



**FAIR PLAY**

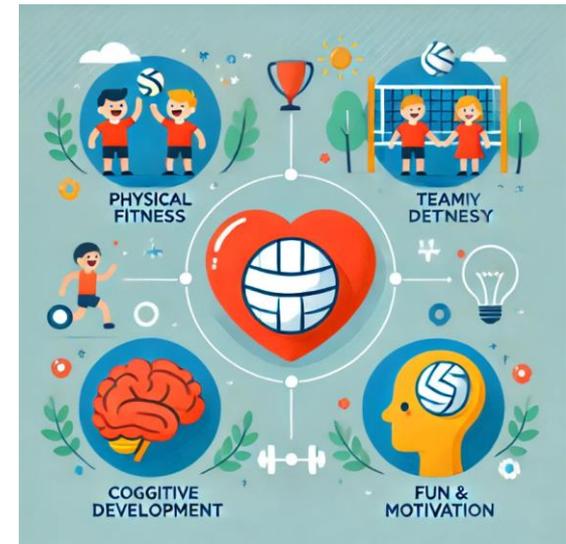
# Volleyball für Jugendliche und Kinder ab 8

- Was ist Volleyball?
  - Volleyball ist eine sehr dynamische Mannschaftssportart ohne Körperkontakt, die es ermöglicht, Mädchen und Jungen auf gleichem Niveau zu spielen.
  - Die Sportart erfordert Fitness, Dynamic, taktisches Verständnis, Ballkoordination und Teamgeist
  - Man kann es überall Spielen und ist im Sommer wie auch im Winter spielbar



# Welche Vorteile hat Volleyball

- Vorteile
  - Körperliche Fitness: Fördert Koordination, Schnelligkeit und Ausdauer
  - Soziale Fähigkeiten: Stärkt Teamgeist, Fairplay und Kommunikation
  - Geistige Entwicklung: Verbessert Konzentration, Reaktionsvermögen und strategisches Denken
  - Spaß und Motivation: Bewegung in der Gruppe macht Freude und hält Fit
  - Keine Kontaktsportart



# Was lernen die Kinder

- Was lernen die Kinder?

- Grundtechniken: Pritschen, Baggern, Aufschlag, Annahme, Verteidigung, Angriff und Block
- Taktisches Verständnis: Stellungsspiel, Bewegungsabläufe, Reaktionsschnelligkeit, Spielregeln
- Koordination und Motorik: Verbesserung der allgemeinen Beweglichkeit, richtig Springen und Landen, richtig Fallen und "catchen"
- Teamarbeit & Fairplay: Zusammenarbeit und Respekt gegenüber Mitspielern und Gegnern

