



# Kids Volley

## Spielregeln und Ausbildungsleitfaden





## Inhaltsverzeichnis

<b>Erklärungen</b> .....	2
<b>Niveau 1 – werfen, fangen, bewegen</b> .....	3
Spielregeln .....	3
Ausbildungsleitfaden .....	4
Verschiebungen .....	6
Technik-Erläuterungen .....	7
<b>Niveau 2 – Service von unten</b> .....	8
Spielregeln .....	8
Ausbildungsleitfaden .....	10
Technik-Erläuterungen .....	12
<b>Niveau 3 – Manchette</b> .....	15
Spielregeln .....	15
Ausbildungsleitfaden .....	17
Technik-Erläuterungen .....	19
<b>Niveau 4 – Spielaufbau über drei Ballberührungen</b> .....	21
Spielregeln .....	21
Ausbildungsleitfaden .....	22
Technik-Erläuterungen .....	24
<b>Notizen</b> .....	28

### Zusätzliche «Kids Volley»-Unterlagen

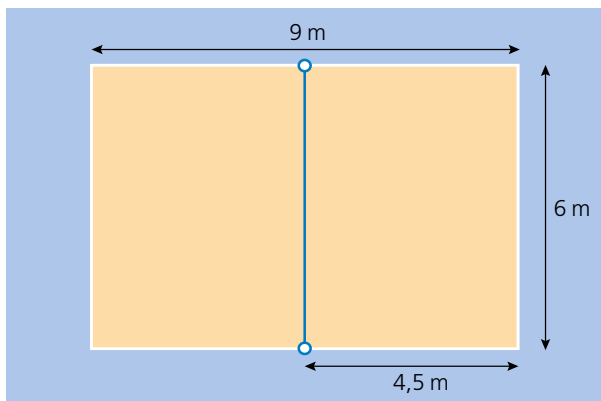


[www.volleyball.ch/index.php?id=215](http://www.volleyball.ch/index.php?id=215)

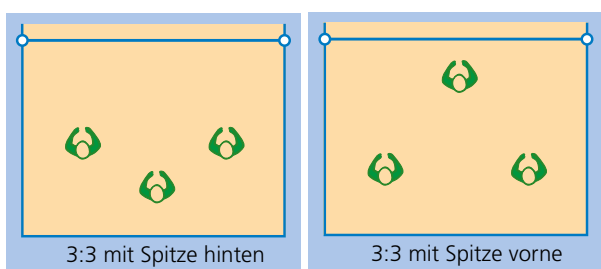
Zu Gunsten der Lesefreundlichkeit wird bei Personenbezeichnungen jeweils nur die männliche Schreibweise verwendet.

# Erklärungen

## 1. Das Spielfeld – Niveaus 1 bis 4



- Alternativ: Badmintonfeld (4,5 m Länge abgeklebt)
  - Netzhöhe: 2 m
  - Das Netz muss auf Höhe der Seitenlinien gekennzeichnet sein (Antennen oder Seitenbänder)
2. Bei jedem Niveau ist das Alter angegeben. Je nach Fähigkeiten des Spielers darf vom angegebenen Alter abgewichen werden. Die Abweichung darf jedoch nicht mehr als ein Jahr (+/-) betragen.
  3. Alle Niveaus werden im 3:3 gespielt. Ein Team besteht aus maximal fünf Spielern (Mädchen und/oder Knaben, d.h. keine Geschlechtertrennung).
  4. Es ist erlaubt, im Dreieck mit Spitze hinten oder Spitze vorne zu spielen.



5. Wie kommen die Auswechselspieler ins Feld? Bei Niveau 1, 2 und 3 geht es darum, das Feld des Gegners leer zu spielen. Pro Niveau werden die Bedingungen schwieriger, unter denen die Spieler ins Feld zurückkehren dürfen (siehe die Regeln pro Niveau). Die Auswechselspieler sind als erstes dran, wenn die «Rückgewinnbedingung» erfüllt ist. Bei Niveau 4 muss beim Service eingewechselt werden.

6. Als Spielball, mindestens für die ersten 3 Niveaus, wird der (Trial)Minivolleyball (mit einem Umfang von 62 cm) empfohlen. Die Unterschiede in den Marken zeigen sich in der Farbe, der Haltbarkeit und dem Material. Verschiedene Fabrikanten stellen auch Bälle her, die den Übergang zu den in der Jugendliga üblichen Bällen erleichtern. Diese Bälle sind weicher und geschmeidiger als die normalen (Senioren)Bälle und haben ein geringeres Gewicht. Die geeignetsten Bälle sind Mikasa SKV5 Kids, Mikasa SV-2 School, Mikasa SV-3 School und Mikasa MVA123SL. An den nationalen Spieltagen werden folgende Bälle verwendet:



- Niveau 1 und 2: Mikasa SKV5 Kids
  - Niveau 3 und 4: Mikasa SV-2 School, Mikasa SV-3 School oder Mikasa MVA123SL
7. Das Spiel wird von den Betreuenden der spielenden Teams geleitet. Neben der genauen Kenntnis der Regeln, die für das entsprechende Niveau gelten, wird von der Person auch erwartet, dass sie dafür sorgt, dass das Spiel von Anfang bis Ende ordentlich abläuft. In diesem Sinn hat sie ebenso eine pädagogische Aufgabe.
  8. Die Freude am Spiel und das Sammeln von Spielerfahrungen steht im Vordergrund. Deshalb werden keine Ranglisten erstellt.
  9. Sollte eine Situation entstehen, die nicht in den Regeln erfasst ist, dann urteilt die Turnierleitung. Es gelten die offiziellen Spielregeln von Swiss Volley.

# Niveau 1 – werfen, fangen, bewegen

## Spielregeln

Alter	Spielfeld
5–6 Jahre (+/- 1 Jahr)	6 × 4,5 m
Spielform	Netzhöhe
3 gegen 3	2 m

### Ziel

Die Kinder spielen den Ball über das Netz im gegnerischen Feld auf den Boden.

### Anfang/erster Ball

Der Ball wird ins Spiel gebracht, indem er aus einer beliebigen Position im Feld über das Netz geworfen wird. Der Ball darf dabei das Netz berühren. Das Spiel muss nicht angepiffen werden.

### Spielregeln

1. Sobald Kind A den Ball über das Netz geworfen hat, rotiert das gesamte Team von Kind A im Uhrzeigersinn eine Position weiter.
2. Es ist erlaubt, den Ball zu fangen, der von einem Mitspieler abprallt (zählt nicht als zusätzliche Berührung).
3. Die Kinder dürfen nicht mit dem Ball in der Hand laufen.
4. Der Ball muss vom Fänger direkt wieder über das Netz geworfen werden (nur 1 Ballkontakt).
5. Der Ball muss von dort aus geworfen werden, wo er gefangen wurde.
6. Der Ball darf beim Überqueren das Netz berühren.
7. Sobald ein Kind den Ball fallen lässt, den Ball ins Aus wirft, den Ball ins Netz wirft oder den Ball berührt ehe er ins Aus geht, muss dieses Kind das Feld verlassen und beim Netzpfeiler in der Auswechselzone Platz nehmen. Das nächste Kind, das «aus» ist, schliesst hinten an.
8. Wenn ein Ball vom Gegner auf den Boden geworfen wird, muss das Kind, das dem Ball am nächsten war, das Feld verlassen. In Zweifelsfällen entscheidet der Betreuer.
9. Ein Kind darf ins Feld zurückkehren, wenn ein Mitspieler den Ball gefangen hat.
10. Das Kind, das am längsten «aus» ist, darf als erstes zurück ins Feld.
11. Mittellinienübertritt und Netzberührungen sind nicht erlaubt.
12. Wenn das gegnerische Feld «leer» ist, bekommt das Siegerteam einen Punkt.

### Ende des Spielzuges

Das Spiel wird unterbrochen, wenn

- der Ball ins Netz geworfen wurde
- der Ball ins Aus geworfen wurde
- der Ball im gegnerischen Feld auf den Boden geworfen wurde
- ein Kind den Ball fallen gelassen hat



### Was passiert, wenn das Spiel unterbrochen ist?

Das Ziel ist, das Spiel so rasch wie möglich fortzusetzen. Das Kind, welches zu diesem Zeitpunkt in Ballbesitz ist, wirft den Ball von seinem Standort aus über das Netz.

### Tempo

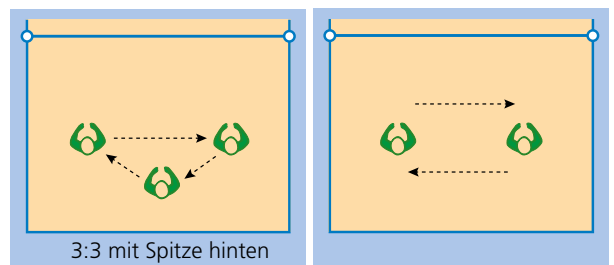
Die Kinder sollen nach dem Fangen den Ball sofort zurückwerfen, um Tempo in das Spiel und somit in die Bewegung zu bringen.

### Zählweise

Wenn das gegnerische Feld leer ist, bekommt das Siegerteam einen Punkt und das Spiel fängt wieder mit jeweils 3 Kindern im Feld an. Vor dem Turnier entscheidet die Turnierleitung, ob auf Punkte oder auf Zeit gespielt wird.

### Rotation

Aufstellung und Rotationsfolge nachdem der Ball über das Netz geworfen wurde bei 3 und 2 Kindern:



### Lernziele

Das wichtigste Lernziel auf Niveau 1 besteht darin, Bewegung und Ballfertigkeiten zu fördern. Um mit spezifischen Volleyballtechniken zu beginnen, müssen die Kinder mit dem Ball vertraut sein. Ballfertigkeit bedeutet beispielsweise das Erkennen der Ballflugbahn, sich im Raum orientieren können und ein Gefühl für den Ball entwickeln.

## Ausbildungsleitfaden

### Schwerpunkte

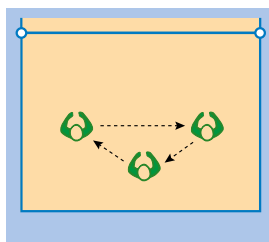
- Orientierung im Raum
- Verschiebungen (vorwärts, seitwärts, rückwärts, im Sprung) und Rotation
- Flugbahneinschätzung
- Ballschule (Fangen/Werfen in verschiedenen Positionen)

### Kollektivtaktische Ziele

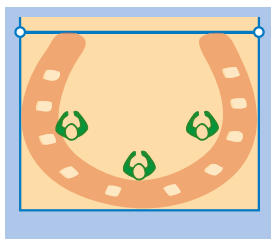
- Nach dem Fangen so schnell wie möglich übers Netz werfen (Spielfluss)
- Aufstellung des Gegners ausnutzen
- Fangen/Werfen in wechselnden Formationen (mit 3, 2 Kindern oder alleine)
- Raum abdecken



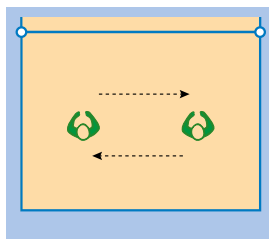
Lagerfeuer



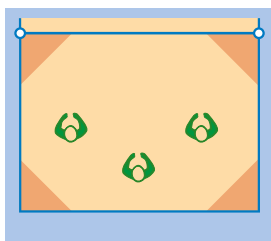
In Dreieck-Aufstellung



Hufeisen



Zu zweit



Spinnennetz

- Schnell rotieren

### Wichtig

Diese kollektivtaktischen Ziele gelten auch für 3:3 mit Spitze vorne.

## Technische und individualtaktische Ziele

Hinter jeder technischen Handlung steht eine taktische Absicht.

### Manchettenvorbereitung

Technische Ziele	Individualtaktische Ziele
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verschiebung mit Orientierung zum Netz hinter den Ball</li> <li>• Ball in beiden Armen fangen</li> <li>• Ball mit beiden Händen fangen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ballflugkurve einschätzen</li> <li>• Bewegung zum Ball</li> <li>• Kommunikation: «ich» oder «ja» rufen</li> </ul>

### Passvorbereitung

Technische Ziele	Individualtaktische Ziele
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verschiebung mit Orientierung zum Netz hinter den Ball</li> <li>• Ball über Kopf fangen</li> <li>• Ball in einem «Körbchen» fangen</li> <li>• Ball über Kopf werfen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ballflugkurve einschätzen</li> <li>• Bewegung zum Ball</li> <li>• Kommunikation: «ich» oder «ja» rufen</li> <li>• Ball über Kopf fangen und schnell wegstossen</li> </ul>

### Servicevorbereitung

Technische Ziele	Individualtaktische Ziele
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gegenfuss vorne (Wurf mit rechter Hand = linker Fuss vorne)</li> <li>• Ball wenn möglich mit einer Hand übers Netz werfen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Weit ins gegnerische Feld werfen</li> <li>• In leere Zonen des gegnerischen Feldes werfen (Lagerfeuer, Hufeisen, Spinnennetz)</li> </ul>

### Angriffsvorbereitung

Technische Ziele	Individualtaktische Ziele
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Einhändig, beidhändig werfen</li> <li>• Über Kopf, von unten werfen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• In leere Zonen des gegnerischen Feldes werfen</li> </ul>

### Abwehr

Technische Ziele	Individualtaktische Ziele
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktive Startposition (Vorlage, Arme bereit)</li> <li>• Aktive Beine (Knie nach vorne, Körpergewicht auf dem Vorderfuss)</li> <li>• Bewegen zum Ball, mit dem Körper hinter den Ball</li> <li>• Einfache Bodenaktionen: Fallen/ Spielen</li> <li>• Wenn möglich den Ball immer mit beiden Händen der Armen fangen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Basisposition einnehmen («Wo stehe ich?»)</li> <li>• Verantwortungsbereich kennen und wahrnehmen</li> <li>• Wurfbewegung lesen</li> <li>• Den Ball unbedingt fangen wollen</li> </ul>

## Allgemeine und soziale Ziele

- Spass haben beim Volleyball (jubeln, Freude zeigen, anfeuern und einander motivieren)
- Teamgeist (Atmosphäre, jeder spielt mit)
- Kindern Selbstvertrauen geben, Erfolgserlebnisse schaffen
- Auf spielerische Art lernen (Fassungsvermögen eines Kindes)
- Fleissig und lernwillig sein (beim Training und Spiel)
- Spiel von ausserhalb des Spielfeldes miterleben (Konzentration)
- Vereinsgefühl wachsen lassen (andere Teams anschauen)

## Mentale Ziele

- Konzentration (Aufstellung kennen, Spielverlauf verfolgen)
- Initiative und Einsatz zeigen
- Kommunikation (z. B. «aus» rufen wenn der Ball aus geht)
- Umgehen mit Niederlagen (akzeptieren)
- Punkte feiern
- Mut und Zuversicht für den nächsten Ball (nach einem Fehler keine Angst haben)

## Verschiebungen



Nachstellschritt



Kreuzschritt



Rückwärts «normal»



Rückwärts «lösen»



## Technik-Erläuterungen

### Manchettenvorbereitung



In beiden Armen fangen

Mit beiden Händen fangen

### Passvorbereitung



Im Körbchen fangen

### Servicevorbereitung



Wenn möglich einarmig werfen, Gegenfuss vorne

# Niveau 2 – Service von unten

## Spielregeln

Alter	Spielfeld
6–7 Jahre (+/- 1 Jahr)	6 × 4,5 m
Spielform	Netzhöhe
3 gegen 3	2 m

### Ziel

Die Kinder spielen den Ball über das Netz im gegnerischen Feld auf den Boden. Das volleyballspezifische Werfen und Fangen wird auf diesem Niveau gefördert.

### Anfang/erster Ball

Der Ball wird ins Spiel gebracht, indem er aus einer beliebigen Position im Feld mit dem Service von unten über das Netz gespielt wird, wobei der Ball das Netz berühren darf. Der Ball wird von dort ins Spiel gebracht, wo der Fehler begangen wurde. Das Spiel muss nicht angepiffen werden.

### Spielregeln

1. Sobald Kind A den Ball über das Netz serviert oder geworfen hat, rotiert das gesamte Team von Kind A im Uhrzeigersinn eine Position weiter.
2. Es ist erlaubt, den Ball zu fangen, der von einem Mitspieler abprallt.
3. Die Kinder dürfen nicht mit dem Ball in der Hand laufen.
4. Der Ball muss vom Fänger direkt über das Netz geworfen werden (nur ein Ballkontakt).
5. Der Ball muss von dort aus geworfen werden, wo er gefangen wurde.
6. Der Ball darf beim Überqueren das Netz berühren.
7. Sobald ein Kind den Ball fallen lässt, den Ball ins Aus wirft, den Ball ins Netz wirft oder den Ball berührt ehe er ins Aus geht oder den Ball mit einer inkorrekten Manchette-Technik spielt (siehe Punkt 10), muss dieses Kind das Feld verlassen und beim Netzpfeiler in der Auswechselzone Platz nehmen. Das nächste Kind, das «aus» ist, schliesst hinten an.
8. Wenn ein Ball vom Gegner auf den Boden geworfen wird, muss das Kind, das dem Ball am nächsten war, das Feld verlassen. In Zweifelsfällen entscheidet der Betreuer.
9. Ein Kind darf ins Feld zurückkehren, wenn seine Mannschaft drei Bälle gefangen hat. Es zählt die Fangbälle mit hochgetreckten Fingern. Diese drei Fangbälle können sich über mehrere Spielzüge verteilen. Das Kind, das am längsten «aus» ist, darf als erstes zurück ins Feld.

10. Alle Kinder können ins Feld zurückkehren, wenn der Ball mit einer korrekten Manchette-Technik gespielt und von einem Mitspieler oder selbst gefangen wird.

- Die Manchette-Technik ist gültig, wenn der gespielte Ball mindestens die Höhe eines Volleyballes hochgespielt wird.
- Jedes Kind im Team kann den Ball fangen, auch das Kind welches den Ball gespielt hat.
- Wird der Ball nicht korrekt gespielt (nicht beidarmig, nicht hoch genug) oder wenn er nicht gefangen werden kann, so muss das Kind das Feld verlassen.

11. Mittellinienübertritt und Netzberührungen sind nicht erlaubt.

12. Wenn das gegnerische Feld «leer» ist, bekommt das Siegerteam einen Punkt.

### Ende des Spielzuges

Das Spiel wird unterbrochen, wenn

- der Ball ins Netz serviert wurde
- der Ball ins Aus serviert wurde
- der Ball ins Netz geworfen wurde
- der Ball ins Aus geworfen wurde
- der Ball im gegnerischen Feld auf den Boden geworfen wurde
- ein Kind den Ball fallen gelassen hat
- der mit Manchette gespielte Ball nicht korrekt gespielt oder nicht gefangen wurde
- anstelle des Werfens der Ball serviert wurde oder umgekehrt

### Was passiert, wenn das Spiel unterbrochen ist?

Das Spiel wird sofort wieder aufgenommen und mit einem Service von unten aus dem Spielfeld an der Stelle fortgeführt, an der der Spielzug beendet wurde. Das Kind, das serviert, darf nicht mit dem Ball laufen, sondern muss von der Stelle aus servieren, an der es den Ball aufgenommen hat. Wird der Ball ausserhalb des Feldes aufgenommen, muss das Kind für den Service in das Feld zurückkommen.



**Tempo**

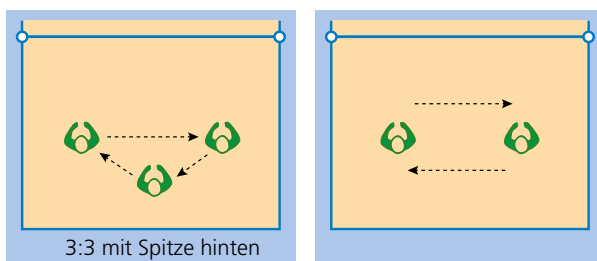
Um die Zeit zwischen den Rallyes zu verkürzen, wird der Ball vom Ort des Fehlers wieder ins Spiel gebracht.

**Zählweise**

Wenn das gegnerische Feld leer ist, bekommt der Sieger einen Punkt und das Spiel fängt wieder mit jeweils 3 Kindern im Feld an. Vor dem Turnier entscheidet die Turnierleitung, ob auf Punkte oder auf Zeit gespielt wird.

**Rotation**

Aufstellung und Rotationsfolge nachdem der Ball über das Netz geworfen wurde bei 3 und 2 Kindern:

**Lernziele**

Die volleyballspezifische Art, den Ball zu werfen und zu fangen muss gefördert werden, dies ist die Basis der verschiedenen Volleyballtechniken. Als Bonus dürfen alle ausgeschiedenen Kinder wieder ins Feld zurück, wenn ein Ball mit der Manchette gespielt und gefangen wird.

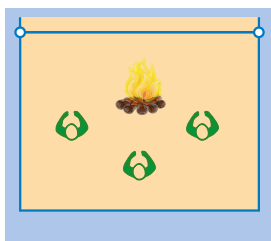
## Ausbildungsleitfaden

### Schwerpunkte

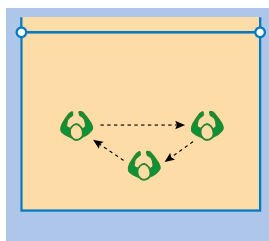
- Service von unten
- Verschiebungen (vorwärts, seitwärts, rückwärts, im Sprung) und Rotation
- Flugbahneinschätzung
- Spezifische Ballschule (volleyballspezifisches Fangen/ Werfen in verschiedenen Positionen, Manchette)

### Kollektivtaktische Ziele

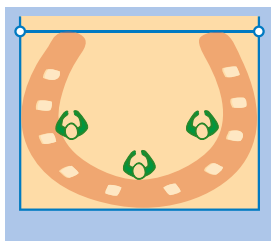
- Nach dem Fangen, so schnell wie möglich übers Netz werfen (Spielfluss)
- Aufstellung des Gegners ausnutzen
- Volleyballspezifisches Fangen/Werfen in wechselnden Formationen (mit 3, 2 Kindern oder alleine)
- Raum abdecken



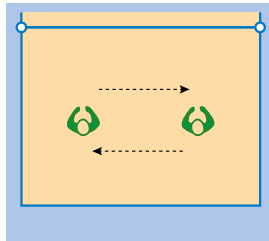
Lagerfeuer



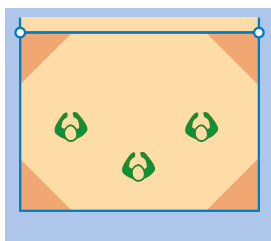
In Dreieck-Aufstellung



Hufeisen



Zu zweit



Spinnennetz

- Schnell rotieren

### Wichtig

Diese kollektivtaktischen Ziele gelten auch für 3:3 mit Spitze vorne.

## Technische und individualtaktische Ziele

Hinter jeder technischen Handlung steht eine taktische Absicht.

### Manchette

Technische Ziele	Individualtaktische Ziele
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verschiebung mit Orientierung zum Netz hinter den Ball</li> <li>• Ball mit gestreckten Armen fangen</li> <li>• Wenn eine «echte» Manchette gespielt wird, muss sie mit gestreckten Armen und geschlossenen Händen gespielt werden</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ballflugkurve einschätzen</li> <li>• Bewegung zum Ball</li> <li>• Kommunikation: «ich» oder «ja» rufen</li> </ul>

### Passvorbereitung

Technische Ziele	Individualtaktische Ziele
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verschiebung mit Orientierung zum Netz hinter den Ball</li> <li>• Ball über Kopf fangen</li> <li>• Ball in einem «Körbchen» fangen</li> <li>• Ball stossen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ballflugkurve einschätzen</li> <li>• Bewegung zum Ball</li> <li>• Kommunikation: «ich» oder «ja» rufen</li> <li>• Ball über Kopf fangen und schnell wegstossen</li> </ul>

### Service

Technische Ziele	Individualtaktische Ziele
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gegenfuss vorne (Service mit rechter Hand = linker Fuss vorne)</li> <li>• Durchgehende Schlagbewegung von unten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Weit ins gegnerische Feld spielen</li> <li>• In leere Zonen des gegnerischen Feldes spielen (Lagerfeuer, Hufeisen, Spinnennetz)</li> </ul>

### Angriffsvorbereitung

Technische Ziele	Individualtaktische Ziele
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Einhändig, beidhändig werfen</li> <li>• Über Kopf, von unten werfen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• In leere Zonen des gegnerischen Feldes werfen (Lagerfeuer, Hufeisen, Spinnennetz)</li> </ul>

### Abwehr

Technische Ziele	Individualtaktische Ziele
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktive Startposition (Vorlage, Arme bereit)</li> <li>• Aktive Beine (Knie nach vorne, Körpergewicht auf dem Vorderfuss)</li> <li>• Bewegen zum Ball, mit dem Körper hinter den Ball</li> <li>• Einfache Bodenaktionen: Fallen/Spielen</li> <li>• Wenn möglich den Ball immer beidhändig mit gestreckten Armen fangen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Basisposition einnehmen («Wo stehe ich?»)</li> <li>• Verantwortungsbereich kennen und wahrnehmen</li> <li>• Wurfbewegung lesen</li> <li>• Den Ball unbedingt fangen wollen</li> </ul>

## Allgemeine und soziale Ziele

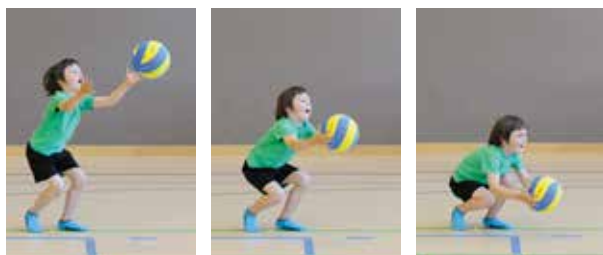
- Spass haben beim Volleyball (jubeln, Freude zeigen, anfeuern und einander motivieren)
- Teamgeist (Atmosphäre, jeder spielt mit)
- Kindern Selbstvertrauen geben, Erfolgserlebnisse schaffen
- Auf spielerische Art lernen (Fassungsvermögen eines Kindes)
- Fleissig und lernwillig sein (beim Training und Spiel)
- Spiel von ausserhalb des Spielfeldes miterleben (Konzentration)
- Vereinsgefühl wachsen lassen (andere Teams anschauen)

## Mentale Ziele

- Konzentration (Aufstellung kennen, Spielverlauf verfolgen)
- Initiative und Einsatz zeigen
- Kommunikation (z. B. «aus» rufen wenn der Ball aus geht)
- Umgehen mit Niederlagen (akzeptieren)
- Punkte feiern
- Mut und Zuversicht für den nächsten Ball (nach einem Fehler keine Angst haben, sich getrauen, die Manchette zu spielen)

## Technik-Erläuterungen

### Manchettenvorbereitung



Den Ball mit gestreckten Armen in tiefer Körperposition fangen



Den Ball mit gestreckten Armen werfen

### Manchette



Arme strecken, mit den Unterarmen «Spielbrett» erzeugen



Den Ball mit einer Ganzkörperbewegung spielen

### Passvorbereitung



Im Körbchen fangen



Den Ball stossen



### Service



Gegenfüß vorne, Oberkörper leicht nach vorne gebeugt



Durchgehende Schlagbewegung von unten



### Angriffsvorbereitung – volleyballspezifisches Werfen



Ball beidhändig über Kopf werfen



Ball einhändig über Kopf werfen



Den Ball stossen



Ball beidhändig von unten frontal mit gestreckten Armen werfen

## Abwehr



Tiefe Startposition



# Niveau 3 – Manchette

## Spielregeln

Alter	Spielfeld
7–8 Jahre (+/- 1 Jahr)	6 × 4,5 m
Spielform	Netzhöhe
3 gegen 3	2 m

### Ziel

Die Kinder werfen auf eine volleyballspezifische Art (siehe Niveau 2) den Ball über das Netz ins gegnerische Feld auf den Boden.

### Anfang/erster Ball

Der Ball wird ins Spiel gebracht, indem er aus einer beliebigen Position im Feld mit dem Service von unten über das Netz gespielt wird, wobei der Ball das Netz berühren darf. Der Ball wird von dort ins Spiel gebracht, wo der Fehler begangen wurde. Das Spiel muss nicht angepiffen werden.

### Spielregeln

1. Sobald Kind A den Ball über das Netz serviert oder geworfen hat, rotiert das gesamte Team von Kind A im Uhrzeigersinn eine Position weiter.
2. Jeder Ball, der über das Netz gespielt wird, muss vom Gegner mit einer Manchette gespielt werden. Ein Mitspieler muss den Ball fangen (wenn das Kind alleine im Feld ist, muss es den Ball selbst fangen) und ihn direkt über das Netz ins gegnerische Feld werfen.
3. Es ist erlaubt, den Ball zu fangen, der von einem Mitspieler abprallt.
4. Die Kinder dürfen nicht mit dem Ball in der Hand laufen.
5. Jedes Team muss den Ball zwei Mal berühren (Manchette und Wurf über das Netz).
6. Der Ball muss vom Ort aus weitergespielt werden, wo er gefangen wurde, entweder vom Feld aus oder von ausserhalb.
7. Der Ball darf beim Überqueren das Netz berühren.
8. Sobald ein Kind den Ball fallen lässt, den Ball ins Aus wirft, den Ball ins Netz wirft oder den Ball berührt ehe er ins Aus geht, muss dieses Kind das Feld verlassen und beim Netzpfosten in der Auswechselzone Platz nehmen. Das nächste Kind, welches «aus» ist, schliesst hinten an.
9. Wenn ein Ball vom Gegner auf den Boden geworfen wird, muss das Kind, welches dem Ball am nächsten war, das Feld verlassen. In Zweifelsfällen entscheidet der Betreuer.
10. Es ist nicht erlaubt, den Ball direkt mit der Manchette über das Netz zurück zu spielen.

11. Die Manchette muss mit beiden Armen gespielt werden.

12. Der mit der Manchette hochgespielte Ball muss mindestens die Höhe eines Volleyballes hochgespielt werden. Wenn der Ball nicht hoch genug aufgespielt wird, muss das Kind das Feld verlassen. Wenn ein Mitspieler den Ball nicht fangen kann, obwohl er hoch genug gespielt wurde, muss dieser das Feld verlassen.

13. Der Wurf über das Netz muss volleyballspezifisch erfolgen (siehe «Technik-Erläuterungen», S. 20/21). Folgende Aktionen werden als Fehler geahndet und das Kind muss das Feld verlassen:

- der Ball wird einhändig aus der Schulter gestossen («Kugelstossen»)
- der Ball wird von vor der Brust ausgestossen
- der Ball wird seitwärts geworfen
- der Ball wird am Netz «gedunkt».

14. Ein Kind kann zurück aufs Feld, wenn ein Mitspieler einen mit Manchette gespielten Ball fängt; oder falls nur noch ein Kind übrig bleibt, wenn dieses seinen mit Manchette gespielten Ball selbst fängt.

15. Das Kind, das am längsten «aus» ist, darf als erstes zurück ins Feld und beginnt vorne am Netz.

16. Mittellinienübertritt und Netzberührungen sind nicht erlaubt.

17. Wenn das gegnerische Feld «leer» ist, bekommt das Siegerteam einen Punkt.

### Ende des Spielzuges

Das Spiel wird unterbrochen, wenn

- der Ball ins Netz serviert wurde
- der Ball ins Aus serviert wurde
- der Ball ins Netz geworfen wurde
- der Ball ins Aus geworfen wurde
- der Ball im gegnerischen Feld auf den Boden geworfen wurde
- ein Kind den Ball fallen gelassen oder eine unsaubere Manchette gespielt hat
- der mit Manchette gespielte Ball nicht von der eigenen Mannschaft gefangen wurde. In diesem Fall muss dasjenige Kind das Feld verlassen, welches den Ball hätte fangen können



**Was passiert, wenn das Spiel unterbrochen ist?**

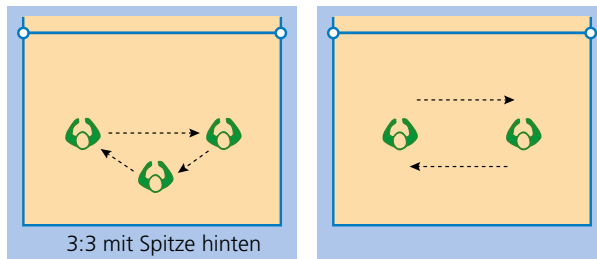
Das Spiel wird sofort wieder aufgenommen und mit einem Service von unten aus dem Spielfeld an der Stelle fortgeführt, an der der Spielzug beendet wurde. Das Kind, das serviert, darf nicht mit dem Ball laufen, sondern muss von der Stelle aus servieren, an der es den Ball aufgenommen hat. Wird der Ball ausserhalb des Feldes aufgenommen, muss das Kind für den Service in das Feld zurückkommen.

**Zählweise**

Wenn das gegnerische Feld leer ist, bekommt der Sieger einen Punkt und das Spiel fängt wieder mit jeweils 3 Kindern im Feld an. Vor dem Turnier entscheidet die Turnierleitung, ob auf Punkte oder auf Zeit gespielt wird.

**Rotation**

Aufstellung und Rotationsfolge nachdem der Ball über das Netz geworfen ist bei jeweils 3 und 2 Spielern pro Seite:

**Lernziele**

- Die Manchette ist der Schwerpunkt des Niveau 3. Kinder sollen aufgefordert werden, den Ball mit Manchette hoch in die Mitte des Feldes zu spielen, um das Zuspiel (ist Schwerpunkt im Niveau 4) vorzubereiten. Eine stabile Manchette beeinflusst sowohl das Zuspiel (2. Ballberührung) als auch den Angriff.

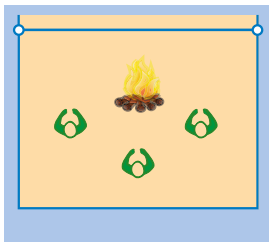
## Ausbildungsleitfaden

### Schwerpunkte

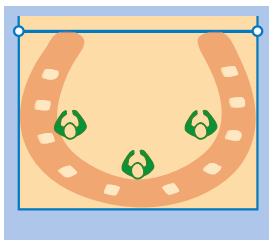
- Manchette
- Verschiebungen (vorwärts, seitwärts, rückwärts, im Sprung) und Rotation
- Flugbahneinschätzung
- Spezifische Ballschule (volleyballspezifisches Fangen/Werfen in verschiedenen Positionen)

### Kollektivtaktische Ziele

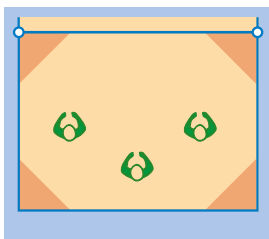
- Spiel mit zwei Ballberührungen aufbauen, Vorteile erkennen und nutzen
- Nach dem Fangen, so schnell wie möglich übers Netz werfen (Spielfluss)
- Aufstellung des Gegners ausnutzen



Lagerfeuer

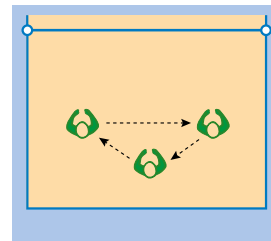


Hufeisen

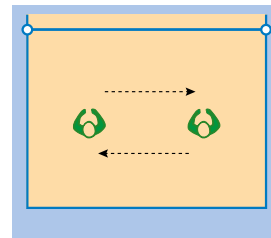


Spinnennetz

- Volleyballspezifisches Fangen/Werfen in wechselnden Formationen (mit 3, 2 Kindern oder alleine)
- Raum abdecken



In Dreieck-Aufstellung



Zu zweit

- Schnell rotieren

### Wichtig

Diese kollektivtaktischen Ziele gelten auch für 3:3 mit Spitze vorne.

## Technische und individualtaktische Ziele

Hinter jeder technischen Handlung steht eine taktische Absicht.

### Manchette

Technische Ziele	Individualtaktische Ziele
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verschiebung mit Orientierung zum Netz hinter den Ball</li> <li>• Ball mit gestreckten Armen und geschlossen Händen spielen</li> <li>• Ganzkörperstreckung, aus den Beinen und Schultern gesteuert</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ballflugkurve einschätzen</li> <li>• Bewegung zum Ball</li> <li>• Kommunikation: «ich» oder «ja» rufen</li> <li>• Den Ball hoch in die Mitte des Felds spielen, damit ein Mitspieler ihn fangen kann</li> </ul>

### Passvorbereitung

Technische Ziele	Individualtaktische Ziele
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Den Körper zum Annahmespieler hin «öffnen»</li> <li>• Schnelle Verschiebung unter den Ball</li> <li>• Ball über Kopf fangen</li> <li>• Ball in einem «Körbchen» fangen</li> <li>• Ball stossen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ballflugkurve einschätzen</li> <li>• Bewegung zum Ball</li> <li>• Kommunikation: «zu mir», «ja» rufen</li> <li>• Ball über Kopf fangen und schnell wegstossen</li> </ul>

### Service

Technische Ziele	Individualtaktische Ziele
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gegenfuss vorne (Service mit rechter Hand = linker Fuss vorne)</li> <li>• Durchgehende Schlagbewegung von unten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Weit ins gegnerische Feld spielen</li> <li>• In leere Zonen des gegnerischen Feldes spielen (Lagerfeuer, Hufeisen, Spinnennetz)</li> </ul>

### Angriffsvorbereitung

Technische Ziele	Individualtaktische Ziele
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Einhändig, beidhändig werfen</li> <li>• Über Kopf, von unten werfen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• In leere Zonen des gegnerischen Feldes werfen (Lagerfeuer, Hufeisen, Spinnennetz)</li> </ul>

### Abwehr

Technische Ziele	Individualtaktische Ziele
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktive Startposition (Vorlage, Arme bereit)</li> <li>• Aktive Beine (Knie nach vorne, Körpergewicht auf dem Vorderfuss)</li> <li>• Bewegen zum Ball, mit dem Körper hinter den Ball</li> <li>• Einfache Bodenaktionen: Fallen/ Spielen</li> <li>• Der Ball muss mit Manchette verteidigt werden, dies setzt eine tiefe Ausgangsposition voraus</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Basisposition einnehmen («Wo stehe ich?»)</li> <li>• Verantwortungsbereich kennen und wahrnehmen</li> <li>• Wurfbewegung lesen</li> <li>• Den Ball unbedingt fangen wollen</li> <li>• Den Ball hoch verteidigen wollen</li> </ul>

## Allgemeine und soziale Ziele

- Spass haben beim Volleyball (jubeln, Freude zeigen, anfeuern und einander motivieren)
- Teamgeist (Atmosphäre, jeder spielt mit)
- Kindern Selbstvertrauen geben, Erfolgserlebnisse schaffen
- Auf spielerische Art lernen (Fassungsvermögen eines Kindes)
- Fleissig und lernwillig sein (beim Training und Spiel)
- Spiel von ausserhalb des Spielfeldes miterleben (Konzentration)
- Vereinsgefühl wachsen lassen (andere Teams anschauen)

## Mentale Ziele

- Konzentration (Aufstellung kennen, Spielverlauf verfolgen)
- Initiative und Einsatz zeigen
- Kommunikation (z. B. «aus» rufen wenn der Ball aus geht)
- Umgehen mit Niederlagen (akzeptieren)
- Punkte feiern
- Mut und Zuversicht für den nächsten Ball (nach einem Fehler keine Angst haben)

## Technik-Erläuterungen

### Manchette



Arme strecken, mit den Unterarmen «Spielbrett» erzeugen



Den Ball mit einer Ganzkörperstreckung spielen

### Passvorbereitung



Im Körbchen fangen



Den Ball stossen

### Service



Gegenfuss vorne, Oberkörper leicht nach vorne gebeugt



Durchgehende Schlagbewegung von unten

## Angriffsvorbereitung – volleyballspezifisches Werfen



Den Ball beidhändig über Kopf werfen



Den Ball einhändig über Kopf werfen



Den Ball stossen

Den Ball beidhändig von unten frontal mit gestreckten Armen werfen

## Abwehr



Tiefe Startposition

Niveau 3

# Niveau 4 – Spielaufbau über drei Ballberührungen

## Spielregeln

Alter	Spielfeld
8–10 Jahre (+/- 1 Jahr)	6 × 4,5 m
Spielform	Netzhöhe
3 gegen 3	2 m

### Ziel

Die Kinder spielen den Ball über das Netz ins gegnerische Feld auf den Boden.

### Anfang/erster Ball

Der Betreuer des servierenden Teams gibt den Service frei, sobald beide Teams bereit sind. Der Ball wird hinter der Grundlinie, die nicht berührt werden darf, mit dem Service von unten über das Netz gespielt. Dabei darf der Ball das Netz berühren. Das Team, welches einen Punkt gewonnen hat, erhält das Service-Recht.

### Spielregeln

1. Wenn das annehmende Team einen Punkt erzielt, erhält es das Service-Recht und rotiert um eine Position im Uhrzeigersinn.  
**Wichtig:** Die Rotation nach jeder Netzüberquerung (siehe Niveau 1–3) entfällt!
2. Nach drei Services hintereinander vom selben Kind muss das anspielende Team um eine Position rotieren und das nächste Kind dieses Teams serviert.
3. Das Team muss den Ball dreimal berühren (mit dem dritten Kontakt wird der Ball über das Netz gespielt).
4. Der erste Ballkontakt muss mit einer Manchette erfolgen.
5. Der zweite Ballkontakt muss mit einer ununterbrochenen Fang-/Wurfbewegung, Fang-/Stossbewegung oder einer sauberen Volleyballgeste erfolgen. Folgende Techniken sind erlaubt:
  - mit gestreckten Armen vorwärts werfen («Manchette vorwärts»)
  - mit gestreckten Armen rückwärts über den Kopf werfen («Manchette rückwärts»)
  - mit gestreckten Armen über und vor dem Kopf fangen, durchfedern und austossen («Pass»)
  - eine Manchette oder einen Pass spielen  
→ siehe «Technik-Erläuterungen», S. 25ff.
6. Mit dem zweiten Kontakt darf der Ball nicht direkt über das Netz geworfen oder gespielt werden.
7. Mit dem dritten Ballkontakt, der mit einer sauberen Volleyballgeste (Manchette, Pass, Sprungpass oder einhändige Schlagbewegung über Kopf) ausgeführt werden muss, wird der Ball übers Netz gespielt.

8. Wenn mit Auswechslenspielern gespielt wird, muss bei jeder Rotation ein Wechsel stattfinden. Die Auswechslenspieler müssen jeweils am Service einwechseln.
9. Mittellinienübertritt und Netzberührungen sind nicht erlaubt.

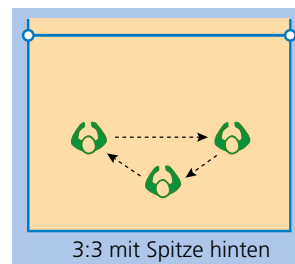
### Zählweise

Rally-Point-System: Das Team, welches einen Spielzug gewinnt, erhält einen Punkt, also wenn

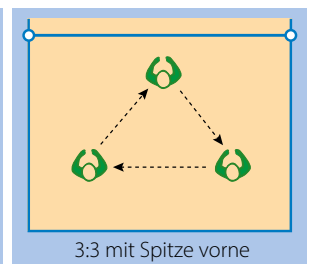
- der Ball im gegnerischen Feld auf den Boden fällt
- der Gegner den Ball ins Netz oder ins Aus spielt
- der Gegner die drei Ballberührungen nicht wie vorgeschrieben spielt
- der Gegner die Linien- und Netzregeln missachtet



### Positionen der Spieler



3:3 mit Spitze hinten



3:3 mit Spitze vorne

### Lernziele

1. Frontales Passen zu einem Mitspieler üben.
2. Richtige Orientierung bei der Ballberührung: im Moment der Ballberührung sind die Füße und der Körper zum Ziel orientiert.
3. Das Zuspiel erfolgt parallel zum Netz, wobei der netznahe Fuss jeweils vorne sein muss.
4. Zusammenspiel mit drei Ballberührungen. Das Kind, das links oder rechts im Feld steht, läuft hierbei heran, um den Ball zu passen oder über das Netz zu spielen.
5. Service über eine grössere Distanz – von hinter der Grundlinie – spielen.

## Ausbildungsleitfaden

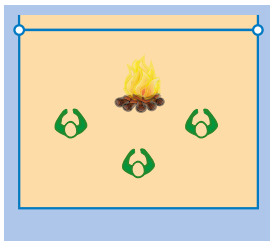
### Schwerpunkte

- 2. Ballberührung (Zuspiel mit fließender Fang-/Wurfbewegung oder einer sauberen Volleyballgeste)
- Ausrichtung des Zuspielers (2. Ballberührung)
- Verschiebungen (vorwärts, seitwärts, rückwärts, im Sprung)
- Vertiefung der positionsspezifischen Aufgabenverteilung
- Flugbahneinschätzung
- Einsatz der gelernten Volleyballgesten im Spiel

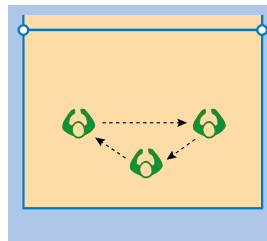
### Kollektivtaktische Ziele

- Spiel mit drei Ballberührungen aufbauen, Vorteile erkennen und nutzen
- Spielfluss hochhalten: Auch der zweite, geworfene Ballkontakt muss fließend erfolgen
- Aufstellung des Gegners ausnutzen

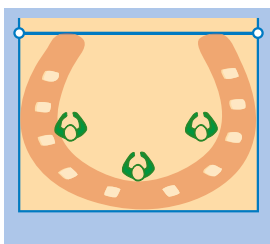
- Raum abdecken



Lagerfeuer

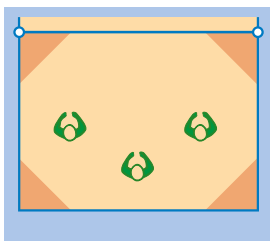


In Dreieck-Aufstellung



Hufeisen

- Rasch die Basispositionen wieder einnehmen, wenn der Ball beim Gegner ist



Spinnennetz

### Wichtig

Diese kollektivtaktischen Ziele gelten auch für 3:3 mit Spitze vorne.



## Technische und individuelltaktische Ziele

Hinter jeder technischen Handlung steht eine taktische Absicht.

### Manchette

Technische Ziele	Individuelltaktische Ziele
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verschiebung mit Orientierung zum Netz hinter den Ball</li> <li>• Ball mit gestreckten Armen und geschlossenen Händen spielen</li> <li>• Ganzkörperstreckung, aus den Beinen und Schultern gesteuert</li> <li>• Zum Ziel (Passeur) ausrichten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ballflugkurve einschätzen</li> <li>• Bewegung zum Ball</li> <li>• Kommunikation: «ich» oder «ja» rufen</li> <li>• Den Ball hoch spielen, damit ein Mitspieler ihn fangen kann</li> </ul>

### Pass

Technische Ziele	Individuelltaktische Ziele
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schnelle Verschiebung unter den Ball</li> <li>• Ball über Kopf fangen oder spielen</li> <li>• Ball in einem «Körbchen» fangen oder spielen</li> <li>• Sich parallel zum Netz ausrichten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ballflugkurve einschätzen</li> <li>• Bewegung zum Ball</li> <li>• Kommunikation: «zu mir», «ja» rufen</li> <li>• Ball über Kopf fangen und schnell wegstossen oder spielen</li> </ul>

### Service

Technische Ziele	Individuelltaktische Ziele
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gegenfuss vorne (Service mit rechter Hand = linker Fuss vorne)</li> <li>• Durchgehende Schlagbewegung von unten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Weit ins gegnerische Feld spielen</li> <li>• In leere Zonen des gegnerischen Feldes spielen (Lagerfeuer, Hufeisen, Spinnennetz)</li> </ul>

### Angriff

Technische Ziele	Individuelltaktische Ziele
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pass, Manchette oder Sprungpass als Angriff nutzen</li> <li>• Einhändige Schlagbewegung über Kopf möglich</li> <li>• Zum Ziel (gegnerisches Feld) ausrichten: Ziel erkennen können</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• In leere Zonen des gegnerischen Feldes spielen (Lagerfeuer, Hufeisen, Spinnennetz)</li> <li>• Kommunikation: Ball fordern «zu mir», «ausen», «hinten»</li> </ul>

### Abwehr

Technische Ziele	Individuelltaktische Ziele
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktive Startposition (Vorlage, Arme bereit)</li> <li>• Aktive Beine (Knie nach vorne, Körpergewicht auf dem Vorderfuss)</li> <li>• Bewegen zum Ball, mit dem Körper hinter den Ball</li> <li>• Einfache Bodenaktionen: Fallen/Spielen</li> <li>• Der Ball muss mit Manchette verteidigt werden, dies setzt eine tiefe Ausgangsposition voraus</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Basisposition einnehmen («Wo stehe ich?»)</li> <li>• Verantwortungsbereich kennen und wahrnehmen</li> <li>• Wurfbewegung lesen</li> <li>• Den Ball unbedingt verteidigen wollen</li> <li>• Den Ball hoch verteidigen wollen</li> </ul>

### Allgemeine und soziale Ziele

- Spass haben beim Volleyball (jubeln, Freude zeigen, anfeuern und einander motivieren)
- Teamgeist (Atmosphäre, jeder spielt mit)
- Kindern Selbstvertrauen geben, Erfolgserlebnisse schaffen
- Auf spielerische Art lernen (Fassungsvermögen eines Kindes)
- Fleissig und lernwillig sein (beim Training und Spiel)
- Spiel von ausserhalb des Spielfeldes miterleben (Konzentration)
- Vereinsgefühl wachsen lassen (andere Teams anschauen)

### Mentale Ziele

- Konzentration (Aufstellung kennen, Spielverlauf verfolgen)
- Initiative und Einsatz zeigen
- Kommunikation (z. B. «aus» rufen wenn der Ball aus geht)
- Umgehen mit Niederlagen (akzeptieren)
- Punkte feiern
- Mut und Zuversicht für den nächsten Ball (nach einem Fehler keine Angst haben)

## Technik-Erläuterungen

### Manchette – Annahme und Abwehr



Tiefe Startposition



Arme strecken, mit den Unterarmen «Spielbrett» erzeugen



Der Ball mit einer Ganzkörperstreckung spielen

### Pass



Im Körbchen fangen



Fliessende Fang-/Wurfbewegung parallel zum Netz – «Manchette vorwärts» zur Position 2



Fliessende Fang-/Wurfbewegung parallel zum Netz – «Pass vorwärts» zur Position 2

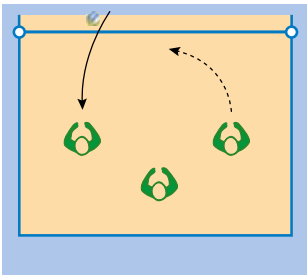


Manchette vorwärts zur Position 4

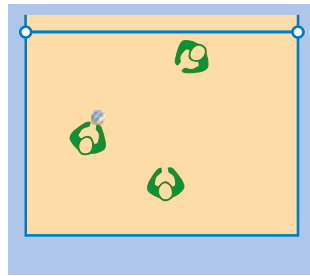


Pass vorwärts zur Position 4

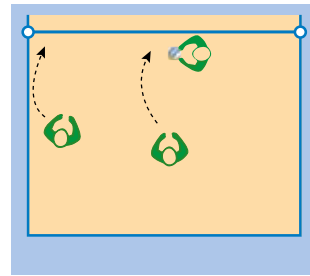
## Orientierung beim Zuspiel (2. Ballberührung)



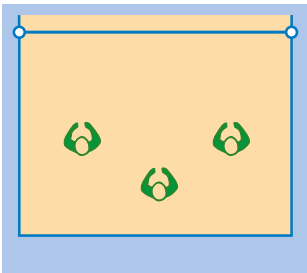
Ausrichtung beim gegnerischen Service



Ausrichtung im Moment der Annahme



Ausrichtung im Moment der Fang-/Wurfbewegung



Ausrichtung bei gegnerischem Ballbesitz

## Service



Gegenfuß vorne, Oberkörper leicht nach vorne gebeugt



Durchgehende Schlagbewegung von unten

Niveau 4

## Angriff



Angriffsball mit Pass



Angriffsball mit Manchette



Ball einhändig über Kopf schlagen

# Notizen



Autor: Anne-Sylvie Monnet, Nicole Schnyder-Benoit, Ruth Meyer, Jürg Zbinden,  
Walè Frangi, Timo Lippuner  
Fachliche Beratung: Adrie Noij/[www.coolmovesvolley.nl](http://www.coolmovesvolley.nl)

Fotos und Illustrationen: Markus Foerster, Ueli Känzig  
Layout: Lernmedien EHSM

Ausgabe: 2016

Herausgeber: Bundesamt für Sport BASPO  
Internet: [www.baspo.ch](http://www.baspo.ch), [www.jugendundsport.ch](http://www.jugendundsport.ch)  
Bezugsquelle: [dok.js@baspo.admin.ch](mailto:dok.js@baspo.admin.ch)  
Bestell-Nr.: 30.841.520 d  
BBL: –

Alle Rechte vorbehalten. Vervielfältigung oder Verbreitung jeder Art – auch auszugsweise – nur mit schriftlicher Genehmigung des Herausgebers und unter Quellenangabe gestattet.