

FLUITEN VAN NIVO 4 t/m 6.

Niveau 4 – 2^{de} Bal verplicht vanuit een vloeiende vanggooibeweging spelen

Spelregels

1. Het team is verplicht de bal in drie keer te spelen.
2. Het eerste en het derde balcontact mogen met zowel de onderarmse als de bovenhandse volleybaltechniek gespeeld worden (niet vangen).
3. Het tweede balcontact vindt altijd plaats met een verplichte ononderbroken vanggooi- of vangstootbeweging. 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
4. Tijdens de vanggooi- of vangstootbeweging mag de speler zich niet omdraaien.
5. Tijdens de vanggooi- of vangstootbeweging mag de speler niet lopen met de bal (maximaal twee passen zijn toegestaan).
6. Tijdens de vanggooi- of vangstootbeweging 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. De wisselers moeten verplicht indraaien op de opslagplaats.
11. Er wordt niet meer doorgedraaid door het team dat de bal over het net speelde.
12. De aanval maakt nog geen structureel onderdeel uit van het spel, smashes of pushen is dus niet toegestaan, enkel 'reddingen' met één hand zijn toegestaan.
13. Lijn en netfouten worden afgefloten.
14. Blokkeren is niet toegestaan.
15. Voet fout met serveren af fluiten.
16. Als de spelers heel erg in het net komen mag je ook af fluit.

Niveau 5 – Streef naar drie keer spelen

Spelregels

1. Er mag geen enkele bal gevangen worden. De spelers spelen elke bal, met kort balcontact, door.
2. Het team mag de bal maximaal drie keer spelen, daarna moet de bal over het net naar de tegenstander gespeeld worden.
3. Het team dat de bal drie keer weet over te spelen krijgt een bonuspunt. Dit bonuspunt wordt direct bij de score opgeteld.
 - Het bonuspunt telt alleen wanneer de derde bal over het net en in het veld van de tegenstander wordt gespeeld of wanneer de derde bal via de handen van de tegenstander wordt gescoord. (Bij bijvoorbeeld een score door drie keer over te spelen krijgt het team dus 2 punten: 1 punt voor het drie keer spelen en 1 punt omdat ze gescoord hebben. Er kunnen dus meerdere punten per rally gehaald worden!)
4. De opslag wordt verplicht onderhands uitgevoerd.
5. Na drie opslagbeurten achter elkaar door dezelfde speler, moet de ploeg aan opslag een plaats doordraaien en slaat de volgende speler op.
6. De wisselers moeten verplicht indraaien op de opslagplaats.
7. Wanneer iemand een bal uit stand met één hand over het net slaat, is dit toegestaan. Een smash of pushbal in sprong is ook toegestaan, maar dit dient pas op niveau 6 behandeld te worden.
8. Hoewel blokkeren zelden voorkomt is het wel toegestaan, maar dit dient pas op niveau 6 behandeld

te worden!

9. Lijn en netfouten worden afgefloten.

Telling

Rallypoint: elke fout levert een punt op voor de tegenstander. Om het 3 keer spelen te stimuleren kunnen er bonuspunten verdiend worden.

Motivatie

De opslag op niveau 5 is verplicht onderhands zodat de ontvangende partij in staat is een aanval op te bouwen. De kans dat het spel gaande blijft is groter, waardoor het aantal balcontacten toeneemt. Door drie keer over te spelen wordt de kans om een scorende aanval op te bouwen vergroot. Om dit te stimuleren kunnen de teams bonuspunten verdienen wanneer er in drieën gespeeld wordt.

Niveau 6 – Bovenhandse opslag, smash/push

Spelregels

1. Er mag geen enkele bal gevangen worden. De spelers spelen elke bal, met kort balcontact, door.
2. Het team mag de bal maximaal drie keer spelen, daarna moet de bal over het net naar de tegenstander.
3. De opslag wordt onderhands of bovenhands uitgevoerd.
4. Een sprongservice is toegestaan
5. Na drie opslagbeurten achter elkaar door dezelfde speler, moet de ploeg aan opslag een plaats doordraaien en slaat de volgende speler op.
6. De wisselers moeten verplicht indraaien op de opslagplaats.
7. Hoewel blokkeren zelden voorkomt is het wel toegestaan!
8. Lijn en netfouten worden afgefloten.

Telling

Rallypoint: elke fout levert een punt op voor de tegenstander. Er kunnen geen bonuspunten meer worden verdiend door 3 keer samen te spelen.

Motivatie

Bij niveau 6 aangekomen moet het in drieën spelen uitgebouwd kunnen worden met aanval en de pushbal. Ook de bovenhandse serve mag toegepast worden.