

Skript zum Modul**GAMES Volleyball****1 Im freien Raum**

Freies Dribbling im Raum zu Musik. Wenn die Musik stoppt, „Freeze“ (reglos stehen bleiben mit dem Fuss auf dem Ball). Wenn die Musik weiterläuft, weiter dribbeln.

- Selbes Prinzip, aber wenn die Musik stoppt, hüpfen mit immer 1 Fuss auf dem Ball/1 Fuss am Boden.
- Ball mit der Hand dribbeln; wenn die Musik stoppt, über dem Kopf jonglieren (pritschen/touch)
- Ball über den Boden rollen, überspringen mit halber Drehung/ mit dem Fuss stoppen
- Dito; aber mit dem Hintern (sitzend) stoppen
- Ball hoch nach vorne werfen, nachlaufen, „Fisch“ machen und den Ball auf den Hintern fallen lassen.
- Ball mit Volley-Zuspiel über dem Kopf jonglieren, dazwischen 1 Berührung mit Kopf/Knie/Fuss einstreuen
- Ball mit Volley- Zuspiel über dem Kopf jonglieren, Ball hochspielen, mit beiden Händen den Boden berühren, weiter jonglieren.

2 Zu zweit, gegenüber

Zuspiel Volleyballtechnik, dazu folgende Zusatzaufgaben:

- jede 3. Berührung muss mit alternativem Körperteil (Kopf, Fuss, Knie....) ausgeführt werden.
- Nach jedem Pass muss eine Linie berührt werden (li/re im Wechsel)
- Nach Ballerhalt mit Eigenpässen jonglierend vorwärts bewegen, dann Pass zum Partner (Distanz richtig einschätzen!) nach dem Pass rw bewegen. Variante: Pass zum Partner mit Kopf oder Fuss!
- Eigenpass, halbe Drehung, Rückwärtspass zum Partner.

3 Spielformen Volleyball intensiv!**Handicap Volleyball**

Es muss immer auf 3 Ball- Berührungen gespielt werden. Eine der drei Berührungen muss aber mit einem alternativen Körperteil (Schulter, Kopf, Bein/Fuss...) gespielt werden. Ansonsten wird regulär gegeneinander gespielt.

Volleyball: King of the Court!

Es hat 3 Teams pro Feld. 2 spielen, das dritte steht hinter der Grundlinie von Feld A bereit. Das Team in Feld A hat immer Aufschlag. Nach dem Aufschlag wird um den Punkt gespielt. Macht

das Team in Feld B den Punkt, erhält dieses einen Punkt und bleibt in Feld B. Das aufschlagende Team wird dagegen ausgewechselt. Sofort schlägt das nächste einwechselnde Team auf. Wenn das aufschlagende Team erfolgreich ist, wechselt es in Feld B und das dort stehende Team wird ausgewechselt (und kommt in der nächsten Runde wieder zum Aufschlag). Nach 10 Minuten ist das Team mit den meisten Punkten Sieger.

Muriel Sutter, im Juni 2009