|  |  |
| --- | --- |
| **Indirekt miteinander spielen** | **1B** |
| indirekt miteinander | |
| * Spiele den Ball so zu deinem Partner, dass er in der Mitte zwischen euch aufprallt! * Nach der Bodenberührung des Balles spielt dein Partner den Ball mit einem Bagger zurück. * Hat die Übung 10 x geklappt, wechselt einmal die Spieltechniken!   Danach wechselt zur nächsten Station! | Tipp  **Den Ball nicht weit, sondern steil zuspielen!** |

|  |  |
| --- | --- |
| **Platztausch ohne Unterbrechung** | **2B** |
| Platztausch | |
| * Spielt euch den Ball zu, ohne ihn aufzufangen. * Wechselt dabei die Plätze. * Ihr dürft Mehrfachkontakte nutzen. * Danach wechselt zur nächsten Station! | **Tipp**  **Versuche, deinen Partner aus den Augenwinkeln zu beobachten.** |

|  |  |
| --- | --- |
| **Miteinander über das Netz I** | **3b** |
| miteinander_übers-Netz | | |
| * Spiele den Ball über das Netz zu deinem Partner. * Dein Partner spielt den Ball wieder zurück. Ihr dürft Mehrfachkontakte nutzen. * Wie oft konntet ihr nach 10 Versuchen den Ball ununterbrochen über das Netz hin- und herspielen? | **Tipp**  **Den Ball nicht weit, sondern steil zuspielen.** | |

|  |  |
| --- | --- |
| **Miteinander mit Zwei Bällen** | **4b** |
| Miteinander_mit _2_Bällen | | |
| * Spielt euren Ball gleichzeitig mit eurem Partner in die Höhe. * Versucht, den Ball eures Partners aufzufan­gen, bevor er den Boden berührt. * Habt ihr­­­ dies 10x geschafft, versucht, ob ihr den Ball eures Partners mit einer Volleyball­technik spielen könnt, anstatt diesen zu fangen.   Wenn euch auch dieses (3x hochspielen) gelungen ist, könnt ihr euch eine neue Station suchen. | **Tipp**  **Zählt einen Countdown mit eurem Partner, um den richtigen Zeitpunkt für das Zuspiel zu finden!** | |

|  |  |
| --- | --- |
| **miteinander gegen die Wand** | **5B** |
| Niteinander gegen die Wand | | |
| * Spielt den Ball abwechselnd gegen die Wand. Nachdem der Ball von der Wand abgeprallt ist, darf er einmal aufticken. * Ihr dürft Mehrfachkontakte nutzen!   Habt ihr es 10x ohne Unterbrechung geschafft, sucht euch eine neue Station! | **Tipp**  **Spielt den Ball möglichst hoch gegen die Wand!** | |

|  |  |
| --- | --- |
| **miteinander über das netz 2** | **6b** |
| miteinander_übers-Netz_2-Bälle | | |
| * Spiele den Ball zu deinem Partner über das Netz! Sofort nach deinem Zuspiel, muss er einen zweiten Ball mit beiden Händen unter dem Netz durch zu dir rollen. * Ihr dürft Mehrfachkontakte nutzen! * Wie oft konntet ihr nach 10 Versuchen den Ball über das Netz hin- und herspielen?   Nach 10 Versuchen könnt ihr die Station wechseln. | **Tipp**  **Warte mit dem Rollen, bis dein Partner den Ball abgespielt hat.** | |

|  |  |
| --- | --- |
| **Miteinander mit einem Ball** | **7b** |
| miteinader mit einem Ball | | |
| * Spiele einen Ball so, dass er möglichst genau zwischen dir und deinem Partner senkrecht hoch steigt und wieder fällt. * Nach jeder Ballberührung bewegt ihr euch möglichst rasch wieder auf eure Ausgangsposition zurück. * Versucht, den Ball, der einmal aufticken darf, abwechselnd mindestens 10x in die Luft zu spielen.   Danach könnt ihr die Station wechseln. | **Tipp**  **Bewegt euch sofort nach dem Ballkontakt wieder zurück!** | |

|  |  |
| --- | --- |
| **Sprint-Volleyball** | **8B** |
| Sprintvolleyball | | |
| * Spiele den Ball zu deinem Partner und laufe schnell um ihn herum auf deine Ausgangs­position zurück. In der Zwischenzeit darf dein Partner Zwischenspiele machen. * Kommt ihr mit weniger als 3 Zwischenspielen aus?   Nach 10 Versuchen wechselt bitte die Aufga­ben und nach weiteren 10 Versuchen die Station. | **Tipp**  **Starte sofort nach dem Abspiel!** | |

|  |  |
| --- | --- |
| **Mathe-Volleyball** | **9B** |
| Mathe-Volleyball | | |
| * Spielt euch einen Ball zu . * Einer von euch ruft seinem Partner nach seinem Abspiel eine leichte Mathe-Aufgabe zu, die dieser gelöst haben muss, bevor er den Ball gespielt hat. * Nach 10 gelösten Aufgaben tauscht bitte die Rollen!   Nach weiteren 10 gelösten Aufgaben könnt ihr zur nächsten Station weiter gehen. | **Tipp**  **Immer den Ball im Auge behalten!** | |

|  |  |
| --- | --- |
| **Winkel-Spielen** | **10b** |
| Winkel-Spielen | | |
| * Spiele den Ball zu deinem Partner. * Dieser spielt zurück, bewegt sich sofort nach seinem Abspiel auf eine 2-3 m seitlich verschobene Position und erhält dort von dir den nächsten Ball, den er auch zurück spielt. * Ihr dürft Mehrfachkontakte nutzen. * Habt ihr es 10x geschafft, wechselt die Aufgaben.   Nach weiteren 10x geht zu einer neuen Station. | **Tipp**  **Nach dem seitlichen Verschieben schnell wieder spielbereit sein!** | |