



Ausschreibung Ergänzungsprogramm: Tischtennis

Das vergangene Schuljahr hat gezeigt, dass Schulsportwettbewerbe in der Corona-Pandemie mitunter nicht durchführbar sind. Ziel ist es daher, für das Schuljahr 2020/2021 Sport- und Bewegungsprogramme vorzuhalten, auf die Lehrkräfte auch dann zurückgreifen können, wenn die Schulsportwettbewerbe im geplanten Format nicht stattfinden können. Allemal können sie eine ideale Ergänzung zum Sportunterricht sein und von Sportlehrkräften im Rahmen des Distanzunterrichts für Challenges genutzt werden. Das Ergänzungsprogramm erlaubt keine Weiterqualifikation im Sinne der Schulsportwettbewerbe.

Die beigefügten Excel-Tabellen können genutzt werden, um Vergleiche zwischen Gruppen (z. B. innerhalb einer Klasse, Jahrgangsstufe, Schule oder im Vergleich mit einer Nachbarschule) zu ermöglichen.

Die aktuellen Bestimmungen der jeweils geltenden Bayerischen Infektionsschutzmaßnahmenverordnung und des Hygieneplans der Schulen sind zwingend zu beachten.

- Vorschlag zur Durchführung
 - **Schulbetrieb eingeschränkt möglich (zu bevorzugen):** Die Lehrkraft nimmt von allen Teilnehmern/innen die Übungen nacheinander ab und trägt die Ergebnisse in die beigelegte Excel-Tabelle ein (orange Felder).
 - **Schulbetrieb komplett eingestellt (Sportstätten zugänglich):** Der/Die Teilnehmer/in führt die Aufgaben selbstständig durch und übermittelt die Ergebnisse der jeweiligen betreuenden Lehrkraft. Die Lehrkraft befüllt die Excel-Tabelle (orange Felder).
 - **Schulbetrieb komplett eingestellt (Sportstätten geschlossen):** Der/Die Teilnehmer/in führt die Aufgaben selbstständig

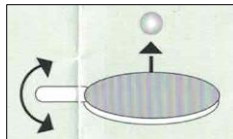
durch und übermittelt die Ergebnisse der jeweiligen betreuen-
den Lehrkraft. Die Lehrkraft befüllt die Excel-Tabelle (orange
Felder).

- Wettkampfbestimmungen

Bei jeder Übung können max. drei Punkte erreicht werden. Die maxi-
mal erreichbare Punktzahl pro Spieler beträgt 18 Punkte, die maxi-
mal erreichbare Punktzahl einer Sechsermannschaft beträgt dem-
nach 108 Punkte.

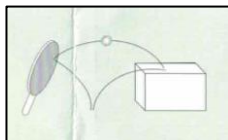
Grundsätzliche Aufschlagregeln: Der Ball ist aus der flachen Hand
und mind. 16 cm hoch zu werfen. Die Hand muss sich hinter der
Grundlinie befinden.

o **Ball tippen**



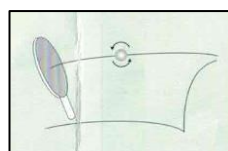
Den Ball auf dem Schläger abwechselnd mit Vor- und Rück-
hand tippen (max. 3 Versuche), wobei jeder Ballkontakt zählt.
Mind. 6x = 1 Punkt, mind. 10x = 2 Punkte, mind. 20x = 3
Punkte.

o **Zielübung**



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. Der
Kasten darf wahlweise quer oder längs aufgestellt werden.
Mind. 2 Treffer = 1 Punkt, mind. 4 Treffer = 2 Punkte, mind. 6
Treffer = 3 Punkte.

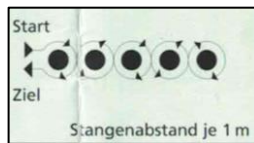
o **Effetübung**



Der Ball muss mit dem Schläger so weggeschlagen werden, dass er nach dem Bodenkontakt zum Spieler zurückrollt (vgl. Übung mit Gymnastikreifen, max. 3 Versuche). Wird der Ball mit dem Schläger nicht berührt, zählt dies nicht als Fehlversuch.

Erkennbar zurückrollen = 1 Punkt, 1m zurückrollen = 2 Punkte, 3m zurückrollen = 3 Punkte.

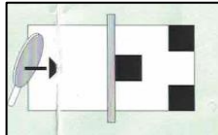
○ **Balanceübung**



Den Ball auf den Schläger legen (nicht festhalten) und die 5 Stangen umlaufen (1 Wiederholungslauf möglich). Die Stangen sind in einem Abstand von 1 m aufzustellen. Start und Ziel sind identisch. Start/Ziel ist 1 m von der ersten Stange entfernt.

Max. 20 Sekunden = 1 Punkt, max. 15 Sekunden = 2 Punkte, max. 10 Sekunden = 3 Punkte.

○ **Platzierungsübung**



12 Aufschläge auf die gekennzeichneten Felder (A3-Kartons) platzieren.

Die Kartons dürfen wahlweise quer oder längs ausgelegt werden.

Mind. 3 Treffer = 1 Punkt, mind. 5 Treffer = 2 Punkte, mind. 8 Treffer = 3 Punkte.

○ **Unterschnittaufschlag**

12 Unterschnittaufschläge: Der Ball muss mindestens zwei Mal auf der gegenüberliegenden Seite aufspringen und erkennbar zurückrollen (entweder auf dem Boden oder auf dem Tisch).

Mind. 3x = 1 Punkt, mind. 5x = 2 Punkte, mind. 8x = 3 Punkte.

- Auswertung

- Erzielen bei einem Vergleich mit anderen Mannschaften zwei oder mehrere Mannschaften die gleiche Gesamtpunktzahl, so entscheidet das beste Mannschaftsergebnis der Übung „Unterschnittaufschlag“. Besteht auch hier Gleichstand entscheidet das beste Mannschaftsergebnis der Übung „Effetübung“. Besteht auch hier Gleichstand entscheidet das beste Mannschaftsergebnis der Übung „Balanceübung“.