

A young woman with long brown hair, wearing a pink t-shirt, is shown from the chest up, reaching her right arm high towards a volleyball. Her left hand is also raised, with fingers spread. The volleyball is yellow and blue, with the word 'EVIL' printed on it. The background is a blurred indoor sports hall with green seating. The entire image is overlaid with a dark blue diagonal graphic that contains the text.

 **VOLLEY**
VLAANDEREN
START2SMASH

SMASHVOLLEY

SMASHVOLLEY



SmashVolley is een nieuwe vorm van volleybal waarbij de smash centraal staat. Het verlagen van het net, toelaten van een bots en vangen van de bal zorgen er voor dat deze vorm snel door elke speler wordt opgepikt en hen in een mum van tijd laat genieten van de meest spectaculaire techniek van het volleybal! Laat het smashen maar beginnen!

LEVEL 1

Level 1 is het gemakkelijkste level waarmee kinderen uit de eerste graad lager onderwijs meteen aan de slag kunnen.



Er wordt een onderhandse opslag van korte afstand gegeven, waarna de bal door de tegenpartij gevangen wordt na een bots. De speler die de bal gevangen heeft loopt tot aan het net met de bal in de handen. Daar werpt de speler de bal voor zichzelf op om te smashen.

Indien deze vorm te moeilijk blijkt, kan er gevarieerd worden door werpen toe te staan in plaats van de smash. Als de basisvorm te gemakkelijk is kan een gesprongen smash of een bovenhandse opslag gebruikt worden.

LEVEL 2

In level 2 worden voor het eerst passen gegeven, want er wordt in twee contacten gespeeld. Balvaardige kinderen uit de eerste graad kunnen dit niveau zeker aan.

De onderhandse opslag wordt door de tegenpartij gevangen na een bots. De speler die de bal gevangen heeft, loopt tot aan het net met de bal in de hand. Hij geeft een onderhandse pasworp evenwijdig met het net aan zijn partner die rechtstreeks smasht.

Om de basisvorm gemakkelijker te maken, kan de aanvaller eerst de pas vangen om voor zichzelf op te gooien en te smashen. Om de pas te geven kan er eventueel ook met de bovenhandse toetsworp gewerkt worden en/of gesprongen gesmasht worden. Deze variatie is moeilijker.

SmashVolley







LEVEL 3

In level 3 wordt er in drie contacten gespeeld. Deze oefenvorm zal vooral gespeeld worden in de tweede graad van het lager onderwijs en wordt ook regelmatig gebruikt als spelvorm voor de na-schoolse tornooitjes van MOEV.



Er wordt een onderhandse opslag gegeven die na een bots gevangen wordt door de tegenpartij. Diegene die de bal niet vangt, loopt meteen naar het net. Diegene die de bal gevangen heeft, doet een onderhandse pasworp naar zijn partner die intussen aan het net staat. Die vangt de bal en geeft een bovenhandse toetsworp waar zijn teamgenoot rechtstreeks op smasht.

Om het iets gemakkelijker te maken kan de bal gevangen worden alvorens te smashen. Als de basisvorm te gemakkelijk blijkt, kan de opslag rechtstreeks ontvangen zonder bots en vangen. Bovendien kan men rechtstreeks bovenhands toetsen in plaats van de bovenhandse toetsworp.

“SMASHEN VOOR IEDEREEN!”

*Britt Herbots
Yellow Tiger*



TOPELVEL

Het toplevel leunt dicht aan bij het gewone volleybal en wordt voornamelijk gespeeld in de de derde graad of door kinderen die reeds in de club aan de slag zijn.

Het net hangt bij dit level al iets hoger omdat de bovenhandse opslag rechtstreeks (zonder bots) gespeeld wordt door de tegenpartij. Dit gebeurt meestal onderhands. De bal wordt naar de partner, die intussen aan het net staat, gespeeld. Hij toetst de bal rechtstreeks terug naar zijn partner die ondertussen ook aan het net staat om gesprongen te smashen.

Deze vorm kan gemakkelijker gemaakt worden door het eerste en/of het tweede contact te laten vangen alvorens te spelen. Bovendien kan een smash uit stand het spel eenvoudiger maken.



ALGEMENE INFO

De grootte van het veld is variabel. Hoe groter het veld, hoe gemakkelijker het wordt om te scoren en dus hoe korter de rally's zijn.

De nethoogte wordt aangepast opdat iedereen zou kunnen smashen. Algemeen kunnen we stellen dat het midden van de opgestoken voorarm van een gemiddeld kind realistisch is.

Er wordt steeds geprobeerd om twee tegen twee te spelen. Eventueel kan een derde speler geïntegreerd worden die telkens als reservespeler het veld betreedt na de smash van een teamgenoot.

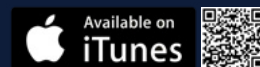
Opslag is optioneel in lessituaties om zo weinig mogelijk tijd te verliezen.

SMASHVOLLEY

EEN PROJECT VAN



Gratis e-book



T: +32 2 257 16 00

E: info@volleyvlaanderen.be

A: Beneluxlaan 22

1800 Vilvoorde

W: www.volleyvlaanderen.be