

## PingPongPower bij SHOT slaat wederom aan bij de jeugd

### Inleiding

Om nieuwe leden in de jongste leeftijdscategorie te werven draait SHOT al een aantal jaren het programma PingPongPower. Waar er per jaar ca 15 kinderen meedoen aan PingPongPower hebben we dit jaar het ongekeerde aantal van 35 kinderen in de leeftijd van 5 t/m 9 jaar die meedoen met PingPongPower. In plaats van 1 groep op de zaterdagochtend hebben we nu drie trainingen op zaterdag!

In dit artikel nemen we jullie graag mee in hoe we dit aanpakken en wat in onze beleving de succesfactoren hierbij zijn.

### Opbouw programma

In de week na de Herfstvakantie starten we met gymlessen van MJ Tafeltennis. De zaterdag volgend op de gymlessen beginnen we met PingPongPower dat loopt tot het weekend vóór Kerst.

De PingPongPower lessen zijn erop gericht om kinderen op een leuke, actieve en leerzame manier kennis te laten maken met tafeltennis. Het draait daarbij niet alleen om tafeltennissen, maar vooral ook om gezelligheid en plezier.

De training begint met de warming-up waar we door middel van diverse spelvormen bezig zijn met vaardigheden die belangrijk zijn voor tafeltennis. Denk aan de ontwikkeling van motorische vaardigheden (gebruik speed-ladder) en het trainen van de oog-hand coördinatie. We laten de kinderen bijvoorbeeld een balletje hoog houden, of juist de bal stil laten liggen op het batje. Het proberen te raken van het plafond met je balletje slaat ook altijd goed aan bij de kinderen.

Vervolgens gaan we aan de slag met de basisslagen forehand en backhand. Met behulp van diverse hulptrainers delen we de groep op in groepjes van 2 á 4 kinderen. De jeugdtrainers geven de ballen aan, de spelers slaan de ballen terug. In feite een meerbaltraining. De trainers lopen rond en geven aanwijzingen. Grote voordeel is dat de kinderen goede ballen aangespeeld krijgen en ook vaak aan de beurt komen. In de loop van de training zetten we kleine bekertjes of andere attributen neer die door de kinderen geraakt moeten worden.

De training sluiten we af met rondje-om-de-tafel of een ander spel. Hierbij speelt de groepsdynamiek weer een grote rol.

Het PingPongPower traject duurt 8 weken. Na afloop van iedere training krijgen de kinderen een stempel op stempelkaart. Kinderen die aan het eind van de serie 6 stempels of meer hebben, krijgen bij de laatste training een eigen batje. De kinderen (en hun ouders) krijgen op dat moment ook de vraag voorgelegd of ze door willen gaan en lid willen worden van de club.

In voorgaande jaren organiseerden we ook vaak een kindertafeltennistoernooi in de herfstvakantie. Door de coronacrisis hebben we daar dit jaar van af gezien. Hetzelfde geldt voor het organiseren van een instuif aansluitend op een dag gymlessen. Een voorzichtige conclusie hier is dat de MJ clinics meer opleveren dan een basisscholierentoernooi.

## Succesfactoren

### Clinics met MJ, ieder jaar weer

Al diverse jaren werken we samen met MJ Tafeltennis die namens ons gymlessen verzorgen. Hierbij worden ze ondersteund door een aantal trainers van SHOT. Daarnaast zetten we ook onze eigen jeugdleden in om te helpen. Sinds enkele jaren subsidieert de NTTB de MJ clinics wat het voor ons natuurlijker nog aantrekkelijker maakt om MJ Tafeltennis in te zetten voor deze activiteit.

Voor de gymlessen selecteren we basisscholen die hun gymles hebben in de sportzaal waar wij als SHOT tafeltennissen. Het grote voordeel hiervan is dat de impact voor de scholen minimaal is. De kinderen gaan naar hun normale gymlocatie en het enige is dat de scholen geen gymles hoeven in te vullen.

De gymlessen met MJ zijn al jaren een groot succes. We ontvangen altijd vele enthousiaste reacties! Zowel van de kinderen als ook van de leraren.

Belangrijk hierbij is ook continuïteit. Sommige kinderen slaan de eerste keer gelijk aan op de gymlessen, andere kinderen pas na de 2<sup>e</sup> of 3<sup>e</sup> keer dat ze hebben getafeltennist in de gymles.



### Stempelkaart

Gedurende de gymles wordt bij iedere groep ook aandacht besteed aan de start van PingPongPower op de zaterdag volgend op de gymles. Alle kinderen krijgen een stempelkaart uitgedeeld en hier wordt tijdens de gymles dus ook bij stil gestaan. Vaak delen we ook aan de leraren nog een extra setje uit voor het geval iemand zijn kaart verliest of om uit te delen aan andere kinderen op school.

Het idee achter de stempelkaart is dat de kinderen kunnen sparen voor een eigen batje. In de praktijk blijkt dit heel goed te werken. Kinderen doen echt hun best om hun stempelkaart vol te krijgen (minimaal 6 van de 8 stempels halen).

We laten de stempelkaarten altijd in grote aantallen drukken. Je kan er nooit genoeg uitdelen (je kan er ook nog voor kiezen om stempelkaarten op bepaalde plekken in de stad/dorp te verspreiden of neer te leggen). De kosten vallen mee, bij sites als bijvoorbeeld [www.drukwerkdeal.nl](http://www.drukwerkdeal.nl) praat je over minder dan €40 voor 1.000 stuks.



**PingPongPower 2020**

Wat?	PingPongPower
Startdatum	Zaterdag 31 oktober
Tijdstip	10:00 - 11:00 uur
Voor wie?	Groep 3, 4, 5, 6, 7 en 8
Waar?	Willoertstraat 49, Soest
Aanmelden?	pingpongpower@shot.nl (maximaal 30 plekken)
Meer info?	Neem dan contact op met René de Gier (pingpongpower@shot.nl) of kijk op <a href="http://www.pingpongpower.nl">www.pingpongpower.nl</a>

**Wil jij ook bij de PingPongPower-Club?**

Kom dan de zaterdagen van 31 oktober tot en met 19 december naar de training speciaal voor alle PingPongPower-kids uit Soest!

Ontdek samen sporten! Leuke, spannende, actieve, grappige en leerzame activiteiten voor jongens en meisjes. Dat is PingPongPower. Deze activiteit is speciaal ontwikkeld om kinderen in de leeftijd van 5 t/m 10 jaar kennis te laten maken met tafeltennis.

[facebook.com/tvshot](https://www.facebook.com/tvshot)
[youtube.com/SHOTtoest](https://www.youtube.com/SHOTtoest)  
[@tvshot](https://www.instagram.com/tvshot)
[info@shot.nl](mailto:info@shot.nl)  
[www.shot.nl](http://www.shot.nl)



**STEMPELKAART**

8 stempels of meer op je kaart? Dan krijg je bij de laatste training je eigen wedstrijdbatje!

31 oktober → 7 november → 14 november → 21 november  
 19 december → 5 december → 12 december → 28 november

## Veilige omgeving

Wat we enorm belangrijk vinden is dat zowel kinderen als ouderen zich prettig voelen bij onze vereniging.

We vangen de kinderen op bij de ingang, maken een praatje en geven ze een (leen)batje dat ze bij de training kunnen gebruiken.

De training starten we zittend. Alle kinderen en alle trainers gaan zitten op de grond en er is een gesprek tussen trainers en kinderen waarbij we iedereen op zijn gemak proberen te stellen en vertellen hoe de training er uit ziet. Het belang van zitten kan niet onderschat worden. Daarmee kom je (letterlijk) veel meer op gelijke hoogte met de kinderen en kan je veel beter contact maken dan wanneer de kinderen (letterlijk) omhoog moeten kijken naar de trainers.

Uiteraard is er ook aandacht voor de ouders. Zo bieden we koffie en thee aan en vragen we ook wekelijks aan de ouders hoe zij het ervaren en wat ze terug horen van de kinderen na de training. Met de corona maatregelen moeten we natuurlijk extra zorgvuldig hier mee omgaan en zorgen dat er voldoende afstand wordt gehouden en er niet te veel mensen in de zaal zijn. Maar zeker bij de jongste kinderen (5 á 6 jaar) vinden wij het heel normaal dat ouders even blijven kijken.

Binnen het team van begeleiders maken we 1 persoon vrij voor de opvang van de kinderen bij de ingang en voor de communicatie met de ouders. Daarmee geven we dit onderdeel ook de aandacht die het verdient. En tegelijkertijd hebben de trainers hun handen vrij om hun aandacht te geven aan de training. Daarnaast merken we ook dat ouders dan later ook meer gaan doen voor de club als ze op deze manier worden opgevangen.

## Kweken kader: eigen jeugdleden helpen mee!

Een cruciale succesfactor! Naast 4 volwassen trainers helpen veel jeugdleden mee bij de PingPongPower training. Het leuke is dat kinderen die een paar geleden zelf meededen met PingPongPower nu meehelpen met het verzorgen van de training. In totaal zijn er nu 8 tot 10 jeugdleden die helpen, en dat drie trainingen achter elkaar!

Dit creëert een ongelooflijke teamspirit! Je doet het echt met elkaar, de jeugdleden willen ook gewoon op zaterdagochtend bij SHOT zijn. Nu de competitie stil ligt is het natuurlijk makkelijker omdat er geen andere verplichtingen zijn. Maar ook tijdens competitiedagen zijn er voldoende jeugdspelers die komen helpen bij PingPongPower.

Dit zijn ook de eerste stappen in het creëren van nieuw kader. De kinderen ervaren zelf of ze het leuk vinden om training te geven en andere te willen helpen in hun ontwikkeling. Het draait voor de jeugdspelers niet alleen om lol maken, maar het begeleiden van jonge kinderen zorgt ook voor verantwoordelijkheidsgevoel.

De jongste jeugdleden die helpen zijn 10 jaar oud. Het creëren van kader heeft niet alleen betrekking op het training geven, ook kijken we in die leeftijdsgroepen al naar welke kwaliteiten de kinderen hebben, denk hierbij bijvoorbeeld ook aan het organiseren van toernooien.

Het op orde hebben van je kader is cruciaal. Denk hierbij op (middel)lange termijn. Wij zijn 6 jaar geleden begonnen met PingPongPower en de MJ clinics. Als je start is het belangrijk dat je een startkader beschikbaar hebt dat voor langere tijd beschikbaar is en wil zijn. Het versterkende effect van jeugdleden die gaan meehelpen treedt pas na verloop van tijd op.



Tussen de trainingen door zorgen we voor versnaperingen voor alle trainers, en lunchen we ook gezamenlijk (uiteraard op 1,5m afstand van elkaar). Ook dit draagt bij aan het clubgevoel!



## Corona biedt kansen

Het is natuurlijk een tijd waarin er veel niet kan, een tijd waarin veel activiteiten niet doorgaan. Ondanks dat toernooien en competities stil liggen, geldt dat er voor tafeltennis veel wél kan.

De PingPongPower activiteiten kunnen we organiseren binnen de kaders zoals die gesteld zijn door de overheid. Wat we veel terug horen van ouders is dat de drempel om mee te doen nu lager ligt. Er zijn minder activiteiten waar een keuze uit gemaakt moet worden. En anderzijds zoeken ouders en kinderen ook naar activiteiten die wel kunnen. De nieuwe PingPongPower serie kwam wellicht op een uitstekend moment.

Bij de ouders horen we overigens ook een aantal signalen van ouders die nu zelf op zoek zijn naar een andere sport. Omdat hun eigen sport nu niet door kan gaan. Wellicht ook een kans voor de tafeltennissport?

*René de Gier & Rob Houtgast*  
ttv SHOT (S)

