













## Ausbildungsplan für Schul-AG´s (Anfänger)

Zeitraum	Technik	Taktik	Athletik	sonstiges
1.AG Jahr Schulhalb- jahr 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <a href="#">Oberes Zuspiel (OZ) hoch frontal</a></li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- <a href="#">Handhaltung</a></li> <li>- <a href="#">Impulsgebung</a></li> <li>- Spielstellung: „Gummimännchen“</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <a href="#">1 mit/gegen 1</a></li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- 1 mit 1 Spielformen über hohes Netz</li> <li>- 1 gg 1 Spielformen über hohes Netz</li> <li>- „Chef und Angestellter“</li> <li>- Auf Ziele spielen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- „schnelle Füße“</li> <li>- Bewegung zum Ball</li> <li>- Koordination mit Laufschiule</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kleine Bewegungsspiele (Ballmaterial volley spielen)</li> <li>- <a href="#">Volleywettkampf</a></li> <li>- <a href="#">Zielparcours</a></li> <li>- Passen, freilaufen</li> <li>- Fangenspiele mit Zusatzaufgaben</li> <li>- „Ball mit Ball“-Spiele</li> </ul>
1.AG Jahr Schulhalb- jahr 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- OZ hoch frontal</li> <li>- <a href="#">3-ecks-Spiel</a></li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- OZ als Zuspiel</li> <li>- Auf Ziele spielen</li> <li>- OZ lang und kurz</li> <li>- <a href="#">Einführung UZ</a></li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1 mit 1 Spielformen 3-eck</li> <li>- 1 mit 1 Spielformen kurz/lang</li> <li>- 1 gg 1 versch. Feldgrößen</li> <li>- <a href="#">2 mit 2</a></li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Beweglichkeit</li> <li>- <a href="#">Ballarbeit jeglicher Art</a> (jonglieren, dribbeln, mit dem Fuß)</li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anfänge „Stabilisations-Training“</li> <li>- „Ringens und Kämpfen“</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- „Ball mit Ball“ Spiele – volleyballtypisch (Mehrfachkontakte, 3-ecks-spiel)</li> <li>- Wurfspiele (Brettball, Völkerball, usw.)</li> </ul>
2.AG Jahr Schulhalb- jahr 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- OZ als Angriffsball (kurz-lang spielen)</li> <li>- <a href="#">UZ frontal</a></li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- <a href="#">Spielbrett</a></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 1 mit 1 / 1 gg 1 Baggerball-Spielformen jeglicher Art</li> <li>- <a href="#">2 mit 2 / 2 gg 2</a> versch. Technikvorgaben (z.B. 1.Kontakt baggern, 2./3.Kontakt pritschen)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Volleyballtypische Bewegungsformen (Sprints, Stoppbewegungen, Richtungswechsel)</li> <li>- <a href="#">Einführung Sprungschule</a></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wettkämpfe nach Volleyballregeln (2 gg 2)</li> <li>- <a href="#">Mit Regeln spielen und „schiedsrichten“ lernen</a></li> </ul> 

## Ausbildungsplan für Schul-AG´s (Anfänger)

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <a href="#">Spielstellung</a></li> <li>- <a href="#">Impulsgebung</a></li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li>- U12-Spielbetrieb (Regeln, taktische Ausrichtung)</li> <li>- <a href="#">Einführung 3 mit 3 / 3 gg 3</a></li> </ul> 	 <ul style="list-style-type: none"> <li>- Stabilisationstraining</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Evtl. turnen/klettern und sonstige Sportvarianten</li> <li>- <a href="#">Klassenturniere / Schulturniere</a></li> </ul>
<b>2.AG Jahr Schulhalb-Jahr 2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <a href="#">Aufschlag</a></li> </ul>  <ul style="list-style-type: none"> <li>- Weiterführung UZ in Richtung „Annahme“</li> <li>- Weiterführung OZ in Richtung „Zuspiel“</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spieltaktik Spiel 3 gg 3</li> <li>- Schnittpunkte klären „Annahme“</li> <li>- „sich Punkte erspielen“ lernen (in Lücken spielen)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Weiterführung Sprungschule</li> <li>- Stabilisationstraining</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wettkämpfe jeglicher Art</li> <li>- Turniere 2 gg 2 / 3 gg 3</li> </ul>

Westdeutscher Volleyball-Verband e.V.

[info@volleyball.nrw](mailto:info@volleyball.nrw)

[www.volleyball.nrw](http://www.volleyball.nrw)

WVV-Schulsportportal mit vielen Videos unter [www.volleyball.nrw/schulsportportal/](http://www.volleyball.nrw/schulsportportal/)