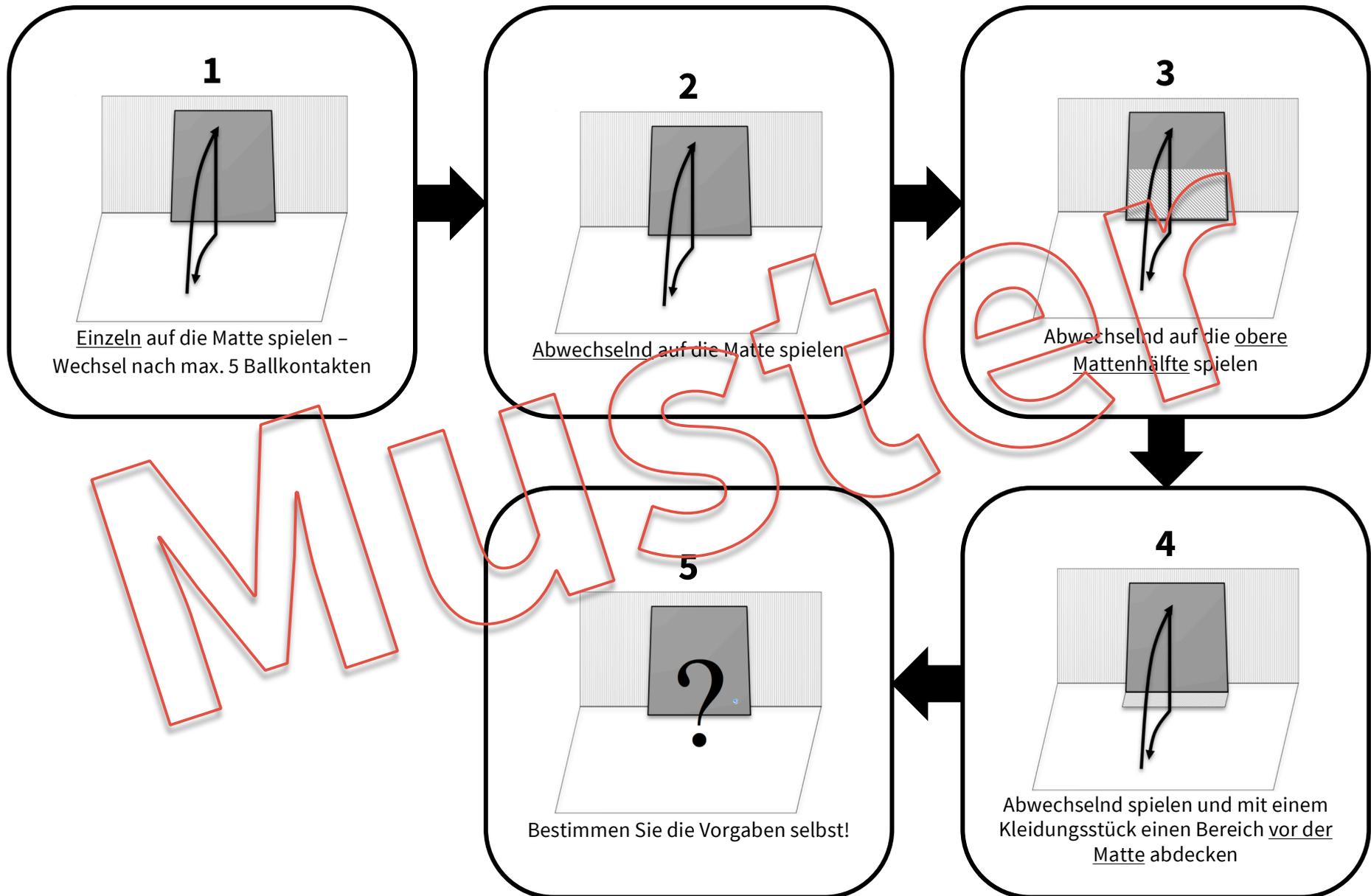


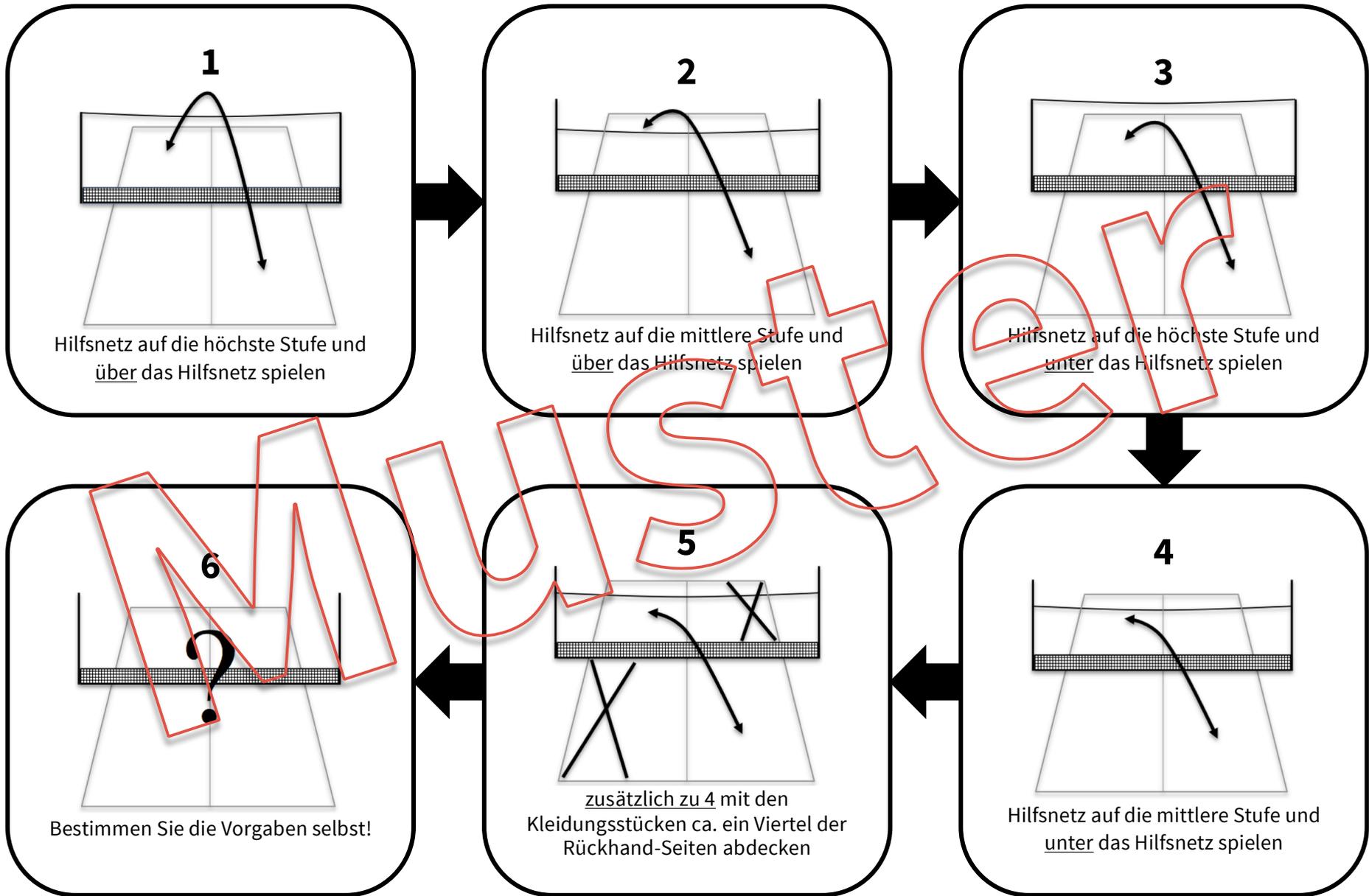
Übungsphase: Vorhand-Konter (Vorübung)

Ziel: Mit geschlossener Schlagfläche auf die schräggestellte Matte spielen (Kleidungsstücke hinter der Matte platzieren).



Übungsphase: Vorhand-Konter

Ziel: 10 Vorhand-Konterschläge pro Person (mit geschlossener Schlagfläche) gegenseitig zuspelen.



Stundenplanungen

1. DS: Buddysystem und Eingangstest mit Videoaufnahme

Material

- opt_DS1_HinweisVideo (Anz. S. geteilt durch 4)
- opt_DS1&5_Einschätzungsbogen
- DS1_ProtokollKaiserturnier (1x ausdrucken) ALTERNATIV: DS1_ProtokollKaiserturnier_digital bei Nutzung von Tablet, Laptop etc.)
- DS1_Aufnahmeanweisung (1x pro Platte)
- DS1-2_VHK-Voruebungen (1x pro Vorübung)
- DS1-2_Aufschlag-Voruebungen (1x pro Vorübung)

Vorbereitung

- Tischtennisschläger und -bälle (ggf. durch SuS mitbringen lassen)
- Aufbau zur Demo (vor Std. Beginn durch Lehrkraft)
 - o 1 Platte inkl. Hilfsnetz
 - o Vorübungen jeweils 1x

Hinweis an SuS vor Stundenbeginn

- Smartphone sowie ein Kleidungsstück in die TH mitnehmen

Orga

- Überblick TT-Reihe
 - o Erwerb/Verbesserung von TT-Kompetenz anhand von drei Schlägen
 - o Überprüfung/Benotung anhand von Eingangstest (heute) und Ausgangstest in 5. DS (Verbesserung).
 - o Getestet werden Konstanz (Sicherheit) und Qualität des Schlages (Schlaghöhe & Schlaggeschwindigkeit)
 - o Einsatz von Smartphones zwecks Videoaufnahmen im Unterricht erlaubt/erwünscht
 - o für heute ist Kamera-Funktion am Handy ausreichend
- Ablauf der Stunde: (Aufwärmen), Turnier und Videoaufnahmen
- Smartphone und Kleidungsstück auf Bank / Kiste / in zusätzlichen kleinen Kasten ablegen

Optional: Aufwärmen/ Gewöhnung

- Ball-/ Schläger-Gewöhnung
 - o SuS laufen mit Schläger und Ball durch die Halle und probieren selbstständig aus, was sie mit dem Ball machen können (prellen, hochhalten, balancieren, etc.).
 - o Der Ball darf nur dann in die Hand genommen werden, wenn er flach auf dem Boden rollt.
 - o Ziel: Mit Hilfe des Schläger den Ball jederzeit unter Kontrolle halten.
 - o kann auch mit einer Lauftaufgabe (z.B. Linienlauf, Staffel, kleiner Parcours, etc.) verbunden werden
- Hochhalten
 - o Den Ball auf dem Schläger prellen. Dabei nur auf VH-/RH-Seite, abwechselnd, Schlägerkante, Schläger immer drehen, Wechsel von rechter in linke Hand, durch die Beine, unterschiedlich hoch, ein Auge zu halten, ganze Körperdrehung, etc.
 - o kann auch mit einer Lauftaufgabe (z.B. Linienlauf, Staffel, kleiner Parcours, etc.) verbunden werden
- Volley-Slalom
 - o Klasse in 3-5 Teams aufteilen (ca. 6 SuS/Team), partnerweise Aufstellung an Startlinie
 - o einfacher Slalomparcours (ca. 10m Länge, alle 2m eine Markierung, Parcours wenig bis gar nicht drehend aufstellen)