



Rabobank

Beste docent/ouderraadlid,

**Sliedrecht
Sport Volleybal**

Volleybalvereniging Sliedrecht Sport organiseert in samenwerking met de Rabobank Merwestroom dit schooljaar weer het jaarlijkse terugkerende Rabobank Schoolvolleybal Toernooi in sporthal de Stoep tijdens de kerstvakantie.

Lekker sportief bezig zijn voor de kinderen met de teamsport bij uitstek is ons uitgangspunt. Op maandag 2 januari 2012 wordt het Rabobank schoolvolleybal gehouden voor de groepen 4, 5 en 6. En voor de groepen 7 en 8 organiseren wij het Rabobank schoolvolleybaltoernooi op dinsdag 3 januari 2012. Zoals elk ander jaar wordt er in de ochtend een clinic gegeven om de kinderen kennis te laten maken met volleybal en kennis te laten maken de regels die tijdens het toernooi gelden. In de middag vindt het toernooi dan plaats.

Tussen de middag is sportkantine De stoep geopend, en voor de lunch is ook de keuken geopend.

Tijdens het Rabobank schoolvolleybaltoernooi wordt er het meest gebruikt gemaakt van de spelregels die gelden voor het mini circulatievolleybal. Het kan wel zijn dat de regels iets daarvan aangepast zijn i.v.m. de moeilijkheidsgraad.

De groepen 4, 5 en 6 spelen op het mini circulatievolleybal niveau 3. De groepen 7 en 8 op het mini circulatievolleybal niveau 4. Voor beide niveaus geldt dat er wordt gespeeld met teams van 4 spelers in het veld. Het veld is kleiner en er zijn speciale volleybal jeugdballen. Wilt de gymdocent alvast oefenen met de kinderen voor het Rabobank Schoolvolleybal Toernooi, dan kunt u de spelregels vinden op de laatste bladzijdes van deze brief.

Op de site van het schoolvolleybaltoernooi (www.schoolvolleybal.nl) willen wij graag u op de hoogte houden met informatie over de volleybal, inschrijving voor het toernooi, programma (zodra het programma bekend is), foto's van het toernooi en andere informatie.

Heeft u nog vragen of opmerkingen, stuurt u dan ons gerust een mailtje! Wij willen u graag verder op weg helpen! Ons e-mail adres is schoolvolleybal@sliedrechtsport.nl

Wij hopen dat het toernooi weer een sportief succes wordt mede dankzij u en uw leerlingen.
Wij willen u alvast bedanken voor uw inzet.



Namens het jeugdbestuur van Sliedrecht Sport.

www.schoolvolleybal.nl
www.rabobank.nl/merwestroom
www.sliedrechtsport.nl



Spelregels CMV – niveau 3

Onderarms spelen (passen)

Doel

De spelers proberen de bal over het net bij de tegenstander in het veld op de grond te gooien. Dit gebeurt altijd door middel van volleybalspecifieke manieren van gooien en vangen.

Aanvang / beginbal

De bal wordt vanaf elke plaats in het veld met een onderhandse opslag over het net geslagen, waarbij de bal het net mag raken. Tijdens het spel gebeurt dit van de plek waar de fout gemaakt is.

Spelregels

1. Wanneer een speler de bal met een onderhandse opslag over het net speelt, of de bal in de rally over het net gooit, dan draait de hele ploeg waartoe de speler behoort, met de klok mee, een plaats door.
2. De spelers mogen niet lopen met de bal.
3. De bal mag het net raken.
4. De bal mag via een teamgenoot gevangen worden.
5. Elke bal die over het net gegooid of opgeslagen wordt, moet door de tegenstander met twee armen via de onderarms techniek aan de eigen kant omhoog gespeeld worden. Een teamgenoot vangt de onderarms opgespeelde bal (tenzij de speler alleen in het veld staat, dan vangt hij zijn eigen bal) en gooit de bal over het net naar de tegenstander.
 - De onderarms gespeelde bal mag niet in één keer over het net gespeeld worden. Is dit het geval dan dient de betreffende speler het veld te verlaten.
 - De onderarms gespeelde bal moet met twee armen gespeeld worden. Is dit niet het geval dan dient de betreffende speler het veld te verlaten.
 - Wanneer een speler alleen in het veld staat dan moet hij de bal voor zichzelf omhoog spelen en vangen. Het onderarms opspelen is geldig wanneer er minimaal een (volley)baldikte tussen het laagste punt van de bal en de armen van de speler zit. Is dit niet het geval dan dient de speler het veld te verlaten.
 - Wanneer een speler de bal onjuist onderarms speelt (niet met twee armen en buiten bereik van teamgenoten) dan moet hij het veld verlaten.
 - Wanneer een teamgenoot de onderarms gespeelde bal niet vangt, terwijl dit prima mogelijk is dan moet deze speler het veld verlaten.
 - Een team is verplicht om twee keer te spelen (onderarms spelen en over het net gooien)
6. Één (1) speler mag terugkeren wanneer de bal wordt gevangen nadat deze door een teamgenoot onderarms omhoog is gespeeld of wanneer de laatst overgebleven speler de bal voor zichzelf opspeelt en vangt. Het terugkeren moet direct na de vangbal plaatsvinden.
7. Het over het net gooien van de bal gebeurt verplicht door middel van volleybalspecifieke manieren van gooien en vangen. Fouten die afgefloten moeten worden zijn:
 - Een bal vanuit de nek gooien
 - Een bal van onder de kin wegstoten
 - Het uitvoeren van een slingerworp
8. De bal moet over het net worden gegooid vanaf de plaats waar de bal gevangen is. Dit geldt zowel voor binnen als buiten de lijnen van het veld.

9. Wanneer een speler de bal laat vallen, de bal uit gooit, uit serveert, de bal in het net gooit, de bal aanraakt voordat deze uit is of de bal onjuist onderarms speelt, moet deze speler het veld verlaten en in volgorde van verlaten naast het veld bij het net plaatsnemen.

10. Wordt de bal door de tegenstander op de grond gegooid, dan verlaat de speler die het dichtst bij de bal stond het veld.

11. Als er nog maar twee spelers in het veld staan, wisselen de spelers telkens van plaats nadat de ploeg de bal over het net heeft gegooid.

12. Als het veld van de tegenstander 'leeg' is, krijgt het team één punt.

13. De speler die het langst buiten het veld staat, staat het dichtst bij het net en mag als eerste in het veld terugkeren.

14. Het in sprong over het net naar beneden gooien van de bal ('dunken') is niet toegestaan.

15. Lijn- en netfouten worden op dit niveau niet afgefloten.

Wanneer ligt het spel stil?

Het spel ligt stil wanneer de bal niet of verkeerd gevangen wordt, d.w.z.

- De bal is uit gegooid.
- Een speler heeft de bal laten vallen.
- De bal is in het net gegooid.
- De bal is in het veld van de tegenstander op de grond gegooid.
- Een onderarms gespeelde bal wordt door de eigen partij niet gevangen, door de verkeerde persoon gevangen of onjuist opgespeeld.
- De bal is in het net geserveerd.
- De bal is onderhands uitgeserveerd.
- Wanneer er in plaats van serveren wordt gegooid of andersom!

Wat gebeurt er als het spel stil ligt?

Het spel wordt direct hervat met een onderhandse opslag vanuit het veld, zo dicht mogelijk bij de plaats waar het spel eindigde.

Telling

Wanneer het veld van de tegenstander leeg is, krijgt het winnende team één punt en begint het spel opnieuw, waarbij beide teams weer starten met vier spelers in het veld.

Snelheid

Om de tijd tussen de rally's zo kort mogelijk te houden wordt er opgeslagen op de plaats waar een fout gemaakt werd. Het is dus niet toegestaan om de bal naar de tegenstander te rollen of naar een goed spelende teamgenoot. De essentie hiervan is dat het spel zo snel mogelijk weer hervat wordt: het aantal balcontacten neemt op deze manier toe.

Motivatie

Het onderarms spelen krijgt op niveau 3 zeer veel aandacht.

Elke bal die over het net gespeeld wordt dient onderarms opgespeeld te worden, daarna gevangen te worden en op een volleybalspecifieke manier over het net gegooid te worden. Kinderen worden gedwongen de onderarms technieken toe te passen als voortraject naar de pass.

Spelregels CMV – niveau 4

Doel

De spelers proberen de bal over het net bij de tegenstander in het veld op de grond te spelen. Het drie keer samenspelen is verplicht en de beginselen van de set-up worden aangeleerd.

Aanvang / beginbal

Na het fluitsignaal van de scheidsrechter/spelleider moeten de spelers de bal verplicht onderhands van achter de (gehele) achterlijn over het net serveren, waarbij de bal het net mag raken. De speler die op de “mid-achter positie” (ruitopstelling en ankeropstelling) / “rechtsachter positie” (vierkantopstelling) komt, moet serveren.

Spelregels

1. Het team is verplicht de bal in drie keer te spelen.
2. Het eerste en het derde balcontact mogen met zowel de onderarms als de bovenhands volleybaltechniek gespeeld worden (niet vangen).
3. Het tweede balcontact vindt altijd plaats met een verplichte vloeiende en niet onderbroken vanggooi- of vang- stootbeweging. Deze kan op vier manieren uitgevoerd worden:
 - met gestrekte armen onderarms vangen en voorwaarts gooien.
 - met gestrekte armen onderarms vangen en achterwaarts over het hoofd gooien.
 - met gestrekte armen onderarms vangen en vanuit een hoek gooien.
 - met gestrekte armen boven het hoofd vangen, inveren en uitstoten. Voorwaarts en achterwaarts.
4. Tijdens de vanggooi- of vang- stootbeweging mag de speler zich niet omdraaien.
5. Tijdens de vanggooi- of vang- stootbeweging mag de speler niet lopen met de bal
6. Tijdens de vanggooi- of vang- stootbeweging mag de speler de bal maximaal 2 seconden vasthouden (één sec. om te vangen en één sec. om te gooien). Dit om meer snelheid in het spel te houden en om de beweging vloeiend te houden.
7. De tweede bal mag niet over het net gegooid worden.
8. De opslag wordt verplicht onderhands uitgevoerd.
9. Na drie opslagbeurten achter elkaar door dezelfde speler, moet de ploeg aan opslag een plaats doordraaien en slaat de volgende speler op.
10. Indien een team uit meer dan 4 spelers bestaat dan moet er verplicht ingedraaid worden
11. De wisselers moeten verplicht indraaien op de opslagplaats.
12. Er wordt niet meer doorgedraaid door het team dat de bal over het net speelde.
13. Een aanval is niet toegestaan. Een tip- of pushbal met één hand is wel toegestaan het gaat hier om zacht contact.
14. Blokkeren is niet toegestaan.
15. Lijn en netfouten worden afgefloten conform de op dat moment geldende regels.

Telling

Rally point: elke fout levert een punt op voor de tegenstander.

Motivatie

De tweede bal is in dit stadium van de volleybalontwikkeling de moeilijkst te verwerken bal, omdat het bovenhands of onderarms spelen onder een hoek nog veel problemen geeft. De kans op fouten is groot, waardoor het spel vaak onderbroken zou worden. Door de tweede bal vanuit een ononderbroken vanggooi of vangstoot beweging door te spelen,

blijft de rally gaande. Stimuleer dat de tweede bal parallel aan het net gegooid wordt, zodat de laatste speler in kan lopen alvorens de bal bovenhands over het net te spelen. Bij een minder goede pass zal een speler de tweede bal uiteraard vanuit het achterveld moeten spelen d.m.v. een ononderbroken vanggooi- of vangstoot beweging.