

## Kidsvolley Level 3



Kidsvolley level 3 er for eleverne på 5. til 7. klassetrin.

På de alderstrin er forskellen på elevernes motoriske færdigheder blevet endnu større. Som i enhver undervisningssituation vil det for nogen være vanskeligt at få flow i spillet de første gange svært. Erfaringen viser dog at de meget hurtigt opfatter spillets ide, og efter få lektioner lykkes det.

For at kunne få glæde af spillet på level 3 skal man mere eller mindre beherske de grundlæggende teknikker fingerslag og baggerslag. For klasser der har fulgt læringsstigen gennem Kidsvolley level 1 og level 2 er de tekniske færdigheder gennem undervisningen kommet helt naturligt.

På level 3 i Kidsvolley er det slut med at rotere når bolden spilles over nettet. Spillet begynder nu, at få flere og flere af kendetegnene fra volleyball, og bolden skal nu spilles over med et volleyballslag.

Elevernes fysiske og motoriske udvikling, samt deres beherskelse af teknikkerne, er endnu ikke så god, at de kan få glæde af det færdige volleyballspil på en "rigtig" volleyballbane. Derfor fastholdes badmintonbanen som den fysiske afgrænsning af banen. For at fastholde det flow, der var kendetegnende for level 0-2, indføres på level 3 en gribe- kasthævning, hvor bolden efter modtagning (2. bolden) **skal** gribes og kastes videre inden den spilles over nettet med et volleyballslag.

### Reglerne til Kidsvolley level 3

Reglerne på level 3 i skolesammenhæng følger Dansk Volleyball Forbunds officielle regler. Da vi hele tiden ønsker at forbedre og udvikle Kidsvolley, kan der over tid ske enkelte justeringer. Du kan altid finde de sidste nye regler og intentioner bag reglerne på Kidsvolleys hjemmeside [www.kidsvolley.net](http://www.kidsvolley.net) eller på [www.skolevolley.dk](http://www.skolevolley.dk)

### Banestørrelse og nethøjde

Banen afgrænses af de yderste streger af en badmintonbane. 6,10 x 6,70 meter pr. banehalvdel. Nethøjden er 2 meter.

### Spilletets idé

Spillet ligner på de fleste punkter almindelig volleyball hvor man med almindelige volleyballslag skal få bolden til at røre gulvet på modstanderens side. Der er den undtagelse at anden bolden (holdets 2. berøring), skal gribes og kastes videre før den spilles over nettet. Bolden skal spilles tre gange på hver sin side af nettet.

### Hvilke slag må benyttes

På level 3 er det slut med at kaste bolden over nettet. De "rigtige" teknikker skal bruges til at spille bolden.

Serv



Fingerslag



Baggerslag



Smash



For at skabe flow i spillet, indføres en gribe- kastehævning. Det vil sige at 2. bolden **skal** gribes og i en glidende bevægelse kastes videre, så den derefter med et volleyballslag kan spilles over nettet. Det betyder, at en skæv modtagning vil kunne reddes ved at bolden gribes. Samtidig betyder det efterfølgende kast, at der vil komme en "pæn" bold der vil kunne smashes eller spilles med fingerslag over nettet. Gribe- kastehævninger giver længere dueller og mulighed for smash. Dette er meget vigtigt, da smasheet for mange er volleyballs identitet og mest spektakulære slag.

Rytmen på level 3 bliver:

- bold modtages med volleyballslag
- bold gribes og kastes videre
- bold spilles over med volleyballslag

Gribe- kastehævningen på andenbolden



### **Gribe- kastehævningen**

*Dette er ikke noget almindeligt volleyballslag, men et middel til, at der kan komme flow i spillet og vi kan få mange smash..*

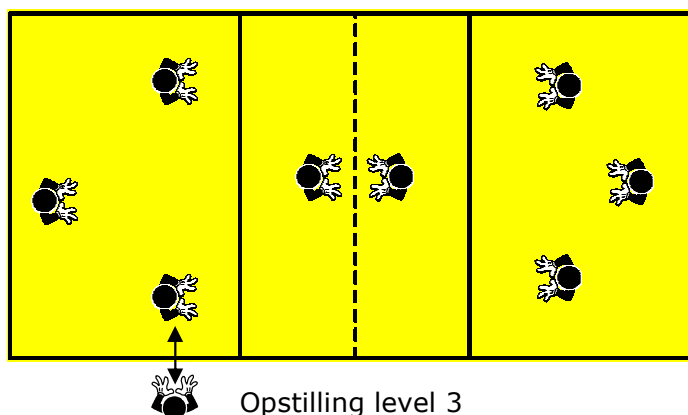
*Centralt er det at teknikken udføres i **en** bevægelse. En glidende og rytmisk bevægelse. Bolden skal kastes hurtigt, den må ikke varmes og den må ikke føres i en retning for bagefter at føres i en anden retning. For at skabe klarhed om flytning af fødderne i gribe-kaste bevægelsen, så er det den glidende rytmiske bevægelse der er det centrale og ikke hvor meget fødderne drejes. Kaster man sig efter 2. bolden, rejser man sig hurtigt op og kaster bolden videre.*

### **Serven.**

Specielt for level 3: Der skal serves med underhåndsserv fra den afstand fra nettet, som spilleren magter. Tredje serv **skal** serves bag baglinien og må være en overhåndsserv/springserv. Der roteres efter tre server af den samme spiller.

### Opstilling

På level 3 skal der være fire spillere på banen. De stiller op i en "rombe" med en spiller fremme ved nettet, to spillere på kanterne og en spiller bagerst. En evt. udskiftningsspiller bytter når serveretten vindes tilbage og går efterfølgende ned og server. Se tegningen.



### Rotation.

På level 3 roteres der kun når holdet har vundet serveretten. Der roteres ikke ved hver overspilning, som på de lavere levels. Rotationssystemet er altså som i almindelig volleyball.

### Point.

Almindelig running score pointtælling. Ved fejl forlader spilleren altså ikke banen. Fejl giver point til modstanderen. Det vil sige, at der ved hver spillet bold gives et point til et af holdene. Der spilles bedst af 3 sæt. I de første 2 sæt spilles der running score til 25. I et evt. 3. sæt spilles til 15.

Hvert hold har 2 time outs pr. hold pr. sæt.

Der kan også spilles på tid 10 - 15 minutter hvor tællingen evt. fortsætter ud over 25