

Beachvolley: Eine ideale Outdoor-Alternative für den Sportunterricht

Als ideale Sportart für den Outdoor-Unterricht ermöglicht Beachvolleyball den Schülerinnen und Schülern viel Zeit an der frischen Luft. Dabei sind Shorts, T-Shirt, Sonnenbrille und Sonnencreme Pflicht. Mit den richtigen Tipps lässt sich Beachvolleyball bereits ab der vierten Klasse auf spielerische Art und Weise einführen.



Mit einfachen Aufbauübungen wird Beachvolleyball im Sportunterricht eingeführt. «Welches Material wird benötigt? Wie sind die Regeln? Welche Techniken werden im Beachvolleyball zusätzlich zu der Hallentechnik angewendet?» Solche Fragen werden gleich zu Beginn geklärt, [die Unterschiede zum Volleyball in der Halle](#) aufgelistet. Zusätzlich wird das gängige Vokabular der Beachvolleyball-Cracks erklärt.

Das Zielspiel 2:2 wird auf Kleinfeldern vermittelt. Einerseits weil es die Platzverhältnisse oft fordern, andererseits weil dies das Spiel vereinfacht. Die Übungen sind geeignet für Beachvolleyball-Einsteiger, die schon technische Vorkenntnisse aus der Halle haben.

Hilfsmittel

- [Techniken: Topspinschlag, Poke Shot und Tomahawk](#)
- [Methodische Hinweise](#)
- [Regeln](#)
- [Die Unterschiede zum Hallenvolleyball](#) (pdf)

Übungen

- Aufwärmen
- Spiel 2:2: Spielaufbau
- Spiel 2:2: Verteidigen mit Strategie
- Spielaufbau
- Spielformen



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO