

Arbeitsblatt 3

Transparenzpapier „Volleyball“

Das Transparenzpapier informiert über die Volleyballüberprüfung in der Jahrgangsstufe 9

Die Volleyballprüfung am _____ besteht aus zwei Teilen: Grundtechniken und Mannschaftsspiel. Überprüft wird zunächst die Beherrschung der Grundtechniken: Pritschen, Baggern, Angabe. Hier werden die Einzelleistungen personenbezogen benotet.

Grundtechniken

Pritschen

- 3:3 Rundlauf
- spielnahe Situation im Feld: Dreiecks-Pritschen

Baggern und Angabe von unten

- 1:2 gegenüber: hohes Pritschen – Zurückbaggern, kurzes Pritschen – Zurückbaggern
- Kombinationsübung: Angabe von unten über das Netz, Baggern auf die mittlere Position

Danach folgt die Mannschafts-/Teamwertung. Bei der Wertung steht nicht die Einzelleistung im Vordergrund, sondern die Teamleistung. Wichtig ist also, wie ihr euch als Team präsentiert und einsetzt. Dafür bekommt ihr eine Team-Note.

Teamspiel

6:6 Spieler, zirka 10 Minuten Spielzeit

Zur Vorbereitung auf die anstehende Volleyballüberprüfung habt ihr die Möglichkeit, die Sportstunden bis zum Prüfungstermin in freier Arbeit zu gestalten. Überlegt euch, wie ihr die Übungsstunden gestalten wollt. Sinnvoll könnte sein, den ersten Teil für die Grundtechniken und den zweiten für Spielsituationen zu nutzen.



Foto: Fotolia/yanlev

Anregungen und Praxistipps durch Internet-Recherche, zum Beispiel bei

www.volleyball-training.de

In der horizontalen Navigationszeile oben auf den Menüpunkt „Jugend/Schule“ klicken, von dort zum Kasten „Praxis Volleyball“ und weiter zu den Gliederungspunkten „Die besten Übungen (Pritschen und Baggern)“ und „Übungen zum Erlernen des Pritschens“

www.sportunterricht.de/volleyball

Hier können Übungen durch animierte Illustrationen gelernt oder überprüft werden.

Weitere Recherchemöglichkeiten: