

Inhaltsverzeichnis

I Volleyball unterrichten

Das Sportspiel Volleyball	11
Ein Vermittlungsmodell für Volleyball	13
Hallen, Geräte und Medien	18
Aufbau der Doppelstunden	21

II Sechs Doppelstunden für die Klassen 5 und 6

Das erste Zielspiel 2–2: „Duovolleyball“	25
Doppelstunde 1: Technik oberes Zuspiel und Spielform 1 mit 1	31
Doppelstunde 2: Technik unteres Zuspiel und Spielform 1–1	38
Doppelstunde 3: Spielformen 1–1	44
Doppelstunde 4: Spielform und Taktik 2–2 hintereinander	49
Doppelstunde 5: Spiel und Taktik 2–2 nebeneinander; Aufschlag von unten..	54
Doppelstunde 6: Spiel 2–2 mit Aufschlag	60

III Sieben Doppelstunden für die Klassen 7 bis 9

„Minivolleyball“ und „Quattrovolleyball“ – Schwerpunkte für die Mittelstufe	67
Doppelstunde 7: Taktik 3–3; Feldverteidigung (nah – fern); Spiel 3 mit 3	70
Doppelstunde 8: Einführung oberes Zuspiel über Kopf; Spiel 3 mit 3	76

Inhaltsverzeichnis

Doppelstunde 9: Festigung oberes Zuspiel über Kopf; oberes Zuspiel im Sprung als Angriff.....	82
Doppelstunde 10: Einführung Angriffsschritte; Spiel 3 gegen 3	87
Doppelstunde 11: Vom Mini- zum Quattrovolleyball; Festigung Anlauf.....	92
Doppelstunde 12: Frontaler Angriffsschlag und Grundlagen des Spiels 4-4....	101
Doppelstunde 13: Frontaler Angriffsschlag; (Tennis-)Aufschlag von oben; Spiel 4-4.....	109

IV Sechs Doppelstunden für die Klassen 10 bis 12

Vom Spiel 4-4 zum Spiel 6-6.....	119
Doppelstunde 14: Festigung aller Volleyballtechniken und des Spiels 4-4.....	124
Doppelstunde 15: Einerblock und „komplexes“ Spiel 4-4	129
Doppelstunde 16: Theorie 6-6; Spielform 6-6 mit Doppelblock und VI vorne.	135
Doppelstunde 17: Aufschlag und Annahme; Annahme im 5er-Riegel; Läufer I bei Dankeballsituation	141
Doppelstunde 18: Läufer I bei Annahmesituation; Spiel 6-6.....	147
Doppelstunde 19: Volleyball spielen; Alternativtechniken	152

Anhang

Zehnerle.....	162
Literatur.....	165
Legende	167
Glossar	168

Doppelstunde Volleyball