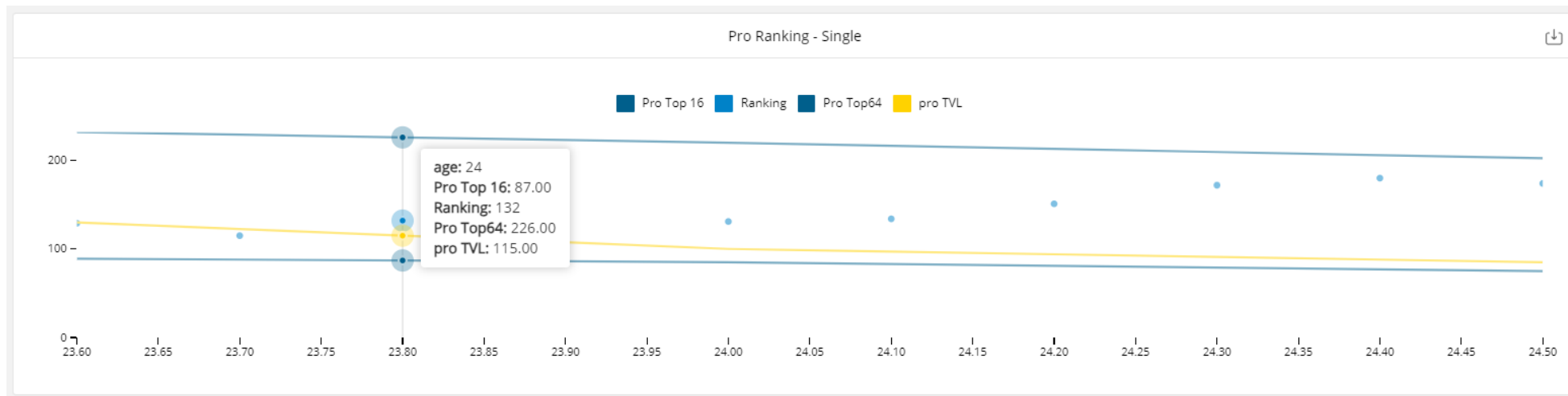
	U7	U8	U9	U10	U11	U12	U13	U14	U15	U16	U17	U18	
Basislijnvaardigheden	FH gecontroleerd kunnen uitvoeren - Kenmerken van de FH: 1) correcte greep 2) ontspannen slingerbeweging naar de bal (racket steeds in bewegings- ritme van de bal bepaalt het ritme van de slag) 3) slag uitvoeren in balans	FH gecontroleerd kunnen uitvoeren - Kenmerken van de FH: 1) correcte greep 2) ontspannen slingerbeweging naar de bal 3) slag uitvoeren in balans	FH gecontroleerd kunnen uitvoeren - Kenmerken van de FH: 1) correcte greep 2) ontspannen slingerbeweging naar de bal 3) slag uitvoeren in balans 4) aanpassen op het ritme van de bal	FH gecontroleerd kunnen uitvoeren op verschillende loopafstanden - Kenmerken van de FH: 1) correcte greep 2) ontspannen en ritmische voorbereiding (start vanuit rotatie van het lichaam) 3) ontspannen slingerbeweging naar de bal 4) slag uitvoeren in balans 5) aanpassen op het ritme van de bal	FH gecontroleerd kunnen uitvoeren op verschillende contacthoogtes - Kenmerken van de FH: 1) correcte greep 2) ontspannen en ritmische voorbereiding (start vanuit rotatie van het lichaam) 3) ontspannen slingerbeweging naar de bal 4) slag uitvoeren in balans 5) aanpassen op het ritme van de bal	FH gecontroleerd en afgewerkt kunnen uitvoeren op verschillende contacthoogtes - Kenmerken van de FH: 1) correcte greep 2) ontspannen en ritmische voorbereiding (start vanuit rotatie van het lichaam) 3) ontspannen slingerbeweging naar de bal 4) slag uitvoeren in balans 5) aanpassen op het ritme van de bal	technische vastheid FH en variaties is aanwezig en wordt consequent toegepast	technische vastheid FH en variaties is aanwezig en wordt consequent toegepast	technische vastheid FH en variaties is aanwezig en wordt efficiënt toegepast	technische vastheid FH en variaties is aanwezig en wordt efficiënt toegepast	technische vastheid FH en variaties is aanwezig en wordt efficiënt toegepast	persoonlijke techniek volledig ontwikkeld (beheersing van alle slagen iv persoonlijk game plan)	persoonlijke techniek volledig ontwikkeld (beheersing van alle slagen iv persoonlijk game plan)
	BH gecontroleerd kunnen uitvoeren - Kenmerken van de BH: 1) correcte greep 2) ontspannen slingerbeweging naar de bal (racket steeds in bewegings- ritme van de bal bepaalt het ritme van de slag) 3) slag uitvoeren in balans	BH gecontroleerd kunnen uitvoeren - Kenmerken van de BH: 1) correcte greep 2) ontspannen slingerbeweging naar de bal 3) slag uitvoeren in balans	BH gecontroleerd kunnen uitvoeren - Kenmerken van de BH: 1) correcte greep 2) ontspannen slingerbeweging naar de bal 3) slag uitvoeren in balans 4) aanpassen op het ritme van de bal	BH gecontroleerd kunnen uitvoeren op verschillende loopafstanden - Kenmerken van de BH: 1) correcte greep 2) ontspannen en ritmische voorbereiding (start vanuit rotatie van het lichaam) 3) ontspannen slingerbeweging naar de bal 4) slag uitvoeren in balans 5) aanpassen op het ritme van de bal	BH gecontroleerd kunnen uitvoeren op verschillende contacthoogtes - Kenmerken van de BH: 1) correcte greep 2) ontspannen en ritmische voorbereiding (start vanuit rotatie van het lichaam) 3) ontspannen slingerbeweging naar de bal 4) slag uitvoeren in balans 5) aanpassen op het ritme van de bal	BH gecontroleerd en afgewerkt kunnen uitvoeren op verschillende contacthoogtes - Kenmerken van de BH: 1) correcte greep 2) ontspannen en ritmische voorbereiding (start vanuit rotatie van het lichaam) 3) ontspannen slingerbeweging naar de bal 4) slag uitvoeren in balans 5) aanpassen op het ritme van de bal	technische vastheid BH en variaties is aanwezig en wordt consequent toegepast	technische vastheid BH en variaties is aanwezig en wordt consequent toegepast	technische vastheid BH en variaties is aanwezig en wordt efficiënt toegepast	technische vastheid BH en variaties is aanwezig en wordt efficiënt toegepast	technische vastheid BH en variaties is aanwezig en wordt efficiënt toegepast	bewust zijn van tactische situatie en de shotkeuze er efficiënt op afstemmen - drukvol verdedigen waar mogelijk	bewust zijn van tactische situatie en de shotkeuze er efficiënt op afstemmen - drukvol verdedigen waar mogelijk
	Basisslagen met vastheid en controle over het boogtraject met verticale spin	Basisslagen met vastheid en gecontroleerde plaatsing kunnen uitvoeren	Basisslagen met vastheid, plaatsing en snelheid kunnen uitvoeren	Basisslagen met vastheid, verschillende richtingen (ruimtedruk zwaaien) en snelheid kunnen uitvoeren	Baltraject spelen op basis van eigen positie op het terrein iv hoge vastheid, en snelheden en richtingen hierop afstemmen	Controle over lengte en baltraject bij basisslagen onder tijdsdruk	tactisch verantwoorde keuzes maken binnen uitwisselen en aanvallen	controle (snelheid, plaatsing, baltraject) tijdens de balwisseling bij stevig tempo	controle (snelheid, plaatsing, baltraject) tijdens de balwisseling bij stevig tempo	discipline binnen de tactische basispatronen	discipline binnen de tactische basispatronen	utvoeren en volhouden van persoonlijk sterk tactisch plan > spelen met sterke tactische discipline	utvoeren en volhouden van persoonlijk sterk tactisch plan > spelen met sterke tactische discipline
			Controle over lengte en baltraject bij basisslagen onder tijdsdruk	Controle over lengte en baltraject bij basisslagen onder tijdsdruk	Controle over lengte en baltraject bij basisslagen onder tijdsdruk	Controle over lengte en baltraject bij basisslagen onder tijds- en ruimtedruk	basis voor brede waaijer aan shotkeuzes is aanwezig	basis voor brede waaijer aan shotkeuzes is aanwezig	waaijer aan shotkeuzes is groot en efficiënt	waaijer aan shotkeuzes is groot en efficiënt	waaijer aan shotkeuzes is groot en efficiënt	oplossen van tactische problemen binnen persoonlijk speltype (alert zijn voor sterktes/zwaktes van de tegenstander)	oplossen van tactische problemen binnen persoonlijk speltype (alert zijn voor sterktes/zwaktes van de tegenstander)
				Controle over lengte en baltraject bij basisslagen onder ruimtedruk	Controle over lengte en baltraject bij basisslagen onder ruimtedruk (zwaarts en achterwaarts)	Controle over lengte en baltraject bij basisslagen onder ruimtedruk	kunnen afdwingen van voordeelsituaties	kunnen afdwingen van voordeelsituaties	kunnen afdwingen van voordeelsituaties	bewust zijn van tactische situatie en shotkeuze er efficiënt op afstemmen	bewust zijn van tactische situatie en shotkeuze er efficiënt op afstemmen	spelen iv eigen wapens	spelen iv eigen wapens
						Controle over lengte en baltraject bij basisslagen onder ruimtedruk	kunnen afdwingen van voordeelsituaties	kunnen afdwingen van voordeelsituaties	kunnen afdwingen van voordeelsituaties	waaijer aan shotkeuzes is groot en efficiënt	waaijer aan shotkeuzes is groot en efficiënt	spelen iv eigen wapens	spelen iv eigen wapens
						Controle over lengte en baltraject bij basisslagen onder ruimtedruk	kunnen afdwingen van voordeelsituaties	kunnen afdwingen van voordeelsituaties	kunnen afdwingen van voordeelsituaties	bewust zijn van tactische situatie en shotkeuze er efficiënt op afstemmen	bewust zijn van tactische situatie en shotkeuze er efficiënt op afstemmen	spelen iv eigen wapens	spelen iv eigen wapens
						Controle over lengte en baltraject bij basisslagen onder ruimtedruk	kunnen afdwingen van voordeelsituaties	kunnen afdwingen van voordeelsituaties	kunnen afdwingen van voordeelsituaties	waaijer aan shotkeuzes is groot en efficiënt	waaijer aan shotkeuzes is groot en efficiënt	spelen iv eigen wapens	spelen iv eigen wapens
						Controle over lengte en baltraject bij basisslagen onder ruimtedruk	kunnen afdwingen van voordeelsituaties	kunnen afdwingen van voordeelsituaties	kunnen afdwingen van voordeelsituaties	waaijer aan shotkeuzes is groot en efficiënt	waaijer aan shotkeuzes is groot en efficiënt	spelen iv eigen wapens	spelen iv eigen wapens



VISIE – (TOP)SPORTMODEL

(Persoonlijke)
Ontwikkelingsdoelen

Prestatiedoelen



VISIE – (TOP)SPORTMODEL

(Persoonlijke)
Ontwikkelingsdoelen

Prestatiedoelen

Opvolging - Evaluaties

- Speler - EVALUATIE SELECTIECRITERIA U9
- Speler - Oudercontact spelers Topsportcentrum
- Speler - EVALUATIE SELECTIECRITERIA U8

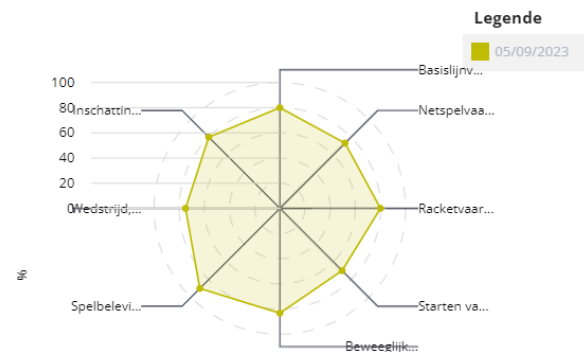
Evaluaties

+ Toevoegen

Alle Evaluatie door staff Zelfevaluatie

<input checked="" type="checkbox"/>	Datum	Titel	Auteur
<input checked="" type="checkbox"/>	05/09/2023	23_24_KDT periode 1	Vanmechelen Nick Mertens Frederik

1 Resultaten



VISIE – (TOP)SPORTMODEL

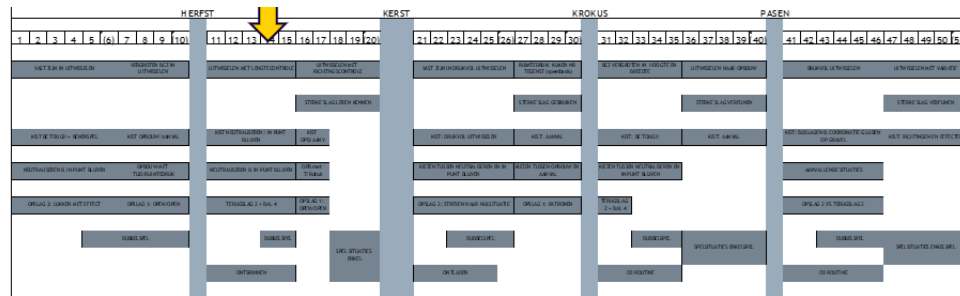
(Persoonlijke)
Ontwikkelingsdoelen

Prestatiedoelen

Opvolging - Evaluaties

Planningen

U10 TRAINING 14



Aandachtspunten training

Uitwisselen met lengtecontrole
 Dubbelspel: Druk blijven zetten als netspeler in rally rechtdoor
 Kist: Play to be tough bij extreme moeilijke ballen
 Punt sterk starten vanuit terugslag 2 en bal 4 volgens OPEN/ OPEN principe

N°	Duur	Situatie	Bedoeling	Omschrijving	Kwaliteit	Organ./Mat.
1	10'	coördinatie		Beide spelers starten op de middenlijn. Speler 1 heeft bij elke bal 2 opties: 1. mik de bal op de servicelijn aan de overkant, waarbij speler 2 FH of BH speelt. 2. mik de bal op de borst van speler 2 waarbij deze speler FHV of BHV speelt. Beide spelers doen deze opdracht in rally met elkaar.	Anticipatie van de lengte van de bal + Bladcontrole	
2	20'	basislijnspeel	UITWISSELEN	De spelers spelen een wedstrijd op een half maxi dubbelterrein. De bal wordt bovenhands in het spel gebracht. Het aantal ballen dat de spelers samen achter de servicelijn kunnen spelen per rally, is het aantal punten dat de speler die het punt wint, verdient. Wie trekt de punten naar zich toe?	Spelen met lengte dmv snel boogtraject	
3	20'	kist	NEUTRALISEREN	De speler start in de speelbasis en krijgt extreme ballen aangespeeld door de trainer. De speler tracht zo lang mogelijk in de oefening te blijven. Als een bal niet wordt geraakt stopt de oefening. Wie kan zich volledig vastbijten. Klimming: oefening stopt als een bal wordt gemist.	Play to be tough	
4	20'	T + bal 4	OPBOUWEN	De terugslagspeler start steeds aan de pare kant. De opslagspeler serveert met effect en heeft 1 kans, maar moet dit steeds vanop een andere positie doen tussen de 2 enkelspellijnen. De terugslagspeler anticipeert op de startpositie van de opslagspeler en speelt combinatie OPEN-OPEN met de terugslag en bal 4. Het punt wordt verder uitgespeeld.	Terugslag en bal 4 wegspeelen van opslagspeler (OPEN-OPEN)	
5	20'	spelsituaties dubbel	UITWISSELEN	De spelers starten in de opstelling 1 voor- 1 achter tegen 1 voor- 1 achter waarbij de achterspelers tegenover elkaar starten. De achterspelers wisselen rechtdoor tegen elkaar uit waarbij ze drukken naar de achterlijn, zonder veel hoek te maken. De netspelers passen hun positie aan (> net naast de middenlijn) en proberen tussen te komen.	Druk blijven zetten als netspeler in rally rechtdoor	



VISIE – (TOP)SPORTMODEL



U10 OPPORTUNITEIT - MINDSET: LAAT JE TEGENSTANDER LOPEN (+ VASTER/ SNELLER)

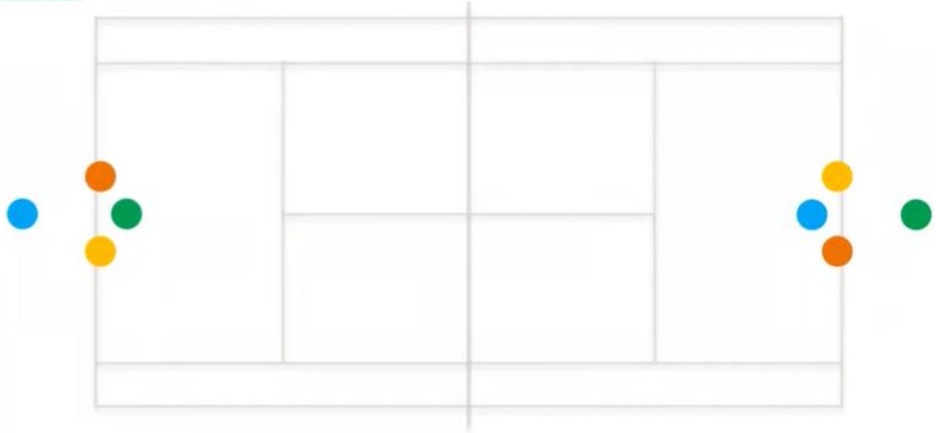
TACTISCH BASISLIJN: CREEREN/ OMGAAN MET TIJDS- RUIMTEDRUK – MET EN ONDER DRUK IN LENGTE EN BREEDTE (2e DIMENSIE)

TACTISCH: 'AANVALLEN' WORDT 'OPBOUWEN' EN 'SCOREN'

TACTISCH: 'VERDEDIGEN' WORDT 'NEUTRALISEREN' EN 'IN HET PUNT BLIJVEN'

TACTISCH: LATERALE EN VOOR- ACHTERWAARTSE (HER)POSITIONERING IFV CREEREN/ OMGAAN MET DRUK

TECHNISCH: ≠ TYPES BENENSPEL IFV DYNAMISCH BEWEGEN



VISIE – (TOP)SPORTMODEL



VISIE – (TOP)SPORTMODEL

(Persoonlijke)
Ontwikkelingsdoelen

Prestatiedoelen

Opvolging - Evaluaties

Planningen

Coachesopleidingen

Wedstrijdanalyses

Theoriesessies spelers



BE PLAYER U10,1:

MOGELIJKHEDEN MET GROENE BAL
EN 21M TERREIN: ZELF IN BALANS,
TEGENSTANDER UIT BALANS



VISIE – (TOP)SPORTMODEL



UITDAGINGEN!

- 1 Verspreiden en implementeren van visie over Vlaamse coaches
- 2 Up-to-date houden van ontwikkelingsvisie volgens de ontwikkelingen in de sport



VRAGEN?

