

Bedstevolley Trin 2

På Bedstevolley Trin 2 introduceres baggerslaget og fingerslaget for første gang, som er de første rigtige volleyslag spillerne støder på.

Spillets idé

- I lighed med almindelig volleyball er spillets idé, at holdet på den ene side af nettet forsøger at få bolden til at røre gulvet på modstanderens banelvdel. Modstanderholdet forsøger ved at gribe bolden eller modtage med baggerslag at afværge, at bolden rammer gulvet.

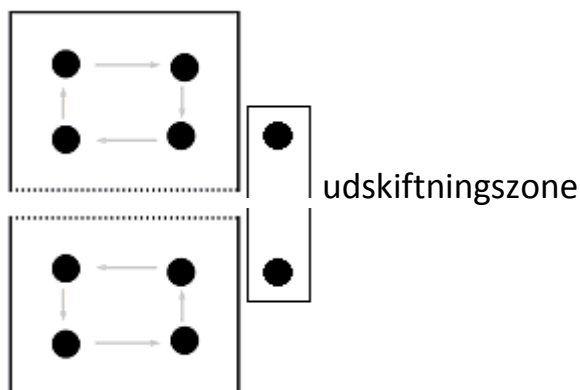
Spillets Rammer

- Nethøjde: **2,25m**
- Banestørrelse: Badmintonbanens yderste sidelinjer og forreste baglinje. Banens mål er: Længde 5,30 m og bredde 6,10m.
- Bold: Det anbefales, at der spilles med ULTIMA volley 3. Denne bold kan købes gennem Dansk Volleyball Forbund.

Har klubben kun Kidsvolleybolde er det et fint alternativ. Det vigtigste er, at bolden er lettere end en almindelig volleyball.

Spillere på banen

- Antal af spillere på banen: **4 + 1 udskiftningsspiller**
- Placering på banen: Spillerne skal være placeret som hjørnerne i en **Firkant**.
To spillere nærmest nettet og to nærmest baglinjen. Derudover er der en **udskiftningsspiller**, som er placeret i "Udskiftningszonen"



Nye regler på Trin 2

- Bolden skal modtages med et baggerslag eller fingerslag, som gribes af en medspiller. Herefter kastes bolden over nettet med et fingerslagskast- eller baggerslagskast, hvorefter der roteres.



Tilladte kast/slag

- Volleyballignende kast med 2 hænder. Dvs. fingerslagskast og baggerslagskast.
- Baggerslag
- Fingerslag
- Bolden må kastes derfra, hvor den er grebet. Det er altså ikke tilladt at gå/løbe med bolden.

Igangsætning

- Bolden sættes i gang med et baggerslagskast af den spiller, som er nærmest bolden eller har bolden i hænderne. Det er tilladt at gå tættere på nettet for at sætte bolden i gang. Det vigtigste er at bolden kommer over nettet.
- Man kan indføre serveren på dette trin, som sætter bolden i gang efter spilstop.

Rotation

- Hver gang bolden kastes over på modstanderens side, skal holdet rotere én plads med urets retning. Rotationen foregår således mens bolden er i spil, men kun når bolden er på modstanderens side.

Udskiftning

- Hver gang holdet **taber** bolden, skal spilleren nærmest udskiftningszonen bytte plads med udskiftningsspilleren, som kan være den pointansvarlige.

Point

- Et hold får point, når modstanderen laver en af nedenstående fejl.
- Der kan vindes point på hver bold uanset, hvem der har sat bolden i gang.
- Man kan vælge at spille på tid eller til aftalt antal point. I normal volleyball spilles der sæt til 25. Man kan selv bestemme, hvor meget man vil spille til
- f.eks. 10, 15, 20, 25.



Pointtælling med stokke

Man kan bruge stokke til at hjælpe med pointtællingen.

Det kan være en sjov måde at lave point tælling på.

Det gælder om at undgå at få stokkene

- Der ligger 5 stokke i alt i udskiftningszonen, som fra starten er neutrale. Hver gang et hold vinder en bold, tager den point-/stokansvarlige en stok fra bunken og afleverer den til modstanderholdet.
- Når alle 5 stokke er udleveret (det ene hold har f.eks. 2 stokke og det andet hold har 3), afleverer det hold, der har vundet pointet, en af deres egne stokke til modstanderholdet. Sættet er vundet, når alle 5 stokke er hos modstanderholdet.

Mulige fejl, der fører til, at holdet taber bolden

- Bolden gribes ikke og lander på gulvet på egen banehalvdel
- Bolden kastes under eller i nettet af en spiller på holdet (bolden må gerne røre nettet, idet den passerer nettet).
- Bolden kastes og lander udenfor banen, på modstandernes side.

Fokuspunkter i træningen

- Baggerslag
- Fingerslag
- Kaste mod tomme områder på modstanderens banehalvdel
- Automatisere rotationen
- Bevægelse og timing i forhold til bolden

Intentioner bag spillet

- På trin 1 arbejdes med bevægelse, rotation og gribe-kaste. Når disse elementer er på plads er Trin 2 en udfordring af de tekniske færdigheder. Baggerslaget og fingerslaget introduceres og udløser bonus. Desuden udfordres samspillet på holdet, idet der for første gang indføres to mulige berøringer på samme side, før bolden skal passere nettet.