

Dr. H. Zoglowek, Universität Alta Norwegen

VOLLEY 2000 – ein alternatives Vermittlungsmodell für das Volleyballspiel

Welche Informationen liefert der Text?

Was ist VOLLEY 2000?

Erläuterung der Grundidee dieses neuen Vermittlungskonzepts

Regeln und didaktische Erläuterungen

Beschreibung der wichtigsten Regelmodifikationen und wie sie sich aus didaktischer Sicht begründen lassen.

Methodisches Vorgehen

Darstellung der wichtigsten Schritte bei der Einführung des Volleyballspiels

1. Was ist VOLLEY 2000?

VOLLEY 2000 ist eine Variante des Volleyballspiels für den Anfängerbereich. Diese Spielform wurde in der schwedischen Nachwuchsarbeit entwickelt. Zielsetzung ist, das Volleyballspiel für Anfänger schneller in seiner Komplexität und seiner Dynamik erlebbar zu machen. Die Spielidee folgt der Grundidee des Volleyballspiels, es werden lediglich einige Regeländerungen zur Reduzierung der Anforderungen vorgenommen.

Diese sind

- Reduzierung des Spielfeldes und der Spieleranzahl
- niedrigeres Netz
- Bodenberührung erlaubt.

Durch diese eigentlich nur geringfügigen Änderungen kann das Volleyballspiel für den Anfänger wesentlich dynamischer gestalten werden, so dass die das Volleyballspiel ausmachende Dynamik und Dramatik schneller und besser erlebt werden können. Von Beginn an kann der Anfänger die zentralen Momente des Volleyballs unter reduzierten Anforderungen ausführen, und somit auch schon mit geringen Kenntnissen und Fertigkeiten erleben, dass

- Volleyball ein Bewegungsspiel ist,
- der Angriffsschlag die zentrale und beste Aktion ist, um einen Punkt zu machen,
- nur durch Zusammenspiel Angriffssituationen erarbeitet werden können,
- lange Ballwechsel den Reiz des Volleyballspiels ausmachen.

2. Die Regeln des VOLLEY 2000 und ihre Begründungen unter

didaktischen Aspekten

Fünf wichtige Veränderungen der Spielregeln charakterisieren das Spiel:

(1) das Volleyballfeld wird verkürzt auf 14 x 9 Meter (siehe Abb.1),

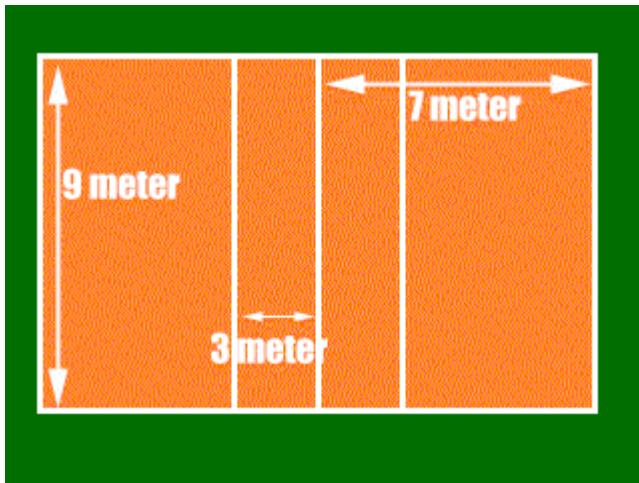


Abb. 1 Spielfeldgröße

(2) eine Mannschaft besteht aus 3 oder 4 Spielern,

(3) die Netzhöhe wird bestimmt nach der Schulterhöhe der teilnehmenden Spieler,

(4) der Aufschlag erfolgt entweder von der 3-m Linie (Aufschlag von unten) oder von der Aufschlaglinie (Aufschlag von oben),

(5) nach jeder Netzüberquerung ist zusätzlich zu den drei Ballkontakten eine Bodenberührung erlaubt. Ansonsten gelten die üblichen Volleyballregeln für den Kinder- und Jugendbereich.

Erläuterungen:

Zu (1): Durch diese Verkürzung wird das Spiel mehr auf den Netzbereich konzentriert, wo ja auch die hauptsächlichen Spielaktionen vor sich gehen. Sind die Spieler grundsätzlich näher am Netz, ist auch die Wahrscheinlichkeit grösser, dass der Ball öfter übers Netz geschlagen wird.

Zu (2): Weniger Spieler auf dem Feld bedeuten mehr Bewegung und mehr Ballkontakte für jeden einzelnen Spieler. 3 oder 4 Spieler sind insgesamt stärker als Mannschaft aktiv und am direkten Spielgeschehen beteiligt.

Zu (3): Die entscheidende, und damit auch am meisten motivierende Spielaktion, der Angriffsschlag, ist zugleich auch die komplexeste und schwierigste. In der Hauptsache liegt dies an den koordinativen Anforderungen beim "timing" von Anlauf, Absprung und Schlagbewegung. Ist dagegen das Netz auf Schulterhöhe, lässt sich der Angriffsschlag auch aus dem Stand heraus ausführen und dadurch ein Teil der komplexen Anforderungen reduzieren.

Zu (4): Der Aufschlag wird in erster Linie als Spieleröffnung angesehen, d.h., um das Spiel überhaupt in Gang zu setzen, nicht um bereits einen Punkt zu machen. Die Verkürzung der Aufschlaglänge erhöht die Wahrscheinlichkeit um ein Vielfaches, dass der Ball sicher und auch annehmbar übers Netz kommt.

Zu (5): Wenn grundsätzlich eine Bodenberührung erlaubt ist, lassen sich viele Bälle noch retten. Nach einer Bodenberührung kann der Ball oftmals noch erlaufen und somit im Spiel gehalten werden und die Spielzüge werden länger. Dadurch können auch bereits Anfänger mit wenigen technischen Fertigkeiten die Rasanz und Dynamik des Spiels erleben. Der Charakter des Spiels wird allerdings nicht verändert, denn auch nach einer Bodenberührung muss der Ball ja noch erkämpft und gespielt werden. Das den Ball im Spiel halten können kann von den Anfängern viel öfter erlebt werden.

3. Das methodische Vorgehen

Natürlich kann auch VOLLEY 2000 nicht aus dem Nichts gespielt werden. Auch VOLLEY 2000 muss mit den volleyballspezifischen Fertigkeiten gespielt werden. Die erleichterten Bedingungen erlauben allerdings ein geringeres Könnensniveau, um relativ früh schon am Spiel teilnehmen zu können. Das Einüben und Verbessern der Techniken kann somit auch in viel stärkerem Masse im Spielvollzug erreicht werden, was einerseits für den Anfänger wesentlich motivierender ist, andererseits werden die volleyballspezifischen Fertigkeiten innerhalb der Spielhandlung auch funktioneller eingeübt.

Allerdings müssen gewisse Voraussetzungen erfüllt bzw. zunächst erarbeitet werden, um VOLLEY 2000 spielen zu können. Um zu einem Spielerlebnis kommen zu können, werden sukzessiv drei "Grundaktionen" eingeführt und in spielerischen Vorformen gespielt. Werden diese einigermaßen beherrscht, kann Volleyball bereits mit geringen Anforderungen erlebt werden:

1. Grundaktion

Leichter Aufschlag von unten und die Aufschlagannahme

Die hierzu erforderlichen Techniken, nämlich der Aufschlag von unten und die Annahmetechnik, müssen den Spielern bekannt sein. Übungsformen zu zweit, bei denen einer den Aufschlag übers Netz schlägt, und der andere versucht, den Ball mit der Baggertechnik anzunehmen und ans Netz zu spielen, können diese Grundaktion gut vorbereiten.

2. Grundaktion

Den Ball im Spiel halten können

Nachdem die hierzu erforderlichen Techniken, nämlich Pritschen und Baggern gezeigt worden sind, kann diese Grundaktion am besten in der Spielform 2 : 2 geübt werden. Die erste Grundaktion sollte hier schnell hinzugezogen werden, so dass relativ frühzeitig bereits ein "volleyballähnliches" Spiel stattfinden kann.

Um einen hohen Übungseffekt zu erreichen, d.h. viele Ballkontakte für die Übenden, ist es sinnvoll, möglichst lange miteinander anstatt gegeneinander zu spielen. Die Herausforderung für die Spieler sollte also darin bestehen, möglichst lange Spielzüge zu schaffen.

3. Grundaktion

Einen Angriff erarbeiten und ausführen

Um diese Grundaktion ausführen zu können, muss als neue Technik nur der Angriffsschlag gezeigt werden. Der ist allerdings auch schwierig genug. Im Stand ausgeführt ist er jedoch wesentlich einfacher, da man sich nur auf die richtige Stellung zum Ball und den eigentlichen Schlag konzentrieren muss. Die Schlagbewegung und –ausführung können am besten in der Zweiergruppe geübt werden, indem man zunächst den selbst gehaltenen Ball zum Partner schlägt und später den zugeworfenen Ball übers Netz schlägt.

Am Anfang werden im Spiel relativ wenig Angriffsschlagversuche ausgeführt.

Daher sollte man versuchen, die Ausführung, oder zumindest das Probieren des Schlages zu provozieren, indem man z.B. jeden Schlag, der übers Netz kommt, mit einem Extrapunkt belohnt.

Mit diesem hierarchischen Aufbau lassen sich nach und nach die Grundtechniken des VOLLEY 2000 einführen und im Spiel üben. Die Einführung folgt damit auch der "normalen" Reihenfolge im Spiel: Aufschlag, Annahmehagger, Pritschen, Angriffsschlag. Auch bei der Einführung, und noch mehr natürlich beim Üben im Spiel, ist es wichtig, die erleichternden Bedingungen zu beachten und beizubehalten, Das niedrige Netz ist für Anfänger auch eine Hilfe beim Aufschlag und beim Pritschen. Der erlaubte Bodenkontakt motiviert zu mehr Bewegung, da die Chance viel grösser ist, einen Ball noch zu erlaufen und im Spiel zu halten.

Wie lassen sich diese Grundaktionen einführen und am leichtesten bewältigen? Der Aufschlag soll zunächst nur das Spiel in Gang setzen. Ein einfacher Aufschlag von unten kann von jeder beliebigen Stelle im Spielfeld bis zur Angriffslinie (Hinterfeld) geschlagen werden. Jeder andere Aufschlag muss hinter der Aufschlaglinie erfolgen.

Der Aufschlag kann relativ weit vorn angenommen werden. Der Ball ist dann noch relativ hoch in der Luft, so dass als Annahmetechnik das Pritschen oder der Handflächenschlag (splash) in Frage kommen. Mit dieser Art der Annahme soll in erster Linie die Geschwindigkeit des Balles gestoppt werden, so dass er anschließend, am einfachsten nach einer Bodenberührung, leichter und kontrollierter weitergespielt werden kann. Möglich ist natürlich auch die Aufschlagannahme weiter hinten im Feld, die dann tiefer mittels Annahmehaggen geschieht.

Die Annahme des ersten Balles erweist sich oft als das größte Problem im Anfängervolleyball. Bewährt hat sich für die Annahme die in der Abb. 2 dargestellte Grundaufstellung bei VOLLEY 2000, wenn sich vier Spieler auf dem Feld befinden.

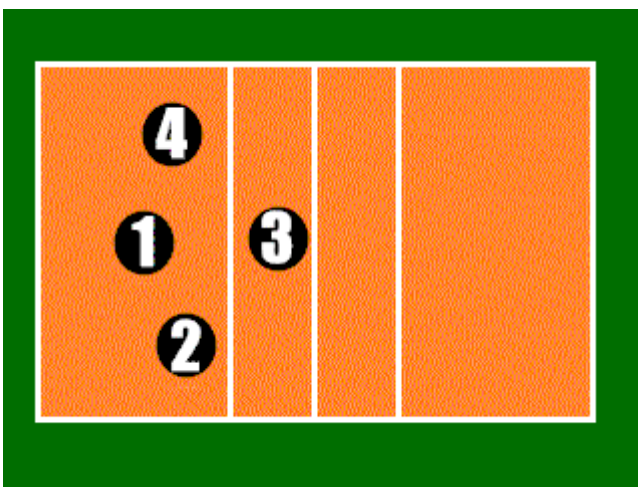


Abb. 2 Annahmeformation

Da VOLLEY 2000 jedoch eine Bodenberührung zulässt, ist es in der Regel am günstigsten, diese in Verbindung mit dem ersten Ball einzusetzen, d.h. entweder vor der Annahme oder nachdem der Ball mit der Annahme "abgestoppt" worden ist. Danach ist es wesentlich leichter, mittels Baggern oder Pritschen den Ball im Spiel zu halten.

Um dann zu einem Angriffsschlag zu kommen, muss der Ball nun hoch herausgestellt werden, so dass er im Stand übers Netz geschlagen werden kann. Die gegnerische Mannschaft kann ihrerseits den übers Netz geschlagenen oder gespielten Ball erst einmal aufprellen lassen, um das Tempo aus dem Ball zu nehmen, und dann weiterspielen, oder aber den Ball direkt annehmen und abstoppen, und dann weiterspielen. Natürlich kann die verteidigende Mannschaft auch versuchen, den das Netz überquerenden Ball zu blocken.

Auf die taktischen Möglichkeiten im Zusammenhang mit der Bodenberührung soll noch kurz genauer eingegangen werden, denn es lassen sich unterschiedliche Situationen

denken, in denen die Bodenberührung im Anfängervolleyball taktisch genutzt werden kann:

- *Bei der Aufschlagannahme:* Annahme im Pritschen oder mit einem Handflächenschlag, um den Ball "abzustoppen", den Ball einmal aufprellen lassen und ein anderer Spieler kann den Ball weiterspielen; oder aber den Aufschlag aufprellen lassen, um dadurch den Ball "abzustoppen", und dann direkt weiterspielen; (Anmerkung: Sobald die Annahmetechniken besser beherrscht werden, ist es allerdings ratsam, die Bodenberührungsregel insofern abzuändern, dass der Aufschlag auf jeden Fall direkt angenommen werden muss.)
- *Nach der Aufschlagannahme:* bei einer missglückten Aufschlagannahme kann der versprungene Ball nach einem Aufprellen häufig noch erlaufen werden.
- *Nach einem Lob:* wird der Block überlobbt, hat man Zeit den Ball einmal prellen zu lassen, bevor man weiterspielt;
- *Bei einem harten Angriffsschlag:* der Ball kann entweder direkt mit den Handflächen gestoppt werden, danach aufprellen lassen und weiterspielen, oder man lässt den Ball erst aufprellen und der Hinterspieler erläuft dann den Ball und spielt ihn wieder nach vorn. Abb. 3 zeigt die verschiedenen Möglichkeiten des Bodenkontakts.

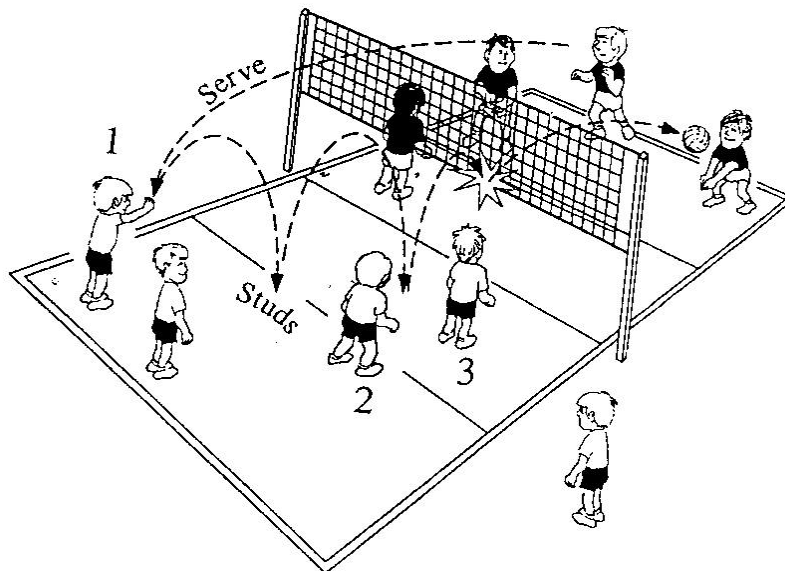


Abb. 3 Möglichkeiten des Bodenkontakts

Insgesamt sind die Erfahrungen mit diesem Modell sehr gut. Den Schülern macht das Spiel viel Spaß und es zeigt sich, dass es im Vergleich zu den in anderen Vermittlungsmodellen vorgeschlagenen Spielformen tatsächlich deutlich dynamischer und bewegungsintensiver wird. Es lohnt sich, das Modell zu erproben.