

Didaktisch - methodische Vorüberlegungen zum Volleyball-Spielkonzept

Spiel- und kindgemäße Bedingungen berücksichtigen

- Einbindung von kindspezifischen Voraussetzungen in den Lernprozess
- Lernziele im Unterricht bzw. im Training
- Anforderungen an die Spielfähigkeit

Einbindung von kindspezifischen Voraussetzungen in den Lernprozess

Bedürfnis nach Bewegung

Die meisten Kinder besitzen einen ausgeprägten natürlichen Bewegungsdrang: Springen, rennen, drehen, tanzen, schaukeln, der innere Zwang, überall hochzuklettern – all dies gehört zu den täglichen Aktivitäten eines Kindes und muss gefördert werden.

Spiele spielen wollen

Abwechslungsreiche und interessante Spiele vermitteln den Kindern die Bewegung und den Spaß am Sport. Spiele spielen beinhaltet Lernen, soziale Fähigkeiten erwerben, Rollen erproben, Dinge verstehen... Spielen unterstützt die Lernfreude und die Lernmotivation. Beim Spiel können Kinder Erfolgserlebnisse haben.

Überwindung von Egoismus

In Spielen werden soziale Verhaltensweisen wie Kooperation, Kommunikationsfähigkeit und Gemeinschaftsgefühl gefördert. Starke Ichbezogenheit und problematisches Sozialverhalten erschwert oft das Spielen im Team. Das positive Miteinander und die Rücksicht auf andere sollten in das Spiel integriert werden.

Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit

Sport bietet die Möglichkeit die Konzentration zu steigern. Wichtig ist, dass solche Spielformen, die die Konzentration fördern, in Sport- bzw. Trainingsstunden regelmäßig angeboten werden.



Lernziele im Unterricht bzw. im Training

Nach Regeln handeln und Sportaktivitäten selbstständig organisieren

Voraussetzung für das Spielerlebnis ist, dass die Regeln eingehalten werden. Toleranz, Nachsicht und Verständnis für den Gegner, sowie gegenseitiges Helfen und Unterstützen, tragen zum Gelingen des Spiels bei. Der Gegner ist zugleich Freund und Spielpartner.

Fair, gerecht und angemessen miteinander umgehen

Beim Umgang mit Mitschülern, z.B. bei der Teilnahme am Wettbewerb „Jugend trainiert für Olympia“, die Regeln des „Fair Play“ einhalten.

Schulung von Spielfähigkeiten und Ballfertigkeiten

Die spielgerechte Anwendung der Techniken funktioniert nur durch eine frühe, vielseitige und koordinative Ausbildung der Spieler.

Kooperation und soziale Einbindung in „Sportspielgruppen“

Über einen breiten, übergreifenden Zugang in die Welt der "Großen Sportspiele" sollte den Kindern bereits im Alter von 5 bis 8 Jahren spielerisch taktische, koordinative und motorische Kompetenzen vermittelt werden.

Ganzheitliche Ausbildung der Kinder - die motorische und geistige Entwicklung fördern

Kinder sollen spielerisch eigene Ideen entwickeln, sich mit "Leib und Seele" einbringen und aktiv, z.B. über Holzgeräte wie Bänke, Kästen, Sprossenwände klettern, springen usw....

Anforderungen an die Spielfähigkeit

Die **allgemeine Spielfähigkeit** ist bei Kindern und Jugendlichen dann gut ausgeprägt, wenn eine Ballsportart gut beherrscht wird und der Spieler in der Lage ist, sich in einer „neuen Sportart“ problemlos zurechtzufinden. Erfahrungen zeigen, dass es wichtig ist mit einer allgemeinen, umfassenden Ballschule möglichst früh zu beginnen, um Spielfähigkeiten und Ballfertigkeiten vielseitig zu entwickeln. Neben der Entwicklung der koordinativen Fähigkeiten werden im Spiel nebenbei konditionelle Voraussetzungen geschaffen, um später den Ball „Volley“ spielen zu können.

Neben der allgemeinen Spielfähigkeit ist die **spezielle Spielfähigkeit** von grundlegender Bedeutung. Das Ziel muss sein, speziell im Volleyball, den Ball in der Luft zu halten und mit technischen und taktischen Möglichkeiten den Ball so über das Netz zu spielen, dass der Ball beim Gegner auf den Boden fällt. Dies bedingt, dass in einer Trainingseinheit möglichst viele Ballkontakte zustande kommen und dass Spielformen und Spielreihen mit hoher Bewegungsintensität gewählt werden. Über entsprechende taktische Vorgaben, Technikanweisungen, einschließlich Korrekturen lässt sich die spezielle Spielfähigkeit schulen und entwickeln.

Das Volley-Spielen eines Balles stellt an den Anfänger hohe Anforderungen. Zwischen dem motivierendem Volley-Spielen, wobei das direkte Rückspiel den eigentlichen Reiz des Spiels ausmacht, und dem aktuellen Fähigkeits- und Fertigniveau, sind jedoch beträchtliche Unterschiede auszumachen. Die **Diskrepanz zwischen „Köner“ und „Anfänger“** hat oft ihre Ursachen in der **mangelnden Koordination**, der **nicht ausreichenden Antizipationsfähigkeit** und den **unzureichenden technischen Fertigkeiten**.

Koordination:

Unter Druck geschickt mit dem Ball umgehen, um die vorgegebene Spielsituation optimal zu bewältigen.

→ **Schon früh vielfältige Grundlagen der Ballkoordination erarbeiten**

Mit Hilfe „Kleiner Spiele“ „Spielend lernen“, lassen sich diese Ziele spielerisch umsetzen. Solche Volley-Spiele haben einen hohen Aufforderungscharakter und sind stets motivierend.

Antizipationsfähigkeit:

Beim Spielen in kleinen Gruppen sich räumlich-zeitlich sicher orientieren, um komplexe Spielsituationen zu bewältigen.

→ **Durch Übungs-, Spielformen und Spiele die Antizipation der Flugkurve des Balles und die Bewegung zum Ball verbessern**

Nicht nur das Berechnen der Ballflugkurve ist für den Volleyballanfänger von entscheidender Bedeutung, sondern auch die Art und Weise der Bewegung zum Spielort des Balles und das Einnehmen einer stabilen Ausgangsposition vor dem Spielen des Balles. Vielfältige Beinarbeit (z.B. Sidesteps), im Zusammenhang mit der Antizipation von Ballflugkurven, muss dafür angeboten werden.

Technische Fertigkeiten:

Grundlegende bereits vorhandene Bewegungssequenzen in den Mittelpunkt stellen. Darauf aufbauend sportartspezifische Bewegungsanforderungen entwickeln.

→ **Beim Technikerwerb den Spielern technische und taktische „Erleichterungen“ anbieten und über entsprechende Übungen und Spielformen die koordinativen Anforderungen reduzieren.**

Um vorhandene Defizite abzubauen, müssen einfache, übersichtliche Spiel- und Übungssituationen geschaffen werden. Diese sollten durch hohe Motivation und hohe Bewegungsintensität gekennzeichnet sein.



Die Vermittlung des Volleyballspiels stützt sich auf drei Pfeiler

Der koordinative Ansatz:

In der vielseitigen Schulung der **koordinativen Fähigkeiten und Fertigkeiten** im Umgang mit „fliegenden Bällen“ werden die Voraussetzungen für das „Volley-Spielen“ geschaffen. Das „Volley-Spielen“ ist wiederum die Grundlage für den nachfolgenden volleyball-spezifischen Technikerwerb und das spieltaktische Verhalten.

Der technikorienteerte Ansatz:

Die Grundtechniken lassen sich bei der Vermittlung des idealen Technikbildes in ihre Hauptaktionen bzw. **Schlüsselpunkte** aufgliedern und können, durch **angepasste Rahmenbedingungen in Form von „Erleichterungen“**, umgehend in Kleinfeldspielen angewendet werden. Dabei spielen Schlüsselübungen zur Technik, mögliche Fehlerbilder und Fehlerkorrektur eine wichtige Rolle.

Der spielnahe Ansatz:

Grundtechniken bzw. ihre Schlüsselpunkte sollten von Anfang an **spielnah, d.h. in einfachen Spielsituationen trainiert werden**, denn das Lernen einer Technik erfolgt vor allem in Spielen bzw. Spielsituationen. Dafür eignen sich **technikorienteerte Spiele** wie eins gegen eins auf kleinen Feldern. Durch zusätzliche Anweisungen an die Spieler, z.B. beim Oberen Zuspiel, „*Die Arme bleiben nahezu gestreckt, solange der Ball fliegt*“, lässt sich das Techniklernen steuern. Wird schwerpunktmäßig spieltaktisches Verhalten trainiert, dann können **taktikorienteerte Spiele**, verstärkt beim zwei gegen zwei, auf größeren Spielfeldern gespielt werden. Durch gezielte Regelvorgaben können bestimmte taktische Gesichtspunkte betont und trainiert werden.



Die Kernpunkte des Spielkonzepts

Der direkte Zusammenhang von **Spielfähigkeit – Technik – Koordination** führt dazu, dass in der Sportart Volleyball **eine ganzheitliche motorische Grundausbildung bei Kindern** angestrebt werden muss.

Bereits **im frühen Grundschulalter stehen kleine Spiele bzw. kleine Sportspiele im Mittelpunkt**. Der Spaß am Spiel steht im Vordergrund und bewirkt eine hohe Motivation. **Spiele fördern die optimale Ausbildung vielfältiger sportmotorischer Fertigkeiten und Techniken**. Gleichzeitig wird der Bewegungsschatz der Kinder erweitert und dabei können **vielfältige Bewegungserfahrungen** gesammelt werden. Dies ist für die spätere sportliche Weiterentwicklung von größter Bedeutung.

Bei der **Vermittlung der Volleyballtechniken können über eine spielgemäße Methode**, durch systematisch aufbauende **Spielreihen**, Schwerpunkte bei der Spielvermittlung gesetzt werden. Diese werden durch gezielte Übungsreihen, zum Üben technischer Fertigkeiten und taktischer Fähigkeiten, ergänzt. Übungsformen dienen dabei nur dem grundlegenden Technikerwerb und sollten nach Möglichkeit als **kindgemäße Spielformen** angeboten werden.

Nach dem Grundsatz **- Volleyball spielend lernen, spielend üben -** bauen sich die einzelnen Stufen einer Spielreihe zwangsläufig aufeinander auf und die technischen Fertigkeiten sind Bindeglied zwischen ihnen.



Die Umsetzung des Spielkonzepts

Eine **optimale Organisation der Unterrichtsstunden bzw. des Trainings** und die **gleichzeitige Beschäftigung aller Schüler steht vor Methodik und perfektem Technikerwerb!**

Durch die **Beschränkung der technischen und koordinativen Anforderungen** auf ein Mindestmaß, verbunden mit **einfacher individueller Taktik**, ist Volley-Spielen sofort möglich. Eine wichtige Rolle spielen dabei **Netzhöhe** und **Spielfeldgröße**. Je häufiger im Spiel Wiederholungen gelingen, desto besser sind die **Fortschritte im Technikerwerb** und umso höher ist die **Motivation** der Spieler.

Beispiele für „Erleichterungen“, die den Lernprozess unterstützen sowie Tipps, um die Motivation im Unterricht und Spiel zu fördern:

- ➔ **Angemessene Größe und Form der Spielfelder, z.B. kleine Spielfelder für Anfänger.**
- ➔ **Zusatzaufgaben bei Übungen und Spielformen und mögliche Volleyballvarianten, wie z.B. Volleyball-Tennis, Volley-Basketball usw. erhöhen die Motivation der Spieler.**
- ➔ **Entsprechende Netzhöhe, in Anpassung an die Spiel- bzw. Turnierformen – Ein hohes Netz gibt mehr Zeit mit genauer Technik den Ball zu spielen.**
- ➔ **Entlastung durch reduzierte Techniken bei Spielformen und bei Turnieren.**
- ➔ **Einfache individuelle Taktikvorgaben beim Technikerwerb im Spiel.**
- ➔ **Anreize setzen im Spiel, z.B. durch ausgeglichene Gruppen bzw. Mannschaften, leistungsstärkere Spieler in Schlüsselfunktionen einsetzen, Handicaps für leistungsstärkere Spieler oder erhöhte Punktgewinne.**
- ➔ **Aus spieltaktischen Gründen bzw. zur Schulung einer Technik die Verwendung einer Tabuzone.**
- ➔ **Geeignete, leichte Bälle verwenden.**