



Tafeltennisvereniging

Amsterdam '78



Schoolstraat 2  
1054 KD Amsterdam  
tel. 020 683 78 29  
info@amsterdam78.nl

## Tafeltennisles voor 4-jarigen

Voor zover bekend had Amsterdam '78 eind vorige week een primeur in Nederland: tafeltennisles voor 4-jarigen. Verspreid over twee dagen - en 6 introductielessen - maakten circa 130 kinderen uit groep 1 t/m 4 van de Annie M.G. Schmidtschool kennis met tafeltennis. Het idee was afkomstig van trainer Yana Timina, die de stellige overtuiging heeft dat het niveau in Nederland alleen omhoog kan als kinderen veel eerder met tafeltennis beginnen. "Door mijn werk bij de talentengroep van de NTTB heb ik gezien dat we echt veel eerder moeten beginnen, als je tenminste internationaal mee wil tellen. Bij mijn club in Frankrijk wordt er al structureel les gegeven aan kinderen vanaf drieënhalf jaar. Dat doen ze in heel Frankrijk, en het niveau van de jeugd is daar heel hoog, ook internationaal gezien. De Franse bond heeft een programma ontwikkeld dat Baby Ping heet, speciaal voor de jongste jeugd. Ze oefenen algemene motorische vaardigheden, maar er wordt ook al echt getafeltennist, want dat kan prima met die jonkies.



Veel mensen denken dat je kinderen van die leeftijd nog geen batje in de hand moet geven, maar dat is helemaal niet waar. Je moet juist laten zien dat tafeltennis een sport is. Bijkomend voordeel: als kinderen zo jong met tafeltennis beginnen, is de kans groot dat het hun eerste sport wordt en niet, zoals nu vaak, een tweede of derde sport waar ze als eerste mee stoppen. Hoedanook, ik heb bij mijn club de kunst afgekeken en wilde dat meteen in de praktijk brengen bij Amsterdam '78. Ik weet dat ook de NTTB bezig is om materiaal te ontwikkelen voor kinderen vanaf 4 jaar, en dat is op zich mooi, maar dat duurt nog even en we hebben geen tijd te verliezen. Bovendien bestaat Baby Ping al, dat kun je zo opvragen bij de Franse bond. Ik raad elke club aan om vooral niet te wachten, maar aan de slag te gaan met deze leeftijdsgroep."

Tijdens de introductielessen bij Amsterdam '78, die deze week een vervolg krijgen, deden de



Tafeltennisvereniging

Amsterdam '78



Schoolstraat 2  
1054 KD Amsterdam  
tel. 020 683 78 29  
info@amsterdam78.nl

kinderen al tafeltennisgerelateerde oefeningen en spelletjes. Zo moesten ze met een batje de bal naar elkaar overrollen, zowel op de grond als op de tafel. Ook gingen kinderen aan de slag met een batje en een klein ballonnetje, of ze kregen balletjes in verschillende maten. En er werd een rond-de-tafel gespeeld waarbij de ene trainer de ballen aangaf en de andere samen met ieder kind de bal terugspeelde. De lessen duurden 40 minuten en vrijwel alle kinderen waren erg enthousiast.

Yana: "Ik ben door de lessen alleen nog maar gesterkt in mijn mening dat je kinderen vanaf 4 jaar kan laten kennismaken met tafeltennis.



Tot mijn verrassing was het zelfs makkelijker om les te geven aan kinderen van 4 en 5 jaar, dan aan iets oudere kinderen. Ze zijn namelijk heel open, heel enthousiast en ze vinden het natuurlijker om dingen na te doen, imiteren. Ze zijn nog niet eigenwijs en willen nog niet hard spelen. Ook zijn ze beweeglijker en lossler: ze laten zichzelf makkelijk helpen, ook bij het spelen van de bal als ik hun hand vasthoud. Verder denk ik dat de lessen maximaal 12 kinderen mogen hebben, met 2 trainers, en maximaal 45 minuten moeten duren."

De introductielessen bij Amsterdam '78 moeten uiteindelijk uitmonden in een vaste training bij de club.