

# SPELREGEL- + INFORMATIEBOEKJE

Tafeltennis voor de beginnende jeugd





## **Inleiding**

Dit is een boekje, voor ouders en jeugdspelers om handige informatie te vinden waarin allemaal spelregels van tafeltennis staan. Deze moet je weten als je wedstrijdjjes wilt gaan spelen. Natuurlijk hoef je nog lang niet alle regels te kennen, maar de belangrijkste wel. Op de training en bij toernooien zul je soms ook moeilijke woorden horen. Die staan onder aan de bladzijde voor je op een rijtje. Als je weet wat die woorden betekenen, en alle regeltjes uit dit boekje kent, ben je er klaar voor om competitie en toernooien te spelen.

## **Competitie**

Als je competitie wilt spelen, kan dat niet direct. Je moet eerst goed trainen en als de trainers denken, dat je competitie kunt spelen word je in een team ingedeeld. De competitie wedstrijden worden altijd op zaterdag gespeeld, op verschillende tijden. Een wedstrijd duurt gemiddeld 3½ uur.

## **Spelen in een team**

Je speelt in een team. Tijdens een competitiewedstrijd speel je met drie personen. Soms kan een team uit meer dan drie personen bestaan. Vooraf is bepaald wie er uitvalt, zie wedstrijdschema dat voor de competitie wordt uitgedeeld. Degene die uitvalt, wordt gevraagd om zich beschikbaar te houden om in te vallen in een ander team. Het is natuurlijk leuk, als de reserve speler, naar zijn/haar team komt kijken. Hoe meer je elkaar steunt hoe beter de teamprestatie zal zijn. Daarom gelden de volgende regels:

- **Kijk naar elkaars wedstrijden en geef elkaar tips.**
- **Wees positief en steun je medespelers.**
- **Elke speler blijft kijken naar zijn eigen team totdat alle wedstrijden gespeeld zijn en pas na het opruimen mag hij/zij naar huis toe. Tenzij dit door een bijzondere reden vooraf bij de begeleider/trainer is aangegeven.**

Als je als team goed wilt presteren, dan is de volgende informatie handig.

De begeleider/coach doet de teamopstelling. In het algemeen moet de beste speler van het team als eerste uitgespeeld zijn (thuis dus als B en uit als Z). Je hebt dan de meeste kans op



veel punten en het geeft een lekker gevoel voor de andere wedstrijden. De begeleider/coach kiest bij belangrijke wedstrijden voor een vast dubbel, waarin de beste combinatie speelt (dit hoeven niet de sterkste spelers te zijn).

Er zijn verschillende soorten regels bij tafeltennis.

- \* Slagen en effecten van de bal
- \* Spelregels
- \* Gedragsregels

Om het balletje goed terug te kunnen slaan, moet je een beetje weten wat er met het balletje gebeurt als je die raakt. Daarom gaan we strakjes even kort in op de effecten van de bal, en hoe je de bal het beste kunt raken. Vervolgens zijn er de spelregels, waar we de meeste aandacht aan besteden in dit boekje. Als laatste zijn er nog de gedragsregels. Deze staan nergens opgeschreven, maar als je je aan deze regels houdt, ben je vriendelijk en sportief. Dat is heel belangrijk bij het spelen van wedstrijden.

### **Moeilijke woorden:**

Service is het engelse woord voor de beginslag. Degene die als eerste de bal in het spel mag brengen, doet dat met een service.

Rally. Alle slagen bij elkaar vanaf de service, totdat de bal fout of misgeslagen wordt. Als de bal veel keren heen en weer geslagen wordt, is dat een mooie rally.

Game. Een game is een wedstrijd waarbij een van de spelers 11 punten heeft gehaald. set Drie, vier of vijf games bij elkaar, waarna de winnaar bekend is, noem je een set.

Let betekent stop. Als er bijvoorbeeld een balletje van een andere tafel door het spel stuitert, is het een let. Bij een let moet je stoppen met spelen. Dan krijgt niemand een punt en wordt er opnieuw geserveerd.

Diagonaal is een ander woord voor schuin.

Parallel betekent rechtdoor.

## Slagen en effecten van de bal.

Bij het tafeltennissen kun je de bal op veel verschillende manieren raken. Daardoor zijn er ook veel verschillende effecten die een bal kan hebben. Door zo'n effect kan het voor je tegenstander erg moeilijk worden om de bal terug te slaan. Als je weet hoe je effect in de bal krijgt, en wat je moet doen als je een effectbal op je af krijgt, zul je daar veel punten mee kunnen halen. Daarom staan alle slagen hieronder voor je op een rijtje. Daarin kun je precies aflezen hoe het effect heet, hoe de slag eruit ziet, hoe je dat effect in de bal krijgt, en hoe je zo'n bal het beste terug kunt slaan, zonder dat die mis gaat.

### Backspin

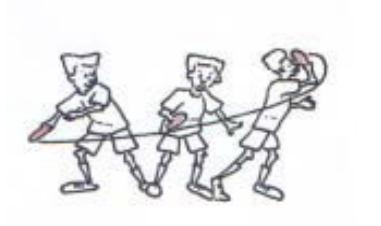
Je raakt de bal aan de onderkant. Je schuift met je batje onder de bal door. Het balletje krijgt dan een terugdraaiend effect. Als je zo'n backspin-bal terugslaat, zal de bal naar beneden willen duiken. Daarom moet je op een backspin-bal weer schuiven, of je kunt hem met een topspin-bal openen.



### Topspin

Je raakt de bal aan de bovenkant. Met een snelle beweging "aai" je over de bal heen.

Het balletje krijgt nu een vooruitdraaiend effect. Als je een topspin-bal terugslaat, wil het balletje omhoog springen. Daarom moet je op een topspin-bal je batje gesloten houden. Zo kun je blokken, of ook weer proberen topspin te spelen.



### Blokken

Je slaat nu eigenlijk recht tegen de bal aan. Blokken doe je op een topspin-bal. Als er weinig topspin in de bal zit, kun je je batje vrij open houden. Maar hoe meer topspin er in de bal zit, hoe meer je je batje zal moeten sluiten. Ook kun je je batje helemaal stil houden bij het blokken. Dit noem je passief blokken. Maar als je ook een beetje een beweging naar voren maakt, is het actief blokken. De bal komt dan sneller weer bij je tegenstander.





## Zijspin

Bij een zijspinbal raak je de bal van links naar rechts of andersom. Dit effect wordt veel gebruikt, zonder dat je het eigenlijk echt in de gaten hebt. Dat komt doordat in een backspin- of topspinbal ook zijspin kan zitten. Het is nog niet echt belangrijk hoe een echte zijspinbal nu precies werkt. Als je goed naar de bal en de beweging van het batje blijft kijken, zul je al snel weten en "voelen" hoe je een zijspinbal terug moet slaan.

## Spelregels

### De service

Zoals je weet, is de service de beginslag. Hierbij moet de bal eerst één keer op je eigen tafelhelpt stuiten en dan moet het balletje één keer de tafelhelpt van je tegenstander raken. Als de bal eerst twee keer op je eigen tafelhelpt stuitert, is de service fout. Dan krijgt je tegenstander een punt. Als het balletje twee keer op de helpt van je tegenstander stuitert, is het een punt voor jou. Je tegenstander is dan niet snel genoeg geweest om de bal na de eerste stuit terug te slaan. Het balletje MOET aan de andere kant stuiten, dus als je tegenstander terugslaat zonder dat de bal gestuiterd heeft, is het ook een punt voor jou. Na de service moet de bal steeds na de eerste stuit op de andere tafelhelpt worden gespeeld. Je krijgt verder een punt, als je tegenstander:

- \* niet goed serveert
- \* het balletje helemaal niet terugslaat
- \* in het net of naast de tafel slaat
- \* op zijn eigen tafelhelpt terugslaat
- \* de bal 2 keer raakt bij het terugslaan

### Nog een paar regeltjes over de service



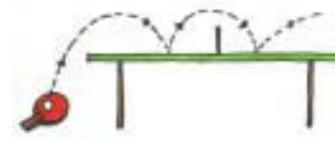
Bij het serveren moet je tegenstander het balletje ook kunnen zien. Daarom moet je het balletje op je vlakke hand houden, en mag je geen kommetje maken. Dan gooi je het balletje op, minstens zo hoog als het netje is. Als je dat niet doet, serveer je "uit de hand" en dat mag niet.



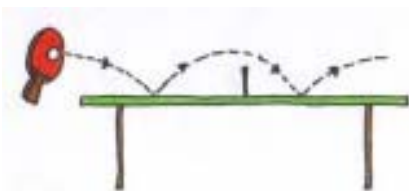
Tijdens het serveren, moet je de bal achter de tafel houden. Om te testen of je dit goed doet, kun je het balletje opgooien, en dan op de grond laten stuiteren. Als hij op de tafel stuitert, was de service niet achter de tafel. De service hiernaast is dus FOUT!!!



Ook mag je niet de bal onder de tafel vandaan serveren. De bal moet tijdens de service boven de hoogte van de tafel blijven. Dus als je tegenstander de bal kan zien als je de bal op gaat gooien, is het goed. De service hiernaast is dus ook FOUT!!!



Deze service is GOED:



### **Een netservice**

Het kan zo zijn dat de bal bij het serveren onderweg het netje raakt, maar toch goed aan de andere kant valt. Dit noemen we een netservice. Als dit gebeurt krijgt niemand een punt, en moet je nog een keer serveren. Dit mag net zoveel keer achter elkaar gebeuren als nodig is. Als de bal verder in de rally op deze manier het netje raakt, moet je doorspelen.

### **Een wedstrijd**

Als je een wedstrijd speelt, moet je steeds 2 keer serveren. Daarna mag je tegenstander 2 keer serveren. Zo gaat het telkens om en om. Om goed te kunnen onthouden wanneer de ander moet serveren, kun je alle punten bij elkaar optellen. Als de uitkomst daarvan in de tafel van 2 voorkomt, is de ander aan de beurt. Bij 7-5 bijvoorbeeld, mag de ander dus gaan serveren. ( $7+5= 12$ ) In het begin is het misschien even wennen, maar na een tijdje gaat het wisselen van de service bijna vanzelf. Degene die als eerste 11 punten haalt, heeft een game gewonnen. Alleen bij een stand van 10-10, moet je om de beurt gaan serveren, totdat er een verschil van 2 punten is. Meestal speel je drie games. Degene die het eerste drie



games gewonnen heeft, is de winnaar. Het kan natuurlijk ook zo zijn, dat jij en je tegenstander allebei twee games winnen. In dat geval speel je een vijfde game. De winnaar van deze vijfde game, wint de wedstrijd (set).

Om te beslissen wie er mag beginnen met serveren, wordt er getost. Dan houdt de scheidsrechter het balletje onder de tafel in een van zijn handen. Als er geen scheidsrechter is, doe je dat zelf. Je tegenstander mag dan een hand kiezen. Als hij de hand gekozen heeft, waarin het balletje zit, mag hij beginnen met serveren. Maar hij mag er ook voor kiezen om de service weg te geven. Als je de eerste game zelf bent begonnen met serveren, mag je tegenstander de tweede game beginnen. Bij een derde game begint degene die ook in de eerste game begonnen is enz..

Na iedere game moet je van tafelhelft wisselen. In een vijfde game moet je ook van tafelhelft wisselen, als een van de spelers 5 punten heeft gehaald.

### **Nog een paar regeltjes**

Tijdens de rally mag je met je hand niet de tafel aanraken. Als er een fout ontdekt wordt (als bijvoorbeeld de verkeerde speler heeft geserveerd) blijven de punten die gemaakt zijn, staan. De bal mag ook om het netje heen gespeeld worden. Als de bal eerst iets anders raakt (bijvoorbeeld je T-shirt) voordat je de bal terugslaat, is het een fout. Als je de bal per ongeluk terugslaat met de hand waarmee je het batje vasthoudt, is de bal gewoon goed.

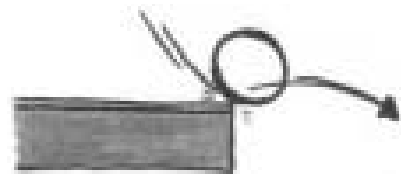
### **Randbal of kantbal?**

Het kan zijn dat het balletje net het randje van de tafel raakt.

Dan is de bal gewoon goed.

Maar wat is nu eigenlijk het randje van de tafel? Hiernaast zie je twee plaatjes. Het bovenste plaatje is een randbal. Bij een randbal raakt het balletje nog een stukje van het speelvlak.

Daardoor zal het balletje niet meteen naar beneden vallen, maar eerst nog een stukje omhoog stuiteren. Deze bal is goed.



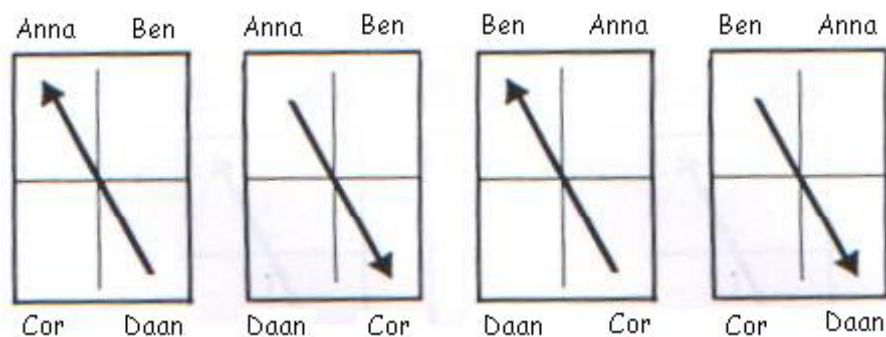
Op het volgende plaatje zien we een kantbal. Nu raakt het balletje alleen de zijkant van de tafel. De bal zal niet meer omhoog stuiteren. Deze bal is fout.



## Dubbelen

Als je competitie gaat spelen, moet je vast en zeker ook een paar keer dubbelen. Bij het dubbelen speel je samen met je teamgenoot tegen je twee tegenstanders. Nu zijn er een paar regels anders dan bij het enkelspel. Bij het serveren moet je nu vanuit de rechterhoek serveren, diagonaal naar de andere hoek. De bal daarna mag weer over de hele tafel worden teruggeslagen.

Bij het dubbelen moet je om de beurt terugslaan. Het is fout als je twee keer achter elkaar de bal terug slaat. Hou er dus rekening mee, dat je je teamgenoot de ruimte geeft als die moet gaan slaan. De volgorde van serveren is bij het dubbelen ook anders. Hier volgt een voorbeeldje:



Eerst serveert Daan twee keer naar Anna. Dan wisselen Cor en Daan van plaats, en mag Anna twee keer op Cor serveren. Vervolgens wisselt Anna met Ben, en mag Cor twee keer op Ben serveren.... Kortom, als je twee keer geserveerd hebt, wissel je van plaats met je teamgenoot en gaat de andere kant serveren. Dit gaat door totdat een koppel de game gewonnen heeft.

Als het 10-10 wordt, serveer je net zoals bij het enkelen om de beurt. Dat betekent dat de serveerder dan na ieder punt ook weer moet wisselen van plaats met zijn teamgenoot. Dit gaat door totdat er een verschil van 2 punten is. Bij de tweede game moet je de ballen naar de andere tegenstander spelen, dan je in de eerste game deed. In de tweede game mag de kant van Anna dus beginnen met serveren. Die kant mag zelf bepalen wie er begint met serveren. Als Anna begint met serveren, moet Daan nu haar service opvangen. En dan gelden weer dezelfde regels voor het serveren en draaien, als bij de eerste game.

Zo gaat dat ook bij de tweede en bij de vierde game.





Als er een vijfde game gespeeld moet worden, begin je weer als in de eerste game. Alleen als een koppel 5 punten heeft, moet je weer net zo gaan staan als in de tweede game. Uiteraard wordt er na iedere game weer van tafelhelft gewisseld. Ook in de vijfde game bij 5 punten wordt er van helft gewisseld.

Op iedere tafel staat in het midden een dun wit lijntje. Dit is speciaal voor de dubbel gemaakt. Zo kun je precies zien of een bal goed diagonaal wordt gespeeld bij de service. Een bal die precies op het lijntje valt, is goed.

### **Kleding**

Bij het inspelen mag je een trainingspak aanhouden, maar als je aan een wedstrijd begint, moet je die uitdoen. Dan speel je in een korte broek en een shirt van je vereniging. In de zaal moet je ook altijd sportschoenen dragen. Als je echte wedstrijden gaat spelen, mogen je shirt en broek niet wit of geel zijn. Dit is namelijk de kleur van het balletje. Als je dan zou spelen, kan de tegenstander de bal niet goed zien. Dan zou de wedstrijd niet eerlijk meer zijn. Gestreepte of gestippelde kleding is daarom ook verboden.

Hieronder staat een voorbeeldje. Een van de stippels is namelijk het echte balletje... Zie jij welke het is?





### **Hoe moet een wedstrijdformulier worden ingevuld en waarom!**

1. De naam invullen van de afdeling, waarin gespeeld wordt;
2. Hier de speeldatum invullen, de datum is van belang voor de uitslagen dienst;
3. Wedstrijdnummer invullen. Hierop vindt de eerste sortering plaats voor de ondersteuners die de formulieren verwerken. Bij de verwerking wordt dit nummer in de computer getoetst;
4. De thuis spelende vereniging, moet het originele formulier inzenden. Indien het wedstrijdnummer foutief is ingevuld, kan aan de hand van de vereniging, snel achterhaald worden, wat het goede nummer moet zijn;
5. Aanvangstijd wedstrijd invullen;
6. Klasse en poule nummer invullen. Deze nummers worden gebruikt om te controleren, of alle wedstrijden in een poule ook gespeeld zijn;
7. De uitslagen van de games en sets, hier invullen. De uitslagen van de games en sets, zijn van belang bij het eventueel gelijk eindigen in een poule. Dan tellen deze gegevens mee en moeten geteld kunnen worden;
8. Hier invullen welke twee spelers de dubbel spelen. Het dubbel maakt deel uit van de totale wedstrijd. Als een speler niet gerechtigd is te spelen, dan worden de setpunten aan de tegenstander toegekend;
9. Hier de einduitslag invullen;
10. Ontvangende verenigingsnaam vermelden en team nummer;
11. Hier de voorletters en de achternamen, van de spelers invullen;
12. Hier de bondsnummers invullen ;
13. In deze vakjes invullen of er invallers zijn en uit dan uit welk team en hier moeten ook, het aantal gewonnen en verloren wedstrijden worden genoteerd;
14. Bezoekende verenigingsnaam vermelden en team nummer;
15. Beide aanvoerders zetten hier hun handtekening. Met hun handtekening bevestigen zij, dat het wedstrijdformulier correct en kloppend is ingevuld.

# WEDSTRIJDFORMULIER



Afdeling 1 Datum 2 Wedstrijd nr. 3

Formulier afkomstig van de vereniging 4

Wedstrijd is aangevangen om 5 uur.

Dames/Heren/Meisjes/Jongens\*

\*Doorhalen wat niet van toepassing is

klasse 6 poule \_\_\_\_\_

Handtekening scheidsrechter(s)

			Game nr.					uitslag
			1	2	3	4	5	
1	a	x						
2	b	y						
3	c	z						
(4)	<b>8</b>				<b>7</b>			
5	b	x						
6	a	z						
7	c	y						
8	b	z						
9	c	x						
10	a	y						

(4) invullen wie dubbelt Einduitslag 9



## PERSOONLIJKE GEGEVENS

Ontvangende vereniging en teamnr. 10

	Naam speler	Bonds nr.	Inv. ult team	Gew.	Verl.	Handtekening aanvoerder
a						<b>15</b>
b	<b>11</b>	<b>12</b>		<b>13</b>		
c						

Bezoekende vereniging en teamnr. 14

	Naam speler	Bonds nr.	Inv. ult team	Gew.	Verl.	Handtekening aanvoerder
x						<b>15</b>
y	<b>11</b>	<b>12</b>		<b>13</b>		
z						

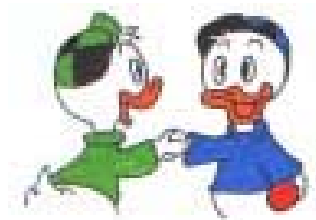
Het witte wedstrijdformulier wordt opgestuurd naar het bondsbureau, het gele is voor de thuis spelende vereniging en het groene is voor de bezoekende vereniging.



## Gedragsregels

Een gedragsregel is iets anders dan een spelregel. Aan een gedragsregel hoor je je gewoon te houden. Dat kunnen dingen zijn zoals beleefd zijn en elkaar feliciteren. Sommige kinderen houden zich niet aan de gedragsregels. Zij gedragen zich dan onsportief. Veel mensen vinden het niet leuk als iemand onsportief is. Daarom: houdt je aan de gedragsregels. Aan het begin van de wedstrijd wens je elkaar altijd succes of een prettige wedstrijd. Daarbij mag je elkaar een handje te geven. Meestal zeg je succes tegen elkaar, als de wedstrijd gaat beginnen en ieder aan een kant van de tafel staat. Een geluksbal is een bal die net via het netje goed op de tafel valt, of een randbal. Meestal kan de tegenstander de bal dan niet meer terugslaan. Als je zo'n geluksbal hebt, zeg je "sorry".

Ook na de wedstrijd geef je elkaar een hand. Als je gewonnen hebt zeg je "goed gespeeld", of "bedankt voor het spelen". Als je verloren hebt, feliciteer je je tegenstander. Natuurlijk is het niet altijd even leuk om een handje te moeten geven. Zeker niet als je verloren hebt. Juist dan is het erg sportief om je tegenstander toch te feliciteren.



In het begin is wedstrijden spelen erg moeilijk. Als het spelen niet goed gaat, moet je dus niet gaan schelden of met je batje gooien. Verliezen hoort erbij. Natuurlijk mag je wel een beetje boos of verdrietig zijn. Maar je moet wel bedenken dat iedereen wedstrijdjes verliest in het begin. Als je goed blijft oefenen, zul je zien dat het steeds beter zal gaan.