

Beurteilungsbogen für Volleyballtechniken

Bewertung

Unteres Zuspiel frontal (Technikknotenpunkte)	+	0	-
Erreichen einer Spielposition , die ein "Spielen des Balles vor der Hüfte" ermöglicht			
"Spielbrett" 45° zum Boden (Kleinfingerballen zusammen, Hände fixiert, Arme lang)			
Spielen des Balles durch Bein- und Schulterschub nach vorn-oben in Spielrichtung			
Ballkontakt mit den Unterarmen			

Bewertung

Oberes Zuspiel nach vorne (Technikknotenpunkte)	+	0	-
Erreichen einer Spielposition , die ein "Spielen des Balles vor-über der Stirn" ermöglicht			
Körbchenhaltung			
Der Körper wird mit dem anfliegenden Ball gebeugt			
Spielen des Balles vor-über der Stirn			
Ganzkörperstreckung nach vorn-oben in Spielrichtung			

Bewertung

Frontaler Angriffsschlag in Anlaufrichtung (Technikknotenpunkte)	+	0	-
Anlaufposition einnehmen: Rechtshänder von Pos. 4 schräg zum Netz, von Pos. 2 senkrecht zum Netz, Linkshänder umgekehrt			
Anlauf mit langgezogenem Stemmschritt - Arme zurück nehmen			
Explosiver beidbeiniger Absprung mit aktivem Armeinsatz			
Schlagschulter und Ellbogen beim Ausholen zurücknehmen			
Treffen des Balles mit langem Arm vor dem Körper überdachend von hinten			

Bewertung

Frontalaufgabe von oben (Technikknotenpunkte)	+	0	-
Schrittstellung, Rechtshänder linkes Bein vorn (Gewicht hinten)			
Beidhändiges Anwerfen des Balles auf die Schlagarmseite mit Zurückführen der Schlagschulter			
Gewichtsverlagerung vom hinteren auf das vordere Bein			
Treffen der Ballmitte mit langem Arm vor-über dem Körper			