



SCHOOL-SCOUT.DE

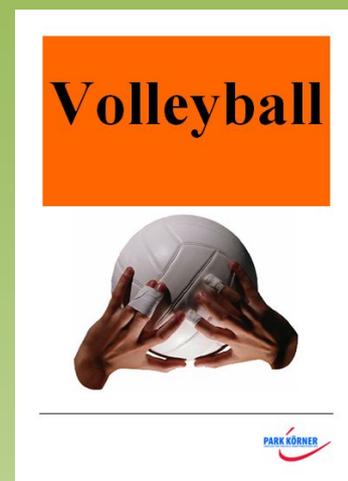
Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Volleyball

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de





Volleyball

Nicole Gehring



Hinweise zu dieser Einheit

Die Unterrichtseinheit ist für die 7. bis 9. Klasse konzipiert. Sie umfasst die Teilgebiete:

1. Finger-Erwärmung (VB1-VB10)
2. Ballgewöhnung (VB11-VB31)
3. Pritschen (VB32-VB56)
4. Baggern und Pritschen (VB57 -VB83)
5. Aufschlag (VB84-VB99)

Diese Bereiche sind Bestandteil der Lehrpläne aller Bundesländer. Die Materialien dienen als Anregung und Grundlage zugleich. Sie sind frei kombinierbar und damit vielseitig einsetzbar. Zu Beginn jeder Stunde, in besonderem Maße bei der Einführung in diese Thematik, bieten sich die Ballgewöhnungsübungen an. Darauf aufbauend werden Aufgaben aus dem **Bereich „Pritschen“ und „Baggern und Pritschen“ oder aber aus dem Bereich „Aufschlag“ gestellt, je nachdem, welche** Thematik vertieft eingeübt werden soll.

In kopierter Form dienen die Materialien als Unterrichtshilfe und zugleich auch als Anregung für die Schüler, die darauf abgebildete Aufgabe selbst zu erfassen, den Mitschülern vorzuzeigen und zu erklären. Die Schüler sollen zunächst versuchen, die gestellte Aufgabe zu erfassen und nachzuahmen, bevor die Lehrkraft mit Hilfe gebenden Hinweisen einschreitet.

Vor jeder Übungseinheit sollte eine Aufwärmphase erfolgen, z. B. Warmlaufen in der Halle oder ein Lauf- und Fangspiel usw. Danach sollten die Finger, wie in der Fingergymnastik dargestellt, erwärmt werden, damit bei den darauf aufbauenden Übungen keine Verletzungen auftreten bzw. das Risiko dafür gemindert wird.

Autor und Verlag wünschen Ihnen und Ihren Schülern viel Erfolg mit dieser Unterrichtsreihe.



Inhalt



Vorbemerkung: Übersichtsskizzen zu den einzelnen Karten

Die Skizzen dienen der besseren Übersicht und stellen eine Möglichkeit der Hallenaufteilung vor.

Selbstverständlich gibt es weitere Variationen. Die Übersichtsskizzen sind in die jeweiligen Teileinheiten integriert und entsprechend gekennzeichnet. Manche der Übersichtsskizzen wiederholen sich, jedoch sind sie hinter den jeweiligen Aufgabenkarten direkt angeschlossen, um den Überblick zu erhalten und ein Suchen zwischen den Teileinheiten zu ersparen.

1. Finger-Erwärmung

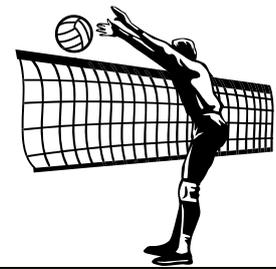
Diese Einheit ist gerade zu Beginn der Volleyballeinheit geeignet, um Verletzungen an den Fingern oder Händen, die häufig beim Pritschen auftreten können (falsche Handhaltung) vorzubeugen.

Karte	Aufgabe
VB1.fol	Finger-Erwärmung 1
VB2.fol	Finger-Erwärmung 2
VB3.fol	Finger-Erwärmung 3
VB4.fol	Finger-Erwärmung 4
VB5.fol	Finger-Erwärmung 5
VB6.fol	Finger-Erwärmung 6
VB7.fol	Finger-Erwärmung 7
VB8.fol	Finger-Erwärmung 8
VB9.fol	Finger-Erwärmung 9
VB10.fol	Finger-Erwärmung 10

2. Ballgewöhnung

Karte	Aufgabe
VB11.fol	Ballgewöhnung: Bogenwurf
VB12.fol	Ballgewöhnung: Bogenwurf
VB13.fol	Übersichtsskizze zu VB12, VB18
VB14.fol	Ballgewöhnung: Bogenwurf
VB15.fol	Übersichtsskizze zu VB14, VB16, VB19, VB20
VB16.fol	Ballgewöhnung: Bogenwurf
VB17.fol	Ballgewöhnung: Baggerwurf
VB18.fol	Ballgewöhnung: Baggerwurf
VB19.fol	Ballgewöhnung: Baggerwurf
VB20.fol	Ballgewöhnung: Baggerwurf
VB21.fol	Ballgewöhnung: Bogen- und Baggerwurf
VB22.fol	Übersichtsskizze zu VB21, VB25
VB23.fol	Ballgewöhnung: Bogen- und Baggerwurf mit Hindernis
VB24.fol	Übersichtsskizze zu VB23, VB26
VB25.fol	Ballgewöhnung: Bogen- und Baggerwurf mit schnellem Wechsel
VB26.fol	Ballgewöhnung: Bogen- und Baggerwurf mit schnellem Wechsel und Hindernis
VB27.fol	Ballgewöhnung: Bogen- und Baggerwurf zu dritt
VB28.fol	Übersichtsskizze zu VB27, VB29
VB29.fol	Ballgewöhnung: Bogen- und Baggerwurf zu dritt mit Richtungswechsel
VB30.fol	Ballgewöhnung: Bogen- und Baggerwurf zu dritt mit Richtungswechsel und Hindernis
VB31.fol	Übersichtsskizze zu VB30

3. Pritschen



Karte	Aufgabe
VB32.fol	Sich selbst „zupritschen“
VB33.fol	Partner-Pritschen im Stehen
VB34.fol	Übersichtsskizze zu VB33, VB35
VB35.fol	Partner-Pritschen im Sitzen
VB36.fol	Partner-Pritschen im Sitzen mit Hindernis
VB37.fol	Übersichtsskizze zu VB36, VB38, VB39
VB38.fol	Grober Aufbauplan
VB39.fol	Partner-Pritschen im Sitzen mit doppeltem Hindernis
VB40.fol	4er-Konkurrenzspiel
VB41.fol	Übersichtsskizze zu VB40
VB42.fol	4er-Pritschen
VB43.fol	Übersichtsskizze zu VB42, VB55
VB44.fol	4er-Pritschen mit Hindernis
VB45.fol	Übersichtsskizze zu VB44, VB56
VB46.fol	4er-Pritschen im Akkord
VB47.fol	Übersichtsskizze zu VB46
VB48.fol	4er-Pritschen im Akkord mit Hindernis
VB49.fol	Übersichtsskizze zu VB48, VB50
VB50.fol	4er-Pritschen im Akkord mit doppeltem Hindernis
VB51.fol	3er-Pritschen mit Richtungswechsel
VB52.fol	Übersichtsskizze zu VB51
VB53.fol	3er-Pritschen mit Drehung
VB54.fol	Übersichtsskizze zu VB53
VB55.fol	4er-Pritschen im Wechsel
VB56.fol	4er-Pritschen im Wechsel mit Hindernis

4. Baggern und Pritschen



Es geht vornehmlich um die Technik des Baggerns, in einzelnen Karten wird jedoch das Pritschen mit aufgegriffen, um zum Einen das bereits Gelernte zu festigen und zum Anderen beide Techniken miteinander zu verbinden, da das ein wesentliches Element des Volleyballspieles darstellt.

Karte	Aufgabe
VB57.fol	Technik 1
VB58.fol	Technik 2
VB59.fol	Übersichtsskizze zu VB58, VB61, VB62
VB60.fol	Aufbauplan
VB61.fol	Rundlauf-Baggern
VB62.fol	Rundlauf-Baggern mit Wechsel auf Kommando
VB63.fol	Seilschaft 1
VB64.fol	Übersichtsskizze zu VB63, VB65
VB65.fol	Seilschaft 2
VB66.fol	Seilschaft 3
VB67.fol	Übersichtsskizze zu VB66, VB69, VB70, VB71
VB68.fol	Aufbauplan
VB69.fol	Seilschaft 4
VB70.fol	Seilschaft 5
VB71.fol	Trio
VB72.fol	Trio mit Hindernis
VB73.fol	Seilschaft-Trio
VB74.fol	Seilschaft-Trio auf verschiedenen Ebenen 1
VB75.fol	Seilschaft-Trio auf verschiedenen Ebenen 2
VB76.fol	Seilschaft-Trio auf verschiedenen Ebenen 3
VB77.fol	Seilschaft-Trio auf verschiedenen Ebenen 4
VB78.fol	Seilschaft-Quartett
VB79.fol	Aufbauplan
VB80.fol	Seilschaft-Quartett auf verschiedenen Ebenen 1
VB81.fol	Seilschaft-Quartett auf verschiedenen Ebenen 2

VB82.fol	Aufbauplan
VB83.fol	Seilschaft-Quartett auf verschiedenen Ebenen mit Wechsel

5. Aufschlag

Karte	Aufgabe
VB84.fol	Technik 1: Aufschlag von unten
VB85.fol	Technik 2: Aufschlag von oben
VB86.fol	Technik 1 und 2 kombiniert
VB87.fol	Übersichtsskizze zu VB86, VB89, VB90
VB88.fol	Aufbauplan
VB89.fol	Rundlauf-Aufschlag 1
VB90.fol	Rundlauf-Aufschlag 2
VB91.fol	Trio 1
VB92.fol	Übersichtsskizze zu VB91, VB93
VB93.fol	Trio 2
VB94.fol	Quartett 1
VB95.fol	Quartett 2
VB96.fol	Spiel mit Hindernissen 1
VB97.fol	Übersichtsskizze zu VB96, VB99
VB98.fol	Spiel mit Hindernissen 2
VB99.fol	Spiel mit Hindernissen 3



SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Volleyball

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de

