

VolleyballFREAK Band 1

VOLLEYBALL

Block- & Feldverteidigung

Ziele | Grundsätze | Strategien | Anschauliche Grafiken



Volleyball
FREAK

Inhaltsverzeichnis	3
Vorwort	4
Legende	5
Grundsätze & Ziele der Block- und Feldverteidigung	6
Welche Ziele sollte Eure Block- und Feldverteidigung haben?	7
Merkmale erfolgreicher Block- und Feldverteidigung	7
Mit welchem Riegel verteidigen?	8
Wie kommunizieren die Block- und Feldverteidigung?	9
Wie effektiv den Dankeball nutzen?	9
Wie die Block- und Feldverteidigung einführen?	10
Wer übernimmt das Hilfs-/ Feldzuspiel?	10
Welche Startpositionen sollen im Block gewählt werden?	11
Wie könnt Ihr einen schwachen Blockspieler „verstecken“?	11
1. Feldverteidigung ohne Block mit Pos. VI vorne	13
2. Verteidigung von Dankebällen (ohne Block)	15
3. Feldverteidigung mit Einerblock mit Pos. VI vorne	18
4. Feldverteidigung mit Doppelblock mit Pos. VI vorne	20
5. Feldverteidigung mit Einerblock mit Pos. VI hinten	22
6. Feldverteidigung mit Doppelblock mit Pos. VI hinten	25
7. Feldverteidigung mit Doppelblock und Libero auf zentraler Pos. VI	29
8. Feldverteidigung mit Einerblock/ heranfliegendem Blockspieler	31
9. Feldverteidigung mit Dreierblock	34

6. Feldverteidigung mit Doppelblock mit Pos. VI hinten

Spielsystem: Ein Zuspieler, 5 Universalisten, Zuspiel von der Pos. II, Pos. VI hinten, Libero auf Pos. V

- Für Teams auf mittlerem und hohem Spielniveau, verschiedene Varianten und Mischmodelle sind möglich
 - Aber: Ein Standardsystem sollte von allen Spielern gekannt und verinnerlicht worden sein. Nur dann können auch gegnerangepasste Systeme gespielt werden
- Möchte der Gegner oben anschlagen verteidigt die Pos. VI lang, teils schon außerhalb des Feldes
- Die Pos. VI hat nach Absprache mit den Blockspielern verschiedene Optionen sich zu positionieren. Durch diese komplexe Aufgabe kann es sinnvoll sein, die erfahrensten, abwehrstärksten Spieler (=Libero) hierhin zu stellen
- Nachteil: Angriffsoption Pipe/ Hinterfeld VI fällt weg

Bei Angriffen über Position IV

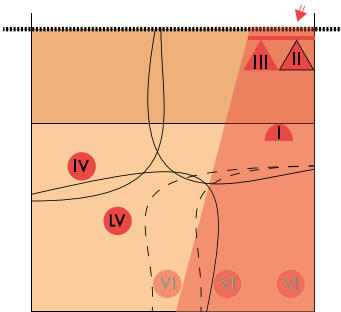


Abb. 20
Feldabwehrpositionen- und zonen mit Doppelblock gegen Angriff von Pos. IV und Linie zu; Libero auf Pos. V und Varianten für Pos. VI

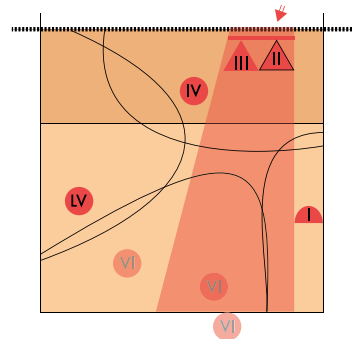


Abb. 21
Feldabwehrpositionen- und zonen mit Doppelblock gegen Angriff von Pos. IV und Linie offen; Libero auf Pos. V und Varianten für Pos. VI

über dieses Buch
In diesem Buch geben wir allen interessierten Spielern und Trainern Tipps für eine effektive Block- und Feldverteidigung an die Hand. Egal ob vor- oder zurückgezogene Position VI, Einer- oder Dreierblock, mit oder ohne Libero - hier ist für jedes Team etwas dabei. Übersichtliche Grafiken helfen beim Verstehen und Vermitteln der verschiedenen Modelle und Varianten.

über VolleyballFREAK
VolleyballFREAK ist der größte deutsche Volleyballblog. Hier findet ihr viele Tipps und Infos rund um den schönsten Sport der Welt.
www.volleyballfreak.de



Tobias Goerlich

Bereits kurze Zeit nach dem Start des Blogs in 2014 schreibt Tobias regelmäßig für VolleyballFREAK. Tobias ist Dipl. Sportwissenschaftler und aktuell Trainer des Männer- Drittligateams des TVA Hürth.



Steffen Probst

Steffen ist Gründer und Mr. VolleyballFREAK. Egal ob selber spielen, als Schiedsrichter aktiv sein oder fachsimpeln. Volleyball ist sein Leben.