



# Team-Balleimer

## (Idee und Konzeption Frank Fürste, TTYVWH)

### 1. Hinweise

Die folgenden Ausführungen sind eine Zusammenfassung eines Artikels von Frank Fürste (TTYVWH). Dieser Artikel ist unter folgender Quelle im Original nachzulesen:  
Trainerbrief 03/2002 des Verband Deutscher Tischtennistainer e.V., S. 16-17

### 2. Ausgangspunkt der Konzeption

- Anfänger mit geringen technischen Fertigkeiten (Grobform Konter), deren Technik mittels Technikvariationstraining unter **stark vereinfachten Bedingungen** verbessert werden soll

### 3. Ziele bei der Gestaltung der Übungen

- Das Training sollte **spielerisch** und **abwechslungsreich** sein
- Die Bewegungsaufgaben erhalten ihren **Aufforderungscharakter** durch eine **wettkampforientierte** Gestaltung
- Die Aufgabenstellung soll die **Kooperation** der Kinder untereinander fördern
- Die Aufgaben sollen **individuell lösbar** sein, d.h. vereinfachte Aufgaben vermitteln Erfolgserlebnisse, damit Frustration durch hohe Fehlerquoten gar nicht erst entsteht

### 4. Gestaltung der Bewegungsaufgaben

Bei der Konzeption von Bewegungsaufgaben stehen als gestalterische Elemente die Faktoren

- Platzierung
- Tempo
- Flugkurve (Flughöhe)
- Rotation

zur Verfügung. Ziel einer jeden Technikvermittlung muss es sein, dass die Kinder in der Lage sind, diese 4 Faktoren bewusst bei jeder Technik variabel einsetzen zu können.

Folgende Leitlinien ergeben sich daher für die Gestaltung der Übungsaufgaben:

- Die Anfänger sollen bewusst variabel die Flugbahn des Balles durch Veränderung des Schlägerblattwinkels ändern können  
Ziel: möglichst flache Flugkurve spielen können

- Die Anfänger sollen bewusst Bälle platzieren können, indem sie den Balltreffpunkt und den Winkel im Handgelenk verändern  
Ziel: möglichst hohe Präzision bei der Platzierung

- Die Anfänger sollen die Technik bewusst mit unterschiedlichem Tempo ausführen können, indem sie unterschiedlich beschleunigen  
Ziel: gezielter und dosierter Krafteinsatz

## 5. Die Grundidee des Team-Balleimertraining

- 3 Spieler bilden an einem Tisch ein Team
- Gegner sind die Teams an den anderen Tischen
- Jeder Spieler übernimmt eine bestimmte Aufgabenstellung

Spieler 1 : Zuspieler am Balleimer

Spieler 2: Annehmender Spieler auf der gegenüberliegenden Seite

Spieler 3: "Fänger" mit einem Fanghütchen auf der Balleimereinspielseite

### Organisation der Übungsaufgaben:

#### a. Wechsel der Aufgabenstellung

Nach einer festzulegenden Zeit (evt. nach einer festgelegten Anzahl der zugespielten Bälle) werden die Aufgaben im Rotationsprinzip gewechselt.

#### b. Benötigte Materialien

Neben dem Balleimer und dem Fanghütchen werden je nach Aufgabenschwerpunkt noch weitere Materialien benötigt:

- Schwerpunkt Flugbahn: ein Tor aus Trainingshilfestangen über dem Netz (alternativ Kastenteil oder andere Materialien zur Netzerhöhung)
- Schwerpunkt Platzierung: Materialien, die als Tischabdeckungen für sogenannte Tabu-Zonen genutzt werden können (Handtuch, Trainingsjacke)  
Alternativ können auch Trefferzonenfelder (Blätter) benutzt werden, die gezielt angespielt werden sollen
- Schwerpunkt Tempo: eine Umrandung auf der Balleimerzuspelseite

### c. Ziele der Spieler der einzelnen Teams

- Zuspieler: exaktes Zuspiel hinsichtlich Platzierung, Tempo und Flughöhe, damit der annehmenden Spieler gute Voraussetzungen zur Lösung seiner Bewegungsaufgabe hat
- Annehmender Spieler: Lösung der Bewegungsaufgabe hinsichtlich der vorgegebenen Platzierung, Tempo und Flughöhe und Zuspiel in der Art und Weise, dass der Fänger den Ball möglichst problemlos fangen kann
- Fänger: einschätzen des Balles hinsichtlich Tempo, Platzierung und Flughöhe, damit er den Ball fangen kann (Koordinationaufgabe)

Für jede gelöste Bewegungsaufgabe erhält das Team einen Punkt.

### d. Durchführung der Aufgaben in 2 Wettkampfvarianten

#### - Spiel ohne Zeitdruck

In jedem Balleimer befinden sich 20 Bälle !

Wie viele Punkte erzielt jedes Team bis der Balleimer leer ist

#### - Spiel unter Zeitdruck

Balleimer mit genügend Bällen (> 40)

Wie viele Punkt schafft das Team in 1 Minute ?

#### **Hinweis:**

Beim Erlernen von Variationen sollte auf jeden Fall auf das "Lösen der Aufgabe ohne Zeitdruck" zurückgegriffen werden.

**Beispiele und Skizzen zu den Bewegungsaufgaben sind einem Artikel von Frank Fürste in der Zeitschrift TT-Lehre zu entnehmen.**

RTTV-Lehrreferent

Volker Bauer

Humboldtstr. 12

55239 Gau-Odernheim

Tel.: 06733/961040

Fax: 06733/961041

E-Mail: [rttv@main-rheiner.de](mailto:rttv@main-rheiner.de)

