

Wahlpflichtkurs Jahrgang 10

Perfekt Volleyball spielen



Zielgruppe / Inhalt

- Für alle **Schüler(innen) der 10. Klasse** geeignet, die Interesse und Spaß am Volleyball spielen haben.
- Während des einjährigen Kurses werden die Grundtechniken erlernt und vertieft, die Spielentwicklung gefördert, verschiedene Turniere gespielt und im Sommer die Beachvolleyballvariante ausprobiert.

Anforderungen/ Voraussetzungen

- Wir werden viel Technik, Taktik, Kondition trainieren (immer mit Ball!) und auch theoretische Einheiten durchführen.
- Du bist leidenschaftlich, motiviert und hast richtig „Bock“ auf Volleyball? Dann bist du hier richtig!

Leistungen

- eine Klassenarbeit pro Halbjahr
- regelmäßige mündliche und fachspezifische Mitarbeit (Technik-, Taktik- und Konditionsprüfungen).

Themenschwerpunkte

- Grundtechniken: Baggern, Pritschen, Blocken, Schmettern und Aufschlag.
- Spielentwicklung von 1:1 bis 6:6
- Beachvolleyball
- Regeln und Schiedsrichterzeichen
- Turnierformen