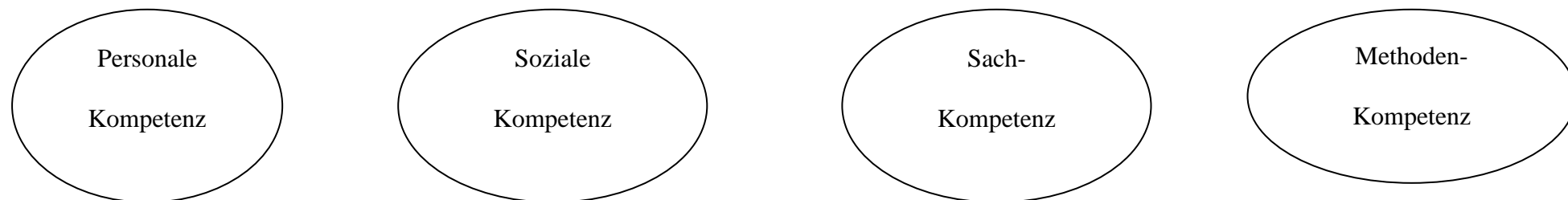


## Arbeitsplan zu den Rückschlagspielen Tischtennis/ Tennis/ Badminton der Klassen 3 und 4



<p><b>Bewegungsfelder: Miteinander und gegeneinander spielen Klasse 3. und 4.</b></p> <p><b>Standards: Die Schüler</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>entwickeln eine allgemeine Spielfähigkeit im Sinne einer spielartübergreifenden Spielschulung mit Ball und Schläger</b></li> </ul>	<p><b>Querverbindungen zu den einzelnen Lernbereichen</b></p>	<p><b>Hinweise</b></p> <p>Alle Übungen mit Schlägermaterial und entsprechendem Ball ( TT-Schläger und Ball/ Tennisschläger und –ball/ Badmintonschläger und Feder</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Wiederholung der elementaren Ballschule 1./2. Schuljahr</li> <li>➤ Weiterentwicklung der elementaren Ballschule unter erschwerten Bedingungen</li> <li>- Prellen im sitzen, liegen, Kniebeugen</li> <li>- Prellen abwechselnd mit Vorhand und Rückhand</li> <li>- Prellen mit geschlossenen Augen</li> <li>- Prellen mit Partner und einem Schläger ( Schlägerübergabe nach jedem Schlag)</li> <li>- Kontrolliertes Prellen fest/ sanft im Wechsel</li> </ul>		<p>KANN – BUCH</p>

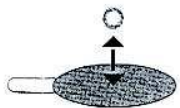
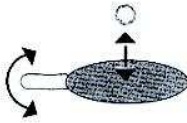
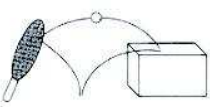


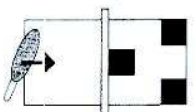
<ul style="list-style-type: none"> <li>- genaues Zuspiel mit Partner ( einer sitzt/liegt der andere steht)</li> <li>- dauerhaftes genaues Zuspiel ( beide stehend auf kleinem Kasten)</li> <li>- Ziehharmonika -Zuspiel ( nach jedem Schlag gehen die Partner einen Schritt zurück / nach dem dritten/vierten Schritt wieder jeweils zueinander)</li> <li>-</li> </ul>		<p>Abnahme Tennis und Tischtennis-Sportabzeichen</p>
<p><b>Standards: Die Schüler</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <b>verstehen die Grundidee eines Spiels (Rückschlagspiels) und halten Vereinbarungen/Regeln ein</b></li> <li>➤ <b>erkennen und erfahren Merkmale für faires und verantwortungsbewusstes Spiel- und Mannschaftsverhalten und lösen dabei auftretende Konflikte zunehmend selbstständig</b></li> </ul> <p><i>in einem Rückschlagspiel sportartspezifisches Schlagtechniken kennen lernen, spieltypisch ausführen und partnerschaftlichen anwenden</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tischtennis: Aufschlag/Rückhand-/Vorhandkonterball</li> <li>- Badminton: hoher Aufschlag/Vorhand-Überkopf-Clear</li> <li>- Tennis: Aufschlag/ Vorhand/Rückhand-Smash</li> </ul> <p>Spielformen, in denen innerhalb einer Gruppe gegeneinander gespielt wird:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Rundlauf, Fünf gegen Fünf, Ball über die Schnur, Kaiserspiel, .</li> </ul>		

<p>Spielformen, in denen innerhalb einer Gruppe miteinander gespielt wird:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Jeder gegen Jeden, Fünf gegen Einen, Aufschlagplatzierungsspiele, Grabentischtennis, Spiele über die Längsbank</li><li>➤</li></ul>		
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

GS Reichertsberg- Trier

# Übungen für das Tischtennis-Sportabzeichen



Übungen		talentiert ★	gut ★★	sehr gut ★★★	Ergebnis
<b>Kontrollübung:</b> Den Ball auf dem Schläger ohne Unterbrechung tippen (max. 3 Versuche).		mindestens 10 x	mindestens 20 x	mindestens 50 x	
<b>Geschicklichkeitsübung:</b> Den Ball auf dem Schläger abwechselnd mit Vor- und Rückhand tippen (max. 3 Versuche), wobei jeder Ballkontakt zählt.		mindestens 6 x	mindestens 10 x	mindestens 20 x	
<b>Zielübung:</b> Mit dem Schläger muss der Ball 8 mal in einen 3 m entfernten Kasten (70 cm lang, 40 cm tief, 50 cm breit) entweder direkt oder mit einmaliger Bodenberührung geschlagen werden.		mindestens 2 Treffer	mindestens 4 Treffer	mindestens 6 Treffer	
<b>Effetübung:</b> Der Ball muss mit dem Schläger so weggeschlagen werden, dass er nach dem Bodenkontakt zum Spieler zurückrollt. • vgl. Übung mit dem Gymnastikreifen • max. 3 Versuche.		erkennbar zurückrollen	1 m zurückrollen	3 m zurückrollen	
<b>Balanceübung:</b> Den Ball auf den Schläger legen (nicht festhalten) und die Stangen (Mitspieler) umlaufen (1 Wiederholungslauf möglich).		max. 20 Sekunden (25 Sekunden, wenn Mitspieler umlaufen werden)	max. 15 Sekunden (20 Sekunden, wenn Mitspieler umlaufen werden)	max. 10 Sekunden (15 Sekunden, wenn Mitspieler umlaufen werden)	
<b>Platzierungsübung:</b> 12 Aufschläge hinter der Grundlinie auf die gekennzeichneten Felder (A3-Kartons) platzieren.		mindestens 3 Treffer in ein beliebiges Feld	mindestens 5 Treffer in ein beliebiges Feld	mindestens 8 Treffer in ein beliebiges Feld	

Bewertungskriterium für das Gesamtergebnis ist das niedrigste Einzelergebnis.

**Vorname:** \_\_\_\_\_

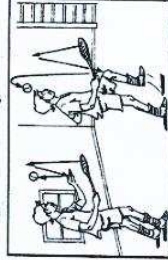
**Name:** \_\_\_\_\_

**Gesamtergebnis**

# Schultennis-Sportabzeichen

Name  
des Schülers:

**Aufgabe 1: Jonglieren**



Der Schüler spielt einen Schaumstoffball abwechselnd mit dem Schläger und einem Körperteil (Kopf, Arm, 2. Hand) in die Luft. Der Ball darf nicht auf den Boden fallen.

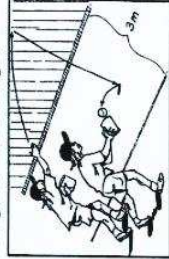
Durchführung

3 Versuche, wobei der beste gewertet wird.

Wertung

Gold: 10 Kontakte  
Silber: 7 Kontakte  
Bronze: 5 Kontakte

**Aufgabe 2: Ballfangen**



Der Schüler steht hinter einer Linie und wirft einen Ball gegen die Wand (Abstand Linie/Wand: 3m). Dann soll er den zurückspringenden Ball nach dem 1. Aufsprung mit einer Dose oder kleinem Eimer (Durchmesser bis 15 cm) auffangen.

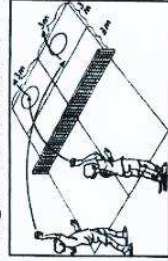
Durchführung

12 Versuche / Würfe  
Ball: Methodiktennisball

Wertung

Gold: 10 gefangene  
Silber: 8 gefangene  
Bronze: 5 gefangene  
Bälle

**Aufgabe 3: Zielwerfen**



Der Schüler steht hinter einer Linie und wirft einen Ball diagonal in eine 9 - 12 m entfernte und ca. 3 m breite Zone oder in zwei Reifen, die in dieser Zone liegen.

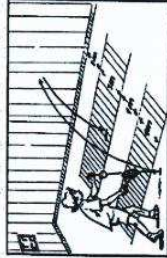
Durchführung

5 Würfe von rechter Seite,  
5 Würfe von linker Seite.  
Ball: Methodiktennisball

Wertung

Gold: 11 Treffer  
Silber: 9 Treffer  
Bronze: 7 Treffer  
1 Treffer in einen Reifen zählt doppelt!

**Aufgabe 4: Rebound-Spielen**



Der Schüler läßt hinter einer Linie (Abstand zur Wand: 4 m) den Ball fallen und schlägt ihn dann mit dem Schläger so gegen die Wand, daß der zurückspringende Ball in einer der beiden Zonen aufspringt.  
1. Zone: 1 - 2 m von der Wand  
2. Zone: 3 - 4 m von der Wand  
Breite der Zonen: 2 m

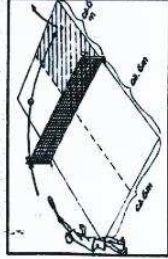
Durchführung

5 Versuche in 1. Zone,  
5 Versuche in 2. Zone.  
Ball: Methodiktennisball

Wertung

Gold: 9 Treffer  
Silber: 7 Treffer  
Bronze: 5 Treffer

**Aufgabe 5: Überkopfschlagen**



Der Schüler steht hinter der Grundlinie eines Kleinfeld- bzw. Badmintonfeldes (ca. 6 / 12 m) und schlägt den Ball mit dem Schläger über Kopf diagonal in das Feld hinter dem Netz (o.ä.) (Höhe: 80 cm).

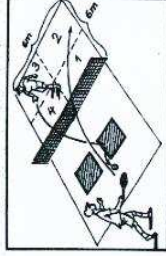
Durchführung

7 Versuche in die linke Feldhälfte,  
7 Versuche in die rechte Feldhälfte.  
Ball: Methodiktennisball

Wertung

Gold: 10 Treffer  
Silber: 8 Treffer  
Bronze: 6 Treffer

**Aufgabe 6: Zielspielen**



Ein Mitschüler steht hinter dem Netz (o.ä.) eines Kleinfeld- bzw. Badmintonfeldes (ca. 6 / 12 m) und wirft dem Schüler in eine Zone (3 m vor Grundlinie) auf Vorhand und Rückhand zu. Der Schüler schlägt den Ball so über das Netz (Höhe 80 cm) zurück, daß er in einer der 4 Zonen aufspringt. Die Trefferzone muß der Schüler vorher bestimmen bei VH eine der Zonen 1,2,3,4, bei RH Flächen der Trefferzonen 1 und 2 zusammen oder 3 und 4 zusammen).

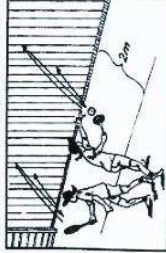
Durchführung

Je 5 Versuche hintereinander Vorhand,  
je 5 Versuche hintereinander Rückhand.

Wertung

Gold: 10 Treffer  
Silber: 8 Treffer  
Bronze: 5 Treffer  
aber mind. 2 Rückhand-Treffer

**Aufgabe 7: Flugball-Spielen**



Der Schüler spielt aus der Hand den Ball mit Vorhand max. je 7 mal als Flugball gegen die Wand von einer Linie (Abstand zur Wand 2 m), dann mit Rückhand.

Durchführung

3 Versuche, wobei der beste gewertet wird.  
1 Kontakt an Wand = 1 Treffer

Wertung

Vh Rh  
Gold: 7 + 5 Treffer  
Silber: 6 + 4 Treffer  
Bronze: 5 + 3 Treffer

**Aufgabe 8: Wand-Spielen**



Der Schüler spielt von einer Linie den Ball mit Vorhand und Rückhand in beliebiger Reihenfolge max. 15 mal in Folge gegen die Wand. Abstand Linie / Wand: 4 m. Er darf die Linie nicht überschreiten. Der Ball muß einmal aufspringen.

Durchführung

3 Versuche, wobei der beste gewertet wird.  
Ball: Methodiktennisball

Wertung

Gold: 14 Treffer  
Silber: 12 Treffer  
Bronze: 10 Treffer  
aber mind. 4 Rückhand-Treffer