

## Småspil og volleyspecifikke lege

Småspil i undervisningen er en spændende og udfordrende måde for eleverne at arbejde med tekniske elementer. I dette afsnit præsenteres en masse småspil, der alle bygger på nogle centrale bevægelsesmønstre i volleyball. Der er lagt vægt på handlinger efter udførelsen af selve spilhandlingen. Øvelsesbeskrivelserne kan måske umiddelbart virke lidt komplicerede og svære at forstå.

Vores erfaring er, at børnene hurtigt lærer de enkelte spil og syntes, at det er både sjovt og spændende med små turneringer. Ved at bruge spillene i undervisningen får den enkelte mange boldberøringer, og spillernes taktiske forståelse og spiloverblik trænes.

### **Spilform. Kongebane. 1. + 2. +3. + 4. + 5. og 6. klasse - Parvis 2 og 2**

Vinderne af de kampe, der spilles, går til højre. Taberne går til venstre.

Hvis 2 spillere ender på samme bane, går den ene spiller over på den modsatte side.

Der spilles korte sæt på tid.

Hvilket spil, der bruges, afhænger selvfølgelig af, hvilket level spillerne er på. Her er et eksempel til level 1 eller 2.

Kast bolden over nettet med valgfrit kast. Det gælder om at få bolden i gulvet på modstanderens bane. Den, der vinder bolden, server.

### **Spilform. StreetVolley. 1. + 2. + 3. + 4. + 5. og 6. klasse**

Der spilles 1 mod 1 eller 2 mod 2. Ved denne spilform vil alle spille mod hinanden. Der roteres, som vist på pilene. Husk at 1 spiller skal blive stående. På level 0-2 spilles kaste-gribe over flexnet på tværs af banen. På level 3-5 spilles almindelig volley med 2 spillere på en Kidsbane. Vinder man en kamp, får man 2 point. Hvis det bliver uafgjort, får begge spillere/hold 1 point. Når kampen er slut, roterer alle spillere imod uret, bortset fra spiller 1.

### **Spilform. Let's Dance. (4.) + 5. og 6. klasse - Grupper på 2 eller 3**

Der spilles 2 mod 2 eller 3 mod 3. Hvert hold starter med en bold. Det gælder om at få bolden ned i gulvet på modstanderens bane, og der må kastes med fingerslagskast eller baggerslagskast. Det hold, der først når 7 point, har vundet. Holdene starter samtidig med at kaste boldene.

Hvis begge bolde er på samme banehalvdel, må de ikke kastes samtidig mod modstanderens bane.

### **Spilform. King of the Court. (6). klasse - Grupper på 2, 3 eller 4**

Der er 2, 3 eller 4 spillere på et hold. Et hold på hver sin side af nettet og et hold uden for banen. Man kan kun vinde point på banehalvdel A. Når man taber bolden, kommer man på banehalvdel B fra banehalvdel A og erstattes af holdet der vandt fra banehalvdel B. Hvis man taber bolden på banehalvdel B, går man ud af banen og erstattes af det ventende hold.

### **Spilform. HøvdingeVolley. 3. + 4. + 5 og 6. klasse - Grupper på 8 eller flere**

2 hold på 4 eller flere på hver side af nettet. Nethøjde 1,30 meter.

Grupperne forsøger at ramme modstanderen med bolden. Hvis den kastede bold gribes, dør den spiller, der har kastet den. Hvis en spiller bliver ramt af bolden uden at gribe den, dør spilleren. Når en spiller dør, løber spilleren ned til modstanderens baglinje. Når han får fat i en

bold, der løber bag linjen, må han serve den over nettet til holdkammeraterne, så der kan laves en befrier:

Level 1: Hvis den serverede bold gribes af en medspiller.

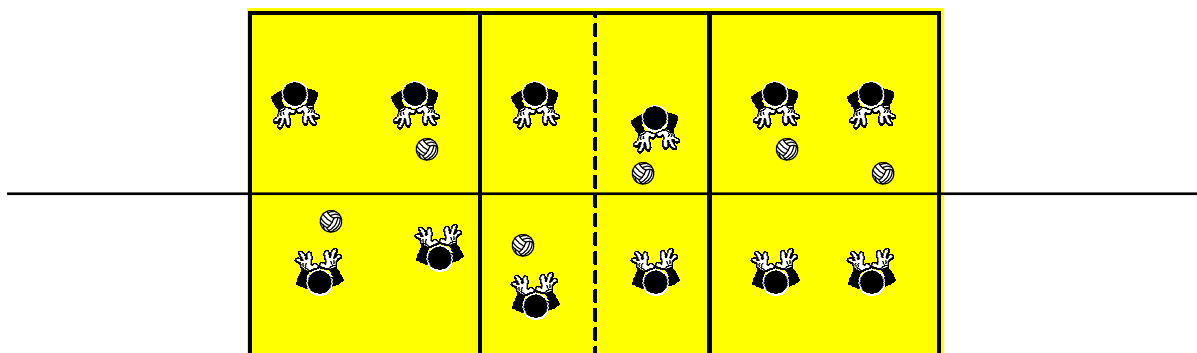
Level 2 og 3: Hvis den serverede bold spilles med baggerslag og gribes.

Når man er befriet går man tilbage på banen. Hvis medspillerne ikke griber den serverede bold, men bare rammer den, dør den spiller, der har forsøgt at gribe bolden.

Man får point, når den ene banehalvdel er ryddet for spillere.

### Kaste og gribespil med eller mod hinanden. (2.) + 3. og 4. klasse - Parvis

Til disse småspil kan det være en fordel at spænde et flexnet på tværs af banen. For det første giver det plads til flere spillere, og de streger, der naturligt vil være i hallen, vil som oftest også passe til banestørrelserne. Baner med målene 4,5m x 3m vil være passende. Banestørrelse er også afhængig af gruppens niveau; jo højere niveau - jo større bane. Øvelserne kan bruges som spil med eller mod hinanden. Det er ofte klogt først at spille sammen for at vænne sig til øvelsen. Ligeledes kan der ændres på antallet af boldkontakter, før bolden spilles over nettet; 1, 2 eller 3 kontakter. Derudover kan man lave en opgave, efter bolden er spillet over nettet.



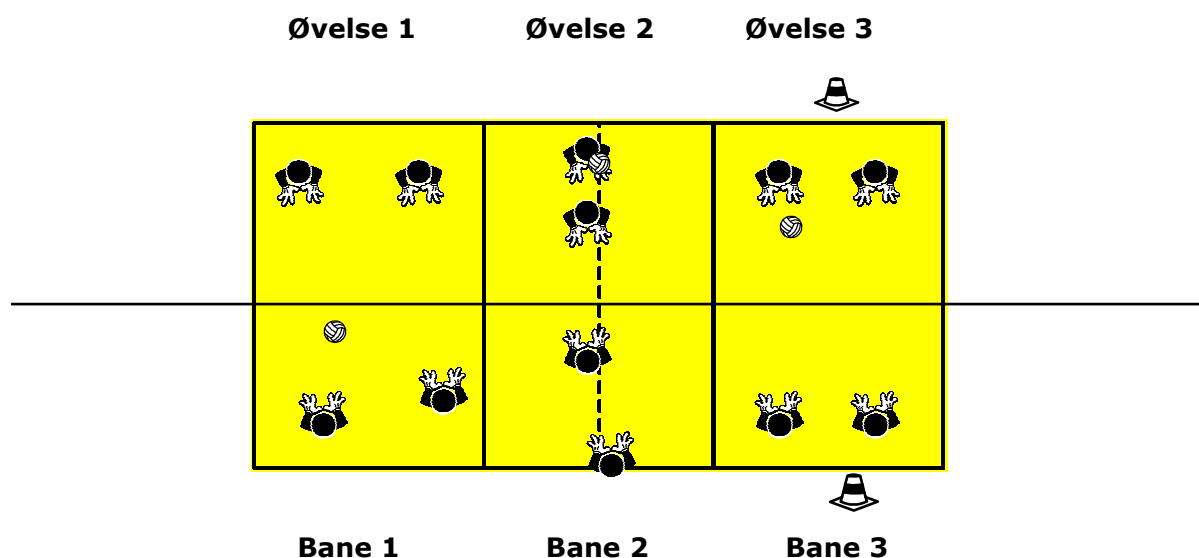
Øvelserne er bygget op som kast over nettet og grib. Der arbejdes sammen, og der arbejdes med konkurrence. For børn i 7års-alderen kan denne umiddelbart simple øvelse være en udfordring. Der følger nu en hel række øvelser bygget op efter følgende princip: Spilleren kaster bolden over nettet, spilleren bevæger sig og går tilbage til udgangspunkt.

- Kast og grib bolden. Kan I alle klare det 10 gange?
- Kast bolden over nettet, hen og rør midterlinjen og tilbage.
- Kast bolden over nettet, rør gulvet med hænderne.
- Kast bolden op til dig selv, grib, kast bolden over nettet.
- Kast bolden op til dig selv, grib, kast bolden over nettet, ned og sid på numsen.
- Kast bolden op til dig selv, grib, kast bolden over nettet, ned på maven og op igen.
- Kast bolden op til dig selv, grib, kast bolden over nettet, hen og rør sidemanden og tilbage.
- Kast bolden op til dig selv to gange, kast bolden over nettet, løb hen og rør en spiller på den anden side af nettet og løb tilbage.
- Kast bolden over nettet, den ene fod ud bag sidelinjen, tilbage.
- Kast bolden over nettet, begge fødder ud bag sidelinjen, tilbage.
- Kast bolden over nettet, ned og rør keglen.
- Kast og grib. Der spilles om point.

- Spillerne har en bold hver. Den ene kaster bolden over nettet, den anden kaster bolden i gulvet og under nettet.
- Som ovenfor, men bolden gribes i baggerslagsstilling, hvis den modtagende spiller har hænderne nede, og den gribes med åbne hænder og i fingerslagsstilling, hvis spilleren har hænderne oppe.
- Nu tager begge et antal fingre i vejret. Før bolden gribes siges højt, hvor mange fingre den anden spiller havde i vejret.

### Kaste og gribespil med eller mod hinanden. (2.) + 3. og 4. klasse - Grupper på 4

Den samme organisation beholdes, men spillerne går nu sammen 2 og 2 og spiller mod hinanden. Der laves små baner eksempelvis 3 x 5 meter. I alle øvelserne kastes og gribes bolden. Når holdet kaster bolden over nettet, bytter de 2 spillere plads på banen.



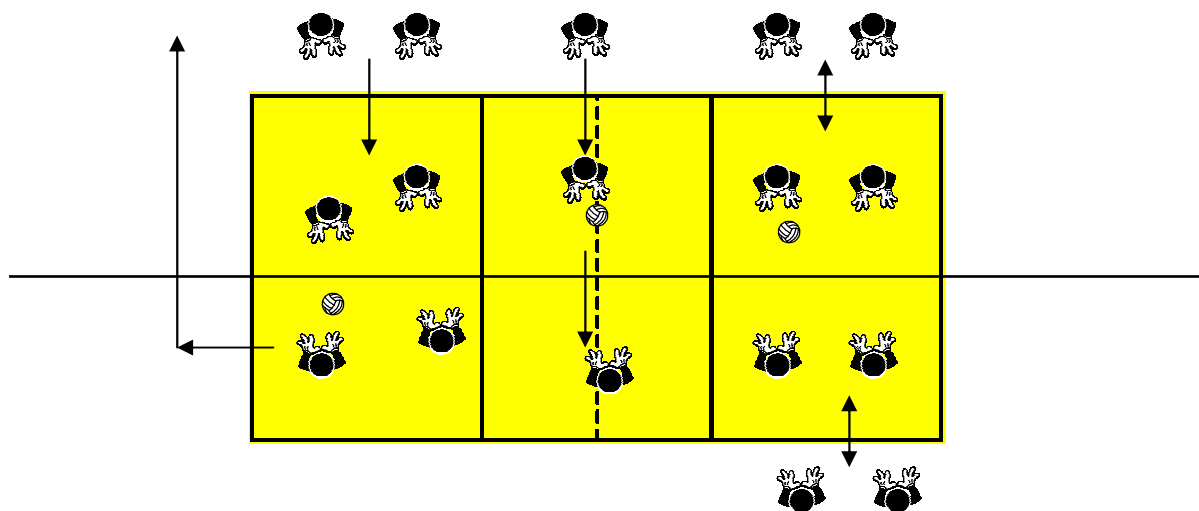
Øvelse 1. Bolden kastes frem og tilbage over nettet. Når bolden er kastet over nettet byttes plads. Bolden sættes i gang med et underhåndskast. Har man gennemgået underhåndsserven, kan spillet sættes i gang med dette slag.

Øvelse 2. Som øvelse 1, men nu står man foran og bagved hinanden. Der byttes plads, når bolden har passeret nettet.

Øvelse 3. Bolden kastes frem og tilbage over nettet. Den, der ikke griber bolden, skal ned og røre keglen. Der byttes plads.

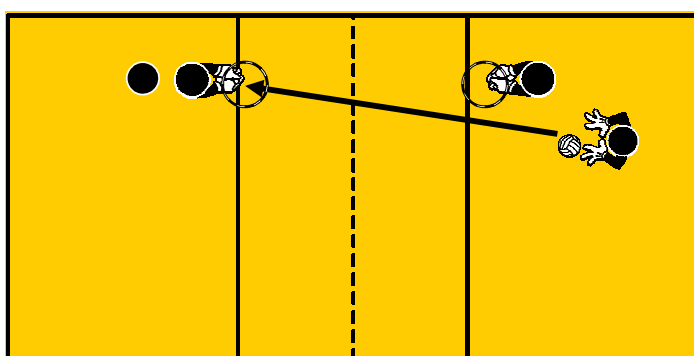
### Alternativ

Pladsproblemer kan ofte være et problem. Løsningen kan være at arbejde med et venteværelse. Her er henholdsvis placeret 2 elever, 1 elev eller 4 elever i venteværelse. Spillene er de samme som i de foregående øvelser. Der kan spilles til 1, 2 eller 3 point. Når spillet er slut rykker man en plads i pilens retning. Holdet, der er i venteværelset, har en bold og sætter med det samme spillet i gang.



### Fang bolden. 3. + 4. og 5. klasse - Grupper på 4

Der er 2 spillere på hvert hold. Nethøjde 2,40 meter. Der spilles på en ½ Kidsbane i bredden og hele længden. Den ene spiller står foran den anden spiller. Den forreste spiller har en hulahopring og "griber" bolden gennem ringen. Det kan være direkte eller efter et enkelt studs. Den bagerste spiller griber bolden, når den er kommet gennem ringen, og bolden har studset gulvet en gang. Spiller 2 kaster så med baggerslags- eller fingerslagskast tilbage. Når spiller 2 har spillet bolden over nettet, modtager han tøndebåndet fra sin makker.



Samme øvelse som ovenfor, men i stedet for at holde ringen, lægges ringen nu på gulvet, når man har beregnet, hvor bolden vil lande. Der holdes fast i ringen hele tiden.



### **Bolderobring. Level 1 + 2**

- To hold mod hinanden.  
Den ene gruppe starter med bolden og skal aflevere bolden til hinanden med volleykast. Den anden gruppe skal forsøge at bryde afleveringerne og dermed erobre bolden. Hvem scorer flest afleveringer i træk?  
Opgaver: Stød bolden, kast bolden med smashkast.

### **Træfvolley. Level (1) + 2**

- To grupper mod hinanden.  
Grupperne forsøger at ramme modstanderen med bolden. Hvis den kastede bold gribes, dør den spiller, der har kastet den. Hvis en spiller bliver ramt af bolden uden at gribe den, dør spilleren.  
Når en spiller dør, forlader spilleren banen og samler bolde til holdet.  
Befrier: En spiller befries ved, at bolden spilles med et baggerslag til en medspiller, der griber bolden. Er der én spiller tilbage på banen, kan spilleren befri en medspiller ved at spille baggerslag til sig selv og derefter gribe bolden. (som i Kidsvolley level 2)

### **Pladevolley. Level 2 + 3**

- 2 hold á 2-4 spillere mod hinanden.  
Holdet skal røre bolden 3 gange. De 2 første berøringer skal spilles med enten fingerslags-, baggerslags- eller smashkast til hinanden. Den 3. berøring skal være et volleyslag, dvs. fingerslag, baggerslag eller smash mod en plade (f.eks. pladen på basketkurven). Herefter overtager det andet hold bolden.