

Protokoll Weiterbildung TSZ Volleyball 08.09.12

1. Kids-Volleyball

Sämtliche Regeln zu den Kids-Spielniveaus 1-4 und mehr findet man auf der Homepage von Swissvolley:

- www.swissvolley.ch -> Indoor Volleyball -> Nachwuchs und Trainer -> Nachwuchs -> Kids Volley -> Downloads: PDF Spielregeln und Ausbildungsgleitfaden

Direktlink: <http://www.swissvolley.ch/index.php?id=215>

Einzelne Lektionen sind auf der Homepage von Jugend und Sport zu finden:

- www.jugendundsport.ch -> Kindersport -> Downloads -> Einführungslektionen in die Sportarten -> Volleyball

Direktlink: <http://www.jugendundsport.ch/internet/js/de/home/js-kids/downloads.html>

1.1. Spiel Niveau 1 (wie bei Kids-Volley beschrieben)

1.2. Übungen zu zweit zum Service von unten:

- Rollen des Balles zum Partner -> Gegenfuss vorne
- Rollen auf einer Linie / durch die Beine des Partners / auf sonstige Ziele
- Wurf von unten (einarmig / evtl. beidarmig) übers Netz zum Partner -> Arm gestreckt; Pendel über einer Linie
- Schlagen des Balles zum Partner (Faust / evtl. flache Hand) -> Ball nur ganz wenig aufwerfen

1.3. Spiel Niveau 2 (wie bei Kids-Volley beschrieben)



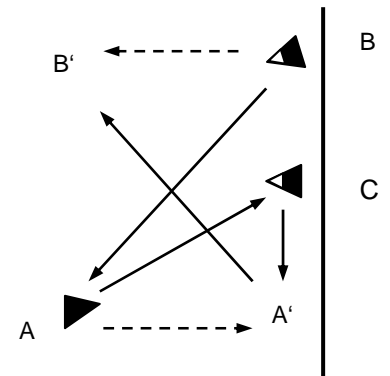
1.4. Übungen zu zweit zur Manchette

- Wurf Unihockeyball übers Netz, den Ball mit einem zwischen den Unterarmen eingeklemmten Kegel auffangen -> gestreckte Arme
- Wurf Volleyball übers Netz, den Ball durch einen in den ausgestreckten Armen gehaltenen Reifen „auffangen“
- Wurf Volleyball übers Netz, den Ball zwischen den Füßen auf den Boden aufkommen lassen und unter dem Körper durchspringen lassen (Tunnel) -> breit und stabil stehen
- alle Übungen mit Verschiebungen in alle Richtungen (Wurf variieren)

1.5. Spiel Niveau 3 (wie bei Kids-Volley beschrieben)

1.6. Übung zu dritt zum Spielaufbau auf drei

- B wirft vom Netz weg zu A und läuft vom Netz weg (B')
- A spielt Manchette (hoch und 1m Distanz zum Netz) zu C und läuft ans Netz (A')
- C fängt den Ball (über Kopf im Körbli oder vor dem Körper mit gestreckten Armen), orientiert sich parallel zum Netz und wirft zu A'
- A' fängt den Ball und wirft vom Netz weg zu B'
- und fortlaufend so weiter



1.7. Spiel Niveau 4 (wie bei Kids-Volley beschrieben)



2. Spielformen 1 mit 1 und 1:1

Bei jeder Spielform immer zuerst 6 Netzüberquerungen miteinander. Erst wenn das geschafft ist, ist das Spiel gegeneinander erlaubt.

Der Ball wird mit einem Service von unten ins Spiel gebracht (evtl. sogar Wurf übers Netz). Viele Partnerwechsel, zum Beispiel als Auf-, Abstiegsturnier organisiert.

2.1. maximal 2 Volleyballberührungen erlaubt, den Ball nicht im Sprung übers Netz spielen (Erleichterung: 1. Berührung fangen erlaubt / Erschwerung: eine Berührung muss einarmig sein)

2.2. maximal 3 Volleyballberührungen erlaubt, den Ball nicht im Sprung übers Netz spielen, Spiel im langen Feld (Erleichterung: 2. Berührung fangen erlaubt; oder das Spielfeld verkleinern / Erschwerung: es müssen immer drei Berührungen sein und zwar in vorgegebener Reihenfolge, z.B. Manchette – oberes Zuspiel - einarmig)

2.3. maximal 3 Volleyballberührungen erlaubt, der Ball darf auch im Sprung übers Netz gespielt werden (ACHTUNG: Übertritt und Netzberührung auf keinen Fall erlaubt!), Spiel im kurzen Feld (Block- und Angriffsaktionen im Sprung erwünscht)

3. Spielformen 3:3

Selbstverständlich kann man auch im 3:3 zuerst mit 6 Netzüberquerungen miteinander starten. Der Ball wird mit einem Service von unten ins Spiel gebracht (evtl. sogar Wurf übers Netz). Wenig Partnerwechsel, zum Beispiel als Rotationsturnier organisiert.

3.1. „Putschi-Ball“: Jeder Spieler hat einen Basketball in den Händen. Der Volleyball darf nur mit dem Basketball gespielt werden (von unten oder über Kopf). Wenn möglich 3 Berührungen pro Seite.

3.2. 3-Meter-Spiel: Die angreifenden Spieler dürfen den Ball nur dann im Sprung (höher als die Netzkante) ins gegnerische Feld spielen, wenn sie hinter der 3-Meter-Linie (im Badmintonfeld: 2-Meter-Linie) abspringen.

3.3. Turbine: Beide Teams müssen immer auf drei Berührungen spielen. Jedes Mal, wenn der Ball von der eigenen Seite her das Netz überquert, rotiert das ganze Team im Uhrzeigersinn eine Position.

3.4. Handicap: Service immer beim gleichen Team. Das Serviceteam führt mit 21:18, da das andere Team immer zuerst die Chance auf einen Angriffspunkt hat (Annahme-Zuspiel-Angriff). Wer gewinnt schlussendlich?