

VI. Entwicklung des Volleyballspiels – vom 1:1 zum 6:6

Wie in jeder Sportart, so gilt für auch für Volleyball, dass ohne einen langjährigen Trainingsprozess keine Spitzenleistung zu erwarten ist. Zusätzlich unterscheidet sich Volleyball von anderen Sportarten insofern, als ohne eine grundlegende Technik gar kein Spiel möglich ist. Dies ist bspw. im Fußball nicht so. Auch ohne technische Grundausbildung ist dieses Spiel jederzeit spielbar.

Im Folgenden soll nun der Weg aufgezeigt werden, den ein Athlet durchlaufen sollte, um die Sportart Volleyball Schritt für Schritt zu erlernen. In diesem Kapitel wird auf den Zeitpunkt und die Form der Einführung technischer und taktischer Ausbildungsschwerpunkte eingegangen.

Als Zeitschiene wird das Förderungskonzept Baden-Württembergs zu Grunde gelegt.

1. Methodik zum Erlernen der Basistechniken vom Anfänger- bis zum E-Kader-Bereich

Dieser Teil des Entwicklungskonzeptes besteht aus 4 Etappen. Diese Etappen können zur Überprüfung der einzelnen Trainingsfortschritte in den Übungsgruppen dienen. In jeder Etappe wird erklärt, welche der eingeführten Techniken die Kinder zum jeweiligen Zeitpunkt erlernen sollten, und durch einige Spielbeispiele ergänzt.

1.1 1. Etappe: Grundausbildung (8-10 Jahre, 3.-5. Klasse)

Kinder, die sich zu diesem Zeitpunkt für „Volleyball“ entscheiden, können dieses Spiel natürlich noch nicht spielen. Der effektivste Weg zum Erlernen wichtiger Basistechniken besteht darin, die Trainingsgestaltung auf technikorientierte Spiele auszulegen. Dabei sollten folgende Grundsätze beachtet werden⁶:

- 1) Bewegungsvorstellung vermitteln
 - Exakte Technikbilder vorgeben
 - Visuelle Lernfähigkeit ausnutzen
- 2) Bewegungsausführung ermöglichen
 - Bewegungsschwerpunkte setzen
 - Entsprechende Übung (Spiel) wählen
 - Hohe Handlungszahl garantieren
- 3) Bewegungsausführung korrigieren/bestärken
 - Auf Beobachtungsschwerpunkte konzentrieren
 - Schlüsselfehler suchen
 - Falsche Bewegungen isolieren, richtig darstellen, vereinfacht üben, erneut in Gesamtbewegung (Spiel) integrieren
 - Gelungene Bewegungsausführung bestärken

⁶ B. Barth, S. Köhler, „Volleyball: Modernes Nachwuchstraining“, Meyer&Meyer Verlag, Aachen, 2007



Parallel zur Entwicklung von exakten Technikbildern müssen die Kinder grundsätzliche Bewegungen und koordinative Fähigkeiten erlernen. Dies funktioniert besonders gut über spezielle Vorbereitungsspiele. Im Folgenden werden einige Anreize gegeben, wie solche Spiele aussehen könnten.

1.1.1 Spielbeispiele (Wurfspiele über das Netz)

Da diese Phase ganz am Anfang der Entwicklung des angehenden Volleyballers steht, werden hier noch keine volleyballspezifischen Techniken geschult, sondern lediglich die Grundlagen für die spätere Ausführung geschaffen. Deshalb beruhen alle Spiele nur auf Fangen und Werfen. Die Kinder lernen dabei ihre eigene Position im Raum einzuschätzen und Flugkurven von Bällen zu antizipieren. Diese zwei Eigenschaften sind die Grundvoraussetzungen für das spätere Volleyballspiel. Mögliche Vorgaben für einzelne Spiele:

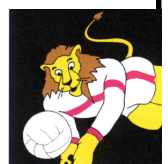
- Der Fangpunkt muss auch der Abwurfpunkt sein
- Der Aufschlag erfolgt in den verschiedensten Wurfarten
Ziel: Einhändiges Werfen über Kopf; dient als Vorbereitung für die Schlagbewegung
- Direktes Spielen oder einmaliges Abspielen mit bestimmten, vorher festgelegten Wurfarten (in keiner Form „Pritschwerfen“ – führt wegen mangelnder Kraft zu falschen Techniken)
- Belohnung verschiedener Fangarten (Schulung von Antizipation und Bewegungsformen zum Ball)
 - Ball wird über dem Kopf gefangen
 - Ball wird beidhändig vor dem Bauch gefangen
 - Ball wird mit gestreckten Armen im Sprung über dem Kopf gefangen (beidhändiger Abwurf der Gegenseite von unten Voraussetzung)
 - Ball wird im Abrollen oder Sitzen gefangen
- Beid- oder einhändiger Wurf im Sprung
- Beidhändiger Wurf mit Armschwung aus dem Stand (Block)
- Einhändiger Wurf mit Auftaktschritt (Stemmschritt, Fußfolge beachten!)
- Als Steigerungsform: Fangen, Abspiel bzw. Wurf über das Netz muss in kurzen Zeitabständen erfolgen (innerhalb einer Aktion)
- Abspiel muss in einer bestimmten Zone gefangen werden (am Netz)

Je besser diese Grundlagen beherrscht werden, desto leichter lassen sich volleyballspezifische Techniken entwickeln.

1.1.2 1 gegen 1 (Technikorientierte Spiele)

In diesem Bereich sollten folgende Techniken (Schlüsselpunkte) entwickelt werden:

- Pritschen:
 - Richtige Arm- und Handhaltung
- Bagger:
 - Spielbrett



- Handverschluss
- Richtiger Rumpf-Armwinkel

Folgende Grundlagen neben den Volleyballtechniken werden geschult:

- Beobachtung Ballflugbahn (Antizipation)
- Orientierung im Raum (Positionsfindung)
- Beobachtung des Gegners (peripheres Sehen)

1.1.2.1 Spielvoraussetzungen

- Kleines Feld (z. B. 5. Klasse ca. 1,5x1,5 m)
- Je eine Ballberührung
- Wenn der Schwerpunkt Bagger ist, sollte auf ein flaches Netz (Kopfhöhe) gespielt werden
- Wenn der Schwerpunkt Pritschen ist, sollte das Netz höher (ca. 30 cm über Handstellung) sein

1.1.2.2 Spielbeispiele

Pritschen:

- Spielbeginn (Anpfiff) erst, nachdem der Partner die richtige Arm- und Handhaltung eingenommen hat, beidhändiger Anwurf von unten – direkt zurückpritschen – fangen; nach fünf Aufschlägen ist Aufschlagwechsel
- Spielbeginn wie oben, beidhändiger Anwurf von unten – pritschen – pritschen – fangen; Hände dürfen nicht abgesenkt werden; Aufschlagwechsel nach jeder Aktion
- Spielbeginn wie oben, einpritschen – pritschen, bis der Ball fällt; Hände dürfen nicht abgesenkt werden („wer die Hände runter nimmt, hat verloren“); Aufschlagrecht bekommt der Punktsieger
- Hinweis: Zu ausgleichender Bearbeitung in kleinen Räumen animieren

Bagger:

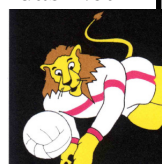
- Gleiche Systematik wie beim Pritschen, Hände bleiben während der gesamten Spielzeit geschlossen bzw. das Spielbrett fixiert („wer die Hände öffnet, hat verloren“)
- Hinweis: Auf veränderte Ausgangsstellung achten (weiter hinten im Spielfeld)

Diese Spiele sollten in Mischformen ständiger Bestandteil des Trainings sein, egal auf welchem Leistungsstand sich die Athleten befinden. Sie können zum einen als spielerisches Aufwärmen, zum anderen als ständige Technikkontrolle dienen. Sie werden dann meist zu Doppel- oder Dreifachspielen erweitert.

1.2 **Zwischenetappe: Grundausbildung (9-11 Jahre, 4.-6. Klasse)**

1.2.1 Vom 1 gegen 1 zum 2 gegen 2 (Taktikorientierte Spiele)

Vom 1:1 bis zum „richtigen“ 2:2 ist es ein weiter Weg. Da in dieser Altersstufe meist nur sehr wenig Trainingszeit zur Verfügung steht, sollten die verschiedensten Wurf- und Fangspiele über das Netz



angewandt werden. Mittels Regelvorgaben ist es möglich, spielerisch wichtige Voraussetzungen für das technisch schon sehr komplexe Spiel 2:2 zu schaffen. Bei dem Spieltrieb, den die Kinder entwickeln, ist darauf zu achten, unter vereinfachten Bedingungen Basistechniken so einzubauen, dass bereits erlernte Schlüsselpunkte erhalten bleiben (z. B. Arm- und Handhaltung vom Spiel 1:1). Alle beim 1:1 aufgezeigten Spiele können auch 2:2 gespielt werden. Bälle, Spielfeldmaße und Netzhöhen sind den entsprechenden Möglichkeiten der Kinder anzupassen.

Die taktikorientierten Spiele ermöglichen es den Kindern, die erlernten Basistechniken unter Einbeziehung von Raum und Zeit (Antizipation, Bewegung zum Ball) auf größeren Spielfeldern anzuwenden. Zugleich kommt man ihrem Drang zum „richtigen Spielen“ insofern nach, als sie nun auf größeren Feldern spielen dürfen. Die wesentliche Idee der Spielvereinfachung besteht darin, dass der erste Ball (einfache Variante) bzw. der zweite Ball (anspruchsvollere Variante) vor dem Weiterspielen gefangen werden darf und somit das Spiel kontrollierbar wird. Es werden volleyballspezifische Taktikbausteine (Abdecken des Spielfeldes, Ball zum Ziel bringen...) im Zusammenspiel mit den zuvor vermittelten Basistechniken in Anwendung gebracht.

Die taktikorientierten Spiele werden in drei wesentliche Gruppen unterteilt:

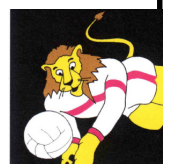
1. Ersten Ball fangen, zweiten Ball spielen
2. Ersten Ball spielen, zweiten Ball fangen
3. Spiele mit Entscheidungsfreiräumen (Optionen)

Mit nur wenig Fantasie kann man eine unglaubliche Zahl von Spielvarianten entwickeln. Eine weitere generelle Möglichkeit der Spielvereinfachung wäre, den Ball aufprallen zu lassen. Dabei funktioniert zwar das Spiel als solches mit Anfängern gut, es kann jedoch für die Entwicklung des Pritschens Nachteile mit sich bringen (z. B. zu tiefes Pritschen vor der Brust). Das Ziel bei der Weiterentwicklung der Spiele ist, bereits erlernte Schlüsselpunkte der Technik zu erhalten und zu festigen (z. B. richtige Arm- und Handhaltung). Von entscheidender Bedeutung hierbei ist, Spielfeldmaße und Netzhöhen den Schwerpunkten des Spiels bzw. den entsprechenden Möglichkeiten der Kinder anzupassen.

1.2.2 Spielbeispiele

a) Ersten Ball fangen, zweiten Ball spielen

- 1:1
 - Aufschlag: Einhändiges Werfen über Kopf (Schleifenwurf)
 - Fangen; beidhändiges Anwerfen des Balles von unten vor den Körper
 - Ball über das Netz in einen nicht abgedeckten Bereich pritschen (auch 2x pritschen möglich)
- 2:2
 - Aufschlag: Einhändiges Werfen über Kopf
 - Fangen; Partner hebt Hände in Spielstellung; nach Kontrollblick (ist die Arm- und Handhaltung richtig?) beidhändiges Zuwerfen von unten vor den Körper des Partners
 - Ball über das Netz in eine Lücke pritschen



b) Ersten Ball spielen, zweiten Ball fangen

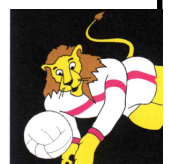
- 2:2
 - Aufschlag: Einhändiges Werfen über Kopf
 - Eingeworfenen Ball zum Partner pritschen, welcher sich schnellstmöglich (Läufer) zur optimalen Spielposition bewegt und richtige Arm- und Handhaltung einnimmt und in dieser Position den Ball fängt
- Weiterentwicklung:
 - Belohnung für verschiedene Fangarten
 - Fänger darf sich nach Abwehraktion bewegen und den Ball von optimaler Spielposition werfen/pritschen
 - Partner fängt den Ball nicht, sondern pritscht ihn direkt über das Netz in eine Lücke

c) Spielen – fangen/werfen – spielen

- 1:1
 - Aufschlag: Einpritschen/beidhändiger Anwurf von unten, wenn Gegner richtige Arm- und Handhaltung eingenommen hat (sonst Korrektur)
 - Pritschen – fangen (nach Festlegung auch baggern – fangen)
 - Beidhändiges Anwerfen von unten und Ball über das Netz in einen freien Bereich pritschen
- 2:2
 - Aufschlag: Einpritschen/beidhändiger Anwurf von unten, wenn Gegner richtige Arm- und Handhaltung eingenommen hat (sonst Korrektur)
 - Ball zum/vor Mitspieler pritschen (baggern)
 - Partner fängt den Ball; beidhändiges Zuwerfen von unten vor den Körper des Partners (darf sich nach der Abwehraktion zur optimalen Wurfposition parallel zum Netz stellen), nachdem dieser die richtige Arm- und Handhaltung eingenommen hat
 - Ball über das Netz in eine Lücke spielen

d) Spiele mit Entscheidungsfreiräumen mit Optionen

- 2:2
 - Aufschlag: Einhändiges Werfen über Kopf
 - Ball entweder fangen oder spielen (pritschen oder baggern)
 - Fangen; Partner hebt Hände in Ballerwartungsstellung; nach Kontrollblick (ist die Arm- und Handhaltung richtig?) beidhändiges Zuwerfen von unten vor den Körper des Partners; Ball in die Lücke pritschen (später auch schlagen)
 - Spielen; Partner fängt den Ball und darf ihn im Sprung (nur richtiger Stemmschritt ist gültig) beidhändig über das Netz werfen („angreifen“); auch nochmaliges Spielen fördern, dann werfen



1.3 2. Etappe: Grundausbildung (9-11 Jahre, 4.-6. Klasse, WK V – JtfO, Beginn Bezirks/E1-Kader)

1.3.1 2 gegen 2

Im freien Spiel 2:2 wird die komplexe Anwendung (fast) aller Basistechniken möglich. Mit dem direkten Bezug zum Beachvolleyball ist nicht nur eine wichtige Zwischenetappe erreicht, sondern auch ein mögliches Zielspiel vorhanden (viele Kinder haben auch bereits im Urlaub Erfahrungen gesammelt). Pflichtabspiele sind nicht unbedingt erforderlich – bei Bagger und Pritschen werden frontale Techniken angewandt – aber natürlich erstrebenswert. Durch die Einführung der F-Jugend gibt es nun für die Kinder erste Möglichkeiten, sich im Wettkampf mit anderen Kindern zu messen. Auch findet diese Phase zeitgleich mit dem Beginn der Spielserie statt, bei der die Kinder ebenfalls sehr viel lernen und sich mit andern Kindern messen können. Das recht einfache Spiel 2:2 eignet sich in idealer Weise zur Weiterentwicklung der Basistechniken (Aufschlag, Bagger, Zuspiel, Angriff):

- Pritschen:
 - Richtige Körperstellung
 - Bewegung zum Ball (Handlungsort vorbestimmen, Beinarbeit)
 - Spielen des Balles (Impulsgebung)
- Bagger:
 - Position zum Ball, Beinstellung, Winkelpositionen
 - Bewegung zum Ball (Handlungsort vorbestimmen, Beinarbeit)
 - Spielen des Balles (Impulsgebung)
- Aufschlag/Angriff:
 - Tennisaufschlag
 - Angriffsball im Sprungzuspiel

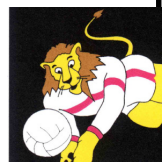
1.3.2 Spielvoraussetzungen

- Ein- und mehrmaliger Ballkontakt
- Netzhöhe 30 cm über Zuspielhandhaltung
- Feldgröße nach Fähigkeit der Raumbeherrschung wählen
- Entwicklung Spielaufbau
- Entscheidungsfindung fördern
- Regeln des Zusammenspiels aufstellen (gegenseitiges Unterstützen, frühzeitiges Rufen)

1.4 3. Etappe: Grundagentraining (11/12 Jahre, 5.-7. Klasse, E-Jugend, Bezirks/E1-Kader)

1.4.1 3 gegen 3

Wird das Spiel 2:2 beherrscht, ist es relativ einfach, zum Spiel 3:3 (Mini-Volleyball) überzugehen. In gewisser Hinsicht ist das Spiel 3:3 sogar einfacher, denn jetzt gibt es einen vorher festgelegten Anspielpunkt am Netz. Erstmals rückt der Gedanke, einen systematischen Spielaufbau anzustre-



ben, in den Mittelpunkt. Ziel ist, den ersten Ball so ans Netz zu spielen, dass der Zuspieler Pässe stellen kann, welche vom Angreifer geschlagen werden und, wenn möglich, zum Punkt führen. Die Basistechniken werden weiter entwickelt und neue Techniken eingeführt. In keinem der Kleinfeldspiele ist eine Weiterentwicklung der Basistechniken durch Regelvorgaben so effektiv wie im Spiel 3:3. Darüber hinaus wird jetzt, nachdem die Kinder eine Vorstellung von Volleyball haben und nach ersten Vergleichen mit anderen Mannschaften (Schulmeisterschaften, Jugend trainiert für Olympia) eigene Mängel erkennen, das Üben einzelner Teilbereiche des Volleyballspiels sinnvoll. D. h. die Einsicht der Kinder (wollen schließlich erfolgreich sein) harmoniert mit der Notwendigkeit des Übens immer komplizierterer Bewegungsabläufe. In dieser Etappe sind folgende technische Weiterentwicklungen zu erreichen:

- Pritschen:
 - Ausgangsstellung am Netz
 - Kopfpässe
- Bagger:
 - Grundposition
 - Vorbereitung Feldverteidigung (Schulung symmetrischer Verhaltensweisen, offene Hand)
- Angriff:
 - Anlauf/Absprung
 - Schlagbewegung
 - Sprung und Schlag koordinieren
- Block:
 - Ausgangsstellung und Sprung aus dem Stand

1.4.2 Spielvoraussetzungen

- 3 Ballkontakte anstreben
- Netzhöhe, die einen sinnvollen Schlag ermöglicht
- Keine Positionswechsel zulassen (Position III spielt zu)
- Feldmaße 6x6 m
- Aufteilung des Feldes in Kompetenzbereiche erlernen
- Spielen mit Alternativen (z. B. 2 Angreifer einsetzbar)
- Durch Eingriffe ins Regelwerk Schwerpunkte setzen

1.4.3 Übungsformen

- Aufschlag als beidhändig angeworfener Tennisaufschlag – Angriff:
Mit Einführung des beidhändig angeworfenen Tennisaufschlages wird der Transfer zum späteren Angriffsschlag möglich, bei Missachten der Regel Aufschlags- bzw. Punktverlust (animiert zur gezielten Beobachtung des Aufschlagspielers)
- Zweiter Ball darf nicht über das Netz – planmäßiger Spielaufbau:
Wird der erste Ball über das Netz gespielt, entstehen durch die Anwendung frontaler Spielstel-



lungen keine Entwicklungsnachteile für die Technik (2. Ball „um die Ecke würgen“ entfällt) bzw. geht der erste Ball nach einer Abwehraktion über das Netz, entsteht eine Chanceball-situation, die zu nutzen ist

- Zuspieler muss jeden zweiten Ball spielen – planmäßiger Spielaufbau:
Der Zuspieler wird zur Initiative gezwungen, die Aktivität für den zweiten Ball liegt immer bei ihm; die Regel wird außer Kraft gesetzt, wenn er selbst den ersten Ball spielen muss; Rettungsaktionen, die durch den nebenstehenden Spieler besser realisiert werden können, sind in Kauf zu nehmen
- Erste und dritte Ballberührung darf nicht vom selben Spieler erfolgen – gleichwertige Entwicklung aller Spieler, Kopfpass:
Es werden alle Spieler einbezogen (sinnvoll beim Heranführen von Quereinsteigern oder Perspektivspielern); positives Sozialverhalten wird erzwungen (Kinder spielen ansonsten bevorzugt den stärksten Spieler an)
- Ball darf nur im Schlag oder Bagger über das Netz – Angriff:
Spieler wird zum Angriff ermutigt, der Schlag kann am Anfang auch aus dem Stand erfolgen, für Rettungsaktionen muss der Bagger als Alternative bestehen
- Erfolgreicher Angriffsschlag zählt doppelt – Angriff, Feldabwehr:
Als erfolgreicher Schlag zählt, wenn der Gegner den Ball kein zweites Mal berühren konnte; mit dem Kampf um den im Volleyball so wichtigen zweiten Ball (Erlangen der Initiative) wird zumindest der Doppelpunktverlust verhindert

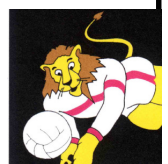
1.5 4. Etappe: Grundlagentraining (12/13 Jahre, 6.-8. Klasse, D-Jugend, E2-Kader)

1.5.1 4 gegen 4

Die Taktik wird stets vom Spielsystem bestimmt. In den Spielen 2:2 und 3:3 steht in erster Linie die Entwicklung der Individualtaktik im Mittelpunkt. Zum Aufbau des Spiels unter gruppentaktischen Gesichtspunkten (abgestimmtes Zusammenspiel der einzelnen Teilbereiche wie z. B. Block – Feldabwehr – Zuspiel – Gegenangriff) ist 4:4 in idealer Weise geeignet. Midi-Volleyball bietet in vereinfachter Form alle wichtigen Sequenzen des Zielspiels 6:6. Um Leistungsfortschritte im taktischen Bereich zu erreichen, wird es zunehmend sinnvoller (Grundkenntnisse vorausgesetzt), einzelne Teilbereiche des Spiels herauszulösen, zu üben und erneut in das Spiel zu integrieren. Gleichzeitig finden alle Basistechniken Anwendung.

Folgende technische Weiterentwicklungen sollten in dieser Etappe passieren:

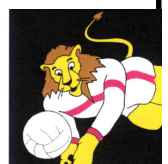
- Pritschen:
 - Hohe Pässe
 - Vorbereitung Annahmepritschen
- Bagger:
 - Vorbereitung seitliche Annahme
 - Basistechniken Feldverteidigung (körpernaher Bereich)
 - Vorbereitung dynamischer Abwehrtechniken (körperferner Bereich)



- Bewegungen im Feld vor Ballaktion
- Aufschlag:
 - Flatteraufschlag
 - Sprungaufschlag
- Angriff:
 - Repertoire erarbeiten
 - Auseinandersetzung mit Einerblock
- Block:
 - Verhalten Außenblockspieler

1.5.2 Spielvoraussetzungen

- Netzhöhe muss sauberen Angriffsschlag ermöglichen
- 1 Hinterspieler, 3 Vorderspieler (ohne Libero)
- Keine Positionswechsel, Mittelspieler stellt Pässe zu den Positionen IV und II (Kopfpass)
- Dreierannahmeriegel
- Lösen und Anbieten (sich verfügbar machen)
- Aktive Auseinandersetzung mit dem Gegner (am Block vorbei schlagen, Lücken in der Verteidigung suchen, schwache Spieler ausnutzen, Passrichtung erkennen...)
- Blockausgangsposition wie beim Außenblock mit Zurückziehen des blockfreien Spielers in die Verteidigung
- Räumliche Verhaltensweisen in der Feldverteidigung wie auf dem Großfeld



2. Förderungskonzept während des Verbandskaders

Nachdem die Athleten eine umfassende Grundausbildung erhalten und auch spieltaktische Erfahrungen gesammelt haben, ist nun der nächste Schritt der Übergang zum 6:6. Neben der neuen Spielform werden weiterhin neue Techniken eingeführt und die alten weiterentwickelt. Dabei dienen die folgenden 4 Etappen als Grundlagentraining für das Spiel 6:6. Außerdem werden zu dieser Zeit die ersten Spezialisierungen durchgeführt. Dennoch sollte immer im Hinterkopf behalten werden, dass in Baden-Württemberg eine universelle Ausbildung angestrebt wird, so dass die momentan definierte Position für einen Spieler nicht die endgültige sein muss.

2.1 **1. Etappe (Übergangsphase zum 6:6, 12-14 Jahre, 6.-9. Klasse, E2-Kader, C1/2-Jugend)**

Die Techniken werden jetzt unterschieden in K1 (Annahme-Angriff-Komplex) und K2/3 (Block-Feldabwehr-Angriff-Komplex)

2.1.1 Technik K1

Annahme:

- Komplexe Grundform unter Berücksichtigung der neuen Feldmaße

Zuspiel:

- Komplexe Grundform unter Berücksichtigung der neuen Feldmaße
- Hoher Pass nach Annahme
- Kopfpass

Angriff:

- Anlauf auf Position IV von außen, auf Position II im rechten Winkel
- Anwendung Standardrepertoire von Position II und IV gegen Einerblock

Angriffssicherung:

- 3 Spieler Nahsicherung, 2 Spieler Fernsicherung

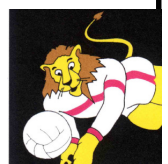
2.1.2 Technik K2

Aufschlag:

- Tennisaufschlag unter Berücksichtigung der neuen Feldmaße
- Flatteraufschlag unter Berücksichtigung der neuen Feldmaße
- Sprungaufschlag unter Berücksichtigung der neuen Feldmaße

Block:

- Einerblock
 - Außenblock
 - Mittelblock



Feldabwehr:

- Körpfernaher Bereich
- Körpferferner Bereich
 - Flughecht
 - Rutschhecht
 - Seitliche Abwehr

Feldzuspiel:

- Aufbau Chanceballriegel

Zuspiel:

- Hoher Pass nach Feldabwehr

Angriff:

- Angriff von Position IV im Umkehrspiel nach Block und Feldabwehr

2.1.3 Taktik 6:6 (6:0 System)

Feldabwehr:

- Entwicklung einer Grundphilosophie
- Feste Orientierungen in den Ausgangsstellungen

2.2 2. Etappe (13/14 Jahre, 7.-9. Klasse, Ende E-Kader, Beginn D1-Kader, C-Jugend)

2.2.1 Technik K1

Annahme:

- Annahmepritschen

Zuspiel:

- Läufer I
- „4“ = Meterball vor dem Zuspieler

Angriff:

- „4“, Anlauf vor dem Zuspieler, Timing Zweites Tempo
- Bewusste Auseinandersetzung mit dem Block

Angriffssicherung:

- 3 Spieler Nahsicherung, 2 Spieler Fernsicherung

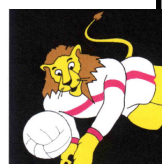
2.2.2 Technik K2

Block:

- Doppelblock
 - Außenblock
 - Mittelblock

Feldabwehr:

- Signale lesen und Bewegung zum Handlungsort
- Blocksicherung



Feldzuspiel:

- Aufbau Chanceballriegel

Angriff:

- Nach kontrollierter Feldabwehr bietet sich der Spieler auf Position III zu „4“ an

2.2.3 Taktik 6:6 (6:0 System mit Läufer I)

- Bewusste Anwendung Aufschlagstrategie

2.3 **3. Etappe (14/15 Jahre, 8.-10. Klasse, D1/2-Kader, C/B-Jugend)**

2.3.1 Technik K1

Annahme:

- Bagger seitlich

Zuspiel:

- Einführung Spezialisierung (2 Zuspieler)
- Läufer I, VI, V
- Sprungpass
 - gute Annahme: Grundkombinationen „1“, „0“, „6“
 - schlechte Annahme: Standardpässe

Angriff:

- Grundkombinationen
 - Erstes Tempo: „1“
 - Zweites Tempo: „0“, „6“

Angriffssicherung:

- Je 1 Hauptsicherungsspieler für Nah- und Fernsicherung

2.3.2 Technik K2

Aufschlag:

- Sprungaufschlag

Block:

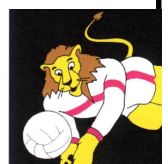
- Zusammenspiel Außenblock – Mittelblock
- Zusammenspiel Außenblock – Blocksicherung

Feldabwehr:

- Hauptverteidigungsspieler, Hilfsverteidigungsspieler mit festen (gegnerunabhängigen) Ausgangsstellungen
- Taktikverteidigungsspieler mit festen (gegnerunabhängigen) Ausgangsstellungen
- Blocksicherung

Feldzuspiel:

- Aufbau Chanceballriegel



Zuspiel:

- Differenzierung gute Feldabwehr/Chanceball/schlechte Feldabwehr

Angriff:

- Nach Chanceballsituationen anbieten zu den Grundkombinationen des K1
- Angriff von Position IV im Umkehrspiel nach Abwehr von Ablegern und Chanceball

2.3.3 Taktik 6:6 (2:4 System)

Zuspiel:

- Einführung allgemeiner Grundregeln

Allgemein:

- Gezielte Gegnerbeobachtung vor und während des Spiels
- Einführung Statistik

2.4 4. Etappe (15/16 Jahre, 9.-11. Klasse, D2-Kader, B-Jugend)

2.4.1 Technik K1

Annahme:

- Differenzierung Annahmetechniken
- Fester Einbau des Liberos (neue Verantwortlichkeiten regeln)

Zuspiel:

- Erweiterung der Grundkombinationen mit „2“, „3“
- Anpassung der Standardpässe an Bedürfnisse der Angreifer

Angriff:

- Erweiterung der Grundkombinationen mit „2“, „3“

Angriffssicherung:

- Kopplung an konkrete Spielsituationen

Aufschlag:

- Sprungflatteraufschlag

2.4.2 Technik K2

Block:

- Blockstrategie gegen Angriffskombinationen
- Übergabemechanismen

Feldabwehr:

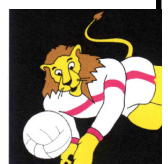
- HaVS, HiVS mit gegner- und situationsabhängigen Ausgangsstellungen
- TVS mit gegner- und situationsabhängigen Ausgangsstellungen

Feldzuspiel:

- Aufbau Chanceballriegel

Zuspiel:

- Einführung Rückraumpässe „A“, „C“



Angriff:

- Nach Chanceballsituationen anbieten zu den vorher vereinbarten Angriffskombinationen (wie K1)
- Rückraumangriffe „A“, „C“

2.4.3 Taktik 6:6 (1:5 System)

Zuspiel:

- Fortführung allgemeiner Grundregeln

Angriff:

- Vorrang hat das Prinzip der allseitigen Ausbildung, situationsabhängige Positions- bzw. Funktionswechsel sind möglich (Angriffspaare)

Feldabwehr:

- Gegnerspezifische Veränderungen der Ausgangs- und Spielstellungen

Allgemein:

- Zweikämpfe



3. Förderungskonzept während des Baden-Württemberg-Kaders

Beim Übergang in den Baden-Württemberg-Kader sind die Grundtechniken der meisten Spieler schon sehr weit vorangeschritten. In vielen Fällen ist jetzt eine sehr individuelle Betreuung zur Verbesserung der Technik notwendig. Des Weiteren wird jetzt besonders mannschaftstaktisch trainiert. Die Einführung eines Block-Feldabwehrsystems steht im Vordergrund sowie die Erhöhung des Spieltempos.

3.1 **1. Etappe: Aufbautraining (16/17 Jahre, 10.-12. Klasse, D3-Kader, B-Jugend)**

3.1.1 Technik K1

Annahme:

- Zeitfolge der Entscheidungen

Zuspiel:

- Erweiterung des Kombinationsspiels (schnelle Bälle innen, Kreuzungen)

Angriff:

- Erweiterung des Kombinationsspiels (schnelle Bälle innen, Kreuzungen)
- Einbeiner
- Rückraumangriff über die Position I

Angriffssicherung:

- Kopplung an bestimmte Spielsituationen unter Einbeziehung des Liberos

3.1.2 Technik K2

Aufschlag:

- Anwurf zum Sprungaufschlag höher und weiter ins Feld (evtl. Anlauf verlängern)

Block:

- Anwendung dynamischer Blocktechniken
- Dreierblock gegen hohe Pässe auf Position IV

Feldabwehr:

- Libero

Feldzuspiel:

- Läufer Vorderfeld

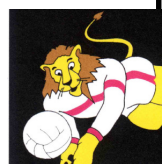
Angriff

- Rückraumangriffe über die Position VI

3.1.3 Taktik (Diagonal- oder Dreieckssystem)

Zuspiel:

- Aktive Einflussnahme auf die Spielgestaltung, selbständiges Vornehmen von Veränderungen bei Problemen im K1
- Anwenden allgemeiner Grundregeln
- Spielgestaltung ohne den Mittelblocker direkt zu beobachten



Block:

- Zuständigkeiten „Innenstart“
- Dreierblock gegen hohe Pässe auf Position IV

3.2 2. Etappe: Aufbautraining (17/18 Jahre, 11./12. Klasse, D4-Kader, B/A-Jugend)

3.2.1 Technik K1

Zuspiel:

- Erhöhung des Tempos über die Außenpositionen
- Beobachten des Gegners und direktes Spiel gegen den Mittelblocker

Angriff:

- Rückraumangriff über die Position VI im Zusammenspiel mit dem Schnellangriff
- Spezielle Abschlüsse
- Tempo:
 - Erhöhung des Tempos über die Außenpositionen
 - Variable Anlaufwege

3.2.2 Technik K2

Aufschlag:

- Varianten zum Sprungaufschlag

Block:

- Block/Feldabwehr-System

Feldabwehr:

- Block/Feldabwehr-System

Angriff:

- Erhöhung des Spieltempos Abhängigkeit von der Spielsituation

3.2.3 Taktik (Diagonal- oder Dreieckssystem)

Zuspiel:

- Beobachten des Gegners und direktes Spiel gegen den Mittelblocker

Aufschlag:

- Anwenden von Sprungaufschlagvarianten

Block:

- Block/Feldabwehr-System

Feldabwehr:

- Block/Feldabwehr-System

