

Vom Ping Pong zum Tischtennis

Einführung in das Rückschlagspiel Tischtennis (2. Folge)

Sport-
spiele

7/98

Tischtennis

Vorbemerkungen/Ziele

In der ersten Folge (1/98) wurde versucht, über die Schulung der Wahrnehmung erste Erfahrungen mit Fluggeräten und dem Rückschlag dieser Geräte zu machen.

Als nächster Schritt ist der Einsatz von Schlaggeräten vorgesehen, die die Hand ersetzen. Daneben kommt es zu einer Erhöhung der Fluggeschwindigkeit – und damit zu einer erschwerten Wahrnehmung.

Zeit:
60 - 90 Min.

Teilnehmer/innen:
Jungen und Mädchen (6 - 10 Jahren)

Material:
"Wasser"-bälle (aufblasbare Plastikbälle), Schaumstoffbälle, Indiac-Schläger, GOBA-Schläger, Family-Tennis-Schläger, Speckbretter, Federballschläger

Stundenverlauf/Inhalte

● = Inhalte

○ = Organisation

EINSTIMMUNG

- Begrüßung und Einführung
- Stehen im Kreis in der Hallenmitte
- Zwei Wasserbälle werden sich gegenseitig – ohne festgelegte Reihenfolge – zugespielt und sofort "volley" zu einem anderen Mitspieler gepaßt.
- Ein Wasserball wird gegen einen Indiacaball ausgetauscht; Spielregeln wie vorher.
- Die ganze Gruppe spielt verteilt in der Halle.
- Ein Wasserball wird in einer kleinen Gruppe (ca. 4 Spieler/innen) durch die Halle transportiert (Rundkurs). Dabei darf der Ball den Boden nicht berühren. Fällt der Ball zu Boden, muß die Gruppe zur letzten umrundeten Ecke zurück und dort weiterspielen (Staffel).
- Die gleiche Staffelform wird mit einem Indiacaball durchgeführt.
- Aufteilung in Kleingruppen

SCHWERPUNKT

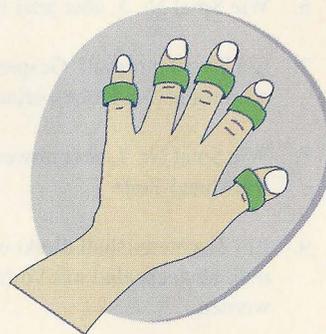
- Spiel mit dem GOBA-Schläger:
An einem ovalen, dünnen Sperrholzbrett (etwas größer als die Hand) werden auf der Rückseite fünf Schlaufen für die Finger befestigt. Greift man mit den Fingern nun in diese Schlaufen (Handfläche zum Brett), so entsteht ein Schläger ohne Griff. Mit diesem Schläger werden kleine Schaumstoffbälle (Tennisballgröße) in der Gruppe oder zu zweit hin- und hergespielt.

Absichten/Gedanken

● = Absichten/Gedanken

➔ = Hinweis

- Die bisher erarbeiteten Inhalte werden wiederholt; langsames Flugtempo und erleichterte Wahrnehmung sorgen für einen positiven Einstieg in das Stundenthema.
- Diese Wettspielform fördert das "Miteinanderspielen" und macht Spaß – trotz eines erhöhten Schwierigkeitsgrades.



- Der GOBA-Schläger – ohne Griff – läßt die Teilnehmer/innen erste Erfahrungen mit einem Schlaggerät – außer der Hand – machen. Die Auge-Hand-Koordination, die durch das Schlaggerät Hand erlernt wurde, bleibt erhalten. Jedoch lernen die Teilnehmer/innen jetzt, mit unterschiedlich großem Kräfteinsatz zu spielen (koordinatives Element "Differenzierungsfähigkeit")

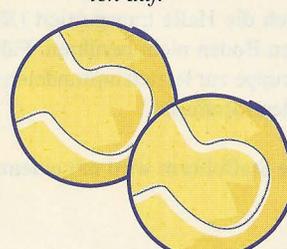


PRAKTISCH für die RAKIS

Stundenverlauf/Inhalte

- = Inhalte
- = Organisation

- Die Teilnehmer/innen können ihre Organisationsform frei wählen.
- **Spiel mit Family-Tennis-Schlägern**
 Der Schaumstoffball wird zunächst auf dem Schläger getippt, später gegen eine Wand gespielt.
 Einem Partner wird der Ball zugespielt, wobei zunächst der Ball mindestens einmal auf dem Boden aufspringen muß.
 Über eine Zauberschnur wird der Ball zunächst einem Partner zugespielt. Direkt oder mit vorherigem Bodenkontakt kann später in kleinen Mannschaften gespielt werden (Doppel, nach Volleyballregeln etc.).
- Die Organisationsform wird vom Übungsleiter/von der Übungsleiterin vorgegeben.
- **Rückschlagspiel-Zehnkampf**
 Gezählt wird bei allen Spielen die Anzahl der Schläge, die ohne Fehler erzielt werden. Gewonnen hat das Paar, das am Ende die meisten Punkte erzielt. So oft wie möglich werden folgende Spielbälle zwischen zwei Partnern/Partnerinnen hin- und hergespielt:
 1. Ein Schaumstoffball mit Family-Tennis-Schlägern
 2. Ein Indiacca-Ball mit Indiacca-Schlägern
 3. Ein Schaumstoffball mit Federballschlägern
 4. Ein Federball mit Federballschlägern
 5. Ein Schaumstoffball mit Speckbrettern
 6. Wie Spiel Nr. 5, aber jetzt mit Tischtennisball
 7. Ein Tischtennisball. Gespielt wird über eine Zauberschnur (ca. 1m Höhe), erlaubt ist ein Bodenkontakt.
 8. Wie Spiel Nr. 7, aber abwechselnd mit Vorhand- und Rückhand-Seite
 9. Ein Tischtennisball direkt ohne Bodenkontakt; dabei muß abwechselnd mit Vorhand und Rückhand gespielt werden
 - 10. Ein Partner wirft einen Tischtennisball zu einem Mitspieler und zeigt nach dem Wurf durch Heben des rechten oder linken Armes, an welcher Körperseite vorbei der Ball mit einem Tischtennisschläger zurückgespielt werden muß. Beide Partner haben je 20 Versuche, gezählt werden korrekte Rückschläge.



Absichten/Gedanken

- = Absichten/Gedanken
- = Hinweis

- Auch die selbständige Organisation von Spielformen muß von Kindern erlernt werden. Hier wird einerseits auf Erlerntes zurückgegriffen, andererseits kann auch die Phantasie der Kinder angeregt werden.
- Family-Tennis-Schläger gibt es in verschiedenen Ausführungen. Optimal wäre ein Spiel mit kurzen Griffen. Dadurch wird die Auge-Hand-Koordination langsam an die neue Anforderung gewöhnt.
- Eine große Trefffläche und ein langsamer, gut sichtbarer Ball. (gelb wird vom Auge sehr gut wahrgenommen) erleichtern das Erlernen der neuen Fähigkeit.
- Dieser Zehnkampf bietet durch seinen Wettspielcharakter eine hohe Motivation für die Teilnehmer/innen. Gleichzeitig mit dem Erlernen bzw. Üben der Grundlagen für Rückschlagspiele erhalten sowohl der Übungsleiter als auch die Übenden eine gute Rückmeldung über das bisher Gelernte.
- Erstmals wird der Tischtennisball ins Spiel gebracht. Er weist durch die Größe, Farbe und hohe Fluggeschwindigkeit neue Eigenschaften auf.
- Die Fähigkeit "Wahrnehmen" wird durch diese Spielform geübt. Unter Zeitdruck müssen die Spieler/innen zwei optische Signale (anfliegender Ball, gehobener Arm) wahrnehmen, eine Entscheidung für die eigene Handlung treffen und ausführen.

Autor: Norbert Weyers

Literatur: Ideenmarkt, Mit Goba-Schlägern Rückschlagspiele lernen (hier auch Bauanleitung für Goba-Schläger), Sportpädagogik 2/98, S. 12