

Volleyball

sinnvolle Kursgröße 15-20 SuS

Voraussetzungen

- gute Kenntnisse der Spielregeln und sichere Anwendung grundlegender Spieltechniken (Baggern, Pritschen, Aufschlag von unten) sowie vorhandenes Spielverständnis

Inhalt



- Regelkunde, Schiedsrichterzeichen, Technikbeschreibungen, theoretische und/oder praktische Beiträge
- Wiederholung und Vertiefung grundlegender Techniken wie zum Beispiel Pritschen, Baggern, Aufschläge sowie Angriffsschlag und Block
- Verbesserung der Spielfähigkeit, des Angriffs- und Abwehrverhaltens.

Bewertung

Allgemeiner Teil (2/3 Gewichtung)

- theoretischer und/oder praktischer Beitrag
- aktive Teilnahme (Anstrengungsbereitschaft)
- Teamgeist und faires Verhalten (z.B. Regeln einhalten, Miteinbeziehen aller, zielführende Kommunikation, etc.)
- Selbstständigkeit, Hilfsbereitschaft
- Technikkontrollen
- Spielfähigkeit

Klausurteil (1/3 Gewichtung)

- 12- Minuten-Lauf *oder* Shuttle Run
- Theorietest
- Komplexübung

Mögliche Bewertungskriterien der Technik

A. Demonstration von Pritschen und Baggern in Partnerübung ohne Netz, entsprechend der Bewegungsmerkmale.

B. Aufschlag

Leistungsstufe 1 (der Kurs wird zum ersten Mal besucht):

5 Aufschläge von unten in beide Spielfeldhälften (mit vorheriger Ansage)
oder

5 Aufschläge von oben ins Spielfeld

3 Punkte = Volltreffer

2 Punkte = Linienberührung

1 Punkt = anderes Feld (nur bei Aufschlag von unten)

0 Punkte = Aus/Netz

Leistungsstufe 2 (der Kurs wird zum zweiten Mal besucht)

5 Aufschläge (oben oder unten) in Spielfeldviertel (mit vorheriger Ansage)

3 Punkte = Treffer angesagtes Feldviertel

2 Punkte = Begrenzung

1 Punkt = falsches Feldviertel

0 Punkte = Aus/Netz

Mögliche Bewertungskriterien Spielfähigkeit

- sehr hohe Sicherheit beim Aufschlag, in der Ballannahme (Bagger, Pritschen), dem Stellen und im Angriff
- sehr gute Antizipationsfähigkeit und vorbildliche Schiedsrichterleistung
- situativ angemessener Spielaufbau mit „drei Kontakten“
- vorbildliches sportliches und soziales Verhalten (Einsatz, Mitarbeit, Disziplin, Übungsfleiß, Fairness, Helfer- und Korrekturverhalten)

Leistungsstufe 2: selbe Kriterien mit höherer Ausprägung

Mögliche Bewertungskriterien Komplexübung

- Annahme eines geworfenen Balles, Zuspiel und Angriff
- Angriff wahlweise Position 2 oder 4

Leistungsstufe 1: Angriff (alle Techniken)

Leistungsstufe 2: Angriffsschlag