**Έξτρα παιχνίδια για τα μαθήματα του «Τένις στα Σχολεία»**

Τάξεις Α’-Δ’ Δημοτικού

1. **Σκουπίδια**: Χωρίζουμε τα παιδιά σε 2 ομάδες. Με το φιλέ και την κορδέλα χωρίζουμε το γήπεδο κατά μήκος σε 2 ίσα μέρη. Τα παιδιά κάθε ομάδας μαζεύουν τα μπαλάκια που έρχονται στη μεριά τους πηγαίνουν πίσω από την πλάγια γραμμή του γηπέδου και τα πετάνε προς το γήπεδο της αντίπαλης ομάδας πάνω από το φιλέ. Στο τέλος του χρόνου που έχουμε ορίσει π.χ. 2 λεπτά, όποια ομάδα έχει λιγότερα μπαλάκια στο γήπεδό της κερδίζει.
2. **Σκοποβολή**: Χωρίζουμε τα παιδιά σε 2 ομάδες. Με το φιλέ και την κορδέλα χωρίζουμε το γήπεδο κατά μήκος σε 2 ίσα μέρη. Τα παιδιά της μίας ομάδας με ένα μπαλάκι στο χέρι στέκονται έξω από την πλάγια γραμμή και φωνάζουν 3 φορές προς την αντίπαλη ομάδα «ΤΡΕΞΤΕ-ΤΡΕΞΕ-ΤΡΕΞΤΕ». Με το σύνθημα «ΣΤΟΠ» η ομάδα που έτρεχε σταματάει και τα παιδιά μένουν ακίνητα. Η άλλη ομάδα σημαδεύει με τα μπαλάκια και παίρνει πόντους αν πετύχει κάποιο παιδί ή το αναγκάσει να κουνηθεί. Μετά παίρνει σειρά η άλλη ομάδα κ.ο.κ.
3. **Στατικό Χόκει**: Σχηματίζουμε 2 ομάδες με έναν τερματοφύλακα και 2-5 παίκτες. Οριοθετούμε τις θέσεις των παικτών στο γήπεδο με σημάδια (π.χ. μία σκέτη πλαστική γραμμή για τη μία ομάδα και μία γραμμή με έναν κώνο επάνω για την άλλη) σχετικά απομακρυσμένες η μία από τη άλλη. Στις άκρες του γηπέδου φτιάχνουμε 2 τέρματα όπου κάθονται οι τερματοφύλακες. Ο κάθε παίκτης δεν μπορεί να απομακρυνθεί από τη θέση του (πρέπει να ακουμπάει τουλάχιστον το ένα του πόδι στην πλαστική γραμμή) αλλιώς η άλλη ομάδα παίρνει κατοχή της μπάλας. Οι παίκτες κάθε ομάδας δίνοντας συρτές πάσες προσπαθούν να πλησιάσουν τη μπάλα στο αντίπαλο τέρμα ώστε ο συμπαίκτης τους να σκοράρει. Σε κάθε γκολ αλλάζουμε τις θέσεις (πάνε όλοι μία θέση μπροστά), ώστε όλοι να περάσουν από το τέρμα, την άμυνα και την επίθεση. Η ομάδα που κάνει άμυνα μπορεί να κλέψει την πάσα της αντιπάλου αλλά πάντα χωρίς να εγκαταλείψει τις θέσεις της.

Τάξεις Ε’-ΣΤ’ Δημοτικού, Γυμνασίου, Λυκείου

1. **Βολέ-βολέ:** Σχηματίζουμε 6 μικρά γηπεδάκια (3μ. x 5μ.) στα οποία παίζουν 12 παιδιά ταυτόχρονα σε ζευγάρια. Κάθονται στο κέντρο του γηπέδου τους και ξεκινάνε τον πόντο με μία «ευγενική» πάσα προς τον αντίπαλό του. Παίζουν κανονικά τον πόντο χωρίς όμως να επιτρέπεται να αναπηδήσει το μπαλάκι στο έδαφος, μόνο με εναέρια χτυπήματα (βολέ). Ο αγώνας ολοκληρώνεται σε ένα προκαθορισμένο χρόνο π.χ. 3 λεπτά.
2. **Βολέ-βολέ με μία αναπήδηση:** Είναι μία παραλλαγή του παραπάνω παιχνιδιού (βολέ-βολέ) απλώς κάθε παίκτης μπορεί να αφήσει το μπαλάκι να αναπηδήσει στο έδαφος μόνο μία φορά σε κάθε πόντο.