

Werner Heissig

TISCHTENNIS

Band 1 KIDS & KITA

KLEINE SPIELE



Spiele mit dem Tischtennisball



Titelfoto: Jörg Manner
Bildreihen, Einzelfotos: Christel Weber / Werner Heissig
Lektor: Jörg Manner
Layout: Uli Manner

Vertrieb über: www.ttkids.de



Alle Rechte vorbehalten, auch die der auszugsweisen Wiedergabe und photomechanischen oder anderen Vervielfältigung von Texten oder Bildern.

1. Aufl. 2012

Werner Heissig

TISCHTENNIS

Kleine Tischtennisspiele

Spaß- und Bewegungsspiele

149 Bilder & 27 Grafiken & 116 Seiten

Inhalt

- Kleine Tischtennisspiele / Technik der Ballbehandlung
- Tischtennis-Treffe / Anfängerspiele
- Spiel & Übungsreihen / Minitischspiele

Widmung

Der vorliegende Band verdankt seinen Bildteil in besonderem Maße den Kids der Bleichenbacher Kita sowie den Schülern der Grundschule Ortenberg.

Für die gute Zusammenarbeit und für die Einplanung der Tischtennisprojekte der Kita-Leiterin Gerlinde Vonhof / der Erzieherin Christel Weber sowie den Grundschulleiterinnen Ute Arendt / Gabi Pfannmüller ein herzlicher Dank!

INHALT

KLEINE BALLSPIELE.....	7	
Vom Ursprung des Ballspiels / Tischtennisspiele für Kids /		
Tischtennisbälle fordern / Mr. Pingpong / Spiele mit dem		
Tischtennisball / Lernspiel Tischtennis / Playback-Spiel /		
Pingpong		
ANFÄNGERSPIELE	19	
Ball- und Bewegungsspiele / Eigenzuspiel / Tischtennisspiele /		
Solo-Spiele / Schlüsselspiele		
LERNHILFEN	39	
Die Zähmung des Springinsfelds / Lernpausen / Einer gegen		
Viele / Partnerzuspiel / Techniken der Ballbehandlung		
KLEINE TISCHTENNISSPIELE.....	55	
Spiele mit dem Ball / Bodenspiel / Playback-Spiel /		
Sonderspiele		
SPIELPROJEKTE.....	69	
Home-Tischtennis / Spiele zum Pingpong-Treff / Kita-		
Tischtennis / Lehrpfad des Rollspins / Klassenzimmerspiele /		
Spaßspiele		
SPIELE & ÜBUNGEN	87	
Wurf- und Fangspiele / Balancieren und Tippspiele / Rollspiele /		
Prellen / Stellspiele / Spielweisen gemischt / Spiele am		
Halbtisch		
SPIELAUSBILDUNG.....	105	
Spielschulung / Spiel am Minitisch /		
Eine Liebeserklärung / Literatur / Autor.....		111

KLEINE BALLSPIELE

Vom Ursprung des Ballspiels

Am Anfang vor allen Ballspielen war der Ball allein. Namenlos irrte er herum, rammte mit dem Kopf bald Baum und Stein, tauchte auf in die Lüfte, erstieg Berge und rauschte ins Tal.

Er verlor sich in den Weiten und es war so, wie es ist, wenn man allein ist.

Woher kommt er? Das weiß vielleicht der Wind oder das dunkle Tal.

Wohin sollte er? Vielleicht zum See. Aber der hielt ihn nur fest. Oder zum Berg.

Aber der schickte ihn nur weg.

Beide standen sie starr und still.

Da legte sich auch der Ball nieder und verstummte.

Das blieb lange Zeit so. Und so wäre es auch heute noch, wenn da nicht die Kinder gekommen wären.

Sie entdeckten den Einsamen in seiner Höhle.



Was ist das für ein frecher Bursche!

„Was ist denn das für ein Geselle?“ fragten sich die jungen Abenteurer.

„Der sieht so traurig aus. Wollen wir ihn nicht mitspielen lassen?“

Und so nahmen sie ihn bei der Hand und erweckten ihn zum Leben.

Sie nahmen ihn in ihre Mitte und einer nach dem anderen durfte ihn streicheln.

Dann stupste man ihn mit den Fingern. Bald hierhin, bald dorthin.



„Komm, Spiel mit mir!“

Der Ball, eben noch traurig und allein, stand plötzlich im Mittelpunkt. Jetzt wollten alle mit ihm spielen, mit ihm tanzen, und ihm ein guter Freund sein.

Er wurde schnell zum Liebling der frohen Runde.

Sollte sein einsames Leben endlich zu Ende sein?

Vieles spricht dafür.

Alle Kids wollen nämlich wissen, warum es den Ball so ziellos herumtreibt.

Sie mühen sich, dem einen Schlusstrich zu machen.

Sie halten ihn gefangen. Immer in ihrer Nähe soll er bleiben. Jeder hat sich um ihn zu kümmern.

Manchmal umgarnen sie ihn zu Zweit und manchmal mit der ganzen Gruppe.

Er muss ihnen Rede und Antwort stehen.

Sie lassen ihn in die Luft und zu Boden springen, über Zäune steigen und gegen Wände prallen. Den Berg hinauf kriechen und herunter rollen – ganz so wie es war, als er noch nicht bei ihnen war.

Und all das macht er mit.

Denn er weiß, dass er nie wieder allein sein will.

Meister Jakob sagt:

Ball-Spiele sind Erinnerungsspiele. Bälle schnuppern an der grauen Vorzeit – an die Zeit, da sie noch alleine waren.

Die Kleinen und die Großen, die mit dem Ball spielen, wollen für sich solchem Dunkel entgehen.

Dieses Geheimnis macht das Ballspiel so lebendig.

Tischtennisspiele für Kids

Das Tischtennispiel setzt sich aus vielen kleinen Mosaiksteinchen der Spielkunst zusammen.

Es sind die Spiele mit dem Tischtennisball - im Raum / auf dem Boden / gegen die Wand -, durch die Anfänger sich dem Spiel nähern.

- Kleinkinder versuchen, den Ball zu ihrem Untertan zu machen.
- Kids lernen, wie man ihm auf die Spur kommt.
- Jungstars erkunden die Ballbehandlungsarten.
- Fortgeschrittene üben sich im Spiel und messen sich im Zweikampf mit Gegenspielern.



Kids warten auf ihren Einsatz.

Kleine Tischtennisspiele sind kein Privileg für kleine Künstler.

Wenn Könner und Profis trainieren, so tun sie dies nicht anders, als dass sie Spielausschnitte und Kleinformen des Tischtennis zielgerichtet ausbauen.

In diesem Sinne sind alle Formen des Erlernens / Spielens / Übens / Trainings / Wettspiels - in erweitertem Sinne des Wortes „Kleine Tischtennisspiele“.

Alle Formen methodischer Spielreduzierung des Regelspiels sind gewissermaßen Kleinformen des Tischtennis. So die Übungs- und Trainingsformen zum Schlagabtausch des Spiels.

Zuweilen greifen Trainer auf sehr vereinfachtes Ballspiel zurück – ganz so wie es am Anfang war. Sie rufen beim so genannten „Einspielen“ erste Begegnungen mit dem Ball in Erinnerung, auf dass man im heißen Gefecht am Ball bleibe.

Sie wissen:

„Einfaches Ballhalten ist oft erfolgreicher als gewagte Spielmanöver, bei denen man leicht ins eigene Messer läuft.“

Tischtennisbälle fordern

Im Alter des frühen Laufens / des Bückens / des Aufstehens kräftigen sich die Bewegungen des Kleinkindes. So besonders im Spiel.

Für die Förderung des Kleinkinds sind Anreize zum eigenen Tun wichtig.

Was zum Spielen reizt muss klar und angenehm sein

- Hören, Sehen, Berühren und Handeln gehen beim Ballspiel Hand in Hand.
- Kids wollen selbst etwas erwirken und sich so selbst in Erfahrung bringen. Sie „erspielen“ sich die Dinge im Raum und „erobern“ so die Welt:



Wer ist hier der Herr im Haus?

Mr. Pingpong

Er ist der Kleinste aller Bälle. Seine Schritte erklingen wie Musik. Seine Sprungkünste reizen die Aufmerksamkeit. Kids können ihn umgreifen, bewegen und mit ihm spielen, wie es ihnen gefällt.

Was erfahren Kinder im Spiel?

- Die Wahrnehmungsfähigkeit für Dinge und Bewegung wird im frühen Kleinkindalter entscheidend geprägt.
- Die Orientierung im Raum und Einordnung der Dinge bildet sich im Krabbelalter aus.
- Gutes Bewegungsverhalten und die Freude am Spiel werden erzielt durch Erfolge des Gelingens.
- Kids bekommen Mut und Selbstvertrauen durch Erfahrungen des eigenen Könnens im Spiel.

Der Tischtennisball geht er den Kids voran und begleitet sie bei Streifzügen in die entferntesten Winkel. „Komm, spielt mit!“



Spiele mit dem Tischtennisball

„Kleine Spiele“ mit dem Tischtennisball sind im Vergleich zum Tischtennis als Regelspiel so etwas wie Tischtennis in Kleinformat, nämlich Tischtennis unter vereinfachten Bedingungen.

Spiele ohne Norm-Tisch

Man spielt den Ball in der Luft / auf dem Boden / auf allen nur möglichen Spielebenen.

„Tisch-Ersatz“: Minitische / Alltagstische / Bankflächen / schiefe Spielebenen.

Spiele ohne Norm-Netz

Man spielt im freien Raum / über Hindernisse / in verschieden begrenzten Feldern.

„Netz-Ersatz“: Linien / Gräben / Kästen / Bänke / Schnur / Boxumrandung.

Spiele ohne Norm-Schläger

Man spielt mit Händen / handlichen Schlaginstrumenten.

„Schläger-Ersatz“: Handfläche / Schüssel / Teller / Besen / Bücher / Fliegenklatsche / Handschuh.

Spiele ohne Tischtennisball

Man spielt Bewegungen des Tischtennis in Form gymnastischer Übungen / als Spiel mit anderweitigen Medien.

„Ball-Ersatz“: Luftballon / Reifen / Soft-Bälle.

Spiele ohne Gegner

Man spielt alleine / zu Zweit / in Gruppen.

Zusammen mit Mitspielern / ohne gegnerische Störung „allein“ / in Konkurrenz zu anderen / zielgerichtet gegen die Wand.

Man testet seine Spielsicherheit durch Playback-Spiele.

„Gegner-Ersatz“: Playback-Hallenwand / Playback-Schrägwand / Playback-senkrechte Wand.



„Rollspiel“ am Kita-Tisch.

Lernspiel Tischtennis

Der „Spring-ins-Feld“ Tischtennisball ist für alle Anfänger ein schwer zu bändigender Querkopf.

Der Umgang mit Sprung, Flug und Geschwindigkeit sowie der Umgang mit all den Ängsten des Verfehlens wollen gelernt sein.



„Rollspiel“ bergauf
gegen die Bank.

Welche Probleme können auftreten?

- Der Schläger ist für die Kleinen nicht ganz leicht handhabbar.
- Der Tisch in seiner Höhe und Tiefe ist für das Nachlaufspiel zum Ball den Akteuren mehr Hindernis als Spielfeld.
- Dass man Freunde „ausspielen“ soll, ist vielen nicht geheuer.

Playback-Spiel

Rollen / Pellen / Werfen / Treiben / Schupfen



Ein Playback-Tisch spielt den Ball zurück wie ein „Gegenspieler“.

So spielt man:

- allein – quasi „gegen sich selbst“
- zu Zweit - quasi „gegen den Doppelpartner“
- in der Gruppe – quasi „gegen Unbekannt“.

Pingpong

Was wollen wir spielen? – Tischtennis? Lustiger klingt „Pingpong“.
Das zum geflügelten Wort gewordene „Pingpong“ ist Spott-Vers und
Markenzeichen zugleich.

Mr. Pingpong verzaubert die Dinge des Alltags

- Tische, Stühle und Wände nimmt er aufs Horn.
- In Schüsseln, in Bechern und auf Tellern tanzt er.
- Mit Besen, Stöcken und Klatschen macht er gemeinsame Sache.



Der Pingpong-Ball ist Vorreiter für andere Ballspiele

- Er fügt sich ein beim Kegeln und Klickern, bei Hockey und Billard.
- Er behauptet sich im Kleinen als Volleyball, Basketball und Handball.
- Er spielt als kleiner Bruder beim Tennis und Badminton munter mit.

ANFÄNGERSPIELE

Ball- und Bewegungsspiele

Im Mittelpunkt der Anfängerspiele steht die Ballkontrolle. In umfangreichen Spieltätigkeiten rückt man dem recht tückischen Gesellen zu Leibe.

„Kleine Spiele“ mit dem Tischtennisball muten oft an wie Dressurarbeit in der Dompteur-Schule.

Fangen, Werfen, Balancieren, Rollen, Tippen, Dribbeln,
Stoßen, Stellen, Prellen, Treiben, Spinnen

Hier muss man Acht geben, dass der Ball nicht entwischt. Dort muss man alles tun, dass er auch Folge leistet. Und immer wieder muss man dem Ausreißer nachlaufen, sonst ist man aus dem Spiel.

Rollen

Beim Rollen des Tischtennisballes lernt man die besondere Ballführung mit und ohne Spin. In Spielformen dazu erwirbt man die Grundbewegungen des Stellungsspiels am Tisch.



- Man tangiert den Ball mit lockerer Handbewegung und lässt ihn auf dem Schläger / im Spiel auf dem Tisch / auf dem Boden / im Playback-Spiel gegen die Wand - tanzen.

Das Spiel mit Rotation ist für das Angriffsspiel / für das Schnittspiel / für das Aufschlagsspiel von entscheidender Bedeutung.

Balancieren

Das Balancieren des Balles greift den Moment der Ballbegegnung auf. Mit viel Ballgefühl und Gleichgewichtssinn wird der Ball unter Kontrolle gehalten.



- Lässt man den Ball von der Hand / vom Schläger abrollen und auf den Tisch aufspringen, so kann er mit der Schlaghand gut in Angriff genommen werden.

Tippen

Beim Tippen wird das Sprungverhalten des Balles gesteuert.

Man lässt den Ball auf dem Schläger-Blatt springen - „Dupp, dupp, dupp!“ - und bestimmt den Takt des Ballsprungs nach Gehör.



Einmaliges Tippen des Flugballs mit Aufspringen auf den Boden dient der vorbereitenden Auftaktbewegung zum Schlag („Stellen“).

Stellen

Wesentlich beim Stellspiel ist die Begleitung des Balles bei betonter Körperbewegung. Man lässt den Ball vom Schläger auf den Boden abtropfen und hebt ihn an. Den Vorgang begleitet man lautmalerisch mit „Und – zupp!“ Geübt wird dabei das In-Stellung-Gehen zum Ball.



Eine besondere Form des Stellspiels ist das Eigenzuspiel zur Spieleröffnung.

- Sich per Hand / Schläger den Ball auf dem Tisch zu-dribbeln.

- Sich den Ball auf dem Boden zu-prellen (bei Zwischensprung).
- Sich den Ball vom Tisch auf den Boden zu-stellen.

Alsdann wird der Ball jeweils per Hilfsaufschlageröffnung ins Spiel gebracht.

Der Stellschlag ist eine Vorform der Angriffsbewegung:

In Aufwärtsbewegung nach vorn wird der Ball ins gegnerische Feld gehoben.

Mit Körperrotation (Rotationshub) begleitet man die Schlagbewegung.

Werfen

Das „Schlagen“ des Balles ist gewissermaßen ein „Werfen des Balles mittels Spielgerät“. Lediglich die Verweildauer des Balles in der Hand / auf dem Schläger macht den Unterschied. Beim Schlagen ist dies nur ein Bruchteil einer Sekunde. Der Wurf dagegen erfolgt aus sicherem Griff heraus.



Die übliche Art des Wurfs ist der Wurf nach vorn über dem Kopf - so der Ziel-Wurf im Handball – sowie das Aufwerfen des Balles beim Dribbeln.

- Grundform aller Angriffsbewegungen ist die Wurfbewegung:
Prellen = Aufschlag / Schlagwurf = Schuss / Schock-Wurf = Spin.
- Der „Prellwurf“ entspricht dem Aufschlagspiel im Tischtennis.

- Der „Schock-Wurf“ von unten nach oben in bogenförmiger Führung ähnelt dem Bewegungsablauf der Angriffstechnik.

Fangen

Das „Ball-Fangen“ fokussiert die Ballbegegnung im Treffpunkt.

Den Ball fallen lassen und bei Aufsprung abfangen - „Und – zupp!“ - ist die Vorform des so genannten Hilfsaufschlags.



Mit dem in der Hand gefangenen Ball können Schlagtechniken simuliert werden. So auch Bewegungsabläufe des Stellungsspiels.

- Man fängt den Ball und führt bei festgehaltenem Ball eine bestimmte Schlagbewegung aus - quasi als „Trockenspiel“.
- Zu Zweit erläuft und erfasst man jeweils den Ball des anderen – quasi als „Reaktionsspiel“.

Welche Bedeutung hat das Imitieren von Schlagen und Fangen? -

Man übt das „Timing der Ballbegegnung“: Antizipation / Konzentration / Koordination.

Werfen / Fangen

Gleichzeitiges „Fangen und Werfen“ heißt: „Den Ball schlagen“.



Prellen

Beim Prellen studieren wir das Sprungverhalten des Balles per „Prellwurf“ / „Prellschlag“.

Man lässt den Ball zweimal aufspringen, um Zeit zu gewinnen und das eigenwillige Verhalten des Balles besser kontrollieren zu können.



Das Zu-Boden-Schlagen und Aufspringen-Lassen des Balles wird akustisch begleitet – z.B. mit „Und – Tamm - tam!“.

- Wichtig ist, sich im Rhythmus des Ballsprungs „mit-zu-bewegen“.

Eigenzuspiel

Balancieren. Tippen. Treiben. Prellen, Stellen



- Lauf zwischen den Tischen.
- Ballspiel mit Zwischensprung (2 x Bodenkontakt).
- Bei gemischter Spielart (Wechsel!).
- In Rhythmen (1 – 4 Ballkontakte).
- Bei Balltausch (Zu Zweit).
- Staffelwettbewerbe (In Gruppen).

Ausflüge – allein mit dem Ball:



Tischtennisspiele

Tischtennis erfordert viel Aufmerksamkeit und Konzentration.

Selbst Anfänger, die bereits mit anderen Bällen Erfahrungen gemacht haben, tun sich im Umgang mit Mr. Pingpong schwer.



Überall, wo man sich um die Gunst des Balles streitet, ist Mr. Pingpong dabei.



Solo-Spiele

Anfänger erproben die Techniken der Ballbehandlung am besten zunächst alleine - „ohne Störungen“ durch den Gegenspieler.

Die knifflige Arbeit mit dem kleinen Knirps erfordert allerlei
Beschwörungsformeln:

- „Und: Tipp – Tipp!“ (Tippen)
- „Hopp-hopp-hopp!“ (Dribbeln)
- „Ja...ja!“ (Balancieren)
- „Und: Zupp!“ (Anspinnen)
- „Plemm-plemm!“ (Prellen).

Man weiß:

Tischtennis ist vor allem „Kopfsache und Gefühl“.

Das feinmotorische Spiel ist nicht per Kraftakte zu bewältigen, sondern durch Bewegungsgefühl.

Es sei bemerkt:

Selbst große Ballkünstler spielen oft zwischen den Ballwechseln

Sondereinlagen ihres Spiels mit dem Ball - quasi als Vorbereitungsritual.

Sie zeigen ihren Bewunderern gewissermaßen kleine Kabinettstücke des Allein-Spiels, bevor sie zum Punktentscheid an den Start gehen.

Spiele mit Ball und Schläger

Die so genannten „Ball-Gewöhnung-Übungen“ sind Lern- und Einstimmung-Spiele im Hinblick auf Techniken der Ballbehandlung.

Sie dienen im Tischtennisunterricht und Nachwuchstraining der Vorbereitung auf Lerninhalte des Spiels am Tisch.

- „Spin-Spiele“ bereiten Trainingsinhalte zu Spin-Techniken vor.
- „Laufspiele“ wärmen auf für das Stellungsspiel.
- „Kampfspiele“ geben den Auftakt zu Wettkampftraining und Verhaltensschulung.

Einfache Formen des Tischtennis geben Sicherheit und sind die Basis für mehr. Bei „Ball-Gewöhnung-Übungen“ kommt es auf darauf an, spezifische Spielerfahrungen mit dem Ball zu machen in wechselhaften Vollzügen

- So das Überleiten von einer Spielart zur anderen.
- So die Übung in Techniken der Ballbehandlung und Bewegungen des Stellungsspiels.
- So die Erprobung von Tempo- und Richtungswechsel.
- So die Lust an der Auseinandersetzung mit dem Gegenspiel.

Spielart-Verbindungen

Tischtennisspieler müssen sich in ihrem Spiel jeweils mit der Spielart des anderen auseinandersetzen. Man stellt sich auf die gegnerische Spielweise ein bzw. erwidert im entsprechenden Gegenspiel. Auf Angriff – Verteidigung und umgekehrt.

Komplexes Spielverhalten muss aufgebaut werden von Anfang an.

- Beispiel „Spiele-Mixed“:

Im Wandern durch den Raum tippt einer seinen Ball auf dem Schläger,

der Mitspieler prellt seinen Ball auf den Boden.

Bei „Wechsel!“ spielt man das Spiel des Anderen.

Oder:

Beide spielen in gleicher Art „Schlagverbindungen“.

Wechselt der „Vorspieler“, so tut das der Mitspieler ebenso.

So auch beim Zusammenspiel von „Prellen-Stellen“ / „Tippen-Stellen“.

Spielformationen

Die Ausgangsstellung ist jeweils beim Rückhandspiel „frontal“ zum Tisch / beim Vorhandspiel „seitlich“ des Tisches.



Hier spielt man allein, da zu Zweit. Und dort sucht man in der Gruppe den Ball unter Kontrolle zu nehmen.

- Staffelwettbewerb mit Ballübergabe.
- Schlangen- und Gegenlauf in der Gruppe.
- Ballaustausch „Gelb gegen Weiß“ zu Zweit.

Eröffnungs-Vorspiel

Man erläuft bei Spieleröffnung jeweils den Ball des anderen nach Dribbling / Tippen / Werfen / Stellspiel beim Stellungs-Wechsel - quasi nach „Vorspiel“. Mit vereinbartem Return beginnt das Wettspiel.

Mannschaftswettspiele

Mannschaftsspiele sind Wettbewerbe / Staffel-Spiele konkurrierender Kleingruppen gegeneinander:

So als Team-Spiel / Gruppen-Spiel bei Ablöse / Doppel-Spiel gegen die Playback-Wand.

Zweikampfspiele

Im Boden-Spielfeld / an der Playback-Wand in Zielfelder / auf Tischflächen / im Boden-Tisch-Spiel / im geteilten Spielfeld „übers Netz“ (Netzersatz).

So bei veränderten Spielverhältnissen: Bodenfeld / Playback-Tisch / Boden-Wand-Spiel / Halbtisch / Mini-Tisch / Felder des Regeltisches.

Einzeltests / Doppelwettspiel

Konkurrierender Spiel-Vergleich / Ballhaltespiele im Raum.

So bei Hindernissen zum Stellungsspiel / im Playback-Spiel / im Zielfeld-Spiel in Wand- bzw. in Tischfelder.

„Kaiserspiel“ / Gruppenturniere

Wettkampftests und Spiele bei Sonderreglements.

Schlüsselspiele

Unter dem Aspekt sportlicher Ausbildungsstufen können für die einzelnen Lerngruppen bestimmte „Schlüsselspiele“ zugeordnet werden.

Lernziele

- **Kleine Spiele**

Ballschulung



„Frühanfänger“

- **Tischspiel**

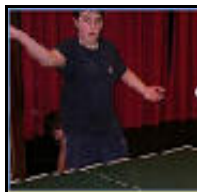
Spielaufbau



„Anfänger“

- **Allroundspiel**

Spielgestaltung



„Fortgeschrittene“

- **Wettkampfspiele**

Leistungsausbau



„Könner“

Im Vorschulalter

Im frühen Lernalter (Kita) eröffnen das „Rollspiel“ und „Treibspiel“ - im Raum / an Minitischen / mit Spielgeräten / gegen die Playback-Wand – vielseitige Qualifikationen (Ballgefühl / Raumorientierung / Handlungskompetenzen).

Rollspin-Spiel

Der Ball wird „unters Netz durch“ rotierend gespielt. Das Netz wird hierzu an der Unterkante entsprechend verändert.

Reglement

- Der Abgrenzungsstab an der Netzseitenlinie ist als Bande bespielbar.
- Der Ball darf nicht ins Springen kommen.



Spin-Test

Spin-Spiel gegen den „Berg“ (schiefe Ebene).

Reglement

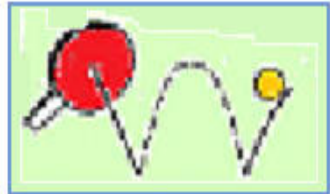
- Der Ball (im Übungsspiel „zwei“ Bälle) ist jeweils in den Zielbereich zu spielen.
- Der Ball darf nicht ins Springen kommen.



Im Grundschulalter

Im Spielalter der Grundschule (1.- 4. Schuljahr) wird der schnelle Ball durch Spielverlangsamung mittels „Zwischensprung“ in Griff genommen. Verschiedenartiges „Playback-Spiel“ - Spiel gegen die Wand / Spiel gegen die Schrägwand / Spiel am Playback-Tisch - sichert die Ballkontrolle.

- Der Spiel- und Bewegungsrhythmus des Prellens ist quasi die Urform des Schlagwechsels „Ping-Pong“.



Der „Tamm-tam-Rhythmus“ diktiert das Spiel.

Prellen VH

Der Ball wird nach Aufschlagart übers Netz (hier „Graben“) geprellt – bei geöffneter Stellung zum Ball im Vorhandspiel.

Reglement

- Der Ball darf nur bis Schulterhoch aufspringen.
- Es wird ausschließlich Vorhand gespielt - in angemessener Stellung zum Ball.
- Zur Rückhand hin darf der Schlagarm nicht „übers Kreuz“ gekippt werden.



Playback-Test

Kontrollübungen an der Playback-Wand: Platzierung und Ausrichtung von Spielhandlungen.

Reglement

- Jeweils 2er / 3er-Serien werden laut Aufgabenstellung ausgezählt.



Im Jugendalter

Im fortgeschrittenen Spielalter (Schüler ab 5. Schuljahr) bilden die „Spin-Spiele“ und „gemischten Ballspielformen“ – in Spielfeldern / über Hindernisse / im Boden-Tisch-Spiel – die besondere Feinkoordination der Tischtennisbewegungen aus.

Stellspin-Spiel

Großräumiges Tischtennis im „Boden-Tisch-Spiel“.

Reglement

- Der Ball wird im Flug abgefangen, zu Boden fallen gelassen und in fortgesetztem „Hilfsaufschlagspiel“ gespielt.
- Der Ball darf beim Bodensprung nicht über Tischhöhe hinaus springen.



Stellschin-Spiel

Wand-Test

Spin VH nach Zwischenspiel(Stellen!). Spin RH gegen die Wand.

Reglement

- Erfolgsschläge / Schlagverbindungen werden gezählt.
- Technik und Bewegungsablauf sind einzuhalten



Auf Grund der Ball- und Bewegungserfahrung in anderen Sportspielen (Fußball, Handball, Tennis) bedarf es des Um-Lernens bzw. des spezifischen Neuerwerbs von Bewegungsabläufen im Hinblick auf Tischtennis.

Im Fortgeschrittenen-Alter

In Lernsituationen der Erwachsenen (Freizeitsport / Reha-Sport)

bereiten „Bodenspiele“, „Playback-Spiele“ und „Hilfsaufschlagspiele“ - allein, zu Zweit, in der Gruppe - das Spiel am Tisch strukturell vor.

Durch Einschränkung des Spiels in Trainingsübungen erzielt man eine Umgestaltung früherer Spielkonzeptionen / Festigung von Spielhandlungen im Hinblick auf eigene Stärken.

Angesichts der Alltagsmotorik und anderweitiger Sporttätigkeiten sind spezifische und individuelle Spielmöglichkeiten neu zu erwerben.

Handikap-Wettspiel

Wettspiel bei Raum- und Regel-Eingrenzung.

Reglement

- Das abgedeckte Feld ist nicht anspielbar (bestimmte Spiel-Bewegungen sind ausgespart).
- Seitenwechsel im Spiel sind wichtig (Ausgleich von Spielvorteilen).



Platzierungs-Test

Die gelernten Spielhandlungen werden im Spiel an der Test-Wand überprüft.

Reglement

- Erfolgsbälle werden ausgezählt.



LERNHILFEN

Die Zähmung des Springinsfelds

Der Tischtennisball ist zu leicht als dass man ihn so einfach mit Stock und Stab lenken könnte.

Schon das Aufheben des Balles vom Boden bereitet den Kleinen oft große Schwierigkeiten. Man greift zu, doch „Flupp!“ - weg ist er.

Beim Werfen des Luftikus ergeht es den Akteuren ähnlich: Wie eine Fliege saust er von der Hand weg davon, ohne Richtung und Ziel.

Den Sprüngen auf die Spur gehen

Im Zick-Zack-Kurs beherrscht Mr. Pingpong seine Wege ganz allein.

Es kostet allen Spielern große Anstrengungen und geduldiges Mühen das wilde Treiben des Springinsfelds zu bändigen.



„Eins, zwei, drei!“ – Fangen.

Beim freien Aufsprung auf Tisch und Boden verwirrt der Tischtennisball durch sein „Hoppla- hopp!“ die Sinne - „Dupp-dupp-dupp – dupp...“

Er will nicht zur Ruhe kommen.

Wie soll man sich Mr. Zimmerlich nähern?

Das Rätsel ist bescheiden. Die Antwort: „Geduldig, Schritt um Schritt!“

Nach jeder einzelnen Berührung und Begegnung hält man inne.

Der Spuk und Zauber des Unruhestifters muss erst verfliegen, bevor man erneut Hand an ihn legen kann.

Und das geht so:

- Man lässt den Ball auf den Tisch aufspringen – „Dupp!“ – und nimmt ihn fix wieder unter Quarantäne.
- Dann lässt man ihn ein zweites Mal zu Tische – „Dupp-dupp!“ – und fängt ihn erneut ab.
- Klapp das so einigermaßen, darf Springinsfeld sich im Dreisprung üben: „Dupp-dupp-dupp!“

Endlich haben wir seinen Rhythmus gefunden und wir können ihn mit dem Taktstock dirigieren ganz nach unserem Sinn.

Und siehe da! Er gehorcht.

Ein weiterer Tipp:

„Man lässt den Ball wiederholt aufspringen und nimmt sich Zeit.“

Lernpausen

Die Erziehung des Springinsfelds ist ein wahres Geduldspiel. Man muss sich davon verabschieden, alles was klein erscheint einfach so in Griff nehmen zu können, wann immer man will.

Nur in Verschnaufpausen kann man seine Chance nutzen.

Wie wird man Mr. Zick-Zack habhaft?

Mit Geduld oder nie. - Wenn wir Springinsfeld mit dem Schläger traktieren wollen, vollziehen wir einfach die gleiche Zeremonie wie beim Erfassen des Balles:

- „Eins auf den Hintern, dann zwei und drei“ - bis der Lüstling gehorsam folgt.
- So geschieht es beim Tippen / beim Dribbeln / beim Schupfen / beim Schlagen.
- So lehrt man Mr. Pingpong Purzelbaum schlagen in Übungen des Spins.
- Erholungspausen nach jedem Schlag sind wichtig.



„Und: Hub! / Zupf!“

Konzentrierter Einsatz beim Gruppenspiel

Da immer alle Liebhaber des kleinen Balles das besondere Umgangsproblem mit dem Bewegungsdrang des flinken Flitzers haben, so ist es gut, wenn zwei bis drei Kinder zusammen sich an die Dressurarbeit des Wildfangs machen.

Also: „Drei gegen Einen“.

Das ist in diesem Fall fair. Jeder hat nun genügend Zeit, den Ball für sich zu meistern. Denn beim Spiel in der Gruppe ergeben sich Pausen und jeder kann sich auf seinen Einsatz vorbereiten.

Ein Tischtennisball verlangt, dass man sich ganz ihm allein zuwendet. So als gäbe es nichts auf der Welt als ihn. Nebenbei schusselig zuschlagen verbietet er sich.

„Konzentration, bitte!“ geifert er vorschnellen Eiferern zu. Und er hat Recht. Wenn einer selbst nicht weiß, was will, wie kann er da vom kleinen Springinsfeld verlangen, dass er die Richtung der Gedanken seines Herrn erraten möge.

Pausieren und Kräftesammeln statt Hetzjagdfieber

Noch eines ist beim Umgang mit dem Tischtennisball zu beachten:

So wie bei allen Schnellläufern ist es beim Springinsfeld mit dem Durchhaltevermögen und der Ausdauer nicht so weit her. Er ermüdet zu schnell bei seinen kräftigen Sprüngen. Dauer-Trakturen sind ungesund. Immer wieder wiederholende Übungszeremonien des Ballhaltens ohne Unterlass mag der schelle Ball nicht.

„Mach mal Pause!“ beharrt er. „Ich will nachdenken, wo wir eigentlich sind.“

- „Nach jedem Krafteinsatz - „Pausieren“.
- Nach überschaubaren Seriensprüngen - „Erholung“.



So weiß ein jeder, was er geschafft hat. Und die nächste Herausforderung kann bewältigt werden.

Man darf den Spaß am Üben nicht verlieren. Das ist wichtig.

Erfolge in Häppchen sind das sicherste Mittel, die Freude am Spiel zu erhalten.

Einer gegen Viele

Am Anfang aller Ballspiele steht die wilde Treibjagd des Rudels nach dem Ball. Jeder will den Ball als Beute für sich. Begibt sich eine ganze Mannschaft auf die Jagd, so sucht man den flüchtigen Ausreißer ins Netz oder in ein Tor festzusetzen.

Treibjagdspiel

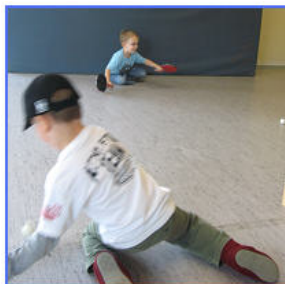
Angriff – Verteidigung

Ballspiele haben besonders dann einen zusätzlichen Anreiz, wenn ein Verteidiger oder Tormann überwunden werden muss.

Bei solchen Treibjagdsszenen nimmt man meist schweres Gerät zu Hilfe.

Also: Keule / Besen / Fliegenklatsche und sonstige Schlaggeräte.

Sich mit allen Mitteln zur Wehr setzen heißt: „Konzentriert handeln.“



Spiel aufs Tor

Werfen – Abwehren

Verteidigungsspiel

- Drei Schützen – einer nach dem anderen – werfen ihren Ball über den „Zaun“ (Netz / Bank) auf den Tisch.
- Ein „tapferes Schneiderlein“ mit Schild (Brett / Schläger / Fangnetz) wehrt die einfliegenden Geschosse ab.
- Nach „Sieben auf einen Streich“ rückt ein Werfer an seine Stelle.

Wer hält dem Ansturm des Ballhagels stand?

Beidhändiges Schupfen

Ballhaltespiel

- Zwei Schupfer - jeder mit seinem Ball – zügeln den Ausreißer im Ballhaltespiel.



„Und : Schub!“

- Man lässt den Ball auf den Tisch fallen („auf-duppen“) und schiebt ihn - den Schläger an Griff und „Ohr“ fassend (Griff + Blattspitze) - übers Netz.

Wie viele Ballwechsel werden erreicht?

Gruppenspiel

Partnerzuspiel

Erste Schlagversuche erfolgen am Tisch in der Gruppe gegen einen „Zuspieler“, der das Spielgeschehen zu lenken weiß.



- Man spielt den Ball dem Lernenden günstig zu, hält diesen ein wenig in Bewegung und beendet den Schlagwechsel bei genügend Erfolg.

„Und der Nächste, bitte!“ - Wer erreicht die meisten Ballkontakte?

Schlagübungen

Einzelschläge / Schlagverbindungen

Nach einigen erfolgreichen Einzelschlägen gewährt man dem Springer einen zweiten Flug.

- Man schupft / treibt den Ball zweimal hintereinander „Hin und Her“. Dann ein drittes Mal, usw. Bis schließlich Springinsfeld ermattet und zu Boden fällt.

Schlag auf Schlag baut man seine Schlagfertigkeiten aus.

Anziehen VH - Abwehren beidhändig

Spin gegen Block

Nach gleichem Ritus wie beim Erwerb der Schupf-Technik gewinnt man die technische Hoheit über den Ball in anderen Schlagarten.

- Die Spieler in der Gruppe „spinnen“ (schaufeln / treiben) nacheinander den Ball auf die gegnerische Tischhälfte.
- Der Verteidiger „blockt“ beidhändig die Angriffsbälle ab.

Welches Spiel ist erfolgreicher?

Übungsspiele

allein / zu Zweit / in der Gruppe

Mr. Pingpong hat es gern mit Singles zu tun. Aber er liebt es auch, wenn zwei sich um ihn bemühen und streiten.

Er schmeichelt Pärchen „im Doppel“ und er hat seinen Spaß, wenn gleich vier Spielgefährten ihn umtanzen.

Selbst inmitten ganzer Rudel fühlt er sich pudel-wohl.

Das Spiel ist eine Kunst.

- Im Zuspiel zu Zweit achtet man auf das Spiel seines Mitspielers gegenüber. Man stimmt sich mit dem anderen ab.
- Beim Spiel in der Gruppe ist zu beachten, dass jeder da ist, wenn er an der Reihe ist.

Verschlafen darf man, einschlafen nie.

Mit dem Ball allein

Ball-Gewöhnung-Übungen

Den Ball muss man liebevoll begleiten. Von Singles lässt Springinsfeld sich im „Solo-Spiel“ gern verwöhnen.

- Er lässt sich kraulen und hin und her schieben mit beiden Händen.
- Er geht mit auf Exkursionen und besteigt steile Berg, ganz alleine.
- Er lässt sich gegen die Wand schubsen und kehrt lachend zurück.

Spiel mit zwei Händen

Links gegen Rechts

Ein besonderes Single-Spiel ist das Spiel mit zwei Händen.

- Eine Hand spielt der anderen zu / spielt der Spielhand entgegen.
So sind beide Hände ein Paar.
Sie agieren wie Pärchen.
Ein Arm steht dem anderen zur Seite.

Oder:

- Man streitet sich. Eine Hand greift an, die andere blockt ab.



Man spielt im Gleichschritt miteinander, sich ergänzend zusammen / gegeneinander im friedlichen Neckspiel.

Ball im Streit zwischen den Fronten

Rollspin-Spiel

Streiten zwei im „Rollspin-Wettspiel“ um die Gunst des Balles, so neckt der Ball bald den Einen und bald Anderen. Keiner kann sich seiner Mühen sicher sein: Er duckt sich, wenn er unters Netz hindurch kriechen muss. Zuweilen streckt er die Nase hoch und warnt hüpfend seine Treiber. Und er entwischt, wenn man zu sorglos mit ihm umgeht.

Das Wettspiel „Rollspin“ zwischen zwei Bewerbern ist ein Abenteuer.

Ball in doppelter Umarmung

Doppelspiel

Wenn Springinsfeld sich auf den Streit zweier Pärchen „im Doppel“ einlässt, mahnt er vorab, dass gefälligst er den Takt zu bestimmen gedenke. Wenn man einander über die Füße stolpere, sei das sicher nicht seine Schuld.

Also: Nicht der Eine „Hü“ und der Andere „Hot“ ziehen!

Der Ball inmitten des Rudels

Rundlaufspiel

Im Rundlaufspiel ist Purzel ganz stolz darauf, wie er seinen Werbern Beine machen kann. Bald gebietet er ihnen „Trapp-trapp“, bald irritiert er sie und lässt sie ins Torkeln kommen.

Er foppt jeden, wie er will. Wer Purzel hetzt, der soll sehen, wie er zu Recht kommt. Er selbst nämlich weiß sich jeder Geschwindigkeit anzupassen.

Variationen des Tanzes um Tisch und Ball:

- „Gruppenläufe“ durch den Grabentisch
- Laufspiele um Wende-Marken
- Lauf um eine lebende Litfaßsäule (Spieler)
- Konditionsläufe über Hindernisse.

Rundlauf-Eröffnung

Ball fallen lassen: Seitenwechsel

- Beide Spieler erlaufen und fangen den Ball jeweils auf der anderen Seite.
(vgl. „Balltausch“: - 2 Bälle).

Oder

- Man erläuft den Ball des Gegenspielers und eröffnet das Spiel von der anderen Seite aus beim Return.
(Eröffnungsspiel: 1 Ballwechsel).



Partnerzuspiel

Die ersten Begegnungen mit dem Tischtennisball gestalten sich in friedlichem Spiel unter Freunden.

- Hier ist es ein spontanes Mitspielen beim Rundlauf in der Runde.
- Da ein gefälliges Zuspiel seitens befreundeter Eingeweihter.

Spielen mit Freunden gibt dem Neuling Vertrautheit und Sicherheit.

„Noch ist der Ball kein Zankapfel!“



Der Partner steuert die ersten Schritte

- Der Zuspieler zeigt dem Einzelnen das Rollen VH mit der Hand bei seitlicher Stellung zum Ball.
So von der RH-Seitenlinie aus.
- Zwei Zöglinge rollen sich einander mit beiden Händen den Ball zu und wandern rund um den Tisch.
So auch mit dem Schläger.
- Der Zuspieler spielt gegen Zwei, die als Doppel abwechselnd den Ball

spielen. Er fordert durch entsprechende Platzierungen.

Dabei ist gute Laifarbeit angesagt.

- Der Zuspieler lässt die Gruppe Satelliten-artig um sich und den Tisch kreisen. Vorhandspiel im Lauf gegen den Uhrzeigersinn.

Und umgekehrt:

Beim Lauf mit dem Uhrzeiger spielt man beidhändig bei betonter Körperarbeit wie beim späteren Rückhandspiel.

- Zum Ausklang lässt der Zuspieler seine aus dem Atem gekommenen Läufer einzeln kräftig Luft holen und „Ball pusten“.

In der Reihe geordnet pustet einer nach dem anderen, wobei man sich jeweils zügig wieder hinten anstellt.

Organisationsformen ordnen das Spielgeschehen

Jeder hat seinen eigenen Ball und sorgt dafür, dass dieser nicht verloren gehe. Boden / Raum / Wände / Hindernisse im Saal gehören den Dompteuren als Spielfeld.

Man erlerne den Rhythmus des Spiels: „Und: Eins!“ „Und: Eins - zwei!“ „Eins, zwei, drei!“ - Wie in der Tanzstunde.



Playback-Spiel

Sicherheitsspiel

Man spielt als Einzelner allein / Abwechselnd im Doppel / mit- oder gegeneinander im Ballhaltespiel zu Zweit / Wettspiel in der Gruppe.

Freundschaftsspiel

Ballhalten im Zuspiel

Einzel gegen Zwei / gegen Doppel / gegen eine Gruppe.

Wettspiel

Sich ausspielen

Wettkampf nach Sonderregeln / gegen mehrere Gegenspieler /

Zweikampfspele im Bodengebiet (Spiel über die Bank / über den Boxen-Rand) /

Spiel am Tisch (über den Graben / übers Netz).

Techniken der Ballbehandlung

Was heißt „treiben“?

Wenn die Kühe auf die Weide geführt werden, gibt der Treiber dem sich Zeit lassenden Tier zuweilen mit dem Stock einen leichten Streich, dass es vorwärts gehe. - In solcher Weise „treibt“ man das Tier an. Solcher Art „spinnt“ man den Ball an.

- Man reißt den Ball streichelnd hoch.

Beispiel „Hilfsaufschlag“: Man lässt den Ball aus dem Handteller / vom Schläger herunter zu Boden / auf den Tisch fallen – „dupp!“ – und reißt ihn nach vorn über das Netz.



Man streichelt den Ball flink „übers Ohr“ mit der Hand / mit dem Schläger (mit gekipptem „geschlossenen“ Schläger-Blatt).

Bei solcher Berührung überschlägt sich Springinsfeld Purzelbaum-artig in die Luft und nimmt flugs Reißaus in einem Bogen nach vorn.

Man treibt den Ball vor sich her / hinüber ins gegnerische Feld.

Wie „prellt“ man den Tischtennisball?

Bei einem festen Klaps mit dem Schläger macht Mr. Pingpong sich auf die Beine. Er streckt sich zu Boden, von wo aus er - zur Erholung - einen kurzen Zwischensprung alleine tun darf.

- Wir spielen „Und: Tamm-tam!“ (Prellen).

Und Springinsfeld muss im „Tamm-Tam-Schritt“ springen.



Beim „Prellwurf“ lässt man den Ball übers Netz springen.

KLEINE TISCHTENNISSPIELE

Spiele mit dem Ball

Einhändiges Fangen

- Den schnellen Ball in Griff nehmen ist Aufgabe Nr. 1 .
- Man erfasst den Ball im Flug nach Aufsprung:



Pustekampf

- Anstellen in der Reihe zum „Pustekampf“.
- Man pustet den Ball so, dass er ins gegnerische Feld rollt.



Balltausch

- Jeder erläuft den Ball des anderen im „Gegenlauf“.
- Beide Spieler lassen gleichzeitig ihren Ball fallen.

Jeder erläuft und fängt
jeweils den Ball
des Anderen.



Rollspin gegen den „Berg“

Ein „Rollspiel“ in Spin-Bewegungen.

- Den Ball mit der Hand / mit dem Schläger so tangieren, dass er ohne zu springen ins Rollen kommt.



Varianten

- „Spiel gegen den Berg“ (gegen geneigte Tischhälfte).
- „Spiel unters Netz durch“ am Normtisch
- „Rundlaufspiel“ bei Variation der Laufwege.

Stellspiel

- Den Ball „abfangen“ (im Flug hoch stellen) und auf dem Tisch / auf dem Boden aus-springen lassen.
- Den Ball alsdann in Form fortgesetzten Hilfsaufschlagspiels mit der Hand / mit dem Schläger spielen.

Varianten

- „Spiel über die Boxumrandung“ mit der Hand / mit dem Schläger.
- „Spiel mit beiden Händen“ vom Boden auf den Halbtisch.
- „Spiel mit dem Schläger“ vom Boden ins gegnerische Feld am Regeltisch.



Wer kann das Spielgeschehen zum eigenen Vorteil gestalten?

Rundlaufspiel

Laufspiel in der Gruppe rund um den Tisch.

- Man hält im “Rollspiel mit der Hand unter Netz durch“ den Ball im Spiel.



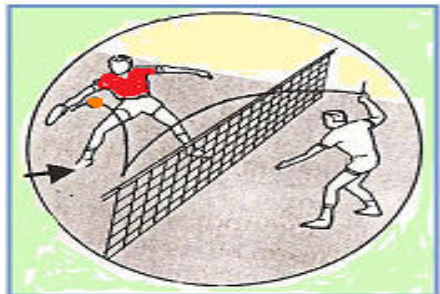
Spiel über die Schnur

Das Netz (der Netzersatz) ist die Grenzlinie zwischen den Spielfeldern.

Es ortet den Ball, abgrenzend zum gegnerischen Feld.

Varianten

- „Stellen mit der Hand“
Wettspiel mit dem Soft-Ball.
- „Stellspiel“ über die
Boxumrandung.
- „Prellen“ über die Bank.
- „Ballonspiel“ über den Tisch.



Welches Paar hält den Ball sicher im Spiel?

Treibspiel

- Den Ball am Halbtisch
aufspringen lassen und mit
der flachen Hand über die
„Netzlinie“ treibend heben.

Varianten

- „Kaiserturnier“ Spiel mit der Hand am Halbtisch.



- „Boden-Tisch-Spiel“ Den Ball mit beiden Händen auf den Halbtisch stellen.
- „Treibspiel“ Den Ball mit einer Hand im direkten Schlagabtausch am Halbtisch über die Linie spielen.

Wer spielt den anderen aus?

Bodenfeld-Spiel

Im Kampf ums Revier behauptet man sich gegen den Rivalen.

So im „Bodenspiel“ allein / zu Zweit / gegeneinander.

- „Stellspiel“ mit der Hand / mit einem Schlaggerät. 1 oder 2 x Ballsprung.
- „Prellen“ mit dem Schläger bei zweimaligem Aufsprung.
- „Stellen gegen Prellen“ 1 x bzw. 2 x Ballsprung.
- „Tippen gegen Prellen / Stellen“ je 2 x Ballsprung.



Wer lässt den anderen ins Leere laufen?

Prellspiel

- Den Ball „zu Boden“ werfen / schlagen und 2 x aufspringen lassen (Zwischensprung).



Varianten

- „Prellen-Spiel“ gegen die senkrechte Playback-Wand quasi als Daueraufschlag nach Art von „Squash“.
- „Prellen-Hilfsaufschlag“ den auf den Spieltisch aufspringenden Ball ins Spiel prellen.
- „Prellen-Wettspiel“ den auf den Boden geprellten Ball nach Zwischensprung im Spielfeld halten.
- „Prellen-Vorspiel“ mit Prellschlag VH retournieren.

Wer hält die Stellung zum Vorhandspiel ein?

„Hilfsaufschlagspiel“

Lernspiele zur Technik

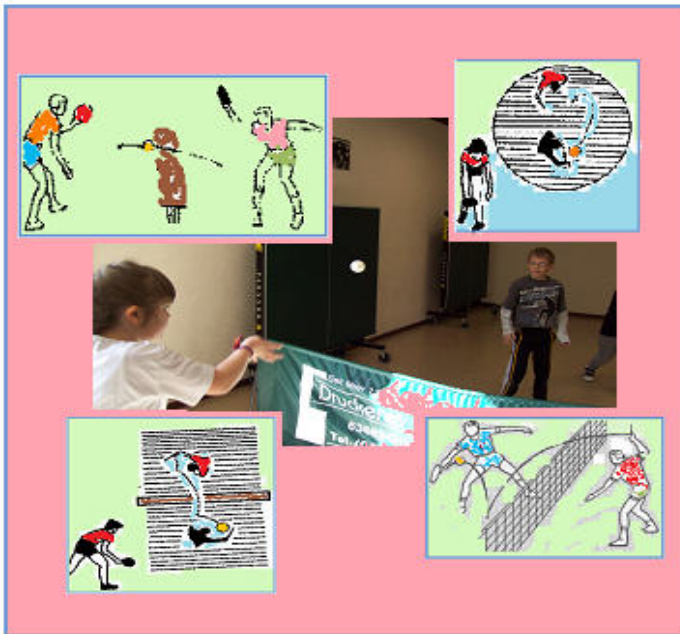
Im Anfängertraining eröffnet man anstelle des Aufschlags mit „Hilfsaufschlag“.

- Der Ball wird auf den Tisch / auf den Boden fallen gelassen und nach Aufsprung „direkt“ übers Netz in die gegnerische Hälfte gespielt.
- Je nach Schlagtechnik wird der Balltreffpunkt auf dem Tisch bzw. hinter dem Tisch entsprechend bestimmt.



Bodenspiel

„Stellen“ / „Prellen“ / „Treiben“ / „Schneiden“



- Als Ballhaltespiel / Partnerzuspiel / Wettspiel.
- Spiel übers Netz / im Feld.
- Spiel bei Zwischenspiel „Tippen“/„Stellen“/„Prellen“.
- Spiel „mit- und gegeneinander“ in gleicher / entgegengesetzter Spielart.
- Übungsspiel alleine / Gruppenwettbewerb / Wettkampfturnier.

Eigenzuspiel

Sich den Ball - werfend, rollend, tippend, dribbelnd, stellend, prellend - zuspielen zur eigenen Spieleröffnung / Spielfortsetzung.

Dabei bestimmt man die Ausgangsstellung / den Balltreffpunkt / die Art der besonderen Schlagtechnik „selbst“, „frei“ von gegnerischer Störung.

- Man hat Zeit den Bewegungsablauf zu planen - ohne gegnerische Beeinflussung.
- Man kann zielgerichtet durch „Eigenzuspiel“ - mit linker Hand oder Schlaghand - seine Spielhandlung vorbereiten.

Playback-Spiele

Die „Playback-Wand“ retourniert - ganz unbestechlich - den Ball so, wie es das Spiel herausfordert. Nämlich: langsam - schnell / hoch - tief / links - rechts abdrehend / links - rechts gemäß der Platzierung. Im Playback-Spiel liegen Planung und Spielkontrolle ganz in eigener Verantwortung.

Playback-senkrechte Wand

Der Ball springt schnell zurück: - wird „half-volley“ gespielt.

- „Wurf-Fang-Spiel“ zur Beobachtung des Ballsprungs.
- „Tisch-Wand-Spiel“ als Aufschlagspiel.
- „Wand-Tisch-Spiel“ als Tempospiel.



Playback-Schrägwand

Der Ball springt bogenförmig zurück. So kontrolliert man das Spiel leichter.

Allein / Zu Zweit an der Playback-Wand übt und spielt man in Konkurrenz.

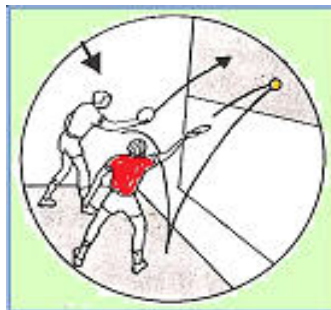


- „Schupf / Schnitt-Ballhaltespiel“
Rückhand / Vorhand
- „Treib/Spin-Spielhandlungen“ in Sequenzen
- „Stellungsspiel“ Ausgangsstellung (Eckstellung) und Platzierung zur Wandmitte hin ausgerichtet.

Playback-Hallenwand

Der Ball wird vom Boden / vom Tisch aus gespielt. Mehrere Wände können jeweils als Spielstation dienen.

- „Ballon-Spiel“ hohes Zielfeld bei Boden-Wand-Spiel.
- „Rückhand-Spiel“ Einzelschläge bei Direktspiel.
- „Stellungsspiel“ Zwischenspiel „Stellen“ / „Prellen“ jeweils aus der Luft bzw. nach Bodenkontakt.



Playback-Schräge

Ballspiel vom Boden aus gegen die Schrägwand.

Man variiert die Distanzen. Spiel bei einmaligem / doppeltem Bodenkontakt / bei Zwischenspiel (Stellen / Prellen).



- „Boden-Wand-Spiel“ übers Netz (Boxumrandung)
- „Spielart-Wechsel“ bei direktem / indirektem Anspiel (vgl. Tennis).
- „Distanz-Wechsel“ bei Ballspiel nach einfachem / doppeltem Bodenkontakt.
- „Schnitt oder Angriff“ in Verbindung mit Stell- / Prell- Zwischenspiel.
- „Stellungsspiel“ Eröffnung aus extremer Ausgangsstellung (Eckstellung / Distanzstellung).

„Wand-Tisch-Boden“-Spiel

Der Ball wird vom Boden aus gegen die Wand gespielt. So jeweils nach „Zwischensprung“ auf dem Tisch.

- „Ballhaltespiel“ allein / zu Zweit.
- „Testspiel“ in Zielfeldern.
- „Laufspiel“ bei Seit-Eröffnung.



Sonderspiele

Spiel ohne Spielgeschehen

Eine etwas anspruchsvolle Spielform der Einstimmung ist das „Mentale Training“ im Spiel mit und ohne Ball.



„Ball – Fangen“ in Schlagbewegung

Vollzug eines Bewegungsablaufs „allein“

Unmittelbar beim Fangen des aufspringenden Balles führt man bestimmte Schlagbewegungen der Tischtennisteknik aus.

- So wird quasi die Bewegung eines Topspins vollzogen in Verbindung mit Ergreifen des Balles.

Vollzug von Spielhandlungen „zu Zweit“

- Man wirft sich zu Zweit einander den Ball synchron zu (Balltausch).
- Dabei geht man entsprechend in Stellung und fängt jeweils den Ball des anderen in angemessener Schlagbewegung.

Schattenspiel

Man gestaltet Schlagwechsel im „Imitation-Spiel“. Einer diktiert - der Gegenspieler reagiert.



„Ball-Schlagen“ ohne Ball

- Man führt vereinbarte Schlag- und Bewegungskombinationen in „Spiegel-gleicher“ Form durch. (= Spielbewegungen ohne Ball).
- Man gestaltet Spielszenen als „Spiel-Gegenspiel“.
- Man stellt sein Spiel / Stellungsspiel gemäß dem Gegenspiel ein.

Ballerlebnis-Spiele

Veränderungen von Medien / Spielverhältnissen / Regeln können Tischtennis neu erschaffen.



„Raumveränderungen“ erleichtern oder erschweren das Spiel.

Eröffnungslauf



Reglement

- „Das Spiel beginnt mit Seitenwechsel“.
- Der Ball ist im Spiel mit dem Return
- Misslingt der Einwurf, wechselt die Servicerolle.

SPIELPROJEKTE

Home-Tischtennis

Im Spielzimmer zuhause sowie in Tagesstätten der Minis sollte für

Mr. Pingpong ein Platz eingerichtet sein.

Spielkameraden und Fans kommen beim Stelldichein mit dem Tischtennisball aus dem Staunen nicht heraus.



Zimmerspiele

Das Spiel mit dem Zelluloid-Ball sollte bereits im frühkindlichen Kinderzimmer seinen Platz haben. Am kleinen Tisch / auf blankem Bode / gegen die störrische Wand kann das Spiel mit dem schnellen Ball beginnen.

- Frühkindliches Glück beim Klang des „Ping-Pong“.
Der kleine Ball lässt sich gut greifen von Kinderhänden.
- Er springt klangvoll und lustig zur Freude der Kids.
Man kann ihn in Tellern und Schüsseln zum Tanzen bringen.

- Entwischt er, beginnt eine abenteuerliche Verfolgungsjagd. Ballverluste locken die Neugierde.
- Das Suchspiel nach dem entlaufenen Springinsfeld ist voller Überraschungen.
- Ess- und Wohnzimmertische sind schadlos bespielbar. Netz und Schläger können fantasievoll ersetzt werden.
- Der Pingpong-Ball ist Unterhaltungskünstler und Streithahn zugleich.

Spiele zum Pingpong-Treff

Pingong-Treffs

sind für Hausherren und geladene Freunde eine wahrer Seelenschmaus. Purzels Kulleraugen und Sprungkünste schaffen Abwechslung in eine langweilige Geburtstagsparty.



„Mr. Pingpong“ wird als Spaßvogel vom Dienst vorgestellt.

Spiele mit dem Tischtennisball halten die Gäste bei Laune und geben Ehrgeizigen eine Plattform für neckische Wettspiele.

Pustespiel

- Man pustet den Ball auf dem Tisch einander zu.

Der ballistische Artist dreht seine Runden.
Welch ein Tanzgelage!



Galopprennen

- Man lässt den Springer jeweils zu Zweit die Treppe hinunter hopsen.

Wessen Ball macht die meisten Sprünge?



Ball ins Körbchen

- Man kullert seinen Rolli - einer nach dem anderen - über den Spieltisch. Am Ende des Tisches purzelt der Ball jeweils in eine Wasserschüssel.

Wer hat das Glück auf seiner Seite?



Korbball

- Man wirft den Ball auf den Tisch oder auf den Fußboden im Prellwurf ins Ziel. Der Ball soll ins Körbchen nach ein / zwei Sprüngen.



Wer wird Schützenkönig?

Spiele im Freien

Auf der Terrasse / auf dem Rasen des Gartens / auf Campingtischen kann der Spaß mit dem Pingpong-Ball in freier Luft betrieben werden.

- Fangspiele à la „Plumpsack“ mit Abwurf des Gerufenen.
- Geschicklichkeit-Spiele à la „Eierlauf“ mit Ball-Balancieren auf Tellern oder Löffeln.
- Zielwurfspiele in Schüsseln, verschieden hoch postiert.
- Puste-Spiele auf dem Terrassenboden als Staffelwettbewerb / Doppel.
- Rollspiele mit Hand / Handfeger / Schuh / Frühstückbrett / Fliegenklatsche - auf der Terrasse rund um Stühle und Hindernisse.

Kita-Tischtennis

Man studiere die Launen des Zappel-Philips und ergötze sich an seinem Spiel.

Ball fangen

mit Schüsseln aus der Luft /
auf dem Boden /
an der Wand.



Bälle sammeln

- Die Spieler stehen im Kreis um einen Eimer Bälle. Jeder holt sich jeweils zwei weiße und zwei gelbe Bälle aus dem Eimer.
- Wieder im Kreis lässt man beim Ruf „Pingpong!“ seine Bälle auf den Boden fallen.
- Jeder sucht soviel Bälle zu ergattern wie möglich.

Box ausräumen

- Die Leiterin schüttet jeweils einen halben Eimer Bälle in den zweigeteilten Raum.
- Die einander gegenüberstehenden Gruppen (Mannschaften) werfen / schlagen die Bälle mittels Plastikteller ins gegnerische Feld.
- Nach „Stopp!“ werden die Bälle gegeneinander ausgezählt.

Wer hat sein Feld leer geräumt?

Bälle einräumen

- Ein „Wiesel“ wirft einzeln die Bälle aus dem Nest (Eimer) in den Raum.
- Alle bringen möglichst schnell die Bälle einzeln zurück, sodass der Eimer nicht leer werde.

Welches Wiesel raubt das Nest völlig aus?

Raum ausfegen

- Jeder erhält einen Stiel-Besen und einen Ball. Dieser wird im Raum 3 x gegen alle Wände rund um die Halle gefegt.
- Gruppenwettbewerb als Staffellauf.

Welche Gruppe ist schneller am Ziel?

Hockeyspiel

- Sitzhockey - Spiel mit dem Handfeger aufs Tor.
- Im Spiel zu Dritt. 1 x ist Abspielen Pflicht.
- Der Ball darf nicht ins Springen kommen (= Strafstoß).

Welche Mannschaft ist erfolgreicher?

Eierlauf

- Im Lauf über Hindernisse (Kästen / Matten / Bänke) durch den Parcours um Tische, Stühle, Stangen wird der Ball auf Esslöffel u. a. m. balanciert.

Wer kommt mit seinem Spielgesellen ohne Unfall ans Ziel?

Tanz in der Schüssel

- Man lässt den quirligen Derwisch in der Schüssel und auf dem Boden der Schüssel tanzen.
- Ein jeder treibt sein Spiel, wie es ihm gefällt. Hier lässt man ihn in die Lüfte fliegen, dort auf den Boden taumeln. Da schleudert man ihn entsetzt gegen die Wand.

Wer bleibt im Getümmel seinem Turbokünstler auf der Spur?

Weitere Ideen:

- „Wurf-Test“ in die Schüssel oder in Reifen.

Wer hat die meisten Treffer?

- „Ball-Klau-Spiel“ Ball auf umgekehrter Schüssel balancieren.

Wer erbeutet die meisten Bälle?

- „Ball-Tausch-Spiel“ Wettbewerb der Paare von Reif zu Reif.

Welches Paar legt die meisten Strecken zurück?

Lehrpfad des Rollspins

Wie bringt man Springinsfeld Disziplin und Gehorsam bei?

Man legt Springinsfeld auf den Bauch, krault ihn verbindlich und bringt ihn langsam auf Trapp.

Als „rollender Ball“ purzelt er gelassen. Er geht gerne auf die Anweisungen Seines Herrn ein und lässt alles mit sich machen.



Ordnungsformationen am Tisch helfen beim Spiel.

Spaziergang bei Ballrollen

Bei Spaziergängen im Revier und um den Tisch nimmt man Purzel fest zur Hand und lässt ihn rechts neben sich laufen.

Man rollt ihn „mit Vorhand“ und gibt ihm hin und wieder „mit der flachen Hand“ einen kleinen Schubs, wenn er schnüffelt und stehen bleiben will.

So lässt man ihn um den Tisch und auf Bänken wandern.

Auf dem Boden / im Tal / den Hang hinauf hin zum Gipfel des Berges.

Der Ball darf nicht ausscheren.

Beidhändiges Sich-Zurollen

Zur Rast verweilt man jeweils allein am Tisch und rollt den Ermüdeten „von Hand zu Hand“ hin und her, bis er einschläft oder streunen gehen will.

So kann man auch „zu Zweit“ zwei Purzelbälle gleichzeitig beruhigen. Man nimmt die Unruhegeister gewissermaßen in die Zange.

Die Herren stehen sich am Tisch gegenüber und tauschen miteinander abwechselnd ihren Ball aus. Man spielt die Bälle „hin und her“.

Bei zwei Bällen übergibt man jeweils seinen Ball dem anderen.

Zurollen zu Zweit

Zur Entspannung geht man mit ihm seitlich des Tisches spazieren und rollt dabei Purzel einander zu.

Im Wettspiel gegeneinander wird der Ball „unters Netz durch“ geführt mit der Hand / mit dem Schläger. Man spielt sich dabei gegenseitig aus.

So auch treibt man ihn „abwechselnd“ über den Steg (= Bank) im Vorwärts- und Rückwärts-Gang.



Wem bleibt der Ball an der Leine?

Play-back-Rollspiel

Wenn Purzel sich aber gar zu störrisch gebärdet, zieht man sich mit ihm zur Wand hin zurück und erteilt ihm eine tüchtige Übungsration.

Man schubst ihn gegen die Wand, die ihn empört zurückweist, sodass er reumütig gerne wieder brav zu seinem Herrn am Tisch zurück will.

Man spielt alleine / abwechselnd zu Zweit / in der Gruppe zu Dritt.

Wie oft hält man den Ball im Spiel, ohne dass er sich aufbäumt?

Rollspin gegen den Berg

Wenn sich Springinsfeld bei all den anstrengenden Spaziergängen recht wohl verhalten hat, darf er mutig einen Berg besteigen.

Man rollt den Ball „abgedeckt“ mit flacher Hand / mit dachartigem Schlägerblatt, damit er vor dem Absturz von der Schräge (Berg) geschützt ist.

So schafft man den Ball hinauf zum Gipfel:

Man streichelt mit „lockerem Handgelenk“ dem Ball über den Kamm, dass er sich rollend wie ein Rad bergaufwärts bewegt.

So treibt man den Ball mit Rückhand / Vorhand bei viel Spin.

Wer bringt den Ball sicher zur Zielebene?

Rundlaufspiele

Zu Viert / Fünft kann man „rund um den Tisch“ den auf dem Tisch sich bäuchlings wuselnden Rollmops umtanzen, während er von jedem jeweils an der Frontseite einen Stups bekommt.

Wer ihn aus der Bahn wirft, muss warten, bis alle Ihre Runden gedreht.

Solches „Rundlaufspiel“ liebt Mr. Ping-Pong sehr.

Denn alle Balljäger gehen recht rücksichtsvoll mit ihm um.

Ebenso lässt er sich es gern gefallen, wenn bei der Treibjagd der Oberjäger seine Gesellen um die Baumstümpfe scheucht, während er - als Leiter der Wege - den Ball jeweils behutsam auf dem Tisch dirigiert.

Die Gesellen müssen um Bäume herum und über Hindernisse steigen und dürfen - oft abgehetzt - Springinsfeld jeweils nur einmal streicheln.

Wer ist fit genug, die Treibjagd durchzustehen?

Pustekampf

Als Fitnesstest verlangt ein gehetzter Ball, dass seine Verfolger ihn in windiger Luft abkühlen.

Die Balljäger müssen den eigenen Blasebalg einsetzen, um ihren Laufburschen wieder zu erfrischen.



Konzentration und Ballbeobachtung



Wem geht beim Pusten des Balles die Luft aus?

Klassenzimmerspiele

Tischtennisspiele im Klassenraum sind Events bei Klassenfeiern / in Landschulaufenthalten / in Pausen / in Freistunden / in Vertretungsstunden / - in Sondersportstunden bei Hallenausfall.

Rollen, Tippen, Fangen, Werfen, Playback-Spiele

Der Ball belebt die Szene und rettet die Stunde. Die Begeisterung ist groß.

Linke Hand gegen rechte Hand

Das Spiel beider Hände gestaltet sich miteinander / gegeneinander.



Das Spiel mit dem Tischtennisball sucht den Zufall.

Beer-Pong-Spiele

Der Ball ist jeweils über Wurf, Stoß oder Schläger-Spiel ins „Beer-Pong“ zu bringen.

Wessen Ball erreicht im Sturzflug sein Ziel (Becher / Schüssel)?

Wem gelingt der „Beer-Pong“?

- Der Ball soll mit dem Schlägerstil / mit dem Finger nach Art des Golfspiels ins Beer-Pong gestoßen werden.
- Der Ball soll mit dem Schlägerblatt / mit der Hand nach Art des Treibspiels über den „Berg“ im Beer-Pong rotiert werden.
- Der Ball soll über Gräben / Tische per Prellwurf / Aufschlag ins Beer-Pong springen.
- Der Ball soll nach Art des Baseballspiels per Hilfsaufschlag direkt / indirekt - via Wand - ins Beer-Pong gezirkelt werden.
- Der Ball soll per Wurf / Aufschlag über Zwischensprünge ins Beer-Pong platziert werden.



Fun-Spiele



Mittels Papierschleuder wird der Ball ins „Beer-Pong“ katapultiert.

Zielfeld-Spiele

Mit der Hand am Mini-Tisch. Der Ball wird im Prell-Wurf über zwei Netze oder in beidhändigem Stellen jeweils ins Mittelfeld gespielt.

Zielfeldspiele sind „Beer-Pong-Spiele“ mit sicherem Geschick.



Wurf-Spiele

Im Schock-Wurf / Prell-Wurf wird der Ball jeweils nach ein- oder zweimaligem Zwischensprung - aus reizvoller Position heraus (Liegen / Knien etc.) - ins Gefäß gebracht.

Prell-Wurf

Man wirft sich den Ball synchron über Gräben auf drei nahe beieinander stehende Quertische zu.

Balltausch-Läufe

Die Kontrahenten stehen sich am Tisch gegenüber. Bei Fallenlassen des Balles erläuft jeder den Ball des anderen und fängt ihn in Schlagbewegung.

Schattenspiel

Ballgreifübungen allein / zu Zweit im Spiel bei Schlagtechniken des Angriffs. Man imitiert im „Schattenspiel“ Schlagbewegungen in Verbindung mit Fangen.

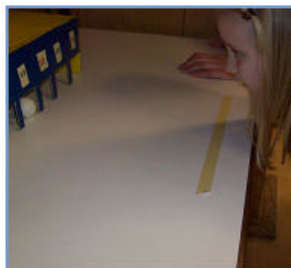
- „Topspin“ / „Konter“ / „Schnitt“.

Spaßspiele

Ballspiel allein / zu Zweit



Mit den Händen / mit Geräten.



Gegen die Wand / mit- und gegeneinander.



Übungsspiele

Playback-Spiel

Mit der Hand gegen die Tafel / gegen
„auf Tische postierte Tische“ spielen.



Grill-Wurf-Spiel

2 gegen 1. Der Einzelspieler soll dem Ballhagel „fangend / werfend“
widerstehen.

Turniere

Wettkämpfe im Klassenzimmer sind
Abenteuerspiele.

Man spielt:

- Einzel / Doppel / Testvergleiche in der Gruppe.
- Mannschaftsspiele als Staffel / Wettspiele bei Ablöse.

Übrigens:

Ein „Beer-Pong-Stand“ ist ein beliebter Treff an Schulfesten.

SPIELE & ÜBUNGEN

Wurf- und Fangspiele

Reaktionsspiele



„Lauf- / Fang-Spiele“ zu Zweit.

Balltausch

Man lässt den Ball auf den Boden / auf den Tisch / ins gegnerische Feld (Stellung am Netz) fallen und beide Spieler erlaufen und fangen jeweils den Ball des anderen.

Dies kann geschehen:

- frei im Raum.
- in den Zwischenräumen hinter / neben den Tischen.
- auf Halb- und Ganz-Tischen.

Variationen:

Man erläuft den Ball aus Rücken- / Knie- / Liege-Stellung heraus und erfasst den Ball beidhändig / mit der Schlaghand.

Aufschlagsimulation

Den Ball aus flacher linker Hand hochwerfen und aus der Luft mit rechter Hand in Schnittbewegung fangen.

Schlagimitation

Den Ball auf Tisch / Boden fallen lassen und nach Aufsprung in Schlagbewegung (Flip / Topspin / Schuss / Schnitt) erfassen und als Spielbewegungen in Form von „Spielzügen“ ausführen.

- Man wirft den Ball gegen die Playback-Wand und fängt ihn nach Aufsprung mit der Spielhand in Schlagbewegung.
- Man wirft sich den Ball zu mit der linken Hand. Am Tisch / vom Tisch weg auf den Boden.
- Man erläuft jeweils den Ball und fängt ihn mit der Spielhand in Schlagbewegung.



Rundlauferöffnung

- Man lässt den Ball auf der eigenen Tischhälfte fallen und wechselt die Seite. Der Gegenspieler erläuft den Ball und eröffnet per Return.
- Man wirft - jeder in Ausgangsstellung am Netz - zur Spieleröffnung den Ball ins gegnerische Feld. Jeder besetzt sein Revier, während der Rückschläger das Spiel eröffnet.

Mentales Spiegelgefecht

- Beide Spieler lassen - sich gegenseitig nachahmend - ihren Ball in taktisch relevante Felder fallen und fangen ihn quasi im

„Spiegelgefecht“ im Angriff / Gegenangriff.

- Beide Spieler werfen gleichzeitig ihren Ball prellend ins gegnerische Feld ein und erfassen jeweils den ankommenden Ball des anderen in Schlagbewegungen des Angriffs.
- Beide Spieler werfen synchron den Ball aus verschiedenen Positionen heraus übers Netz. Beide fangen jeweils den gegnerischen Ball in Gegenschlagbewegung.

Wurfaufschlag

- Der mit beiden Händen gehaltene Ball (mit Schlägerblatt und Begleithand) wird in „VH-Aufschlagbewegung“ prellend eingeworfen.
- Beide Spieler balancieren / dribbeln den Ball in die Nähe des Netzes und spielen ihren Ball einander gleichzeitig übers Netz hin zu.
- Der ankommende Ball wird jeweils mit Schläger „und“ Hand gefangen / in Angriffsbewegung zurückgeschlagen.

Balancier- und Tippspiele



Der Ball wird balancierend /
tippend geführt.

Wandern über Stock und Stein

- Man transportiert den Ball frei im Raum / um die Tische herum / über Hindernisse (Kästen, Bänke) / im Kriechgang u. a. m.
- Man tauscht mit anderen den Ball jeweils auf Geheiß „Balltausch!“
- Man übergibt dem Mitspieler den Ball an markanten Punkten im „Staffelwettbewerb“ von Gruppen.
- Man wechselt bei Balltausch die Spielart („Gelb“ balanciert / „Weiß“ tippt).

Spielartwechsel

Beim Wandern zu Zweit - jeder spielt sein eigenes Spiel (Tippen / Balancieren) - wird der Ball fallen gelassen (einer agiert, der andere reagiert). Jeder nimmt Ball und Spiel des anderen auf.

- Man wechselt auf Kommando „Wechsel!“ seine Spielart.
- Man vollzieht den Wechsel in Verbindung mit Reaktionsstarts.

Man spaziert an der Querseite des Tisches. Beim Signal „wechselt“ man jeweils zur Gegenseite / nimmt das Spiel des anderen auf.

Zirkusvorführungen

Ein Vorspieler zeigt tippend / balancierend eine kurze Spielpassage bei besonderer Körperhaltung in phantasievollen Bewegungen (Rhythmen).

- Alle machen es nach. - „Und der Nächste, bitte!“

Vorspiel- Eröffnung

Der Eröffnungsspieler balanciert / tippt den Ball über dem Tisch. Überraschend lässt er den Ball auf den Tisch fallen.

Nach vereinbartem Ballsprung (1–3 x) wird das Spiel eröffnet (Hilfsaufschlag).

Varianten

- Ein Schiedsrichter balanciert / tippt den Ball über dem Netz.
Nach Ermessen spielt er ihn in diese oder jene Tischhälfte und gibt das Spiel zur Spieleröffnung frei.
- Der Rückschläger eröffnet das Spiel, nachdem der tippende / balancierende Spieler den Ball übers Netz gespielt hat.
- Man lässt den Ball nach 1 bis 2 Ballkontakten jeweils auf den Tisch dribbelnd aufspringen.
Nach zwei bis drei Sprüngen eröffnet man per Hilfsaufschlag.



Rollspiele

Das Rollen des Tischtennisballes ist vereinfachtes Tischtennisspiels.

„Rollspiele“ bieten viele günstige Möglichkeiten der Ballbehandlung (Spin) und der Bewegungsschulung (Stellungsspiel).

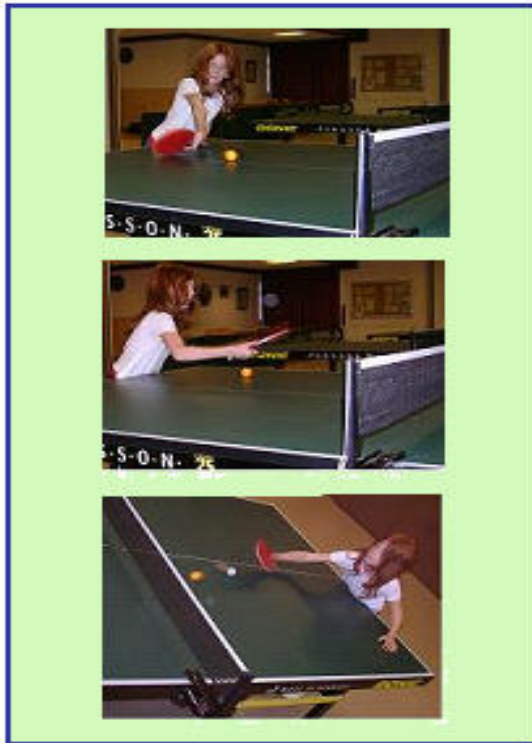
Spintechnik des Rollens

Den Ball bei abgedecktem Schläger-Blatt tangierend anspringen in Techniken des Spins (Partnerzuspiel).

- Ball und Spieler wandern.



Spin-Bewegungen RH/VH



- Spiel ins Parallelfeld: „Rückhand gegen Vorhand“ bei betontem Handgelenkspiel (Frontstellung bzw. geöffnete Stellung).
- Spiel mit zwei Bällen: „Zwei gegen Eins“ am Normtisch.
- Zwei Bälle werden rollend im „Zuspiel zu Zweit“ im Spiel gehalten.
- RH/VH „unters Netz durch“ im Wettspiel.

Rollspiele mit Hand / Schläger

Erste Versuche zum Topspin



Den Ball von Hand zu Hand / Schläger rollen - bei Körperbegleitung.

- Den Ball mit flacher Hand / abgedecktem Schläger gegen die Playback-Wand rollen. Vorhandstellung seitlich zum Tisch.
 - Den Ball in Angriffsbewegung den „Bergtisch“ hinauf mit Vorhand / Rückhand anspringen aus entsprechender Stellung zum Tisch / Ball.
 - Den Ball im „Rundlaufspiel“ „unters Netz durch“ rollen. Rechts herum (VH) / links herum (RH) / im Gegenlauf (freie Schlagwahl).
 - Den Ball rollend im Spiel halten. „Zuspieler gegen Gruppe“.
- Laufspiele im Parcours um Wendemarken / über Kastenhindernisse.

Prellspiele

„Half-volley“

Den Ball unmittelbar bei Aufsprung spielen.



Aufschlagspiel

Werfe den Ball im Schlagwurf am Playback-Tisch so „auf“ den Tisch, dass er gegen die Wand (senkrechte Wand) springt (vgl. Aufschlagspiel).

- „Prellen“ VH nach Aufschlagart „bei Hilfsaufschlagspiel“.
- Preme eröffnend den Ball „aus der Hand“ - Ball in drei Fingern / Eröffnung nach Hilfsaufschlagart / Spiel VH am Regeltisch.
- Lass den Ball von der linken Hand / vom Schläger abrollen und spiele den aufspringenden Ball per Hilfsaufschlag-Angriff.
- Lass den Ball vom Schläger in der linken Hand abrollen - wechsele den Schläger in die rechte Hand - und eröffne nach zwei- / dreimaligem Aufsprung per Hilfsaufschlag-Angriff.

Aufschlag mit doppeltem Aufsprung

Der Aufschlagball - kurzer Service - hat auf der gegnerischen Tishälfte „zweimal“ aufzuspringen.

Prellreturn

Der Aufschlag wird per „Prell-Rückschlag“ retourniert.

Prellend Ballhalten

Im Prellwurf - der Ball springt zweimal auf - wirft man sich jeweils synchron den Ball einander zu und fängt den Ball in Schlagbewegung.

- Im Spiel „Einer nach den anderen“ prellen sich je zwei Paare - jeweils abwechselnd - den Ball zu. So auch im Rundlauf zu Dritt / zu Viert.
- Zwei Spieler servieren synchron - bei versetzter Ausgangsstellung - „Prell-Aufschlag“ Ball an den Tischecken fallen lassen: aufschlagen!.

Dazu: Jeder erläuft und fängt / schlägt den Ball des anderen.

- „Aufschlag“ aus der Hand. Man stimmt sich zum Spieleinsatz ab durch eine gemeinsame Kniebeuge.

Welches Paar erreicht die meisten Ballwechsel?

Prellwettspiele

Der Ball wird nur mit Vorhand geprellt - in richtiger Stellung zum Ball.

Kein Überkreuzen des Schlägers (=Fehle).

- So im Bodengebiet über die Bank.
- So am Regeltisch übers Netz.
- So im „Boden-Wand-Spiel“ (Squash).
- So am Playback-Tisch (senkrechte Wand) im „Aufschlag-Spiel“ / der Mitspieler darf nicht behindert werden.
- So am Regeltisch übers Netz / nur Vorhand.

Eigenzuspiel „Prellen“

Der Ball wird zur Eröffnung nach „Prellen-Vorspiel am Boden“ (zwei Bodenkontakte) per Hilfsaufschlag ins Spiel gebracht.

So aus Positionen seitlich des Tisches im Rückwärts-Lauf / an der Grundlinie in Seitwärts-Bewegung.

Stellspiele

Zwischenspiel

„Den Ball tippend fangen / fallen lassen / in Angriffseröffnung spielen“.

Solches Spiel bildet den Auftakt zu Angriffsbewegungen.

Stellspiel im Raum

Den Ball nach Aufsprung auf dem Boden / im Flug in der Luft „tippend anhalten“ und „stellen“. Nach Aufsprung auf dem Boden in Angriffsbewegung spielen.



Zwischenspiel „Prelen“ / „Stellen“

Den Ball zwischen einzelnen Ballonschlägen / Treibschlägen - jeweils nach Aufsprung - „zwischen-prellen“ / „zwischen-stellen“.

- Im Spiel gegen die Wand / im Playback-Spiel „Wand-Tisch-Boden“.

Stellspiel mit der Hand

Man balanciert den Ball auf dem Handteller / Schläger, lässt ihn auf den Tisch fallen und hebt ihn übers Netz. Nach Aufsprung wird der Ball immer wieder „gestellt“ (hoch gehoben / aufspringen gelassen).

- Man führt den Ball „direkt“ mit Vorhand über die Linie des Halbtisches.
- Der Ball darf nicht geschlagen werden („geklatscht“).

Treibspiel „Box ausräumen“

Ein Eimer Tischtennisbälle wird gleichmäßig auf zwei Felder verteilt. Die Spieler nehmen jeweils „einen“ Ball auf und spielen ihn per Hilfsaufschlag über die „Grenze“ (Boxumrandung / Tischreihe).

Reglement:

- Über die Box hinaus fliegende Bälle sind Fehlbälle.

Welche Gruppe behält die wenigsten Bälle in der Box?

Boden-Tisch-Spiel

- Hebe im „Boden-Tisch-Spiel“ den Ball so auf den Halbtisch, dass er zweimal aufspringt, bevor er zu Boden fällt.
- Ferner: Eröffnend hebt man den Ball vom Tisch zu Boden und spielt ihn per Hilfsaufschlag auf den Tisch.
- Dazu „Stellspiel“: Nach Aufsprung auf dem Tisch wird der Ball immer wieder „gestellt“ (im Flug tippend abgefangen - hoch gehoben - und auf den Boden springen gelassen) und weitergespielt.

Wer hat die Spielgestaltung unter Kontrolle?

Stellwettspiel

Catch and fight

Den Ball mit dem Schläger „abfangend stellen“ / ihn zu Boden tropfen lassen / jeweils fortgesetzt per Hilfsaufschlagspiel im „Spin-Angriff“ spielen.

Reglement:

- Den Ball jeweils vom Tisch weg zu Boden stellen und ins Spiel bringen (=Eröffnung).
- Der Ball darf im Spiel beim Stellen nicht über Tischhöhe hinaus hochspringen / nicht geschlagen werden („geklatscht“).

Stell-Zwischenspiel

Distanzwechsel

Mitten im Ballhaltespiel stellt man sich - „den Ball im Flug abfangend“ – den Ball zu Boden und greift per Hilfsaufschlag-Spin vom Boden aus an.

„Stell-Eröffnung“ zum Spiel aus der Distanz - quasi als Zwischenspiel.

- Den Ball sich vom Tisch weg zu Boden stellen und den Angriff eröffnen (RH/VH-Topspin-Angriff).

- Den Ball im Return / bei Schupf-Return „abfangen“, zu Boden stellen und den Angriff aus der Distanz eröffnen.
- Aus beidhändigem Ballhaltespiel „Schupf“ heraus den Ball zum Angriff zu Boden stellen (Tisch-Boden-Spiel) / Spiel gegen beidhändiges Block-Spiel.

Wer überrascht durch Spielartwechsel seinen Gegenspieler?

Spielweisen gemischt

Spiel-Mix

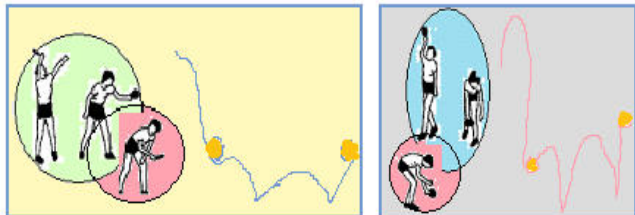
Tippen / Pellen / Stellen u. a. m. im Wechsel als „Potpourri“.

So zu Zweit / in der Gruppe: „Einer spielt vor, Mitspieler ahmen nach.“

Tisch, Wand, Boden und Mitspieler können im bunten Reigen kleiner Tischtennisspiele mit ins Spiel gebracht werden.

Spiel im Raum

„Pellen“ im
Wechsel zu „Stellen“.



Wer stellt sich auf die Wechsel des Spiels zügig ein?

Imitationsspiel

Ein „Vorspieler“. Andere spielen nach.

Tisch/Boden-Spiel

„Tippen“ / „Dribbeln“ über dem Tisch
im Wechsel zu „Stellen“ / „Treiben“
vom Boden.



Angriff gegen Verteidigung

Der Eine spielt den gestellten Ball in Angriffsbewegung / der Andere
retourniert den gestellten Ball in Schnittbewegung.

Als Bodenspiel im Raum / als Spiel übers Netz / als Tisch-Boden- Spiel.

- Der Eine „eröffnet“ den Angriff nach Stellen / der Andere „retourniert“ in Verteidigung nach Prellen.
Oder umgekehrt.
- Im „Sitzen“ spielt man - über die Bank: „Tippen - Prellen“ - Stellen“ in vereinbarter / freier Spielartfolge.
- Im „Doppelspiel“ gegen die Wand spielt man: „Rückhand - Vorhand - Stellen / Prellen“ in vereinbarten Folgen bei verteiltem Rollenspiel.
- Im Doppel am „Playback-Tisch“ (Schrägwand) spielt man: Rückhand gegen Vorhand „Schupfspiel“ gegen „Treibspiel“.
- Im „Tisch-Boden-Spiel“ / Spiel am „Stufentisch“ spielt man: „Block“ gegen „Topspin“.
- Am „Grabentisch“ übt man: „Schupf / Schnitt“ gegen „Drive / Spin“ bei Spielartwechsel.

Vorspiel „Eröffnungskampf“

Im Übungsspiel hält man den Ball in fixierter Spielart. Nach gelungenen Ballwechseln laut Reglement (Übungsspiel) ist der Kampf um den Punktentscheid frei.

- Man stellt den Ball mit beiden Händen nach Art des Volleyballs.
Bei Ergreifen des auf dem Tisch abgelegten Schlägers ist das Spiel frei. So im Spiel über den Graben / Spiel am Regeltisch.
- Man hält den Ball jeweils in den RH-Feldern - „Schupf-Spiel“ / „Spin-Blockspiel“.
Bei Richtungswechsel (Parallelspiel) ist der Punktkampf eröffnet.
- Hilfsaufschlag am Tisch – Stellrückspiel vom Boden.
- Vorspiel-Eröffnung mit der Hand (je ein Schlag per Hand) -
Spielfortsetzung mit dem Schläger (Schläger-Wechsel „links / rechts“).
- Hilfsaufschlag „Schupf“ - Angriffseröffnung.
Schlagwechsel „Prellen“ / „Stellspiel“ - Wettspieleröffnung.

Wer ergreift überraschend die Spielinitiative zu seinen Gunsten?

Spielartwechsel „Aufschlag / Schupf“

- Beide prellen gemeinsam / wechseln über zum Schupfen. Und umgekehrt.
- Einer prellt / der andere schupft. Rollenwechsel.

Wer überrumpelt erfolgreich das Spiel des Anderen?

Rollenwechsel im Doppel

- Jeweils einer im Doppel spielt passiv „ballhaltend“ (Verteidigung) / der Mitspieler spielt aktiv „punktend“ (Angriff).

Wie klappt das Zusammenspiel im Doppel besser?

Spiele am Halbtisch

„Rollen“ / „Dribbeln“ / „Tippen“ / „Prellen“ / „Stellen“



Eigenzuspiel-Eröffnung / Boden-Tisch-Spiel / Lauf-Stellungs-Spiel:

- Zu Zweit miteinander / gegeneinander.
- Bei gleicher / unterschiedlicher Spielart.
- Gruppenspiel mit Zuspieler / Turnierspiele.

SPIELAUSBILDUNG

Spielschulung

Stufe 1

Ballschulung

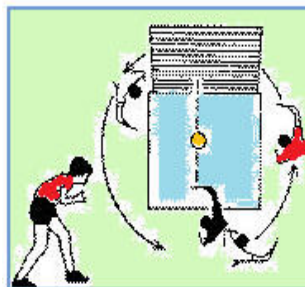
Im Mittelpunkt der Spielstunde für die Kleinsten stehen vielfältige Spieltätigkeiten, die das schnelle Element Tischtennisball in Griff zu nehmen suchen.

„Spielfähigkeiten“

- Die zaghafte sowie entschlossene Begegnung mit dem Ball beim Balancieren / Rollen.
- Die klangvolle Steuerung beim Tippen / Pellen / Stellen.



Jonglieren mit zwei
Bällen am Berg.



Rundlauf am Playback-Tisch
(Rollen).

Stufe 2

Bewegungsschulung

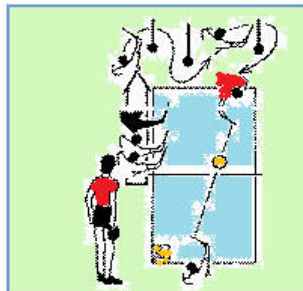
Schwerpunkt aller sportlichen Bewegungsspiele ist die Erarbeitung des Stellungsspiels „im Hinblick auf“ Ball und Gegenspieler.

„Motorikschulung“

- Das schnelle Erlaufen und Reagieren auf Ball und Gegner.
- Das zielgerichtete Ausrichten der Körperbewegungen auf den Ball im Stellungsspiel.



Gegenlauf
beim Seitenwechsel.



Laufspiele
im Mannschaftsvergleich



„Zuspiel aus dem Balleimer“:
Bewegungsabläufe
werden gefestigt.

Stufe 3

Technikschulung

Endziel aller Spielschulung ist die erfolgreiche Gestaltung konkreter Handlungssituationen „in technischer und taktischer Sicht“.

„Technikschulung“

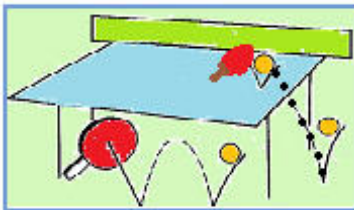
- Die entschlusssichere Handhabung des Balles beim Schlag.
- Die erfolgreiche Spielgestaltung je nach Raum / Zeit / Gegenspiel.



Erreichen des Balles
bei Streckung.



Spiel im Doppel / in Ablöse
gegen Schrägwand.



„Hilfsaufschlagspiel“
Erlernen der einzelnen
Schlagtechniken.

Stufe 4

Wettkampfschulung

Verhaltensschulung bei der Gestaltung von Spiel- und Übungsformen im Training sowie Konditionierung des Wettkampfverhaltens im Spiel.

„Taktikschulung“

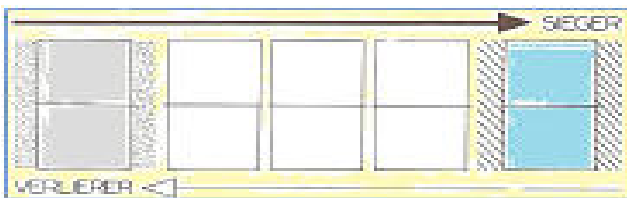
- Zweikampfschulung und Spiel.
- Verhaltenskontrolle und Wettspielkonzeption.



Gute Einstellung
zum Spiel.



Ausplatzieren
des Gegenspielers



„Kaiserspiel“: „Tests / Turniere“ ermitteln die Fortschritte.

Spiel am Minitisch

An Minitischen oder beim Spiel in eingegrenzte Spielfelder ist der Spielraum und somit die Spielentfaltung reduziert.

Im verkleinerten Revier geht man rücksichtsvoller mit dem Ball zu Werke.

„Minitische“ sind für die Konzentration aufs Wesentliche hilfreich.



Die Maße des Tisches sind nach den „Reichweiten“ der Spieler eingerichtet:



- Höhe: 0,65 m. So angemessen der Größe der Kids.
- Breite: 1,00 m. So die Reichweite der Kids.
- Länge: 2,00 m. So die Reichweite zum Netz hin beim Spiel.
- Netzhöhe: 0,18 m. So günstiger Ball-Flug für verlangsamtes Spiel.

Eine Liebeserklärung

Leicht wie eine Feder ist Er.

Lippen können Ihn pusten.

Kleiner als ein Hühnerei ist Er.

Kinderhände können Ihn greifen.

Flink wie der Wiesel bewegt Er sich.

Berührungen lassen Ihn tanzen.

Schwungvoll wie der Frosch springt Er.

Der Takt Seiner Sprünge begeistert.

Klangvoll wie der Gong tönt Er.

Auf Tisch und Boden echot Sein Lied.

Schnell wie der Blitz saust Er.

Bei unbesonnenem Anstoß eilt Er davon.

Behutsam wie die Biene ist Er.

Höhlen und gläserne Kelche sind sein Zuhause.

Literatur- und Quellenverzeichnis

Der Autor fasst jahrzehntelange Spiel-, Unterrichts-, Ausbildungs- und Vereins-Erfahrungen zusammen sowie Erfahrungen von aktueller Praxis in Kita-, Grundschul-, Behinderten- und Vereins-Gruppen.

Die Reihe:

Werner Heissig

TISCHTENNIS

KIDS & KITA

SCHULE & VEREIN

LEHRE & ABI

Band 1 Kleine Spiele

Band 4 Grundschtischtennis

Band 7 Mittelstufentischtennis

Band 2 Kitatischtennis

Band 5 Förderstufentischtennis

Band 8 Oberstufentischtennis

Band 3 Praxis-Cards

Band 6 Praxis-Cards

Band 9 Praxis-Cards

„Kindertraining“

„Schülertraining“

„Jugendtraining“

Quellenhinweise

Der Autor greift „kursorisch“ auf Grafiken und Bildern aus früheren Veröffentlichungen zurück.

Werner Heissig:

Funktionalmethodik, GEWO 1974

TISCHTENNIS

1 Faszination des kleinen Balles, Busse 1976

2 Technik und Taktik des schnellen Spiels, Busse 1976

3 Training und Wettkampf, Busse 1979

TISCHTENNISSPORT

Die Kunst des weißen Balles, Busse 1982

METHODIK

Lehrplan DTTB / BLV 1982

Praxisfotos: „kursorisch“ Christel Weber/ Werner Heissig:

Kita-Gruppen, Bleichenbach, 2009 f. / Nachwuchs-Gruppen, TTV Selters, 2007 ff. / Grundschul-AG, Ortenberg, 2007 ff. / Tischtennis-AG, GS Konradsdorf, 2008 f.,

Jörg Manner: Seite 1, 8 . Uli Manner: Wettkampffotos Seite 37, 90.



Autor

Werner Heissig

KIDS & KITA

Band 1

Spielschulung

Die Konzeption von „Kleine Spiele“ zum Tischtennis fundieren auf einen ganzheitlichen Vermittlungsansatz der Spielschulung.

So wie im Freizeittischtennis in der Regel erste Spielversuche ad hoc gestartet werden - meist bei partnerschaftlichem Zuspiel seitens eines Eingeweihten - so kann man von klein auf die technisch-taktische Fertigkeiten und Fähigkeiten des Tischtennis durch Spiel-nahe Formen des Lernens und Übens erwerben und ausbauen.

Berücksichtigt man bei den Anleitungen zum Spiel die altersspezifischen Voraussetzungen sowie das besondere sportliche Eigenschaftsniveau, so kann sich die Spielgestaltung weitgehend in Eigenversuchen vollziehen.

Beobachtungen aus der allgemeinen Tischtennispraxis des Breitensports erweisen, dass der Tischtennispieler sein eigener Souverän ist.

Er macht sein Spiel in eigener Regie.

Nur geringer Hilfe seitens des Fachkundigen bedarf es.

Selbst Spitzensportlern des Leistungstischtennis wird ein extrem hohes Maß an aktiver Mitwirkung zur eigenen sportlichen Höchstleistung abverlangt.

