

Wahrnehmung im Tischtennis

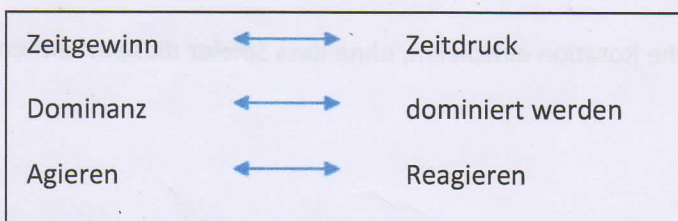
• Womit nehmen wir wahr?

1. Akustisches System (hören)
2. Optisches System (sehen)
3. Haptisch-taktil System (tasten, fühlen)
4. Olfaktorisches System (riechen)
5. Gustatorisches System (schmecken)
6. Kinästhetisches System (Rückmeldung über Spannung der Muskulatur)
7. Vestibuläres System (Gleichgewichtssinn)

Die klassischen fünf Sinne
des Menschen

• Relevanz/Wichtigkeit der Wahrnehmung im Tischtennis:

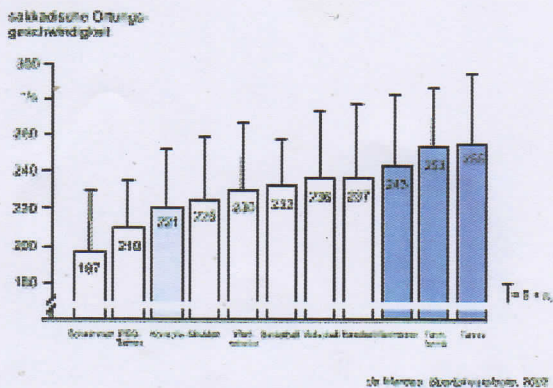
Wahrnehmung – Verarbeitung der Informationen – Auswahl der Reaktionen



Antizipation = Nicht nur wahrnehmen, sondern auch bewerten der Situationen; „Erfahrung“ ist dabei hilfreich

• Konzentration auf das optische System

1. Sehschärfe (Fokus)
2. Peripheres Sehen
3. Sakkadische Ortungsgeschwindigkeit



• Praktische Übungsbeispiele

1. Zahlen zeigen
 - Bei ungeraden Zahlen parallel; bei geraden Zahlen diagonal
 - Bei der Zahl 3 Schuss
2. „Schau mir in die Augen, Kleines“
3. Farben anzeigen
 - Bei rot diagonal spielen; bei schwarz parallel
 - Bei rot tangentialer Balltreffpunkt; bei schwarz zentraler Balltreffpunkt
4. Zwei Ringe auf dem Tisch:
 - Entscheidung zwischen RH und VH
 - Entscheidung zwischen zwei Schlägen (Konter oder Topspin)
 - Entscheidung zwischen Platzierungen
5. Zwei Bälle gleichzeitig einspielen; aber zeitversetzt zurückspielen
6. Balleimer: Unterschiedliche Rotation einspielen, ohne dass Spieler diese erkennen kann