

INHALT

Einleitung	7
Organisationshilfen und Symbolik	8
Spielgedanke und Spielregeln	10
1 Vorbereitende Spiele für das Volleyballspiel	13
1.1 Allgemeine, vorbereitende Spiele ohne Ball	18
1.2 Allgemeine, vorbereitende Spiele mit Ball	31
1.3 Spezielle, vorbereitende Spiele	44
2 Hinführung zum Kleinfeld- und Minivolleyball ...	61
2.1 Pritschen (oberes Zuspiel)	72
2.2 Baggern (unteres Zuspiel)	95
2.3 Driveschlag (und Angriffsfinte)	105
2.4 Aufschlag von unten	116
2.5 Minivolleyball als Wettkampfspiel	123
2.6 Minivolleyball nach internationalen Spielregeln	125
2.7 Midivolleyball	126
3 Vom Midivolleyball zum Spiel 6 gegen 6	135
3.1 Methodisch-didaktische und organisatorische Hilfen	140
3.2 Exemplarische methodische Reihen	142
3.2.1 Exemplarische Spielreihe zum Erlernen einer taktischen Formation	142
3.2.2 Exemplarische Übungsreihe zum Erlernen eines Technikelements	145

3.3 Spielsysteme für Anfänger	147
3.3.1 Das 0:0:6-Spielsystem mit Annahme im Sechserriegel	148
3.3.2 Das 0:0:6-Spielsystem mit Annahme im Fünferriegel und Zuspiel über Pos. III	151
3.3.3 Das 0:0:6-Spielsystem mit Annahme im Fünferriegel und Zuspiel über Pos. II	153
3.3.4 Das 3:0:3-Spielsystem	154
3.4 Spielsysteme für Fortgeschrittene	156
3.4.1 Das 2:0:4-Spielsystem mit Zuspiel über Pos. III	157
3.4.2 Das 2:0:4-Spielsystem mit Zuspiel über Pos. II	160

Literatur 164

Bildnachweis 165

