



# Lagersport/Trekking

## Beispiel LS Volleyball – Kinder- und Jugendsport

### 6.2 LS Volleyball

Gruppenname	Jugendgruppe Pfaffenholz, Limburg	
Ort, Datum, Zeit	Sportwiese Lagerplatz, Freitag 15. Juli 2013, 14.00–15.30 Uhr	
Zielgruppe(n) und Anzahl Teilnehmende	8–12-Jährige 16 Kinder, 8 Jugendliche	
Blockverantwortliche	Martina Muster	
Beilagen	<input type="checkbox"/> Routenplanung <input type="checkbox"/> Kartenausschnitt <input type="checkbox"/> Zeitberechnung	
Zeit	Programm	Material
14.00 Uhr 10'	<b>Einstieg</b> <b>Ball mit Namen:</b> Zwei Gruppen bilden je einen Kreis. Ein Spieler wirft den Ball einer Person zu. Der Fänger nennt seinen Namen, worauf der Werfer an dessen Platz rennt. Dann wirft der erste Fänger den Ball einer weiteren Person im Kreis zu. Ziel ist es, dass alle Teilnehmenden mindestens einmal den Ball geworfen haben. In einer zweiten Runde nennt der Werfer bei Abgabe des Balls den Namen des Fängers. Zum Schluss spielen alle Teilnehmenden in einem Kreis mit mehreren Bällen.  Danach werden vier Gruppen gebildet, die alle aus gleich vielen Kindern und Jugendlichen bestehen (Je vier Kinder und zwei Jugendliche).	Volleybälle
14.10 Uhr 15'	<b>Hauptteil</b> <b>Ganzheitlich – Volleyball Kombi in vereinfachter Form:</b> In jeder Mannschaft spielen die Jugendlichen Blachenvolleyball, die Kinder fangen den Ball und passen ihn den Jugendlichen in die Blache, damit diese ihn weiterspielen können. In jedem Spielzug muss mindestens ein Kind involviert sein.	2 Spielfelder Bälle Blachen
14.25 Uhr 30'	<b>Analytisch – Spezifisches Üben</b> 8' pro Posten, 2' Wechsel  <b>• Posten 1: Sprint und Abnehmen</b> Die Teilnehmenden stehen hinter einer Linie. Ein Leiter wirft ihnen einen Ball zu. Sie sprinten los, nehmen den Ball an und versuchen, ihn über das Netz zu spielen. Die Jugendlichen rennen zu zweit mit einer Blache, die Kinder alleine. Sie dürfen den Ball fangen und dem Leiter über das Netz zurückwerfen.  <b>• Posten 2: Orientieren und Zusammenspiel</b> Die Teilnehmenden spielen den Ball herum, die Jugendlichen setzen paarweise eine Blache ein, die Kinder fangen und werfen ihn. Sie üben dabei, den Ball so schnell wie möglich weiterzuspielen, bis aus dem Fangen und Weiterspielen ein Passen wird. Ein Leiter erklärt den fortgeschrittenen Kindern wie Manschette und Pass funktionieren. Nach jedem Abspiel drehen sich die Jugendlichen mit der Blache um 180°, bevor sie den nächsten Pass annehmen. Die Kinder drehen sich vollständig um die eigene Achse.  <b>• Posten 3: Rhythmus</b> Die Jugendlichen spielen sich mit einer Blache einen Ball in regelmässigem Rhythmus zu. Sie steigern oder verringern die Kadenz ganz bewusst. Wie viele Pässe schaffen sie in einer Minute? Die Kinder spielen sich im Pass einen Luftballon zu. Fortgeschrittene Kinder üben das Passen mit einem Volleyball.	Luftballone
14.55 Uhr 25'	<b>Ganzheitlich – Spielen in erweiterter Form</b> <b>Volleyball Kombi:</b> Die Gruppen spielen dasselbe Spiel wie zu Beginn und sind erneut durchmisch. Da die die Teilnehmenden den Umgang mit Ball und Blache geübt haben, sollte ein Fortschritt bemerkbar sein.	

<b>Zeit</b>	<b>Programm</b>	<b>Material</b>
15.20 Uhr 10'	<p><b>Ausklang</b></p> <p>Um das Gesamtteam nach dem Wettkampf wieder zu vereinen, helfen Spiele mit dem Fallschirm. (Ein Fallschirm kann aus mehreren Leintüchern gebastelt werden.)</p> <p>Beispiele:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einen Ball mit Hilfe des Fallschirms im Kreis befördern.</li> <li>• Gemeinsam einen Luftballon/Ball so hoch wie möglich spicken.</li> <li>• Als ganze Gruppe mit dem Fallschirm im Kreis rennen.</li> <li>• Den Fallschirm hochheben und dann gemeinsam darunter sitzen. Die Sieger z. B. unter dem Fallschirm verkünden.</li> </ul>	Fallschirm (oder selbstgenähter Fallschirm/zusammengeknüpfte Blachen) Ball, Luftballon
15.30 Uhr	<b>Blockende</b>	
Sicherheit	<p>Sicherheitskonzept    <input type="checkbox"/> Ja    <input checked="" type="checkbox"/> Nein</p> <p><b>Sicherheitsüberlegungen:</b> Am Spielfeldrand hat es Getränke und Zwischenverpflegung, Sonnencreme sowie eine Apotheke.</p>	
Schlechtwettervariante	Der Block wird auch bei leichtem Regen durchgeführt. Bei sehr schlechter Witterung kann in die Turnhalle im Dorf ausgewichen oder mit den Aktivitäten des Vormittags getauscht werden.	

**Info:** Vorliegende Musteraktivitäten sind bewusst sehr ausführlich geplant. Alle Spielanleitungen werden ausführlich beschrieben, um die Spielideen zu vermitteln. Je grösser die Erfahrung der Leitenden, desto knapper werden Aktivitäten aufgeschrieben.