

Welcher Volleyball-Kurs ist der richtige?

Eine Hilfestellung zur Entscheidungsfindung mit Hinweisen zu den Teilnahme-Voraussetzungen und Anforderungen in unseren Volleyballkursen:

EINSTEIGER

- Was wird vorausgesetzt:
 - Keine Vorkenntnisse erforderlich
- Was wird vermittelt:
 - Vermittlung von technischen und taktischen Grundfertigkeiten (Wie und wohin spiele ich den Ball)
 - Erlernen von individualtaktischen Möglichkeiten (Wann wende ich welche Technik an)
 - Erfolgsorientierte Gruppentaktiken
 - Ausbau von Regelkenntnissen

FORTGESCHRITTENE 1

- Was wird vorausgesetzt:
 - Grundkenntnisse über Spielregeln und Taktik (Netzberührung, Übertreten der Mittellinie)
 - Regelkenntnisse aus dem Schulsport reichen oftmals nicht aus
 - 3 Ballberührungen je Seite, Aufgabenverteilung auf den verschiedenen Positionen (Annahmespieler, Zuspieler, Angreifer)
 - Zielgerichtete Anwendungen von oberem und unterem Zuspiel (Pritschen und Baggern)
 - Mit beiden Techniken muss der Ball mind. über 4 m in Distanz und Höhe gespielt werden können
 - Aufschläge müssen mindestens mit einer Technik (von oben oder unten) beherrscht werden. 2 von 3 Aufschlägen sollen regelkonform in die gegnerische Spielfeldhälfte gelangen

FORTGESCHRITTENE 1 Technik

- Anforderungen: siehe FORTGESCHRITTENE 1
- Was wird vermittelt:
 - Erweiterte technische und taktischen Fertigkeiten (
 - Situationsbezogene individualtaktische Entscheidungsmöglichkeiten
 - Erweiterte Gruppentaktiken
 - Erweiterte Spielregeln
- Taktik:
 - Erkenntnisse über verschiedene Annahmeriegel
 - Kenntnisse über Läufersysteme
 - Kenntnisse über Spezialisierungen
 - Anwenden von Gruppentaktiken

- Technik:
 - Verbesserung Aufschlag von oben, Erlernen von Flatter-Aufschlag
 - Verbesserung frontaler Bagger, Erlernen von seitlichem Bagger
 - Verbesserung taktischer Zuspiele von oben (2. Tempo, Hinterfeld), Erlernen Feldzuspiel
 - Verbesserung von Blocktechnik, Einer-Block, Erlernen von Doppel-Block
 - Erlernen von Blockstrategien gegen 1. / 2. Tempo und Hinterfeld-Angriffe
 - Verbesserung von Abwehrstrategien, Erlernen von Block und Abwehrstrategien
 - Verbesserung / Erlernen vom Stemmschritt, Angriffsschlag, (Winkelschlägen und Hinterfeld-Angriffe)

= Voraussetzung für die Teilnahme im Kurs „**Fortgeschrittene 2**“

FORTGESCHRITTENE 2

- Was wird vorausgesetzt:
 - Siehe FORTGESCHRITTENE 1 Technik
 - Das Spiel gegen den Gegner, Wettkampfsituation, steht im Vordergrund! (erweiterte Regelkenntnisse: Läufersystem, Hinterfeld-Angriff)
 - Taktik:
 - Sichere räumliche Orientierung zu den Mitspielern und zum Ball (z. B. zielführende Handlungen mit den Mitspielern bei einem Doppel-Block)
 - Umsetzen von taktischen Anweisungen der Übungsleitenden
 - Die spielsituative taktische Anpassung, an den Gegner, wird beherrscht
 - Technik:
 - Ballkontrolle mit Verständnis für das Ziel der Handlung
 - Sichere Anwendung des oberen und unteren Zuspiels
 - Beherrschen von mind. 2 Aufschlagstechniken (oben und unten)
 - Einsatz von Feldabwehrtechniken (Block, Bagger im Ausfallschritt)

Die jeweiligen Übungsleitenden können bei mangelnder, **nicht dem Kurs-Niveau entsprechender Volleyball-spezifischer Spielfähigkeit empfehlen**, in einen Kurs mit niedrigeren Anforderungen zu wechseln.

AUSWAHLMANNSCHAFTEN

- Interessierte SpielerInnen sollten mind. das Niveau für „**Fortgeschrittene 2**“ besitzen.
- Zu einem Probetraining, auf Anfrage, sind alle herzlich eingeladen.
- Kontakt: kenny.hessmer@sport.uni-halle.de