NTTB; tafeltennis leuker, slimmer en groener

Samenwerking sportbonden en bewegingsonderwijs

In het bewegingsonderwijs willen we graag de contacten met sportbonden, clubs en verenigingen versterken. Met de bedoeling van elkaar te leren en goede contacten te onderhouden. Hiermee hopen we de doorstroom van leerlingen naar het bewegen en sporten buiten school te bevorderen. In de definitieve conceptkerndoelen wordt dit geformuleerd in het domein betrokken bewegen; het oriënteren op beweegcontexten. In een serie artikelen gaan we verschillende sportbonden of verenigingen en clubs aan het woord laten. We hebben ze de volgende vragen gesteld. Welke tips en aanbevelingen heb je om de sport succesvol en met veel beleving te spelen op school? Mogelijk tips voor contacten met de bond en/of verenigingen in de buurt of via de site waardoor leerlingen die geïnteresseerd zijn verder kunnen? Heb je voorbeelden van goede samenwerking van verenigingen/bond en school (sportdagen?). In dit artikel is het de beurt aan NTTB; de Nederlandse tafeltennisbond. | Marcel Kraa en Wouter Hebbink

Tafeltennis is een dynamische en veelzijdige sport die reactievermogen, motoriek en spelinzicht versterkt. Toch krijgt de sport binnen het onderwijs nog niet altijd de aandacht die zij verdient. Met een doordachte didactische aanpak blijkt tafeltennis juist een speelse én krachtige toevoeging aan zowel het primair als voortgezet onderwijs.

Tafeltennis past binnen LO

Tafeltennis sluit uitstekend aan bij de kerndoelen bewegingsonderwijs en biedt veel mogelijkheden voor differentiëren. De sport:

- is toegankelijk voor alle niveaus en leeftijden;
- biedt rijke variatie in motorische vaardigheden (mikken, reageren, ritme, stabiliteit, oriëntatie);
- vraagt weinig ruimte en beperkt materiaal;
- kent een lage blessurekans;
- is eenvoudig aan te passen aan individuele behoeften;
- ondersteunt breed motorische ontwikkeling (BMO) en vaardigheden uit het Athletic Skills Model (ASM).

Door te variëren met materialen, grotere ballen, lagere tafels of alternatieve ondergronden, kan iedere leerling op een passend niveau deelnemen. Dit maakt tafeltennis een waardevolle bouwsteen binnen een veelzijdig lesprogramma.

De Tafeltennistas

De Tafeltennistas, een innovatieve toolkit voor scholen, laat zien hoe laagdrempelig, duurzaam en effectief tafeltennis kan worden geïntegreerd in iedere gymles. De Tafeltennistas is ontwikkeld voor gymleraren, trainers en buurtsportcoaches die direct met tafeltennis aan de slag willen, ook zonder officiële tafeltennistafel. De tas bevat:

- speelse en gestructureerde werkvormen;
- materialen voor alternatieve speeltafels;
- een duidelijke methodische opbouw;
- varianten voor beginners én uitdagende opdrachten voor gevorderden.

Een opvallend element is de duurzame productie. De tafeltennistas is gemaakt van hergebruikte sportmatten, waardoor afgeschreven matten een tweede leven krijgen. Dit sluit aan bij de groeiende aandacht voor duurzaamheid binnen scholen en past bij lokale sportakkoorden en schoolbrede duurzaamheidsdoelen. Daarnaast is er een gratis online inspiratieplatform beschikbaar:

Scan of klik *hier* naar de Tafeltennistas van de NTTB





Scan of klik op *Inspiratie | NTTB | Trainersplatform* met lesvoorbeelden, instructievideo's, varianten en challenges

Tafeltennis spelend leren in po

Voor jonge kinderen kan de klassieke vorm van tafeltennis uitdagend zijn. Daarom werkt de Tafeltennistas met korte, speelse opdrachten en veel variatie. Denk aan:

- oefenen met grote, zachte ballen voor snelle succeservaringen;
- rollende in plaats van geslagen ballen;
- spelvormen gericht op mikken, reageren en samenwerken;
- laagdrempelige tafels zoals banken, matten of kasten;
- circuitvormen waarbij elk station een specifieke vaardigheid ontwikkelt.

Door spelenderwijs te werken aan mikken, reageren en bewegen ontstaat plezier én leerwinst. Zo wordt de overstap naar het echte tafeltennisspel kleiner en toegankelijker voor alle kinderen.

Tafeltennis techniek, tactiek in vo

In het vo kan de sport verder uitdagend worden verdiept. De Tafeltennistas biedt onder andere:

- techniekopdrachten gericht op spin, plaatsing en ritme;
- zelfstandige werkvormen met video-instructie;
- challenges waarbij leerlingen eigen doelen stellen;
- evaluatievormen waarin leerlingen elkaar coachen en feedback geven;
- gevarieerde spel- en wedstrijdvormen, zoals *King of the Table, rally-count* of minitoernooitjes.

De afwisseling, het tempo en de eigen regie spreken vo-leerlingen sterk aan, zeker wanneer challenges worden gekoppeld aan samenwerken of zelfregulatie.

Gymjuf Sabine (Floriant Arnhem, speciaal onderwijs) verwoordt het treffend: "Met minimale voorbereiding maximale activiteit; ieder kind kan meedoen en verbeteren."
Scan of klik *hier* naar een video met Sabine Smit van Floriant Arnhem over het gebruik van de Tafeltennistas



Ervaringen uit de praktijk

Scholen die werken met de Tafeltennistas en het online platform melden:

- hogere betrokkenheid;
- meer succesmomenten bij minder vaardige bewegers;
- opvallend fanatisme tijdens challenges;
- verbeterde samenwerking binnen groepjes;
- zichtbare motorische groei, vooral in coördinatie en ritme.

Gymjuf Joelle geeft les in het vo: "Met de Tafeltennistas kunnen leerlingen zelfstandig hun skills verbeteren"

Samenwerking

Tafeltennis op school kan een waardevolle opstap zijn naar structureel bewegen buiten schooltijd. Door samen te werken met lokale verenigingen, sportbedrijven en de Nederlandse Tafeltennisbond (NTTB) kunnen scholen:

- clinics organiseren;
- open trainingen aanbieden;
- sportdagen en kennismakingslessen samen vormgeven;
- buurtsportcoaches inzetten voor doorstroom richting verenigingen.

Zo ontstaat een sterke verbinding tussen school en sportomgeving en groeit de kans dat leerlingen ook buiten schooltijd blijven bewegen.

Duurzaam bewegingsonderwijs

Tafeltennis combineert speels leren met motorische uitdaging en duurzaamheid. In een tijd waarin scholen zoeken naar manieren om beweging, differentiatie, plezier en ecologische bewustwording te verbinden, biedt de Tafeltennistas een concreet, praktisch en direct inzetbaar antwoord.

Conclusie

Met creatieve werkvormen, duurzame materialen en digitale ondersteuning wordt tafeltennis een waardevolle en eigentijdse sport binnen het bewegingsonderwijs. De Tafeltennistas draagt bij aan motorische ontwikkeling, spelplezier, sociale interactie én duurzame keuzes. Het laat zien dat bewegen leuk, leerzaam én groen kan zijn. ●

Contact
kraa@tafeltennis.nl
Marcel Kraa is coördinator Opleidingen bij de NTTB
Foto
Wouter Hebbink
Kernwoorden
tafeltennis, tafeltennistas, NTTB