



StadtSportBund
Hamm e.V.

| | |
|-----------------|----------------------------------|
| Angebot: | Volleyball |
| | Altersgruppe: Jugendliche |

| Inhalte | Organisationsform |
|---|--|
| <p>Ball über die Schnur: Zwei Mannschaften spielen auf einem Feld gegeneinander. Der Volleyball muss über ein aufgespanntes Seil (z.B. zwischen zwei Bäumen) geworfen werden. Dabei soll der Ball über den Kopf werfend über das Seil gelangen, wie bei einem Einwurf. Wichtig dabei ist, dass der Volleyball möglichst wenig Rotation hat. Die andere Mannschaft muss den Ball versuchen zu fangen, gelingt das nicht, gibt es einen Punkt für das Team, was geworfen hat. Innerhalb des eigenen Teams muss der Ball mindestens dreimal untereinander zugepielt werden (Ball über Kopf werfen).</p> | <p>Abgestecktes Feld Teams abzählen</p> |
| <p>Pritschen und Baggern mit Partner: Die TN finden sich zu zweit zusammen und stellen sich gegenüber voneinander auf.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. A wirft, B pritscht zurück (Wechsel) 2. A wirft, B baggert zurück (Wechsel) 3. A und B pritschen und baggern sich den Volleyball zu <p>Pritschen und Baggern im Rundlauf: Der ÜL erklärt das Pritschen und das Baggern im Volleyball. Im Anschluss finden sich zwei gleichgroße Gruppen zusammen und stellen sich gegenüber voneinander auf. Die Gruppen versuchen sich nun zunächst den Ball nur zuzupritschen. Danach versuchen sie sich den Volleyball nur mit Baggern zuzuspielen. Als letzte Übung ist sowohl Pritschen als auch Baggern erlaubt. Hat man den Ball auf die andere Seite gespielt, läuft der TN ebenfalls auf die andere Seite und stellt sich hinten an.</p> | <p>Gassenform, Pro Paar 1 Ball</p> <p>TN stellen sich gegenüberliegend auf ÜL achtet auf korrekte Ausführung</p> |
| <p>Volleyballspiel: Die beiden Gruppen bleiben bestehen und finden sich erneut in dem Feld mit dem Seil aus dem Einklang ein. Jetzt wird versucht, ein Volleyballspiel durchzuführen (ÜL erklärt Regeln). Pritschen und Baggern sind erlaubt. Der Ball darf innerhalb der Mannschaft maximal dreimal berührt werden, bevor er wieder über das Seil befördert wird. Tickt der Ball auf dem Boden auf, gibt es einen Punkt für die andere Mannschaft. Ein Satz geht solange, bis ein Team zuerst 25 Punkte hat und dabei einen Vorsprung von mindestens zwei Punkten besitzt.</p> | <p>Volleyballfeld Abgesteckt durch mehrere Hütchen</p> |