



Vielen Dank, dass Sie sich für ein Sport-Thieme-Produkt entschieden haben!

Damit Sie viel Freude an diesem Gerät haben und die Sicherheit gewährleistet ist, sollten Sie diese Anleitung zunächst vollständig durchlesen, bevor Sie mit der Montage beginnen. Für Fragen und Wünsche stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Trampolino – ein interessantes Rückschlagspiel

Bei der Vielzahl der bereits vorhandenen Rückschlagspiele ist es interessant festzustellen, dass all diese Spiele als Einhand-Schlagspiele konzipiert sind. Es stellt sich aber in der täglichen Praxis immer wieder heraus, dass die Mehrzahl der Kinder einerseits unendlich gerne „spielen“, andererseits aber mit den vorhandenen Einhandspielen sehr große Mühe haben. Woran liegt das?

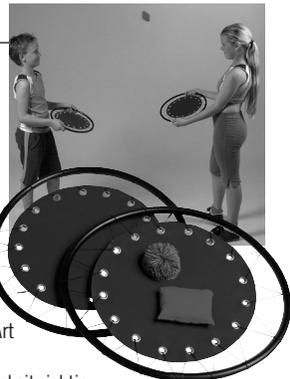
Betrachtet man die für diese Spiele notwendigen Fähigkeiten und Fertigkeiten, so stellt man erstaunlicherweise fest, dass diese für Kinder – aber auch für viele motorisch nicht so erfahrene und geschulte Jugendliche und Erwachsene – ein erhebliches Maß an Schwierigkeiten beinhalten. Was muss man bei einem einhändig mit einem Schläger gespielten Rückschlagspiel alles leisten, um den Ball – welcher Art auch immer – zurückspielen zu können?

- Der fliegende Gegenstand (Ball) muss in seiner Richtung und in seiner Geschwindigkeit richtig berechnet werden.
- Der eigene Körper muss aus der Flugrichtung herausgestellt und so positioniert werden, dass mit einer Ausholbewegung in entgegengesetzter Richtung und einer dann eingeleiteten Schlagbewegung der eigene Schläger mit der optimalen Trefffläche den Ball zeitlich und räumlich so trifft, dass ein Schlag mit optimaler Wirkung erzielt wird.

An den vorangegangenen Ausführungen lässt sich sicherlich ablesen, wie komplex dieser Vorgang ist. Schon bei dem ersten Punkt ist eine Winkelberechnung notwendig, die von Unerfahrenen und Ungeübten kaum oder gar nicht zu leisten ist. Bei Kindern kommt hinzu, dass sie die sogenannte „Medianlinie“ – also die sensorische Linie zwischen den Augen, Nase, Mund und durch das Lot durch den Körper (Wirbelsäule) als zentrale Zuordnungslinie haben und sich an dieser vornehmlich orientieren (Beispiel: Kinder fangen zugeworfene Bälle zunächst einmal am Körper – median – und nicht weit von dieser Linie entfernt, wie es später bei Bewegungserfahrungen der Fall ist. Daraus ist wohl der Schluss erlaubt, dass es beim Erwerb der Spielfähigkeit mit Rückschlag-/Interaktionsspielen sinnvoll ist, die Kinder dort abzuholen, wo sie stehen und wo sie die größten Entwicklungsmöglichkeiten haben, nämlich an der oben erwähnten und beschriebenen „Medianlinie“. Was heißt nun dieses?

Es kann für den Erwerb von interaktiver Spielfähigkeit von großem Nutzen sein, wenn die Kinder im Erlernen eines solchen Spiels schnell und ohne große Frustrationserlebnisse zu Erfolgen kommen. Zu diesem Zweck ist es sehr hilfreich, wenn sie an eben dieser oben beschriebenen „Medianlinie“ agieren. Das bedeutet, dass sie mit beiden Händen den Spielschläger halten sollten, weil so gewährleistet ist, dass sie den zugespielten Gegenstand (Ball oder Ähnliches) frontal median erwarten können. Die problematische Winkelberechnung wird ausgeblendet, was für die Kinder eine große Erleichterung darstellt. Ein so gestalteter Einstieg in die Rückschlagspiele lässt die Kinder sehr viel schneller zum interaktiven Spiel kommen und entwickelt so eine Vielzahl von Grundlagenerfahrungen, die später in den Spielen Tennis, Tischtennis, Badminton, aber auch im Volleyball von Bedeutung sind.

Was ist nun Trampolino? Es ist ein auf den oben genannten Grundlagen basierendes Beidhand-Rückschlagspiel, welches individuell, mit einem Partner oder aber in der Gruppe interaktiv, letztendlich auch mit Mannschaften wettkampfgemäß gespielt werden kann. Die Handhabung des Trampolinoschlägers ist denkbar einfach, da keine besondere Schlagtechnik erlernt werden muss. Der Schläger wird mit beiden Händen möglichst mittig am Ring (Rand) gefasst, so dass zentral median vor dem Körper die Trefffläche entsteht (Man stellt sehr schnell fest, dass einhändiges



SPORT-THIEME®

Sport-Thieme GmbH · 38367 Grasleben · www.sport-thieme.de
Tel. 053 57-181 81 · Fax 053 57-18190 · info@sport-thieme.de

Spielen im Prinzip kaum möglich ist). Der Spielgegenstand ist entweder ein ca. 40-50 g schweres Spielsäckchen, ein sogenannter „Stressball“. Besonders gut geeignet ist ein Gummifadenball (auch als Pom-Pom-Ball oder Kooshball bekannt) von etwa gleichem Gewicht. Entscheidend für die gute Kontrollierbarkeit des Balles ist seine plastische Eigenschaft!

Wie beginnt man mit diesem Spiel?

Zunächst wird eine individuelle Gewöhnungs- und Erprobungsphase notwendig sein, d. h. jeder versucht den Ball mit dem Trampolino selbst leicht hochzuspielen, um die Reflexwirkung des Schlägers zu erfahren. Diese ersten Übungen können am Ort und in der Bewegung durchgeführt werden, Höhenveränderungen sind durch Zusatzaufgaben möglich. Diese Eingewöhnungsphase ist in der Regel nicht sehr lang, da die Kinder sehr schnell mit diesem neuen Spielgerät umzugehen verstehen. In der zweiten Phase kommt es zu den ersten interaktiven Aufgaben mit einem Partner. Hierbei ist es von besonderer Bedeutung, dass immer wieder auf das „miteinander spielen und zuspielen“ hingewiesen wird, um möglichst in dieser Phase das „ausspielen“ zu vermeiden. Diese interaktive Übungsphase lässt sich mit einem Partner, aber auch in Kleingruppen durchführen. Am Ende sollten die Kinder in der Lage sein, einen Ball dem Partner oder den Partnern möglichst kontrolliert zuspiesen zu können. Die Häufigkeit der Ballkontakte ist ein entscheidendes Kriterium. In der dritten und letzten Phase kann dann das wettkampfgemäße Spiel in den Vordergrund rücken. Die hierzu notwendigen Spielfelder lassen sich in jeder Sporthalle ohne Mühe finden.

Ein Badmintonfeld eignet sich besonders gut für ein Wettspiel 2 gegen 2. Ein Volleyballfeld eignet sich gut für ein Spiel 4 gegen 4 oder 5 gegen 5. Spiele 1 gegen 1 benötigen je nach Spielregeln und Leistungsfähigkeit der Spieler Spielfeldgrößen von 4x8 m oder 5x10 m.

Besonders gut lässt sich Trampolino im Freien spielen, ist also als Pausenspiel auf dem Schulhof bestens geeignet!

Trampolino

Das Spiel:

Trampolino ist ein Spiel, welches sowohl ein interaktives wie ein komparatives Moment beinhaltet.

Es wird sowohl miteinander als auch gegeneinander gespielt.

Das Spielfeld:

Gespielt wird je nach Mannschaftsstärke auf einem Spielfeld in Größe 4x8 m, 6x12 m oder 9x18 m (Volleyballfeld). Die Netzhöhe (Leine, Zauberschnur) beträgt zwischen 2,20 – 2,50 m.

Die Mannschaften:

Je nach Spielfeldgröße bestehen die Mannschaften aus jeweils 2 – 6 Mitspielern.

Die Spielregeln:

Ein Spiel geht über 2 Gewinnsätze mit 15 Punkten (2 Punkte Differenz) Die aufgebende Mannschaft spielt den Spielball von einem beliebigen Punkt im eigenen Spielfeld über das Netz in die gegnerische Hälfte.

Innerhalb des eigenen Feldes sind mindestens 2 Kontakte von unterschiedlichen Spielern Pflicht. Maximal darf der Spielball 3 x gespielt werden.

Punktgewinn:

Ein Punkt ist erzielt, wenn

- der Spielball innerhalb des gegnerischen Spielfeldes zu Boden fällt
- weniger oder mehr Ballkontakte als vorgeschrieben durchgeführt werden
- der Spielball ins „aus“ gespielt wird
- der Spielball nicht mit dem Schläger gespielt wird
- der Spielball das Netz nicht überquert (Netzberührung ist Fehler)

Die Aufgabe:

Das Aufgaberecht hat immer die Mannschaft, die den letzten Punktgewinn erreicht hat.