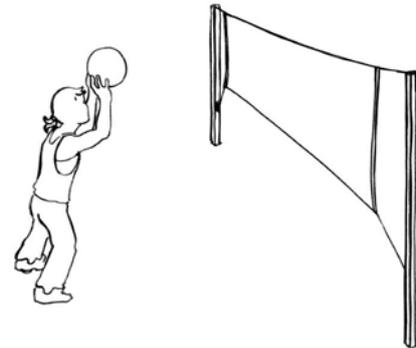




Stufe	10. - 12. Schuljahr Gymnasium
Dimension	Sachkompetenz
Teildimension	Spieltechnik: Rückschlagspiele
Kompetenz	Spieltechniken der Rückschlagspiele anwenden können
Niveau A	Ich kann technische Elemente bei langer Reaktionszeit anwenden.
Niveau B	Ich kann technische Elemente bei mittlerer Reaktionszeit anwenden.
Niveau C	Ich kann technische Elemente bei kurzer Reaktionszeit anwenden.



## Volleyball: Abnahme-Zuspiel

### Aufgabe und Durchführung

Minivolleyball, Netz auf Herren- bzw. Damenhöhe. Ausgangsposition: 2 Spieler stehen einander gegenüber hinter der jeweiligen Angriffslinie (Serviceinie des Badmintonfeldes) des Volleyballfeldes. Spieler A spielt einen hohen Pass mit oberem Zuspiel übers Netz und läuft dem Ball unter dem Netz durch nach. Spieler B nimmt den Ball ...

Niveau A: ... mit oberem Zuspiel an und spielt ihn nach einem Zwischenpass (1x sich selber aufstellen) zu A, der mit oberem Zuspiel am Netz annimmt und nach einem Zwischenpass zu B zurückpasst.

Niveau B: ... mit Manschette an, spielt ihn sich selber auf und anschliessend mit oberem Zuspiel zu A, der nach einem Zwischenpass (1x sich selber aufstellen) mit oberem Zuspiel am Netz zu B zurückpasst.

Niveau C: ... mit Manschette an und spielt ihn direkt zu A, der mit oberem Zuspiel am Netz zu B zurückpasst.

A läuft unter dem Netz durch zurück auf seine Ausgangsposition, während B einen Zwischenpass spielt (Niv. A+B, Niv. C ohne Zwischenpass) und den Ball anschliessend mit oberem Zuspiel hoch übers Netz zu A spielt. Nun läuft B dem Pass unter dem Netz durch nach und die Übung wiederholt sich, wobei nun A die Rolle von B und B die Rolle von A übernimmt.

### Bewertung/ Anforderung

Die Übung muss ohne Unterbruch auf beiden Seiten je 3x korrekt ausgeführt werden können. Die Lernenden haben dazu max. 3 Versuche.

### Beobachtungspunkte

- Technisch korrektes oberes Zuspiel: Ball muss mit zehn Fingern über der Stirn gespielt werden
- Technisch korrekte Manschette (Niv. B+C): Körpervorlage, Arme gestreckt, Annahme aus den Knien. Der Ball muss hoch aufgespielt werden.
- Zuspiel und Abnahme erfolgen jeweils aus den entsprechenden Positionen
- Die Bälle haben eine spielgerechte Höhe.
- Flugbahn einschätzen können: Die Spieler laufen, bevor der Ball auf der anderen Seite ankommt.

### Anweisung für die Lernenden

*Lehrerdemonstration sinnvoll*

«Spielt den Übungsablauf zunächst mit Passen-Fangen durch, damit euch die Passwege klar werden. Spielt hohe Bälle, so habt ihr mehr Zeit. Führt dann die Übung je 3x korrekt auf jeder Seite durch, um den Test zu bestehen. Ihr habt dafür 3 Versuche.»

### Aufbau

Netz in Halle längs (Netzhöhe Herren 2.43m, Damen 2.24m), max. drei 2er-Teams pro Minivolleyballfeld (Badmintonfeld)

### Material

Netz, Volleyball

### Quelle

In Anlehnung an: Drauschke, K. et al. (1987). *der Volleyballtrainer*. München: BLV.

**Praktische Umsetzung und Erfahrungswerte**

Zeit	ca. 3 Min. pro 2er-Team
Organisation	Test in einem Feld, in den restlichen Feldern wird geübt
Testpersonen	Je 2 Testpersonen pro Durchgang.
Probleme	Falls ein Team extreme individuelle Niveauunterschiede aufweist, kann die Übung nochmals mit einem anderen Partner durchgeführt werden.

Anhang 1: Ablaufskizze zu Volleyball: Abnahme-Zuspiel

