



Evaluierungsbogen Phase T3 Technik

In der Einzahl wird in diesem Text der Einfachheit halber nur die weibliche Form verwendet. Sie gilt aber für Personen sowohl männlichen als auch weiblichen Geschlechts.

Datum: 11.01.2021
Version: 2020.1
Autor*innen: Johannes Nowotny, Marco Fölmli, Michael Meyenberg
Genehmigt durch:

Inhaltverzeichnis

Inhaltverzeichnis.....	2
1. Anwendung	3
1.1 Bewertung	3
2. Beschreibungen Phase T3.....	3
3. Beachvolleyball/ Blockspieler*in	4
4. Beachvolleyball/ Verteidigungsspieler*in	5
5. Volleyball/ Mittelblockspielerin	6
6. Volleyball/ Angreiferin.....	7
7. Volleyball/ Zuspielerin	8
8. Volleyball/ Libera.....	9

1. Anwendung

Der Evaluierungsbogen zeigt den aktuellen Stand der Spielerin in Bezug auf das Thema «Technik/Taktik» auf, wenn er ehrlich und vorurteilsfrei angewendet wird. Die Evaluierung erfolgt durch die Ausbildungsverantwortliche. Sie evaluiert die einzelnen Punkte anhand ihrer Beobachtungen in Kontrollübungen und im Wettkampf. Swiss Volley empfiehlt die Beurteilung laufend während der Saison zu machen, Ziele für kommende Perioden zu definieren und diese wiederum zu überprüfen. Somit dient die Evaluierung als Diskussionspunkt für die Standortbestimmungsgespräche und Zielvereinbarungen mit der Spielerin und zeigt die technische Entwicklung gut auf.

Der aktuelle Entwicklungsstand wird für den PISTE Test zusammengefasst.

1.1 Bewertung

Die Bewertung erfolgt nach einer 4 teiligen Skala (0-3). Sie gibt an in welcher Situation eine Spielerin die vorgegebenen Punkte bzw. die angegebenen Quoten erfolgreich umsetzen kann:

- 0 ... Punkte wurde noch nicht behandelt, ist ihr unbekannt, kann nicht beobachtet werden,
- 1 ... noch eine grosse Baustelle, aber in isolierten Übungen, ohne Entscheidungsdruck erkennbar,
- 2 ... klappt schon gut, in Kontrollübungen, ohne Resultat- und mit wenig Entscheidungsdruck erkennbar,
- 3 ... ist erledigt, sichtbar auf ihrem Wettkampfniveau, unter Resultat- und Entscheidungsdruck erkennbar.

Das definierte Wettkampfniveau der Phase T3 die 1.Liga/ NLB und der Phase T4 die NLA bzw. der Beachvolleyball Nachwuchskader (A1/ A2).

Beispiel:

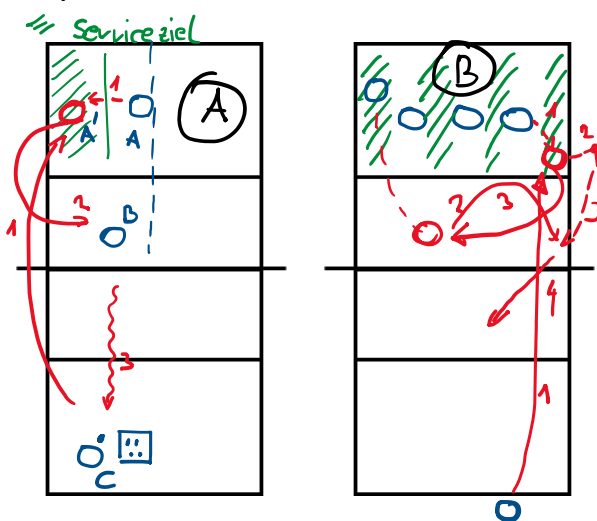


Abbildung 1 A: Einfache Annahmeübung ohne Entscheidungsdruck und Folgehandlung
B: Komplexerer Annahmeübung mit Entscheidungsdruck und Folgehandlung

- Eine Spielerin bekommt die Bewertung 1 für einen Punkt, wenn sie ihn in einer einfachen Annahmeübung regelmässig (8/10) einsetzt (Abbildung 1, Bild A).
- Eine Spielerin bekommt die Bewertung 2 für einen Punkt, wenn sie ihn in einer komplexeren Annahmeübung (Entscheidungsdruck und Folgehandlung) regelmässig (8/10) einsetzt (Abbildung 1, Bild B).
- Eine Spielerin bekommt die Bewertung 3 für einen Punkt, wenn sie ihn in einer Wettkampfsituation regelmässig (8/10) einsetzt. Der Keypoint ist bei den entsprechenden Situationen z.B. auf Video klar erkennbar.

2. Beschreibungen Phase T3

Spieler*innen mit einer FTEM Einstufung T3 nehmen am PISTE Test Junior teil. Ihre Ausbildung erfolgt bei den Frauen spezifisch nach Positionen und Disziplin, bei den Männern spezifisch nach Positionen aber dual (Volleyball & Beachvolleyball). Für die Beurteilung wird die Hauptposition der Spieler*innen herangezogen.

Die nachfolgenden sechs Bereiche je Position bilden die Grundlage der jeweiligen positionsspezifischen Ausbildung. Sie stellt die erste spezifische Ausbildungsstufe dar und ist daher nicht abschliessend. Als Grundlage für die Beurteilung der einzelnen Techniken gelten die «Swiss Volley Technik Guidelines» (2016).

3. Beachvolleyball/ Blockspielerin

SV Lizenznummer:

Name:

	Knotenpunkte	Punkte
Annahme	1 Individuelles Ritual und Vorbereitung auf die Annahme inkl. der Absprache des Zwischenraums	
	2 Verschiebung zum Ball (Aussenbein führt; Hüfte öffnen/ schliessen)	
	3 Stabilität vor dem Ballkontakt (breite Schrittstellung, Winkel Oberkörper/ Unterkörper bleibt konstant)	
	4 Treffpunkt vor dem Körper (aus Sicht vom Netz, auch bei seitlich angenommen Bällen)	
	5 Spielbrett früh bereit (Tempo bei der Bewegung) / Hände	
	6 Impulsgebung aus den Schultern	
Zuspiel	1 Beobachtung des 1. Ballkontakts	
	2 Annäherung ausserhalb der Ballflugkurve und mit Abstand	
	3 Ausrichtung VOR dem Ballkontakt und maximal lesbar spielen können	
	4 Präzision im Zuspiel (Distanz und Höhe) mit Pass halten können; weiche Ballberührung	
	5 Präzision im Zuspiel (Distanz und Höhe) mit Manchette halten können	
	6 Folgehandlung umsetzen (Call und Sicherung)	
Angriff	1 Swiss Volley Spielphilosophie im Angriff leben (immer gefährlich durch einen harten Angriffsschlag sein)	
	2 Harter Angriffsschlag in zwei Richtungen von allen Angriffspositionen beherrschen (frontal, über/ aus Schulter)	
	3 Shot/ Pokey lang/ kurz über den Block ansatzlos aus der Angriffsbewegung setzen können (Linie)	
	4 Cut seitlich neben den Block ansatzlos aus der Angriffsbewegung setzen können (kurze Diagonal)	
	5 Anlaufauflösung nach Annahme (lösen, Distanz finden, dynamische letzten beide Schritten)	
	6 Anlaufauflösung nach Block/ Verteidigung (lösen, Distanz finden, dynamische letzten beide Schritten)	
Verteidigung allg.	1 Block/ Feldverteidigung organisieren können	
	2 Drop maximal schnell umsetzen und beenden bevor die Gegnerin angreift	
	3 Körpernahe Verteidigung von hart geschlagenen Angriffen zuspielbar auf meiner Feldhälfte halten können	
	4 Verteidigung langsamer, körperferner Bälle (Shots, Cuts) zuspielbar auf meiner Feldhälfte halten können	
	5 Einfache Bälle (schlechte Shots/ Cuts, langsame Schläge) in meiner Verantwortung erfüllen können (Quote 8/10)	
	6 Schwierige Bälle (Harte Angriffe, gute Shots) in meiner Verantwortung erfüllen können (Quote 4/10)	
Block	1 Entscheiden können ob Block oder Verteidigung gespielt werden muss	
	2 Block, aus unterschiedlichen Startpositionen (auch Fakeposition), stellen können	
	3 Kurze Verschiebungen und ideal Anpassung des Absprungorts mittels Seitstellschritte	
	4 Ausrichtung bei Ballkontakt (Körper, Hände) im Sprung in Abhängigkeit der Blockabsicht (gerade, seitlich)	
	5 Timing für den Sprung und Ausführung des Sprungs gegen harte Angriffe und Prozentschläge	
	6 Timing für den Sprung und Ausführung des Sprungs gegen Shots und Cuts	
Service	1 Bewegungsausführung laut Guidelines Jump Float	
	2 Bewegungsausführung laut Guidelines Jump Serve	
	3 Servicepositionen wechseln können	
	4 Zielzonen innerhalb einer Serie wechseln können	
	5 Servicerhythmus innerhalb einer Serie wechseln können (Tempo)	
	6 In Drucksituationen (Spielstand, etc.) Servicedruck aufrecht (Präzision/ Tempo) halten können	

Unterschriften

_____ Datum

_____ Spielerin

_____ Ausbildungsverantwortliche

4. Beachvolleyball/ Verteidigungsspielerin

SV Lizenznummer:

Name:

	Knotenpunkte	Punkte
Annahme	1 Individuelles Ritual und Vorbereitung auf die Annahme inkl. der Absprache des Zwischenraums	
	2 Verschiebung zum Ball (Aussenbein führt; Hüfte öffnen/ schliessen)	
	3 Stabilität vor dem Ballkontakt (breite Schrittstellung, Winkel Oberkörper/ Unterkörper bleibt konstant)	
	4 Treffpunkt vor dem Körper (aus Sicht vom Netz, auch bei seitlich angenommen Bällen)	
	5 Spielbrett früh bereit (Tempo bei der Bewegung) / Hände	
	6 Impulsgebung aus den Schultern	
Zuspiel	1 Beobachtung des 1. Ballkontakts	
	2 Annäherung ausserhalb der Ballflugkurve und mit Abstand	
	3 Ausrichtung VOR dem Ballkontakt und maximal lesbar spielen können	
	4 Präzision im Zuspiel (Distanz und Höhe) mit Pass halten können; weiche Ballberührung	
	5 Präzision im Zuspiel (Distanz und Höhe) mit Manchette halten können	
	6 Folgehandlung umsetzen (Call und Sicherung)	
Angriff	1 Swiss Volley Spielphilosophie im Angriff leben (immer gefährlich durch einen harten Angriffsschlag sein)	
	2 Harter Angriffsschlag in zwei Richtungen von allen Angriffspositionen beherrschen (frontal, über/ aus Schulter)	
	3 Shot/ Pokey lang/ kurz über den Block ansatzlos aus der Angriffsbewegung setzen können (Linie)	
	4 Cut seitlich neben den Block ansatzlos aus der Angriffsbewegung setzen können (kurze Diagonal)	
	5 Anlaufauflösung nach Annahme (lösen, Distanz finden, dynamische letzten beide Schritten)	
	6 Anlaufauflösung nach Block/ Verteidigung (lösen, Distanz finden, dynamische letzten beide Schritten)	
Verteidigung allg.	1 Block/ Feldverteidigung organisieren können	
	2 Startposition einnehmen und Position halten (ich sehe und agiere) bis ich weiss was passiert	
	3 Körpernahe Verteidigung von hart geschlagenen Angriffen zuspielbar auf meiner Feldhälfte halten können	
	4 Verteidigung langsamer, körperferner Bälle (Shots, Cuts) zuspielbar auf meiner Feldhälfte halten können	
	5 Einfache Bälle (schlechte Shots/ Cuts, langsame Schläge) in meiner Verantwortung erfüllen können (Quote 10/10)	
	6 Schwierige Bälle (Harte Angriffe, gute Shots) in meiner Verantwortung erfüllen können (Quote 5/10)	
Verteidigung spez	1 Verteidigung rechts (Startposition rechts, Diagonaler und Linie Angriff, lange Shots nach links und Cuts zum Netz)	
	2 Verteidigung links (Startposition links, Diagonaler und Linie Angriff, lange Shots nach rechts und Cuts zum Netz)	
	3 Startpositionen einnehmen können und diese auch kurzfristig anpassen können (Fakeaufstellungen)	
	4 Beschleunigen aus der Startposition und mit 3 Schritten alle Punkte im Feld anlaufen können	
	5 Kontrolle über den Ball auch in extremen Situationen behalten können	
	6 Angreiferin sehr gut lesen können (warten, beobachten, erkennen und reagieren)	
Service	1 Bewegungsausführung laut Guidelines Jump Float	
	2 Bewegungsausführung laut Guidelines Jump Serve	
	3 Servicepositionen wechseln können	
	4 Zielzonen innerhalb einer Serie wechseln können	
	5 Servicerhythmus innerhalb einer Serie wechseln können (Tempo)	
	6 In Drucksituationen (Spielstand, etc.) Servicedruck aufrecht (Präzision/ Tempo) halten können	

Unterschriften

Datum

Spielerin

Ausbildungsverantwortliche

5. Volleyball/ Mittelblockspielerin

SV Lizenznummer:

Name:

	Knotenpunkte	Punkte
Block allgemein	1 Ausgangsstellung und Positionierung der Arme in Abhängigkeit der Spielsituation	
	2 Beobachtung des gegnerischen Spielaufbaus (BSBH)	
	3 Verschiebungen - Swingblock in beide Richtungen	
	4 Verschiebungen - Seitstellschritte im 1:1 und in beide Richtungen	
	5 Hände führen und zeigen Richtung Feldmitte bzw. neutral, Arme übergreifen soweit wie möglich	
	6 Stabilität und Ausrichtung (Körper, Hände) in der Luft (auch nach schnellen seitlichen Verschiebungen)	
Block spezifisch	1 Anhand gegnerischer Rotation eine Blockprioritäten erkennen, eine Blockorganisation machen können	
	2 Blockdisziplin im Spiel halten können	
	3 Block stellen können gegen gegnerischen Schnellangriff	
	4 Block stellen können gegen Rückraum über Zone 8	
	5 Block schliessen bzw. nicht schliessen - je nach Situation und Taktik auf Pos 2 und Pos 4	
	6 Timing für den Sprung und Ausführung des Sprungs im 1:1	
Angriff allgemein	1 Harter Angriffsschlag in zwei Richtungen von Pos 2, 3, 4 auf Pos 1 und Pos 5	
	2 Anlaufrythmus auf unterschiedliche Zuspieltempi anwenden können (1.Schritt bis 3.Schritt)	
	3 Powertip und Finte aus der gleichen Bewegung wie den harten Angriffsschlag einsetzen können	
	4 Rollshot und Cut aus der gleichen Bewegung wie den harten Angriffsschlag einsetzen können	
	5 Block hoch und seitlich bewusst anschlagen können	
	6 Bewegung für das Schlagen "aus" und "über die Schulter" beherrschen und anwenden können	
Angriff spezifisch	1 Angriff nach Annahme auf Pos 1, 6 und 5 (Footwork, Distanz zum Netz und Timing)	
	2 Gegenangriff nach Block auf Pos 2, 3, 4 (Footwork, Distanz zum Netz und Timing)	
	3 Schnellangriff vor der Zuspielerin A/ B inkl. erkennen, wenn A nicht möglich und Alternativen haben	
	4 Schnellangriff hinter der Zuspielerin C inkl. erkennen, wenn C nicht mehr möglich ist und Alternativen haben	
	5 Angriff hinter der Zuspielerin Slide (Frauen)	
	6 Angriffsquote (Punkte 7/10, Fehler 1/10) auf meiner Position erfüllen können	
Defence/ Zuspiel	1 Verschiebung von Basisposition in Startposition (maximal schnell, ruhig vor Ballkontakt)	
	2 Annäherung und Positionierung bei hoch anfliegenden Bällen im Stehen (Überkopf mit Pass)	
	3 Annäherung und Positionierung bei flach anfliegenden Bällen im Stehen oder im Knien (mit Manchette)	
	4 Ausrichtung des Spielbretts gesteuert durch die Schulterachse und die Hände (Abwinkeln d. Spielbretts)	
	5 Verteidigungsquote (5/10) für schwierige Bälle (Harte Angriffe, körperferne Bälle) erfüllen können	
	6 Zuspiel: Einen verteidigten Ball (3-Meter, Rückraum), technisch sauber, frontal auf die Pos 2/ 4 zuspielen (3.Tempo).	
Service	1 Bewegungsausführung laut Guidelines Jump Float	
	2 Bewegungsausführung laut Guidelines Jump Serve	
	3 Servicepositionen wechseln können	
	4 Zielzonen innerhalb einer Serie wechseln können	
	5 Servicerhythmus innerhalb einer Serie wechseln können (Tempo)	
	6 In Drucksituationen (Spielstand, etc.) Servicedruck aufrecht (Präzision/ Tempo) halten können	

Unterschriften

_____ Datum

_____ Spielerin

_____ Ausbildungsverantwortliche

6. Volleyball/ Angreiferin

SV Lizenznummer:

Name:

	Knotenpunkte	Punkte
Angriff allgemein	1 Harter Angriffsschlag in zwei Richtungen von Pos 2, 3, 4 auf Pos 1 und Pos 5.	
	2 Anlaufrythmus auf unterschiedliche Zuspieltempi anwenden können (1.Schritt bis 3.Schritt)	
	3 Powertip und Finte aus der gleichen Bewegung wie den harten Angriffsschlag einsetzen können	
	4 Rollshot und Cut aus der gleichen Bewegung wie den harten Angriffsschlag einsetzen können	
	5 Block hoch und seitlich bewusst anschlagen können	
	6 Bewegung für das Schlagen "aus" und "über die Schulter" beherrschen und anwenden können	
Angriff spezifisch	1 Angriff nach der Annahme von unterschiedlichen Positionen (Footwork, Timing auf unterschiedlich Zuspieltempi)	
	2 Angriff nach der Verteidigung von unterschiedlichen Positionen (Footwork, Timing auf unterschiedlich Zuspieltempi)	
	3 Angriff nach Block von unterschiedlichen Positionen (Footwork, Timing auf unterschiedlich Zuspieltempi)	
	4 Anpassung des abgemachten Zuspieltempos und des Startpunkts des Anlaufs je nach Zuspielort.	
	5 Angriff über die Zone 8 und 9 ohne vorherige Annahmehandlung mit höherem Zuspieltempo (2. bis 3. Schritt)	
	6 Angriffsquote (Punkte 5/10, Fehler 2/10) auf meiner Position erfüllen können	
Annahme allg.	1 Ritual/ Vorbereitung	
	2 Verschiebung zum Ball (Aussenbein führt; Hüfte öffnen/ schliessen)	
	3 Stabilität vor dem Ballkontakt (Winkel Oberkörper/ Unterkörper bleibt konstant)	
	4 Treffpunkt vor dem Körper (aus Sicht vom Netz, auch bei seitlich angenommenen Bällen)	
	5 Spielbrett früh bereit (Tempo bei der Bewegung) / Hände	
	6 Impulsgebung aus Schultern	
Block	1 Anhand gegnerischer Rotation eine Blockzuordnung machen und die Blockdisziplin halten können.	
	2 Block auf Pos. 2/ 4 laut einem taktischen Konzept stellen können.	
	3 Block auf Pos. 3 (gegen Schnellangriff und Rückraumangriffe) und Pos. 4/ 2 (high balls) schliessen können.	
	4 Verschiebungen mit Swingblock zur Positionierung und zum Schliessen nach Innen- und Aussenstart	
	5 Verschiebungen mit Seitstellschritte (Shuffle) zur Positionierung und zum Schliessen nach Innen- und Aussenstart	
	6 Stabilität und Ausrichtung (Körper, Hände) in der Luft (auch nach schnellen seitlichen Verschiebungen, "kein fliegen")	
Defence/ Zuspiel	1 Verschiebung von Basisposition in Startposition (maximal schnell, ruhig vor Ballkontakt)	
	2 Annäherung und Positionierung bei hoch anfliegenden Bällen im Stehen (Überkopf mit Pass)	
	3 Annäherung und Positionierung bei flach anfliegenden Bällen im Stehen oder im Knien (mit Manchette)	
	4 Ausrichtung des Spielbretts gesteuert durch die Schulterachse und die Hände (Abwinkeln d. Spielbretts)	
	5 Verteidigungsquote (5/10) für schwierige Bälle (Harte Angriffe, körperferne Bälle) erfüllen können	
	6 Zuspiel: Einen verteidigten Ball (3-Meter, Rückraum), technisch sauber, frontal auf die Pos 2/ 4 zuspielen (3.Tempo).	
Service	1 Bewegungsausführung laut Guidelines Jump Float	
	2 Bewegungsausführung laut Guidelines Jump Serve	
	3 Servicepositionen wechseln können	
	4 Zielzonen innerhalb einer Serie wechseln können	
	5 Servicerhythmus innerhalb einer Serie wechseln können (Tempo)	
	6 In Drucksituationen (Spielstand, etc.) Servicedruck aufrecht (Präzision/ Tempo) halten können	

Unterschriften

_____ Datum

_____ Spielerin

_____ Ausbildungsverantwortliche

7. Volleyball/ Zuspielerin

SV Lizenznummer:

Name:

	Knotenpunkte	Punkte
Zuspiel-3 Meterzone	1 Im Sprungpass auf die Pos 4 mit verschiedenen Tempi spielen.	
	2 Im Sprungpass auf die Pos 2 mit verschiedenen Tempi spielen.	
	3 Im Sprungpass Schnellangriff vor der Zuspielerin (A/ B) spielen.	
	4 Im Sprungpass Schnellangriff hinter der Zuspielerin (C/ Slide (Frauen)).	
	5 Im Sprungpass die Rückraum Zone 8, Zone 9 mit verschiedenen Tempi anspielen.	
	6 Entscheiden wann Sprungpass, Pass oder Manchette als Zuspiel eingesetzt werden muss.	

Alle ob stehenden Punkte aus verschiedenen Zonen des 1. Ballkontakts, nach Annahme, Verteidigung und Block

Zuspiel-Rückraum	1 Im Sprungpass auf die Pos 4 mit verschiedenen Tempi spielen (entscheiden wann 3. Tempo notwendig).	
	2 Im Sprungpass auf die Pos 2 mit verschiedenen Tempi spielen (entscheiden wann 3. Tempo notwendig).	
	3 Im Sprungpass einen Schnellangriff hinter der Zuspielerin (Slide (Frauen)).	
	4 Im Sprungpass einen Schnellangriff vor der Zuspielerin (B).	
	5 Im Sprungpass auf die Rückraum Zone 8 im 2. Tempo anspielen.	
	6 Entscheiden wann Sprungpass, Pass oder Manchette als Zuspiel eingesetzt werden muss.	

Alle ob stehenden Punkte aus verschiedenen Zonen des 1. Ballkontakts, nach Annahme, Verteidigung und Block

Angriff	1 Aus der Vorderzone kurz an die Seitenlinie vorwärts gespielt (kurz an die 3-Meterlinie und Seitenlinie).	
	2 Aus der Vorderzone in die Mitte seitlich gespielt (kurz an die 3-Meterlinie).	
	3 Aus der Vorderzone kurz an die Seitenlinie rückwärts gespielt (kurz an die 3-Meterlinie und Seitenlinie).	
	4 Aus der Vorderzone lang an die Grundlinie (Pos 1 oder 5) spielen.	
	5 Aus der Vorderzone einen Angriffsschlag (lang an die Grund- und Seitenlinie) - Linkshänder.	
	6 Aus nicht perfekten 1.Bällen und in Bewegung in Richtung Pos 4 oder Pos 2 erfolgreich Finte spielen können.	

Alle ob stehenden Punkte sollen im Spiel situationsbezogen sinnvoll eingesetzt werden. Sie soll 2-3 Varianten gut können.

Block	1 Anhand gegnerischer Rotation eine Blockzuordnung machen und die Blockdisziplin halten können.	
	2 Block auf Pos. 2/ 4 laut einem taktischen Konzept stellen können.	
	3 Block auf Pos. 3 (gegen Schnellangriff und Rückraumangriffe) und Pos. 4 (high balls) schliessen können.	
	4 Verschiebungen mit Swingblock zur Positionierung und zum Schliessen nach Innen- und Aussenstart	
	5 Verschiebungen mit Seitstellschritte (Shuffle) zur Positionierung und zum Schliessen nach Innen- und Aussenstart	
	6 Stabilität und Ausrichtung (Körper, Hände) in der Luft (auch nach schnellen seitlichen Verschiebungen, "kein fliegen")	

Verteidigung allg.	1 Verschiebung von Basisposition in Startposition (maximal schnell, ruhig vor Ballkontakt)	
	2 Annäherung und Positionierung bei hoch anfliegenden Bällen im Stehen (Überkopf mit Pass)	
	3 Annäherung und Positionierung bei flach anfliegenden Bällen im Stehen oder Knien (mit Manchette)	
	4 Ausrichtung des Spielbretts gesteuert durch die Schulterachse und die Hände (beim Abwinkeln des Spielbretts)	
	5 Verteidigungsquote (10/10) für einfache Bälle (Gratisbälle, Downbälle) erfüllen können	
	6 Verteidigungsquote (5/10) für schwierige Bälle (Harte Angriffe, körperferne Bälle) erfüllen können	

Service	1 Bewegungsausführung laut Guidelines Jump Float	
	2 Bewegungsausführung laut Guidelines Jump Serve	
	3 Servicepositionen wechseln können	
	4 Zielzonen innerhalb einer Serie wechseln können	
	5 Servicerhythmus innerhalb einer Serie wechseln können (Tempo)	
	6 In Drucksituationen (Spielstand, etc.) Servicedruck aufrecht (Präzision/ Tempo) halten können	

Unterschriften

_____ Datum

_____ Spielerin

_____ Ausbildungsverantwortliche

8. Volleyball/ Libera

SV Lizenznummer:

Name:

	Knotenpunkte	Punkte
Annahme allgemein	1 Ritual/ Vorbereitung	
	2 Verschiebung zum Ball (Aussenbein führt; Hüfte öffnen/ schliessen)	
	3 Stabilität vor dem Ballkontakt (Winkel Oberkörper/ Unterkörper bleibt konstant).	
	4 Treffpunkt vor dem Körper (aus Sicht vom Netz, auch bei seitlich angenommenen Bällen).	
	5 Spielbrett früh bereit (Tempo bei der Bewegung) / Hände.	
	6 Impulsgebung aus Schultern.	
Annahme speziell	1 Annahme organisieren und Annahmezonen einzelnen Spielerinnen zuteilen können.	
	2 Annahmezone vorne abdecken können.	
	3 Annahmezone tief abdecken können.	
	4 Annahme von oben anwenden können.	
	5 Folgehandlungen beachten (Laufwege der Angreiferinnen, Sicherung des Angriffs).	
	6 Annahmequote (6/10 für #, +) im Spiel erfüllen können.	
Verteidigung allg.	1 Verschiebung von Basisposition in Startposition (maximal schnell, ruhig vor Ballkontakt)	
	2 Verschiebung und Positionierung bei hoch anfliegenden Bällen im Stehen (Überkopf mit Pass)	
	3 Verschiebung und Positionierung bei flach anfliegenden Bällen im Stehen oder im Knien (mit Manchette)	
	4 Ausrichtung des Spielbretts gesteuert durch die Schulterachse und die Hände (beim Abwinkeln des Spielbretts)	
	5 Verteidigungsquote (10/10) für einfache Bälle (Gratisbälle, Downbälle) erfüllen können	
	6 Verteidigungsquote (6/10) für schwierige Bälle (Harte Angriffe, körperferne Bälle) erfüllen können	
Verteidigung sp.	1 Block- und Verteidigung organisieren können.	
	2 Verteidigung auf Pos 5 spielen können.	
	3 Verteidigung auf Pos 6 und Pos 1 (Frauen) spielen können.	
	4 Direktes Zuspiel des 1. Ballkontakts auf die Position 2 und 4 nach Gratisballsituation.	
	5 Verteidigung langsamer, körperferner Bälle (Shots, Cuts, Finten, Powertips) seitlich zuspielbar (Mitte -3Meterzone)	
	6 Verteidigung langsamer, körperferner Bälle (siehe oben) nach vorne zuspielbar (Mitte -3Meterzone)	
Zuspiel-3 M-Zone	1 Zuspiel von unten auf Pos 2.	
	2 Zuspiel von unten auf Pos 4.	
	3 Zuspiel von unten auf Rückraum (Zone 8 und 9).	
	4 Zuspiel im Hineinspringen auf Pos 2.	
	5 Zuspiel im Hineinspringen auf Pos 4.	
	6 Zuspiel im Hineinspringen auf Rückraum (Zone 8 und 9).	
<i>Alle ob stehenden Punkte aus verschiedenen Zonen des 1. Ballkontakts, nach Annahme, Verteidigung und Block</i>		
Zuspiel - Rückraum	1 Zuspiel von oben/ im Sprung auf Pos 2	
	2 Zuspiel von oben/ im Sprung auf Pos 4	
	3 Zuspiel von oben/ im Sprung auf Rückraum (Zone 8 und 9)	
	4 Zuspiel von unten auf Pos 2	
	5 Zuspiel von unten auf Pos 4	
	6 Zuspiel von unten auf Rückraum (Zone 8 und 9)	
<i>Alle ob stehenden Punkte aus verschiedenen Zonen des 1. Ballkontakts, nach Annahme, Verteidigung und Block</i>		

Unterschriften

Datum

Spielerin

Ausbildungsverantwortliche