

Erstellen einer Übungsform zur Verbesserung der Blicksprünge

Datum: **Kurs:** **Namen:**

Arbeitsauftrag:

Erstellt gemeinsam eine Übungsform, mithilfe derer wir unser Blicksprungverhalten verbessern können. Dabei ist es wichtig, dass die Übenden innerhalb einer volleyballspezifischen Situation schnell Informationen von verschiedenen Punkten in ihre Entscheidungen einbeziehen müssen. Eure Übung soll im Anschluss demonstriert und im Verlauf der nächsten Stunden in den Unterricht eingebunden werden.

→ Tipp: Am besten sind Übungen mit Variationen für unterschiedliche Spielstärken 😊

Material:

Volleyballfelder mit Netzen, Volleybälle, Übungsbälle (groß), Tennisbälle, Matten.

Durchführungsbeschreibung der Übung (ggf. Varianten):

Skizze:

