

## Inhaltsverzeichnis

---

Vorwort .....	4
Einleitung .....	5
Abkürzungen und Zeichensymbole.....	6
1 Einstimmen – Aufwärmen – Ausklingen .....	7
2 Anfänger .....	29
3 Technik .....	67
4 Taktik .....	105
5 Kondition .....	135
6 Organisation .....	195
7 Spielsysteme .....	239
8 Neue Spielideen .....	261
Anhang .....	266
Literaturverzeichnis .....	272

Als mich vor 28 Jahren Walter Bucher anrief und mich fragte, ob ich bereit wäre, seine Buchreihe auch mit einem Band in der Sportart Tischtennis zu ergänzen, hat mich sein Konzept einer Sammlung von über 1000 Spiel- und Übungsformen sofort fasziniert.

Als Gemeinschaftswerk eines schweizerisch-deutschen Teams von Tischtennisexperten und Pädagogen ist dann dieses Buch entstanden, das jetzt als 6. Auflage vorliegt.

Aufgrund der Vorgaben des Verlages, künftig alle Neuauflagen mit neuem Layout zu versehen, musste auch „1014“ komplett überarbeitet werden. Die vereinfachte Struktur stellt jetzt die Inhalte übersichtlicher dar. Alle Fotos wurden durch Zeichnungen oder Hinweise ersetzt, die seitherigen Spiel- und Übungsformen jedoch weitgehend beibehalten. Auf detaillierte Technikbeschreibungen wurde bewusst verzichtet, da über aktuelle Entwicklungen hier besser Fachzeitschriften und

das Internet informieren können. Unsere methodischen Reihen zu den einzelnen Techniken sind jedoch nach wie vor sehr gut geeignet, die ersten Schritte in der entsprechenden Technik zu gehen.

Gerne denke ich noch zurück an das erste Treffen am Bodensee mit meinen Mitautoren, an unseren Goba-Länderkampf Schweiz gegen Deutschland und an zahlreiche gemeinsame Sitzungen und Kontakte über die vielen Jahre.

Ich hoffe, dass durch das Buch „1014 Spiel- und Übungsformen im Tischtennis“ weiterhin viele neue Freunde für unsere Sportart gewonnen werden können und viele noch mehr Spaß am Tischtennispiel erhalten, eben nach dem Motto „Spielen, Spielen, ... auf 1014 und mehr Arten“.

Horb-Altheim, Frühjahr 2015

*Harry Blum*

Immer wieder beobachtet man im Tischtennis das gleiche Phänomen: Ob im Verein oder im Sportunterricht der Schulen, sobald die Tische aufgebaut sind, wird sofort und ausdauernd gegeneinander im Wettkampf oder miteinander gespielt. Und alle haben unheimlichen Spaß dabei!

Das ist nicht verwunderlich, denn die Struktur des TT-Spiels selbst, seine große Handlungsoffenheit ermöglicht jedem, die Spannung aufzusuchen, die Tischtennis lustvoll erleben lässt.

Aber wehe, es wird von Training gesprochen. Ein Sturm des Protestes ist häufig die Antwort: „Zu langweilig! Zu eintönig! Zu stupide! Das macht keinen Spaß!“ Oder bei stärker Leistungsmotivierten gerade noch: „Muss wohl sein! Da muss ich mich eben durchbeißen!“

Dass das nicht so sein muss, macht bereits die Überlegung deutlich, dass eine Sache ebenfalls „spannend“ und lustvoll erlebt wird, wenn Prinzipien wie Neuigkeit und Wechsel, Komplexität und Verwickeltheit, Überraschungsgehalte und Ungewissheit nicht eine Sache des Wettspiels selbst bleiben, sondern auch im Training bewusst eingesetzt werden. Darüber hinaus lassen sich viele Lernziele statt durch systematische Übungen ebenso gut – wenn nicht besser – durch Spielformen und spielerisches Wetteifern erreichen. Die Verpackung macht's, wie so oft!

Die Autoren haben versucht, diese Gedanken in ihrem Buch umzusetzen. Die Grundkonzeption Walter Buchers, die diese Zielsetzung vorgibt, erleichterte dabei die Arbeit wesentlich.

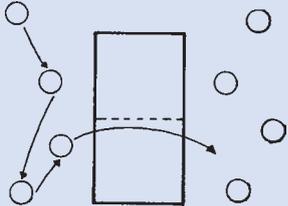
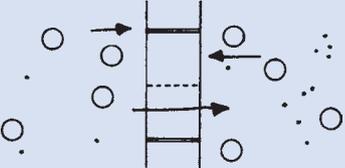
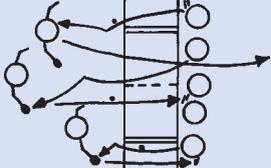
Das Buch wendet sich an alle, die sich mit Tischtennis beschäftigen, in der Schule, im Verein, in Freizeitgruppen, als Sportlehrer, Übungsleiter, Trainer und Spieler.

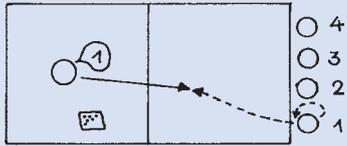
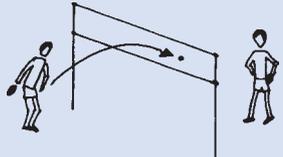
Das Buch ist ein Handbuch für die Praxis. Die große Fülle der lustbetonten Spiel- und Übungsformen bietet für jeden und zu jedem Zwecke viele Anregungen und Ideen, die kombiniert, variiert und jederzeit ausgebaut werden können.

Die Lehrmethode des Buches zielt auf breites Bewegungsvergnügen und lustvolles Erlebnis. Das Erreichen der höchsten Effektivität in Bezug auf Leistung und Wettkampferfolg ist wohl ein, aber nicht das oberste Ziel des Buches, sondern für den Sport allgemein und für Tischtennis im Besonderen – auch langfristig, z. B. über die Schulzeit hinaus – zu motivieren.

Das Buch kann sehr gut als Nachschlagewerk benutzt werden. Dem Anwender bleibt es überlassen, die nach den örtlichen situativen, personellen und materiellen Bedingungen eigene didaktisch-methodische Entscheidungen zu treffen.

Die große Vielzahl der Spiel- und Übungsformen soll vor allem auch zu eigenen Formen und Ideen anregen.

Nr.	Name der Spielform Ziele/Akzente	Idee/Beschreibung	Hinweise/Organisation
200	<b>Spiel über den quergestellten Tisch</b> Erleichterung des Zuspiels Spiel mit der VH Verbesserung der Gesamtkoordination	Der Tischtennis-Tisch wird als Netz benutzt. Die Spieler dürfen den Ball zunächst erst nach einmaligem Aufspringen, dann direkt zuspielen. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ein sicherer Zuspieler spielt den Ball über den Tisch den Übenden zu, die ihrerseits den Ball indirekt zurückspielen</li> <li>• Spiel nach Volleyballregeln: Der Aufschlag erfolgt aus der rechten hinteren Ecke. Der Ball muss dreimal im eigenen Feld zugespielt werden</li> </ul>	
201	<b>Spiel mit Netz-erhöhung</b> Gewöhnung an das Zuspiel Ballsicherheit	Als Netz wird eine Tischumrandung auf den Tischtennis-Tisch gestellt.	
202	<b>Haltet euer Feld frei!</b> Einstimmung Aufwärmen Spaß, Freude	Die Spielfläche der Halle wird durch die quergestellten Tische in zwei Zonen eingeteilt. Jede Gruppe muss versuchen, so wenig Bälle wie möglich in ihrem Feld zu haben. Der Ball darf nur mit dem Schläger über die Tische in das gegenüberliegende Feld gespielt werden.	
203	<b>Fang den zugespielten Ball!</b> Zuspielgenauigkeit Fangsicherheit	Hinter den quergestellten Tischen stehen Spieler, die den Schülern auf der anderen Seite die Bälle zuwerfen. Diese lassen die Bälle einmal aufspringen, um sie dann zurückzuspielen. Die Aufgabe der Zuwerfer ist es, die Bälle wieder sicher zu fangen.	

Nr.	Name der Spielform Ziele/Akzente	Idee/Beschreibung	Hinweise/Organisation
204	<p><b>Wer erläuft den Stopp?</b> Reaktion</p>	<p>Vier Spieler stellen sich hinter die Grundlinie und wenden dem Zusprieler den Rücken zu. Der Zusprieler ruft einen Namen auf und spielt einen kurzen Stopp, den der Aufgerufene erlaufen soll.</p>	
205	<p><b>Zonenspiel durch Zauberschnüre</b> Spielgenauigkeit Platzierung</p>	<p>Zwei Zauberschnüre werden so gespannt, dass zwischen beiden ein 30–50 cm breiter Zwischenraum entsteht. Die Spieler stehen sich, durch die Zauberschnüre getrennt, gegenüber und haben die Aufgabe sich die Bälle durch den Zwischenraum hindurch zuzuspielen.</p>	
206	<p><b>Wir spielen Tischtennis einmal anders!</b> Kennenlernen anderer Spiele/Regeln</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nach Volleyball-Regeln</li> <li>• Nach Tennis-Regeln</li> <li>• Nach Squash-Regeln</li> <li>• Nach modifizierten Volleyball-Regeln</li> </ul>	<p>Das „Netz“ sollte dem gewählten Regelspiel entsprechen:  Volleyball: Hochgespannte Zauberschnur  Tennis: Umrandung auf Langbank  Squash: Siehe Nr. 194</p>
207	<p><b>Tennis-Tischtennis-Spiel</b> Rückschlagspiel-fähigkeit Umstellungsfähigkeit Taktisches Handeln</p>	<p>Die Regeln des „Squash-Tischtennis“ (s. Nr. 194) sind für das „Tennis-Tischtennis“ gleichermaßen gültig. Vor allem das Doppelspiel sollte angestrebt werden, sowohl nach Tischtennis-, als auch nach Tennis-Regeln. Bei koedukativem Sportunterricht eröffnet sich überdies die Möglichkeit des Mixed.</p>	