

Schulsportwettkämpfe in Nordrhein-Westfalen

# **Talentwettbewerb Wettkampfklasse IV**

## **Tischtennis**

Vielseitigkeitswettkampf für Schulmannschaften

Juni 1997

Arbeitskreis  
**"Neue Wettkampfstrukturen"**  
des Vereins

**"Bundeswettbewerb der Schulen JUGEND TRAINIERT FÜR OLYMPIA e.V."**

**Impressum:**

Diese Ausschreibung wurde durch den Arbeitskreis "Neue Wettkampfstrukturen" des Vereins "Bundeswettbewerb der Schulen JUGEND TRAINIERT FÜR OLYMPIA e. V." herausgegeben.

**Juni 1997**

**Layout und Satz:**

Anton Budde / Elke Bressinck  
Landesinstitut für Schule und Weiterbildung Soest  
Landesstelle für das schulsportliche Wettkampfwesen

**Druck:**

Landesinstitut für Schule und Weiterbildung Soest

<b>Arbeitskreis:</b>	"Neue Wettkampfstrukturen"	
<b>Leitung:</b>	Dietmar Hiersemann	Ministerium für Stadtentwicklung, Kultur und Sport des Landes Nordrhein-Westfalen
<b>Mitglieder:</b>	Dieter Fiedler	Bayerisches Staatsministerium für Unterricht, Kultus, Wissenschaft und Kunst
	Karl Frister	Deutscher Ski-Verband
	Eberhard Hotfilder	Deutscher Schwimm-Verband
	Heiko Jaeschke	Regierungspräsidium Kassel
	Hermann Monzel	Bezirksregierung Koblenz
	Peter Nennstiel	Gymnasium Nidda, Hessen
	Kurt Sailer	Deutscher Tischtennis-Bund
	Klaus Walter	Deutscher Badminton-Verband
	Heinz Wiegand	Deutscher Leichtathletik-Verband

Für den Bereich Tischtennis hat der Arbeitskreis "Neue Wettkampfstrukturen" eine Untergruppe gebildet.

<b>Arbeitsgruppe:</b>	"Neue Wettkampfstrukturen - WK IV Tischtennis"	
<b>Leitung:</b>	Dietmar Hiersemann	Ministerium für Stadtentwicklung, Kultur und Sport des Landes Nordrhein-Westfalen
<b>Mitglieder:</b>	Günter Angenendt	Schulsportbeauftragter des WTTV Hauptschule an der Wächtler Str., Essen
	Bruno Dünchheim	Vorsitzender des WTTV Antonius-Kolleg Neunkirchen-Seelscheid
	Wolfgang Friedrich	Lehrwart des DTTB
	Eva Jeler	Cheftrainerin des DTTB
	Kurt Sailer	Fachwart für den Schulsport im DTTB Gregor-Mendel-Gymnasium Amberg
	Herbert Saur	Ausschuß für den Schulsport im DTTB Bärenfelsschule Grenzach-Wyhlen
	Gerhard Wendt	Ausschuß für den Schulsport im DTTB

Die vorliegende Konzeption ist unter Einbeziehung der Erfahrungen und Erprobungsergebnisse des Ausschusses für den Schulsport des Deutschen Tischtennis-Bundes sowie einer Arbeitsgruppe des Landesinstituts für Schule und Weiterbildung in Soest, die im Auftrag des Ministeriums für Stadtentwicklung, Kultur und Sport des Landes Nordrhein-Westfalen neue Wettkampfprogramme für Tischtennis im Rahmen des Landessportfestes der Schulen entwickelt, erarbeitet worden.

Der Arbeitskreis "Neue Wettkampfstrukturen" wird im Rahmen der Entwicklungsarbeiten für den Bereich Tischtennis vom Leiter der Landesstelle für das schulsportliche Wettkampfwesen in Nordrhein-Westfalen, Anton Budde, unterstützt.

## Inhaltsverzeichnis

	Seite
Vorwort .....	5
Vorbemerkungen .....	6
<b>Wettkampfstruktur</b> .....	8
<b>Zusatzwettbewerb</b> .....	8
„Vorwärts - Rückwärts - Seitwärts“ .....	8
Slalomlauf .....	10
„Ziel in den Kasten!“ .....	11
„15 heb' auf!“ .....	12
<b>Tischtennispiel</b> .....	13
<b>Hinweise zur Organisation</b> .....	14
<b>Gesamtwertung</b> .....	15
<b>Wertungsbögen</b> .....	16
<b>Anhang</b> „Übungspool“ .....	20

## Vorwort

Im Mittelpunkt der Überlegungen zur Neustrukturierung und inhaltlichen Weiterentwicklung des Kinder- und Jugendleistungssports in Deutschland steht die Aufgabe, Training und Wettkampf für den Nachwuchsbereich zu verändern und auf die Zielvorstellungen eines pädagogisch verantwortbaren, entwicklungsgemäßen und langfristigen Leistungsaufbaus auszurichten.

Die erforderliche vielseitige Ausbildung der Kinder und Jugendlichen zur Vermeidung einer zu frühzeitigen sportartspezifischen Spezialisierung durch eine umfassende Entwicklung der motorischen Grundeigenschaften und der koordinativen Bewegungserfahrungen kann durch die Neugestaltung der Trainingsinhalte und die Erarbeitung sowie Entwicklung neuer vielseitiger Wettkampfprogramme sichergestellt werden.

Diese Forderungen richten sich nicht nur an den Nachwuchsbereich des Vereins-/Verbandssports, sie sind auch an den Schulsport adressiert. Da im Bereich des Schulsports - Sportunterricht und außerunterrichtlicher Schulsport - ein vielseitiges Üben durch das breite Spektrum der einbezogenen Sportarten in der Regel gesichert ist, gilt es, die sportartspezifisch bzw. disziplinspezifisch ausgeschriebenen Schulsportwettkämpfe für die Bereiche der jüngsten Jahrgangsstufen zu verändern.

Aus diesem Grund hat der Verein "Bundeswettbewerb der Schulen JUGEND TRAINIERT FÜR OLYMPIA e.V." einen Arbeitskreis "Neue Wettkampfstrukturen" berufen, der die Wettkampfprogramme der Wettkampfklasse IV des Bundeswettbewerbs der Schulen vor dem Hintergrund der o. g. Zielsetzungen überprüfen und ein neugestaltetes Programm erarbeiten soll.

Die nachfolgend dargestellte Konzeption für den Wettkampf IV im Tischtennis wurde bereits exemplarisch mit einigen Schulmannschaften im Schuljahr 1994/95 erprobt. Die Erprobungsergebnisse haben zu der nun vorliegenden Wettkampfkonzzeption geführt.

Die im Verein "Bundeswettbewerb der Schulen JUGEND TRAINIERT FÜR OLYMPIA e.V." vertretenen Kultusbehörden und der Deutsche Tischtennis-Bund (DTTB) sind aufgerufen, in Zusammenarbeit und unter Einbeziehung der Mitglieds- und Landesverbände des DTTB das vorgelegte neue vielseitige Wettkampfprogramm "Wettkampf IV Tischtennis" zu erproben. Eine umfangreiche Mitwirkung an diesen richtungsweisenden Entwicklungsarbeiten und ein konstruktives Echo aus den einzelnen Bundesländern könnte den Erfolg dieses neu eingeschlagenen Weges kurzfristig sicherstellen.

Dietmar Hiersemann

Leiter des Arbeitskreises  
"Neue Wettkampfstrukturen"  
des Vereins "Bundeswettbewerb der Schulen  
JUGEND TRAINIERT FÜR OLYMPIA e.V."

Kurt Sailer

Fachwart für den Schulsport  
des Deutschen Tischtennis-Bundes  
und Mitglied des Vereins  
„Bundeswettbewerb der Schulen  
JUGEND TRAINIERT FÜR OLYMPIA e.V."

## Vorbemerkungen

Im Rahmen eines langfristigen und entwicklungsgemäßen Leistungsaufbaus bei Kindern und Jugendlichen spielt das Prinzip der "**sportartgerichteten Vielseitigkeit**" eine wesentliche Rolle. Da sich dieses Prinzip in der Anforderungsstruktur der offiziellen Wettkämpfe der Erwachsenen kaum widerspiegelt, ist die Entwicklung eigener Wettkämpfe für Kinder und Jugendliche vor dem Hintergrund eines entwicklungsgemäßen Leistungsaufbaus notwendig.

Das Wettbewerbsprogramm 10-12jähriger Kinder/Jugendlicher muß deshalb neben einem Tischtennis-Wettbewerb auch einen Wettbewerb beinhalten, der entwicklungsangemessene Anforderungen an allgemeine **koordinative und konditionelle Fähigkeiten** stellt.

Um der Forderung nach einer **tischtennisgerichteten Vielseitigkeit** nachzukommen, bietet es sich an, in einem solchen Wettbewerb Anforderungen an diejenigen allgemeinen koordinativen (z. B. Reaktion, Antizipation) und konditionellen (besonders Schnelligkeit und Ausdauer) Fähigkeiten zu stellen, die in ihrer tischtennisspezifischen Ausprägung für das eigentliche Tischtennispiel von Bedeutung sind.

Da aus pädagogischen Gründen und Motivationsgründen einem **Mannschaftswettbewerb** der Vorzug vor einem Einzelwettbewerb zu geben ist, liegt es nahe, z. B. auch Staffelnwettbewerbe mit dem oben beschriebenen Anforderungsprinzip in das Wettkampfprogramm aufzunehmen. Daneben sind weitere Überlegungen in die Neukonzipierung eines Vielseitigkeitswettkampfes für Schulmannschaften einzubeziehen:

### **Wettkampfformat:**

Tischtennis und Zusatzwettbewerb (tischtennisspezifische Übungen)  
Gesamtwertung 1:1

### **Wettkampfdauer:**

wie bisher: an 2 Tischtennistischen; ca. 90 min. (im Gruppensystem)

### **Tischtennis-Wettkampf:**

muß verkürzt werden;  
trotzdem möglichst Einsatz aller Spieler/-innen

### **Übungen des Zusatzwettbewerbes:**

- müssen meßbar sein
- sollen überall zugängiges Material voraussetzen
- müssen schnell organisierbar sein  
(geringer zeitlicher Aufwand beim Auf-/Abbau)
- müssen zeitlich begrenzt sein
- sollen Schüler/-innen herausfordern (sollen "Spaß machen")
- sollen einem Mannschaftswettbewerb gerecht werden

Aus diesen Überlegungen heraus bietet es sich an, den vielseitigen Tischtennis-Wettkampf IV aus einem **Zusatzwettbewerb** und einem **Tischtennispiel** zusammenzustellen.

## Wettkampf IV - Tischtennis

Ein Wettkampf für Mädchen- und Jungenmannschaften, ggf. auch für gemischte Mannschaften im Alter von 10 - 12 Jahren.

Eine Mannschaft besteht aus maximal 7 Mädchen/Jungen einschließlich Ersatzspielerinnen / Ersatzspieler (6+1=7).

(Beim Start gemischter Mannschaften sollte möglichst die gleiche Anzahl von Mädchen und Jungen eingesetzt werden. Vor dem Hintergrund abweichender Voraussetzungen sind in den einzelnen Bundesländern andere Regelungen möglich.).

### Wettkampfstruktur

Der Wettbewerb wird in Turnierform ausgetragen und besteht aus zwei Teilwettbewerben:

#### **Zusatzwettbewerb und Tischtennispiel.**

Der **Zusatzwettbewerb** besteht aus den folgenden Übungen:

- 1. „Vorwärts - Rückwärts - Seitwärts“**
- 2. Slalomlauf**
- 3. „Ziel in den Kasten“**
- 4. „15 heb` auf“**

Die Teilwettbewerbe des Zusatzwettbewerbs finden in der angegebenen Reihenfolge statt. Nur diejenigen Spielerinnen/Spieler, die am Zusatzwettbewerb teilgenommen haben, dürfen im Tischtennispiel eingesetzt werden.

Die im Zusatzwettbewerb und im Tischtennispiel erzielten Ergebnisse werden jeweils im Vergleich aller teilnehmenden Mannschaften in Platzziffern (Rangpunkte) umgerechnet.

Sieger ist die Mannschaft mit der niedrigsten Zahl der Rangpunkte. Erzielen zwei oder mehrere Mannschaften die gleiche Anzahl von Rangpunkten, so entscheidet das Ergebnis des Tischtennispiels.

## Zusatzwettbewerb

### Regelung für die nachfolgenden Übungen:

Jeweils 6 vor der Übung benannte Schülerinnen/Schüler einer Mannschaft bestreiten die Übung. Sollte für die Übungen des Zusatzwettbewerbs eine Mannschaft nur mit 5 Spielerinnen / Spielern (wegen Verletzung, Erkrankung) antreten können, so wird von der Wettkampfleitung die Spielerin / der Spieler ausgelost, die/der die entsprechende Übung zweimal absolviert.

## „Vorwärts - Rückwärts - Seitwärts“

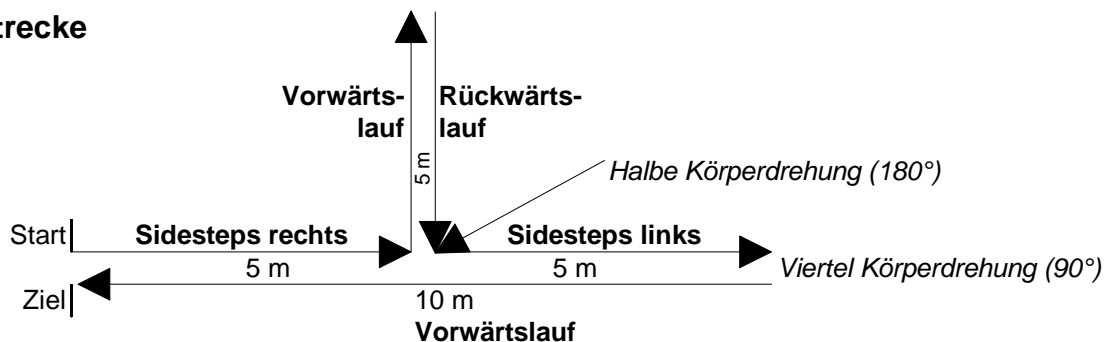
### Anforderungen

Schnelligkeit, Orientierungsfähigkeit

### Durchführung

In Form einer Wendestaffel sollen die 6 Spielerinnen/6 Spieler eine vorgegebene Laufstrecke mit vorgegebenen Bewegungsformen zurücklegen. Dabei wird vorwärts und rückwärts gelaufen. Bei der Seitwärtsbewegung muß die Schulter konstant in Bewegungsrichtung zeigen. Die Ablösung am Ziel/Start erfolgt durch Abklatschen.

### Laufstrecke



**Hinweis:** Ein intensives Aufwärmen ist grundsätzlich erforderlich.



## **Wertung**

Sieger ist die Mannschaft, die die schnellste Zeit erzielt hat. Dementsprechend ergibt sich die Platzierung der jeweiligen Mannschaft.

## **Kampfrichterin/Kampfrichter:**

1 Kampfrichterin/Kampfrichter

## **Gerätebedarf:**

Start-/Zielmarkierung

Klebeband für Bodenmarkierungen

Stoppuhr

Weitere Vielseitigkeitsübungen sind dem „Übungs-Pool“ im Anhang zu entnehmen.
-------------------------------------------------------------------------------

## Slalomlauf

### Anforderungen

Kopplungsfähigkeit, Schnelligkeit

### Durchführung:

In Form einer Wendestaffel sollen die 6 Spielerinnen/6 Spieler einen Slalomparcours möglichst schnell durchlaufen und dabei ein Tischtennisball - frei auf einem Tischtennisschläger liegend - transportieren. Fällt der Ball auf den Boden, muß die Spielerin/der Spieler den Ball aufheben und an der Unterbrechungsstelle den Parcours fortsetzen. Am Ziel wird der Ball an die nächste Spielerin/ den nächsten Spieler übergeben usw..

Gemessen wird die Zeit vom Start der 1. Spielerin/des 1. Spielers bis zur Zielankunft der 6. Spielerin/des 6. Spielers.

### Wertung:

Sieger ist die Mannschaft, die die schnellste Zeit erzielt hat. Dementsprechend ergibt sich die Platzierung der jeweiligen Mannschaft.

### Kampfrichterin/Kampfrichter:

1 Kampfrichterin/Kampfrichter

### Gerätebedarf:

1 Start-/Zielmarkierung  
5 Stangen  
1 Tischtennisball  
1 Stoppuhr  
1 Maßband

## „Ziel in den Kasten!“

### **Anforderungen**

Differenzierungsfähigkeit, Ballgefühl

### **Durchführung:**

In einem Abstand von 3 m zu einem freistehenden kleinen Kasten\*, der umgekehrt auf dem Boden liegt, soll die Spielerin/der Spieler den Tischtennisball mit dem Tischtennisschläger in freier Schlagausführung (direkt oder indirekt) in den Kasten spielen, und zwar jeweils 4 Versuche mit der Vorhand und der Rückhand. Der Ball darf vor dem Kasten den Boden berühren. Eine andere Spielerin/Ein anderer Spieler der Mannschaft sammelt z. B. mit einer kleinen Schüssel die 8 Tischtennisbälle auf und übergibt sie der nächsten Spielerin/dem nächsten Spieler.

### **Wertung:**

Im Vergleich der teilnehmenden Mannschaften ergibt die Summe der in den Kasten gespielten Bälle die Grundlage für die Platzierung der jeweiligen Mannschaft.

### **Kampfrichterin/Kampfrichter:**

1 Kampfrichterin/Kampfrichter

### **Gerätebedarf:**

Kleiner Kasten  
Schaumstoff, Handtuch, o. ä.  
Maßband  
Markierungsband  
8 Tischtennisbälle  
Schüssel o.ä.

Weitere Vielseitigkeitsübungen sind dem „Übungs-Pool“ im Anhang zu entnehmen.

---

\* Der kleine Kasten liegt umgekehrt auf dem Boden und sollte innen mit einem Dämmaterial (Schaumstoff, Handtuch, o. ä.) ausgelegt sein, um das Herausspringen der Bälle zu verhindern.

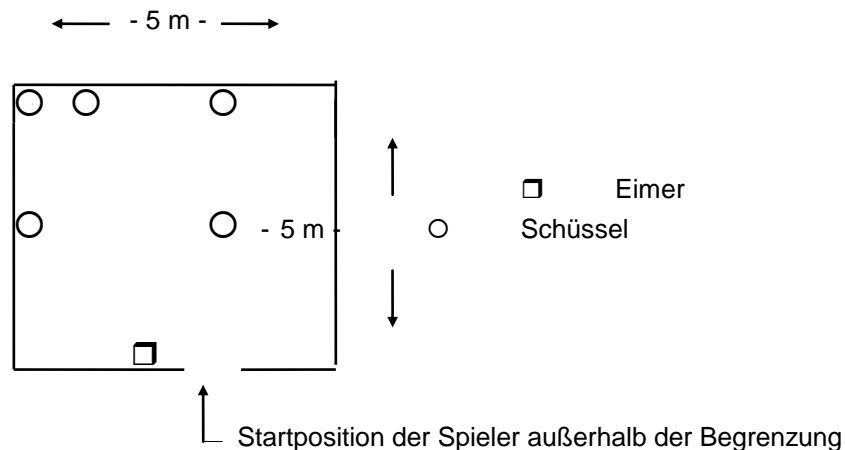
## „15 heb' auf!“

### Anforderungen

Orientierungsfähigkeit, Schnelligkeitsausdauer

### Durchführung:

Auf einer Fläche von 5 x 5 m werden 5 Schüsseln und 1 Eimer in der skizzierten Anordnung plaziert. In dem Eimer befinden sich 15 Tischtennisbälle, die von einer Spielerin/einem Spieler zu je drei in die fünf Schüsseln verteilt werden sollen. Es darf jeweils nur 1 Ball mit einer Hand (nicht wechseln!) transportiert und in die Schüssel gelegt werden. Sind die Bälle richtig verteilt, verläßt Spielerin 1/Spieler 1 den Raum und startet die Spielerin 2/den Spieler 2 durch Abklatschen, die/der dann die Übung in umgekehrter Reihenfolge ausführt, also Rücktransport je eines Balles mit einer Hand in den Eimer usw.. Springt ein Ball aus der Schüssel heraus, muß die die Übung durchführende Schülerin/der die Übung durchführende Schüler den Ball selbst wieder hineinlegen. Die Wettkampfleitung achtet darauf, daß Eimer bzw. Schüsseln nicht verschoben werden.



### Hinweis:

Es wird empfohlen, den Eimer bei dieser Übung so zu befestigen, daß ein Umstoßen nicht möglich ist. Diese Übung bedarf unbedingt der Vorbereitung durch intensives Aufwärmen. Dazu kann die im Anhang beschriebene Übung zur Vorbereitung eingesetzt werden.

### Wertung:

Im Vergleich der teilnehmenden Mannschaften ergibt die Zeit - gestoppt vom Start der Spielerin 1/des Spielers 1 bis Spielerin 6/Spieler 6 die Übungsfläche verläßt - die Platzierung der jeweiligen Mannschaft.

### Kampfrichterin/Kampfrichter:

1 Kampfrichterin/Kampfrichter

### Gerätebedarf:

8 Tischtennis-Spielfeldumrandungen (alternativ: Maßband, Markierungsband, Sprungseile, o. ä.)	
5 kleine Schüsseln (Kunststoff), o. ä.	15 Tischtennisbälle
Stoppuhr	1 Eimer (Kunststoff), o. ä.

Weitere Vielseitigkeitsübungen sind dem „Übungs-Pool“ im Anhang zu entnehmen.

## Tischtennispiel

### Austragungsmodus

Es wird gemäß den Bestimmungen zur Durchführung der Tischtenniswettkämpfe in den Wettkampfklassen II und III des Bundeswettbewerbs der Schulen JUGEND TRAINIERT FÜR OLYMPIA gespielt.

#### **Sonderregelung:**

Die Spielentscheidung fällt in **1 Gewinnsatz** mit einem Seitenwechsel bei 10.  
Bei den Doppeln erfolgt ebenfalls ein Seitenwechsel bei 10 und eine Umstellung der Partner (wie sonst im Entscheidungssatz).

## Hinweise zur Organisation

Es wird ein **Mannschaftsturnier** (max. 4 Mannschaften) „Jeder gegen jeden“ gespielt, bei dem die Gesamtreihenfolge ermittelt wird.

### **Empfehlung:**

In der Erprobungsphase wird empfohlen, bei geringer Teilnehmerzahl auf unterster Ebene ein gemeinsames Turnier für Mädchenmannschaften, Jungenmannschaften und gemischte Mannschaften durchzuführen. Die Wertung kann separat erfolgen.

### **Zusatzwettbewerb**

Der Zusatzwettbewerb muß grundsätzlich vor dem Tischtennisturnier in der angegebenen Reihenfolge durchgeführt werden.

Dauer pro Übung: ca. 15. Min.; insgesamt ca. 60 Min.

**Eine Mannschaft absolviert in einem Turnier nur einmal den Zusatzwettbewerb.**

### **Tischtennispiel**

Spieldauer: ca. 45 Min. pro Spiel, wenn nur 1 Satz gespielt wird.

Bei ausreichend zur Verfügung stehender Zeit können im Tischtennispiel auch zwei Gewinnsätze gespielt werden.

## Gesamtwertung

Das Tischtennispiel und der Zusatzwettbewerb werden 1:1 bewertet: Die Summe der 4 Plazierungen beim Zusatzwettbewerb dividiert durch 4 (berechnet auf 2 Kommastellen) ergibt die Platzierung im Zusatzwettbewerb. Dazu wird die Platzierung des Tischtennispiels addiert. Sieger ist die Mannschaft mit der geringsten Gesamtsumme.

Bei gleicher Gesamtsumme entscheidet das jeweilige Ergebnis des Tischtennispiels zwischen den beiden Mannschaften über die Endplatzierung.

## Wertungsbogen

### Zusatzwettbewerb

#### Übung 1: „Vorwärts - Rückwärts - Seitwärts“

<b>Mannschaft</b>	<b>Gesamtzeit</b>	<b>Platz</b>
<b>A</b>		
<b>B</b>		
<b>C</b>		
<b>D</b>		

### Zusatzwettbewerb

#### Übung 2: Slalomlauf

<b>Mannschaft</b>	<b>Gesamtzeit</b>	<b>Platz</b>
<b>A</b>		
<b>B</b>		
<b>C</b>		
<b>D</b>		



## Wertungsbogen

### Zusatzwettbewerb

#### Übung 3 - „Ziel in den Kasten!“

Mannschaft A

Spieler/-in	Vh	Rh	Summe
1			
2			
3			
4			
5			
6			
Summe			

Mannschaft B

Spieler/-in	Vh	Rh	Summe
1			
2			
3			
4			
5			
6			
Summe			

Mannschaft C

Spieler/-in	Vh	Rh	Summe
1			
2			
3			
4			
5			
6			
Summe			

Mannschaft D

Spieler/-in	Vh	Rh	Summe
1			
2			
3			
4			
5			
6			
Summe			

#### Plazierung - "Ziel in den Kasten"

Mannschaft	Gesamtsumme	Platz
A		
B		
C		
D		

### Zusatzwettbewerb

#### Übung 4: „15 heb' auf“

Mannschaft	Gesamtzeit	Platz
A		
B		
C		
D		

## Wertungsbogen

### Tischtennisturnier

Vor Beginn des Turniers erfolgt durch Auslosung die Zuordnung auf die Mannschaften A, B, C, D.

Die Aufstellung der Mannschaften erfolgt nach Spielstärkenreihenfolge (Rangliste).

Die Spielentscheidung fällt in einem Gewinnsatz.

Ein gewonnenes Spiel wird mit 1 Punkt, ein verlorenes Spiel mit 0 Punkten gewertet.

Es werden alle Spiele (drei Doppel, sechs Einzel) durchgespielt.

Schule A: \_\_\_\_\_ gegen Schule B: \_\_\_\_\_

**Mannschaft A**

**:**

**Mannschaft B**

Spieler/-in

A 1 \_\_\_\_\_  
 A 2 \_\_\_\_\_  
 A 3 \_\_\_\_\_  
 A 4 \_\_\_\_\_  
 A 5 \_\_\_\_\_  
 A 6 \_\_\_\_\_  
 A 7 \_\_\_\_\_

Spieler/-in

B 1 \_\_\_\_\_  
 B 2 \_\_\_\_\_  
 B 3 \_\_\_\_\_  
 B 4 \_\_\_\_\_  
 B 5 \_\_\_\_\_  
 B 6 \_\_\_\_\_  
 B 7 \_\_\_\_\_

Doppel

A 1 \_\_\_\_\_  
 A 2 \_\_\_\_\_  
 A 3 \_\_\_\_\_

Doppel

B 1 \_\_\_\_\_  
 B 2 \_\_\_\_\_  
 B 3 \_\_\_\_\_

	Spielfolge	Mannschaft A	Mannschaft B	Ergebnis Satz	Punkte
D	A 1 : B 1			:	:
D	A 2 : B 2			:	:
E	A 5 : B 5			:	:
E	A 6 : B 6			:	:
E	A 1 : B 1			:	:
E	A 2 : B 2			:	:
E	A 3 : B 3			:	:
E	A 4 : B 4			:	:
D	A 3 : B 3			:	:

Sieger \_\_\_\_\_

mit: \_\_\_\_\_

Punkten \_\_\_\_\_

Schule C gegen Schule D  
 analog  
 Schule A gegen Schule C  
 analog  
 Schule B gegen Schule D  
 analog

Schule A gegen Schule D  
 analog  
 Schule B gegen Schule C  
 analog

## Gesamtwertungsbogen

### Zusatzwettbewerb

Mannschaften	Plazierung				Rangplatz = (Plazierung in Übg.1+2+3+4):4
	Übung 1	Übung 2	Übung 3	Übung 4	
A					
B					
C					
D					

### Tischtennisturnier

	A	B	C	D
A	X			
B		X		
C			X	
D				X

Mannschaften	Rangfolge
A	
B	
C	
D	

### Gesamtplazierung

Mannschaften	Plazierungen			
	Tisch- tennis- turnier	Zusatz- wett- bewerb	Summe	Gesamt
A				
B				
C				
D				

## Anhang

### „Übungspool“ - Alternative Übungen

Zu den 4 Übungen des Zusatzwettbewerbs werden hier jeweils vorbereitende Übungen vorgeschlagen; alternative Übungen werden beschrieben, die wahlweise eingesetzt werden können.

#### Zu Übung 1: „Vorwärts-Rückwärts-Seitwärts“

##### *Vorbereitende Übungen*

###### **„Lotsenspiel“**

Der Lehrer steht vor der Gruppe/Klasse und fungiert als „Fluglotse“. Per Handzeichen (links, rechts, vor, zurück) dirigiert er die Schülerinnen/Schüler in der Halle, die den entsprechenden Laufstil wählen müssen (vor, zurück, Sidesteps).

###### **„Vorwärts-Rückwärts-Seitwärts“**

Die Wettkampfform der Vielseitigkeitsübung kann hierbei in leichter Form modifiziert werden. Zum einen können die Schülerinnen/Schüler durch wechselnde Aufgabenstellungen/Laufwege/Varianten für die Übungsform sensibilisiert werden. Als Erleichterung kann zum anderen mit Hilfe von Tischtennis-Umrandungen/Hütchen oder sonstigen Markierungen die Laufstrecke gekennzeichnet werden.

##### *Alternative Übungen*

###### **„Pendelstaffel“**

4 Durchgänge à max. 10-12m. Der Laufstil ist vorgegeben. 1. Sidesteps links, 2. Sidesteps rechts, 3. rückwärts, 4. vorwärts.

## Zu Übung 2: „Slalomlauf“

### **Vorbereitende Übungen**

#### **„Schattenlaufen“**

Schattenlaufen zu zweit in der Halle mit spontanem Richtungswechsel sowie Wechsel der Bewegungsformen. Bewußtes Umlaufen der anderen Schülerinnen/Schüler oder von Fahnenstangen in der Halle (Aufmerksamkeitslenkung!)

#### **„Ball balancieren“**

Mit dem Ball auf dem Schläger balancierend frei durch den Raum laufen. Variationen über Raumveränderungen (Raum verkleinern) oder Vorgaben (auf den Linien laufen) usw..

#### **„Fuchs und Hase“**

Jede Schülerin/Jeder Schüler hat einen Schläger. Im Verhältnis von etwa 5 „Hasen“ zu 3 „Füchsen“ werden Tischtennisbälle an die „Hasen“ verteilt, die auf dem Schläger balanciert werden. Die drei „Füchse“ versuchen nun ohne Körperberührung mit der freien Hand einem „Hasen“ den Ball zu „stehlen“. Gelingt ihm dies, so werden die Rollen getauscht. Fällt einem „Hasen“ der Ball vom Schläger, so gilt dieser als verloren und der nächststehende „Fuchs“ wird zum „Hasen“.

Hinweis: Je geringer die Zahl der teilnehmenden Schülerinnen/Schüler, um so eher empfiehlt sich eine Raumbegrenzung für das Spiel.

### **Alternative Übungen**

#### **„Slalomlauf“**

Gleiche Übung wie beim Vielseitigkeitswettbewerb - statt Stangen werden nun kleine Kästen verwandt, über die herauf und herunter gestiegen werden muß.

### Zu Übung 3 „Ziel in den Kasten“

#### **Vorbereitende Übungen**

##### **„Gewöhnung an bewegte Bälle“**

Tippen, Prellen von verschiedenen Bällen bis hin zum Spiel mit TT-Schläger und TT-Ball. Zuspiel mit- und gegeneinander: geprellt, direkt oder mit auftippen.

##### **„Banden(tisch-)tennis“**

Zwei Tischtennisumrandungen bilden das Netz, das Spielfeld sollte eine Fläche von ca. 4 x 6m umfassen; Spiel zu zweit oder im Doppel.

#### **Alternative Übungen**

##### **„Ball in den Kasten“**

Durchführung wie Übung 3: „Ziel in den Kasten“. Als Variation und Aufgabensteigerung kann jeder, oder jeder zweite Ball aus einer anderen Entfernung in den Kasten gespielt werden. Als weitere Variation bietet sich die Möglichkeit der Wahl von anderen Zielen an, wie z. B. Ringe an der Wand, Felder in der Sprossenwand etc..

## Zu Übung 4: „15 heb' auf“

### **Vorbereitende Übungen**

#### **„Pendelstaffel“**

Statt einem Staffelholz wird ein Tischtennisball benutzt. Laufstrecke max. 20m bei ca. 5 Durchgängen, um adäquate Intervallbelastung zu schaffen, die auf die lange Belastungszeit in dem Vielseitigkeitswettbewerb vorbereiten soll.

#### **„5 heb' auf“**

Aufsplittung der Vielseitigkeitsübung in drei Durchgänge à 5 Bälle, um eine adäquate Intervallbelastung zu schaffen, die auf die lange Belastungszeit in dem Vielseitigkeitswettbewerb vorbereiten soll.