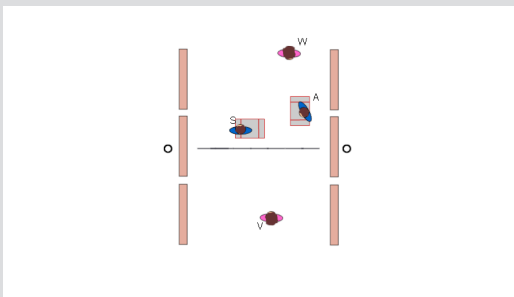


Oefenvorm volleysmashspel



Klaarzetten

We maken meerdere speelvelden. Per speelveld:

- ruimte: 3 meter breed en 9 meter diep
- één net of lijn op 1.80 meter hoogte
- volleybalaansluiting, hoogspringpalen en/of wandrek om de lijn vast te maken
- 1 dunne mat voor de set-upper (S)
- 1 dunne mat voor de aanvaller (A)*
- 1 volleybal
- 4 kinderen → 1 set-upper (S), 1 aanvaller (A), 1 verdediger (V) en 1 wachter (W)

* Dunne mat voor de aanvaller is duidelijker voor de set-upper om goed aan te gooien. Veiliger is een aanvalsvak met krijt maken.



Opdracht

De set-upper gooit de bal met een boogje voor de aanvaller op. De aanvaller tikt de bal met 2 handen over het net. De verdediger aan de andere kant van het net vangt de bal.

Regels

Startregels:

- Elk team heeft een verdediger, set-upper, aanvaller en een wachter.
- De set-upper (S) staat op de set-upmat.
- De aanvaller (A) staat op de aanvalsmat.
- De verdediger (V) staat in het veld.
- De wachter (W) staat achter de aanvalsmat.
- De set-upper krijgt de bal om te starten met een set-up.

Functieregels:

- De set-upper moet onderhands opgooien.
- De aanvaller moet de bal met 2 handen spelen.
- De verdediger vangt de bal die over het net gespeeld wordt.
- De verdediger geeft aan de set-upper of gooit de bal naar de set-upper.

Doordraairegel:

- Wanneer de aanvaller de bal over het net heeft gespeeld, wordt de aanvaller → vanger → wachter → aanvaller.

Functiewissel:

- Als de bal 6 keer over het net is gespeeld, dan komt er een nieuwe set-upper (als alle spelers 3 keer gesmasht hebben).