

- Spielerleben + Spielfähigkeit = die wichtigsten Einflussgrößen für das Erlernen des Sportspiels
- Vermittlung des Sportspiels in vier Schritten (**16 Lernziele**):
 1. Heranführung an das Beach-Volleyball-Spiel durch allgemeine und spezielle vorbereitende Spiele ohne und mit Ball (**Lernziel 1 - 3**)
 2. Hinführung zum Kleinfeld-Beach-Volleyballer (**Lernziel 4 - 8**)
 3. Hinführung zum Universal-Beach-Volleyballer (**Lernziel 9 - 12**)
 4. Weiterbildung des Universal-Beach-Volleyballers (**Lernziel 13 - 16**)

- Beach-Volleyball hat Merkmale der Rückschlagspiele und Mannschaftsspiele
 - es ist ein Rückschlagspiel mit Mannschaftscharakter
- professionelle Spieler empfinden es zudem als Individualsportart
- da Mannschaften aber längere Zeit zusammen trainieren und spielen = Zuordnung zu den Mannschaftssportarten
- Beach-Volleyball ist für jede Leistungs- und Altersstufe geeignet
- Anpassung an das Anspruchsniveau durch
 - regeltechnische und / oder
 - spieltechnische / organisatorische Veränderungen

- jedes Beach-Volleyball-Team = zwei Spieler
- Spiel bedingt Bewegungen über kurze Entfernungen + schnelle Veränderungen des Bewegungscharakters:
 - Absprung nach Anlauf
 - Laufen nach der Landung
 - Stoppen
 - Richtungsänderungen etc.
- motorische Grundeigenschaften notwendig:
 - Ausdauer
 - Schnelligkeit im Bewegungs- und Reaktionsbereich
 - Schnellkraft mit hohem Maximalkraftniveau

- gehört im technischen + taktischen Bereich zu den anspruchsvollsten Sportarten
 - Handlungen (z. B. Pritschen, Baggern) ähneln keiner im Alltag vorkommender Bewegung
 - keine längeren Ballberührungen erlaubt
 - Führen + Fangen nicht erlaubt
 - Bodenkontakt des Balls nicht erlaubt
- Ball muss volley (sehr kurze Ballkontakte)
+
- unter Zeitdruck (knappe Flugzeiten des Balls) gespielt werden

- Anspruch an die Schüler:
 - technisch schwierige und sauber ausgeführte Bewegungsabläufe
 - richtiges Entscheidungshandeln unter Zeitdruck
 - Spielen des Balls im Stand, im Fallen, im Sprung und in der Bewegung
- große Bedeutung der Gleichgewichtsfähigkeit
- das Zusammenspiel mit dem Ball, d. h. Annahme, Zuspiel und Angriff erfordern eine hohe Dauerkonzentration

1. Spielidee

- es stehen sich zwei Mannschaften (je zwei Spieler) gegenüber
- Spielfeld 8 x 16 m
- getrennt durch ein in der Mitte gespanntes Netz
- Ziel: Ball auf den Boden der gegnerischen Spielfeldhälfte bringen
- gleichzeitig durch kurze Ballkontakte (die den Ball in der Luft halten) Bodenberührung des Balls in der eigenen Spielfeldhälfte verhindern
- Spieltaktik: der Gegenmannschaft das Weiterspielen des Balls erschweren

2. Spielregeln

- Netzhöhe: 2,43 bei Männern / 2,24 bei Frauen
- Aufstellung der Spieler = keine festgelegten Positionen
- Aufschlag muss von hinter der Grundlinie erfolgen
 - Aufschlagreihenfolge muss eingehalten werden
 - Aufschlag darf nicht geblockt werden
 - Sichtblock beim Aufschlag ist nicht erlaubt
 - Ball darf beim Aufschlag das Netz berühren
- Ball darf nicht zweimal hintereinander vom gleichen Spieler berührt werden
 - Ausnahme ist der Block
- Block ist eine netznahe Aktion oberhalb der Netzoberkante = vom Gegner kommenden Ball abwehren
 - Blockkontakt = erste Ballberührung, danach noch zwei Ballberührungen erlaubt

- Lobs und Finten mit der offenen Hand (Ball mit den Fingern lenken) sind nicht erlaubt
- Annahme bzw. Abwehr im oberen Zuspiel nahezu unmöglich (sehr eingeschränkte Regelauslegung)
 - Ausnahme: Verteidigung (Abwehr) von hart gespielten Bällen (Angriff)
- Netz und Antennen dürfen von Spielern nicht berührt werden
 - Ausnahme: zufällige Netzberührung der Haare
- Eindringen in den gegnerischen Spielraum ist erlaubt, wenn der Gegner dabei nicht behindert wird
- Linien gehören zum Spielfeld = Ball auf Linie ist „drin“
 - Berührung des Balls mit Antenne ist „aus“
- Rallye-Point-Zählweise = jeder Ballwechsel führt zu einem Punkt

- es werden zwei Gewinnsätze gespielt
 - 1. + 2. Satz bis 21 Punkte (zwei Punkte Unterschied)
 - Seitenwechsel nach sieben gespielten Punkten
 - 3. Satz bis 15 Punkte (zwei Punkte Unterschied)
 - Seitenwechsel nach fünf gespielten Punkten
- Coaching während des Spiels ist nicht erlaubt
- Fair Play: alle haben sich respektvoll und höflich gegenüber allen Anwesenden (Schiedsrichtern, Gegenspielern, Mitspielern, Zuschauern etc.) zu verhalten

3. Grundsituationen

- es gibt zwei Grundsituationen im Beach-Volleyball:
 1. Grundsituation: Abwehr / Annahme und Weitergabe (erste Ballberührung)
 2. Grundsituation: Zuspiel und Angriff (zweite und dritte Ballberührung)
- nur bei einer zielgenauen Annahme / Abwehr und Weitergabe ist es möglich,
- eine gute zweite Ballberührung auszuführen und folglich
- mit einer Angriffshandlung abzuschließen

- Unterscheidung zwischen Annahmesituationen und Abwehrsituationen bei der 1. Grundsituation
- Annahmesituationen:
 - Ball hat eine (relativ) hohe Flugkurve und
 - zugleich eine relativ geringe Geschwindigkeit
= Spieler hat viel Zeit für seine Handlungen
- Annahme wird durch eine gezielte Weitergabe abgeschlossen
- jede Annahme impliziert eine planmäßige Einleitung des Angriffsaufbaus und stellt somit bereits den Übergang zum Angriff dar

- Abwehrsituationen:
 - Abwehrspieler hat wenig Zeit für seine Handlungen
 - harter Angriffsschlag oder Angriffsfinte
 - Angriffssicherung
 - schnelle + schwierige Aufschläge
- Abwehren bedeutet in erster Linie: Ball retten bzw. erlaufen
 - erst in zweiter Linie: den Ball gezielt weitergeben
- die 2. Grundsituation umfasst alle Handlungen, die sich unmittelbar auf den Angriff beziehen
 - zweite Ballberührung: Zuspiel
 - dritte Ballberührung: Angriff
 - 2. Grundsituation kann aber nicht mit dem Begriff „Angriffsaufbau“ gleichgesetzt werden

- der Angriffsaufbau beginnt schon mit der Annahme / Abwehr (der ersten Ballberührung)
- und umfasst auch die zweite Ballberührung
- dritte Ballberührung = Abschluss der Zielhandlung
 - Zielhandlung = direkter Punkt- (Aufschlag-)Gewinn oder zumindest
 - einen planmäßigen Angriffsaufbau des Gegners verhindern
- 1. Grundsituation kann Merkmale der 2. enthalten oder umgekehrt
 - z. B. erste Ballberührung = Zuspiel (Angriff über ersten Pass)
 - z. B. zweite Ballberührung = Abwehr (Sicherung eines Blockabprallers)

- erste Ballberührung = grundsätzlich Bagger; weitere Techniken
 - Tomahawk
 - Beach Dig
 - Gator Dig
 - Chicken Wing
 - einhändige Abwehr
 - zweite Ballberührung
 - bei guten ersten Pässen: Pritschen (oberes Zuspiel)
 - bei schlechteren ersten Pässen: Bagger (unteres Zuspiel)
 - dritte Ballberührung mit Angriffstechniken
 - Driveschlag
 - Schmetterschlag
 - Cut Shot
 - Poke Shot
- 

4. Spielgerät

- es können + sollen verschieden Bälle verwendet werden
- Weichbälle (leichter Ball)
 - Bewegungshemmungen aus Angst vor schmerzhaften Ballberührungen werden vermieden
 - Fingerverletzungen sind nahezu ausgeschlossen
 - der langsamere Ballflug gibt den Schülern mehr Zeit, sich in Stellung zu bringen

- Medizinball (schwerer Ball bis 1 kg)
 - bei fehlender Finger-/ Armkraft kann die Muskulatur gekräftigt werden
 - bei fehlender Ganzkörperstreckung kann diese durch den Wurf eines schwereren Balls nach vorne / oben aus einer tiefen Spielstellung erzwungen werden
- Basketball oder Fußball
 - „simulieren“ einen nassen (schweren) Beach-Volleyball, ist notwendig, da
 - bei jedem Wetter gespielt wird (außer bei Gewitter)