



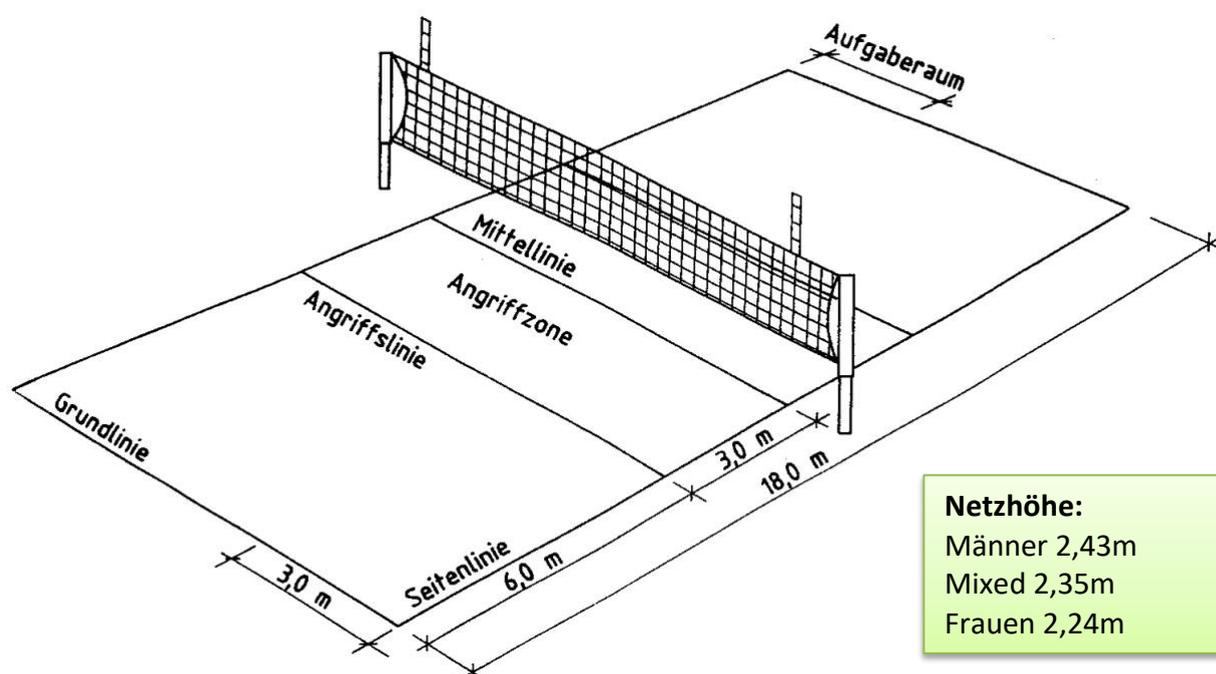
Volleyball

Skript zur theoretischen Prüfung

1. Spielgedanke

Ziel des Spiels ist es, den Ball so über das Netz zu spielen, dass er den Boden in der gegnerischen Spielfeldhälfte berührt oder dass die gegnerische Mannschaft den Ball nicht mehr regelgerecht über das Netz zurückspielen kann. Der Ball darf im eigenen Feld den Boden nicht berühren.

2. Spielfeld



Netzhöhe:
 Männer 2,43m
 Mixed 2,35m
 Frauen 2,24m

Volleyballspielfeld mit verbindlichen Maßen

3. Aufschlag und Zählweise

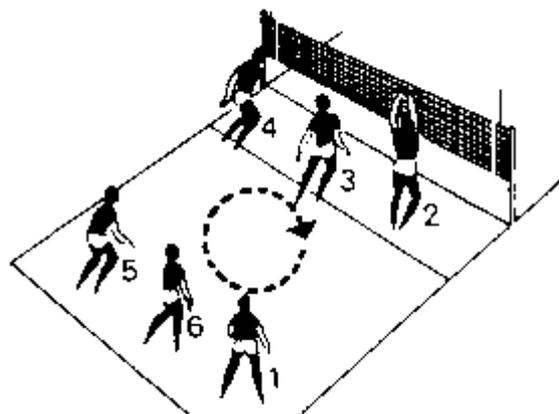
Im Volleyball erzielt die Mannschaft, die einen Spielzug gewinnt, einen Punkt. Macht die aufschlagende Mannschaft einen Fehler, erhält die andere Mannschaft sowohl einen Punkt als auch das Aufschlagsrecht. Die Spieler wechseln die Positionen gemäß der Rotationsfolge. Aufschläger ist dann der Spieler, welcher nach der Rotation auf Position 1 steht.

Es wird in einem Satz so lange gespielt, bis eine Mannschaft 25 Punkte erreicht hat. Für den Satzgewinn muss sie jedoch mindestens zwei Punkte mehr haben als der Gegner, ansonsten wird der Satz bis zur Entscheidung verlängert. Um das Spiel zu gewinnen, muss eine Mannschaft drei Sätze (Gewinnsätze) für sich entscheiden. Sieger eines eventuellen fünften Satzes (Tie-Break) ist die Mannschaft, die 15 Punkte erreicht und zwei Punkte Vorsprung hat.

Jede Mannschaft kann pro Satz zwei Auszeiten von maximal 30 Sekunden nehmen.

4. Mannschaft und Positionen

- 6 Feldspieler
- bis zu 6 Auswechselspieler
- Erste Reihe: 3 Angriffsspieler
- Hintere Reihe: 3 Abwehrspieler
- Nummern der einzelnen Positionen siehe Abbildung:



Üblicherweise werden die Aufgaben in einer Mannschaft auf zwei Mittelblocker, zwei Außenangreifer und (je nach taktischem Spielsystem) zwei Zuspieler oder einen Zuspieler und einen Diagonalspieler verteilt.

- Die Hauptaufgaben des **Mittelangreifers/-blockers** sind das Blockspiel und der Schnellangriff durch die Mitte (Position 3).
- Der **Außenangreifer/-blocker** greift von der linken Seite des Feldes aus an und stellt den Block auf seiner Feldseite (Position 4).
- Hauptaufgabe des **Zuspielers** (auch Steller genannt) ist es, den angenommenen oder abgewehrten Ball mit der zweiten Ballberührung des Teams seinen Angreifern zuzuspielen (Position 2).
- Spieler, die am Anfang des Ballwechsels im Hinterfeld (Positionen 1, 6 und 5) stehen, werden meist ebenfalls mit speziellen Aufgaben betraut und wechseln daher nach dem Aufschlag schnellstmöglich auf ihre vorgesehenen Hinterfeldpositionen.
- Der **Libero** ist ein Annahme- und Abwehrspezialist. Er darf – von wo auch immer – Angriffsschläge nur durchführen, wenn sich der Ball unterhalb der Netzoberkante befindet. Der Libero darf außerdem keinen Block oder Blockversuch durchführen sowie keinen Aufschlag ausführen. Der Spieler unterscheidet sich durch ein andersfarbiges Trikot vom Rest der Mannschaft.
- Als Universalspieler werden solche Spieler bezeichnet, die aufgrund ihrer Fähigkeiten mit einer Vielzahl unterschiedlicher Aufgaben betraut und daher auf verschiedenen Positionen eingesetzt werden können (in der Regel mit Ausnahme der Libero- und Zuspielerposition).

Pro Satz und Mannschaft sind sechs Auswechslungen erlaubt. Start- und Einwechselspieler bilden dabei ein festes Tandem, d. h. sobald ein Spieler für einen anderen eingewechselt wurde, kann er auch nur für diesen wieder ausgewechselt werden (so genannter Rückwechsel), mit Ausnahme des Liberos. Danach ist in diesem Satz für diese beiden Spieler das Wechselkontingent erschöpft, mit der Folge, dass der Startspieler den Satz zu Ende spielen und der Ersatzspieler bis zum nächsten Satz auf der Bank Platz nehmen muss.

5. Rotationsregelung

Im Spiel wird rotiert, das heißt, dass im Spielverlauf die Positionen gewechselt werden. Jedes Mal, wenn der Aufschlag zur eigenen Mannschaft wechselt, wechseln die Spieler im Uhrzeigersinn ihre Position. So rutscht z. B. der Spieler von der Position 1 auf die Position 6, der Spieler von der Position 6 auf die Position 5 usw.



Obwohl diese Rotationsregelung dafür sorgt, dass jeder Spieler während des Spielverlaufs beständig alle Positionen (in der Reihenfolge ... - 6 - 5 - 4 - 3 - 2 - 1 - 6 - usw.) durchläuft, wird im Ligabetrieb im Allgemeinen mit festen Aufgabenverteilungen gespielt.

Dies ist möglich, da die Mannschaften die vorgeschriebene Aufstellung nur beim Aufschlag einnehmen müssen. Sobald der Ball die Hand des Aufschlägers verlassen hat, dürfen die Spieler sich entsprechend den vom Trainer zugewiesenen Aufgaben auf dem Feld positionieren. Erst wenn der Ballwechsel beendet ist, müssen sie vor dem nächsten Aufschlag wieder ihre korrekte Position gemäß der Rotationsfolge einnehmen.

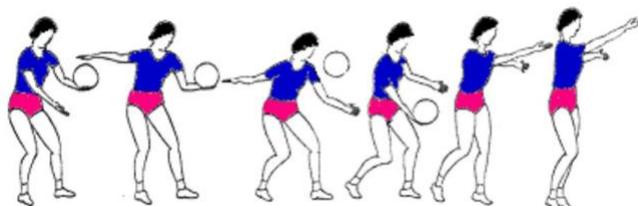
6. Technik

Aufschlag (Service)

- Der aufschlagende Spieler steht hinter der Grundlinie.
- Der Ball muss über das Netz gespielt werden.
- Der aufschlagende Spieler hat nur einen Aufschlagversuch.
- Der Aufschlag kann von unten oder oben gespielt werden.

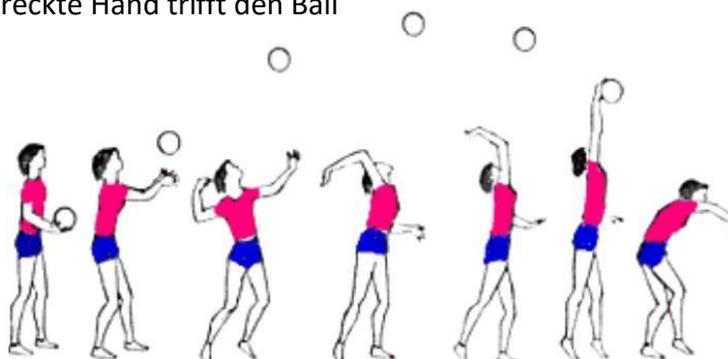
Aufschlag von unten:

- gestreckten Arm neben dem Körper nach vorne schwingen
- gebeugten Körper nach vorne und oben strecken
- den Ball mit der flachen, fixierten (steifen) Hand spielen
- Wichtig: Den Ball kontrolliert und flach mit der „Nicht-Schlaghand“ anwerfen.



Aufschlag von oben:

- Ball hochwerfen und im höchsten Punkt schlagen
- flache, gestreckte Hand trifft den Ball



Dieser Aufschlag wird angewandt, um den Ball schärfer und gezielter ins Spiel zu bringen. Extrem hart wird der Ball mit der Sprungaufgabe gespielt. Das Risiko, dass diese Aufgabe ins Netz oder ins Aus geht, ist hierbei wesentlich größer als bei den anderen Aufgaben.

Bagger/Unteres Zuspiel

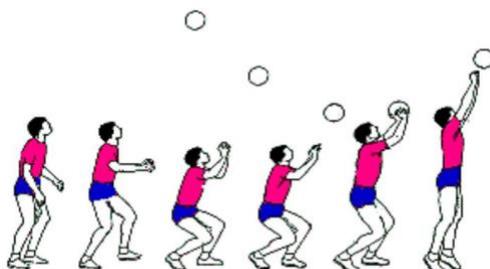
- Baggern ist ein Spielen des Balles mit beiden Unterarmen.
- Die gestreckten Unterarme liegen eng beieinander und werden nach vorne geschoben.
- Die eigentliche Schiebebewegung nach vorne kommt aus den Beinen.



Diese Technik wird bei der Annahme des gegnerischen Angriffs oder der gegnerischen Aufgabe angewandt. Dabei sollte der Ball gezielt dem Steller in einer hohen Flugkurve zugespielt werden. Als Hechtbagger kommt das untere Zuspiel zum Einsatz, wenn der Ball nicht mehr im Laufen, sondern nur noch durch einen Hechtsprung erreicht werden kann.

Pritschen/Oberes Zuspiel

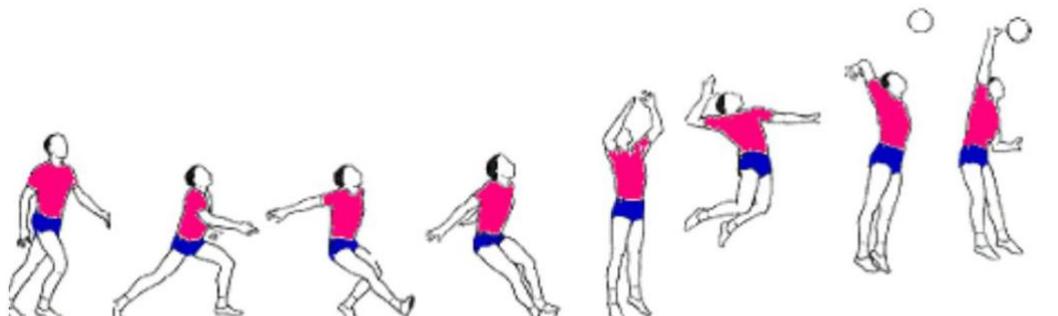
- Pritschen ist ein beidhändiges Spielen des Balles vor und oberhalb der Stirn.
- Der Ball wird nur mit den Fingern, nicht mit der ganzen Hand gespielt.
- Wichtig hierbei ist der Übergang von einer gebeugten Haltung (Beine und Arme) in eine gestreckte Haltung. Dadurch bekommt der Ball den nötigen Schwung mit.



Diese Technik wird hauptsächlich zum Zuspiel zu einem Mitspieler genutzt. Das Zuspiel ist die Vorbereitung für einen Schmetterschlag des Mitspielers.

Angriffsschlag/Schmetterschlag (Smash)

- Nach dem Absprungschritt erfolgt der Absprung.
- Die Arme werden schnell und mit Schwung nach oben geführt.
- In einer geeigneten Sprunghöhe wird der Ball kräftig nach unten über das Netz ins gegnerische Spielfeld geschlagen.
- Der Schlag erfolgt mit der ganzen Hand, mit geöffneten Fingern und zusätzlichem Klappen des Handgelenks, um dem Ball auch eine Richtung geben zu können.

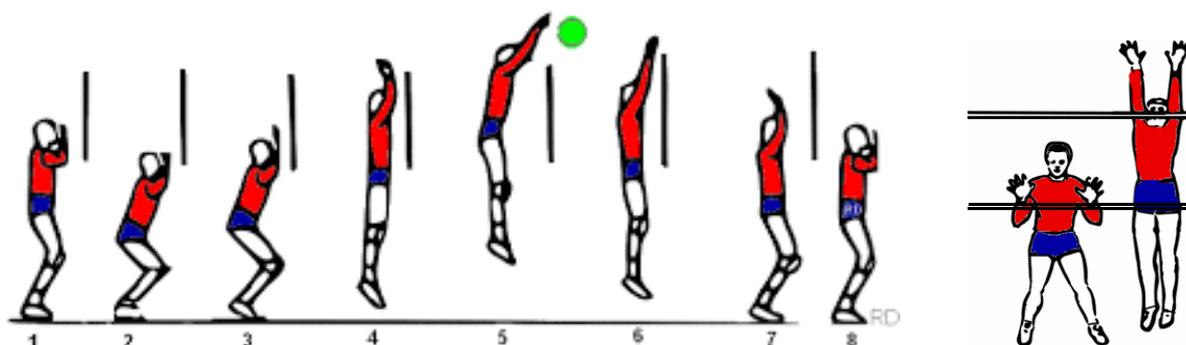


Der Schmetterschlag ist die wirkungsvollste und meistverwendete Art Punkte zu erzielen. Varianten im Angriff:

- **Heber**
Bei einem Heber wird der Ball lediglich mit den Fingern der Schlaghand über das Netz gespielt; oft auch über einen gegnerischen Block hinweg.
- **Lob**
Ein Lob ist ein langer, hoch gespielter Ball, der meist in den hinteren Teil des gegnerischen Felds gespielt wird.

Block

- Blocken dürfen nur Vorderspieler.
- Ein oder mehrere Spieler (höchstens drei) springen in der Nähe des Netzes hoch.
- Mit ausgestreckten Armen und gespreizten Fingern wird dem gegnerischen Angriff als Hindernis entgegengetreten und abgewehrt.
- Der Block zählt nicht als eigentlicher Ballkontakt. Die blockende Mannschaft hat noch bis zu drei weitere Ballkontakte.



7. Fehler

Als Fehler und damit Punkt für den Gegner gelten unter anderem folgende Ereignisse:

- Der Ball fällt zu Boden, trifft aber nicht ins gegnerische Feld („Aus“), wobei die Linie mit zum Feld gehört.
- Eine Mannschaft berührt den Ball mehr als dreimal nacheinander (Ausnahme: Block).
- Ein Spieler berührt den Ball zweimal direkt hintereinander.
Ausnahmen:
 - Nach dem Block darf derselbe Spieler den ersten Ballkontakt durchführen.
 - Bei der Annahme darf der Ball mehrere Körperteile des annehmenden Spielers gleichzeitig oder unmittelbar hintereinander berühren.
- Ein Spieler hält den Ball, statt ihn zu schlagen („führen“, „lange Berührung“).
- Ein Spieler berührt das Netz, während er den Ball spielt. Eine sonstige unabsichtliche Netzberührung durch einen Spieler ist kein Fehler, sofern der Spielverlauf nicht beeinträchtigt wird.
- Der Ball überquert das Netz nicht im vollen Durchmesser zwischen den Antennen oder deren gedachter Verlängerung bis zur Hallendecke.
- Der Ball berührt einen nicht im Spiel befindlichen Spieler, Zuschauer, Trainer oder einen Gegenstand im „Aus“.
- Positionsfehler: Eine Mannschaft ist zu Beginn des Aufschlags nicht gemäß der Rotationsfolge aufgestellt. Außerdem ist es den Spielern nicht gestattet, vor der Ausführung des Aufschlags über die Seitenlinien hinaus das Spielfeld zu verlassen, da dies auch als Positionsfehler gewertet wird.
- Bestimmte „Eingriffe“ in den gegnerischen Spielbereich bzw. Behinderung des Gegners („übergreifen“, „übertreten“).
- Der aufschlagende Spieler benötigt mehr als 8 Sekunden für diese Aktion oder übertritt im Moment des Schlags die Grundlinie (bzw. die dafür vorgesehenen 15 cm langen Verlängerungslinien der beiden Seitenlinien).

Berührt bei Überquerung des Netzes ein aufgeschlagener Ball die Netzkante, so gilt dies nicht als Fehler. Fällt ein solcher Ball im gegnerischen Feld auf den Boden, so handelt es sich um ein Ass, und die aufschlagende Mannschaft hat einen Punktgewinn erzielt. Der Ball darf mit dem gesamten Körper berührt werden, außer beim Aufschlag.

8. Strafen

Bei „einfachen“ Regelverstößen (ungebührliches Verhalten) kann ein Spieler mit einer gelben Karte bestraft werden. In diesem Fall gibt es zusätzlich einen Punkt für den Gegner.

Beim zweiten ungebührlichen Verhalten des gleichen Spielers, sowie bei beleidigendem Verhalten kann ein Spieler für den Rest des Satzes hinausgestellt werden (rote Karte). Der Spieler muss durch eine reguläre Auswechslung ersetzt werden, der Gegner erhält aber keinen Punkt. Ist die Auswechslung nicht möglich, wird die Mannschaft für unvollständig erklärt und die gegnerische Mannschaft gewinnt den Satz.

Beim dritten ungebührlichen Verhalten des gleichen Spielers, beim zweiten beleidigenden Verhalten oder bei einer versuchten oder vollendeten Tätlichkeit kann ein Spieler disqualifiziert

werden (gelbe und rote Karte gleichzeitig in einer Hand). Ein disqualifizierter Spieler muss den Wettkampfbereich für den Rest des Spiels verlassen, wobei er wie bei einer roten Karte regulär ausgewechselt werden muss. Ansonsten gibt es wiederum keine weiteren Sanktionen für die Mannschaft.

9. Schiedsrichter

Ein Volleyballspiel wird von zwei Schiedsrichtern geleitet, die hinsichtlich ihrer Entscheidungsgewalt gleichgestellt sind und ein Team bilden. Sie unterscheiden sich lediglich durch ihre Aufgabengebiete.

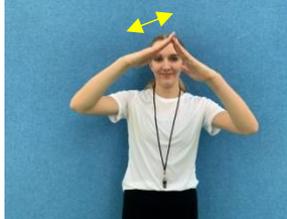
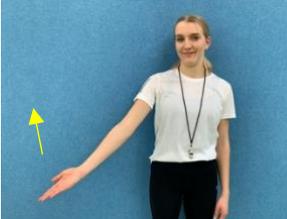
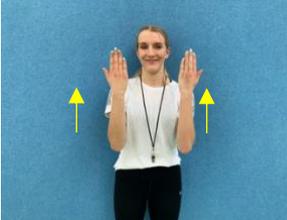
Der **erste Schiedsrichter** befindet sich mit seinen Augen ca. 50 cm über der Netzkante. In seinen Tätigkeitsbereich fallen vor allem technische Entscheidungen wie die Netzberührung.

Der **zweite Schiedsrichter** steht ihm gegenüber am anderen Ende des Netzes. Er entscheidet in eigener Zuständigkeit unter anderem über Netzfehler im unteren Netzbereich (auch Übertreten der Mittellinie durch Spieler) und über Aufstellungsfehler der annehmenden Mannschaft. Abgesehen davon kann er Fehler, die außerhalb seines Zuständigkeitsbereichs liegen, zwar anzeigen, allerdings nur in Form einer „Entscheidungshilfe“, d. h. ohne den Spielzug eigenverantwortlich zu unterbrechen.

Die Unparteiischen werden von zwei Linienrichtern unterstützt, die an den Ecken des Spielfelds platziert sind. Sie zeigen an, ob ein Ball innerhalb oder außerhalb des Feldes den Boden, bzw. bei Überquerung des Netzes eine der Antennen berührt hat, oder auch gänzlich außerhalb des durch die Antennen gekennzeichneten Bereichs hinübergespielt wurde. Außerdem zeigen sie an, ob ein Spieler der annehmenden Mannschaft den Ball berührt hat, bevor er ins Aus ging.

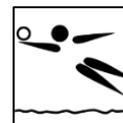
Der Spielberichtsbogen wird vom Anschreiber geführt. Diesem Spielberichtsbogen kann man Aufstellung, Punkte, Sätze, Aufschlagsrecht, Sanktionen, Auswechslungen, Ort und Zeit des Spiels entnehmen.

10. Schiedsrichterzeichen (Auswahl)

<p>Aufschlagrecht</p> <p>Arm zeigt zur Mannschaft die aufschlagen darf</p>		<p>Satzgewinn (Satzende, Spielende)</p> <p>Die Arme werden vor dem Körper verschränkt.</p>	
<p>Wiederholung (Doppelfehler)</p> <p>Beide Daumen zeigen nach oben.</p>		<p>Spielerwechsel (Auswechslung)</p> <p>Die Arme werden horizontal im Kreis bewegt.</p>	
<p>Auszeit</p> <p>Hände bilden ein T (Time Out)</p>		<p>Bewilligung der Aufgabe</p> <p>Arm schwenkt zur Seite der aufschlagenden Mannschaft</p>	
<p>Blockfehler</p> <p>Beide Arme werden senkrecht nach oben gehoben.</p>		<p>Positionsfehler (Rotationsfehler)</p> <p>Eine Hand zeichnet einen horizontalen Kreis in die Luft</p>	
<p>Netzberührung</p> <p>Das Netz wird auf der Seite der Mannschaft, die im Netz war, berührt.</p>		<p>Übergreifen (Ball im gegnerischen Feld angegriffen)</p> <p>Eine Hand greift über das Netz.</p>	
<p>Übertreten (Eindringen ins gegnerische Spiel-feld, Mittellinie übertreten)</p> <p>Ein Zeigefinger weist auf die Mittellinie.</p>		<p>Ball berührt (Ball geht nach Berühren eines Spielers ins Aus.)</p> <p>Eine flache Hand streicht über die Fingerkuppen der anderen, senkrecht gehaltenen Hand.</p>	
<p>Aufschlagfehler</p> <p>Eine Hand wird mit der flachen Handfläche nach oben geführt.</p>		<p>Ball im Spielfeld</p> <p>Ein Arm weist auf den Boden in die Mitte des Feldes.</p>	
<p>Ball im Aus</p> <p>Unterarme werden in paralleler Haltung nach oben an die Schultern geführt.</p>			

11. Beachvolleyball

Die Beachvolleyball-Regeln basieren auf den Vorschriften des Hallenvolleyballs, sind aber nicht identisch. Das sind die wichtigsten Unterschiede:



1. Wie der Name „Beachvolleyball“ schon sagt, wird auf Sand gespielt.
2. Pro Mannschaft gibt es zwei Spieler.
3. Es gibt keine vorgeschriebenen Positionswechsel und deshalb auch keine Positions- oder Rotationsfehler.
4. Eine Spielfeldhälfte beträgt 8m x 8m; das ganze Feld ist also 16m x 8m groß.
5. Ein Spiel geht über zwei statt drei Gewinnsätze und ein Satz geht bis 21 Punkte. Ein dritter Satz (Entscheidungssatz) wird immer bis 15 Punkte gespielt. Der Vorsprung von zwei Punkten ist auch im Beachvolleyball erforderlich, um einen Satz zu gewinnen.
6. Der Block zählt als erste Ballberührung. Beim normalen Volleyball zählt die Blockberührung noch nicht als erster Ballkontakt.
7. Der Ball ist größer und hat einen geringeren Innendruck. Damit ist dieser Ball weicher. Er wird vom Wind nicht so leicht verweht wie ein Hallen-Volleyball.
8. Es gibt keinen Spielerwechsel.
9. Der Lob ist nicht erlaubt.
10. Pritschen über das Netz zum Gegner ist nur im rechten Winkel erlaubt. Die Schulterachse muss senkrecht zur Spielrichtung sein.

Taktik

Das „Coaching“ (Anweisungen vom Trainer) ist während des Spiels nicht erlaubt. Deshalb müssen die Spieler zusätzlich die Aufgaben eines Trainers übernehmen, um mit dem Partner eine Taktik zu entwickeln, sich gegenseitig zu motivieren und konstruktive Kritik zu äußern. Die verbale Kommunikation findet hauptsächlich zwischen den Ballwechseln, während der Auszeiten und in den Satzpausen statt.

Da die Kulisse durch Musik und Zuschauer oft ziemlich laut ist, haben die Spieler ein einfaches System aus Handzeichen entwickelt, um ihre Strategie zu kommunizieren. Vor dem Aufschlag zeigt der im Feld stehende Spieler seinem Partner mit den Fingern hinter dem Rücken an, wie der Block gestellt wird und in welche Richtung bzw. auf welchen der beiden gegnerischen Spieler der Aufschlag gehen soll.

Zusätzlich zu den Handzeichen werden auch noch kurze Kommandos benutzt, um dem Mitspieler Anweisungen für dessen Angriff zu geben.



Volleyball

Beispiele für mögliche Prüfungsfragen

Prüfe dein Wissen. Bist du gut vorbereitet?

Technik

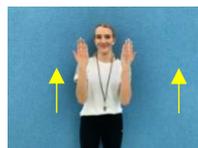
- Wie heißt die abgebildete Technik? Wann kommt sie zum Einsatz?



- Beschreibe die Technik des oberen Zuspiels. Wann wird sie verwendet?
- Welche Technikmerkmale hat der obere Aufschlag?
- Beschreibe die Technik beim Schmetterschlag.

Regeln

- Wie viele Spieler einer Volleyballmannschaft dürfen gleichzeitig auf dem Feld sein?
- Wie lange dauert ein Satz?
- Wann hat eine Mannschaft das Spiel gewonnen?
- Wann erhält der Gegner einen Punkt und damit das Aufschlagrecht?
- Von wo darf im Volleyball der Aufschlag gemacht werden?
- Darf der Ball das Netz/die Netzkante berühren?
- Mit welchen Körperteilen darf der Ball gespielt werden?
- Darf der Ball außerhalb des Spielfeldes angenommen werden?
- Wann liegt ein Aufgabefehler vor?
- Was passiert, wenn die annehmende Mannschaft das Aufschlagrecht gewonnen hat?
- Was ist beim Auswechseln zu beachten?
- Wann ist das Stellen eines Blocks nicht gestattet?
- Darf der Ball nach einem gestellten Block erneut vom selben Spieler gespielt werden?
- Wie hoch ist die offizielle Netzhöhe im Erwachsenensport?
- Welche Linien finden sich in einer Hälfte des Spielfeldes?
- Wie oft darf eine Mannschaft den Volleyball berühren, bevor er übers Netz gespielt werden muss?
- Was bedeuten diese Schiedsrichterzeichen?



Beachvolleyball

- Nenne drei Unterschiede beim Beachvolleyball im Vergleich zum Hallenvolleyball.
- Wie viele Spieler einer Beachvolleyballmannschaft dürfen gleichzeitig auf dem Feld sein?
- Darf beim Beachvolleyball der Trainer Anweisungen geben?
- Wie kommunizieren die Spieler eines Teams miteinander?