Rückschlagspiele mit Kindern – Tischtennis: Wassergraben

Diese Spielform ermöglicht grossräumige Bewegungen. Die Ballflugkurve und der Ballabsprung müssen genau beobachtet werden.

Die beiden Tischhälften werden auseinandergezogen und so ein «Graben» gebildet. (Falls das nicht möglich ist, zwei ganze Tische quer im Abstand von ca. 1 Meter aufstellen). Nun den Ball hin- und herspielen, ohne dass er in den Wassergraben fällt.

Variationen

- Den Ball auf der Tischhälfte und dem Boden aufspringen lassen (nur, wenn es der Bodenbelag erlaubt).
- Den Ball sich zuerst selber hochspielen und erst danach zurückspielen.

einfacher

- Ball nur mit der Hand zuwerfen.
- Vom Trainer oder von einem guten Mitspieler einspielen lassen (gute Passqualität).

schwieriger

- Zusatzaufgaben wie Drehung um die eigene Achse, einmal mit der linken, einmal mit der rechten Hand spielen, nach jedem Schlag den Boden mit dem Schläger berühren etc.
- Unter die beiden hinteren / vorderen / linken / rechten Tischfüsse eine kleine Matte legen, so dass die Spielfläche schräg wird.

Material: Tischtennistische, kleine Matten, Schläger und Tischtennisbälle

Quelle: Georg Silberschmidt, Fachleiter Tischtennis, Verantwortlicher Kindersport Swiss Table Tennis

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO