

## A. Regler for serveren

1. Spilleren på servepladsen server. Underhåndsserv fra den afstand fra nettet, som spilleren magter.
2. Tredje serv i træk af samme spiller **skal** serves bag baglinien og må være en overhåndsserv/springserv.
3. På level 3 åben serves bag baglinien.
4. Der roteres efter tre server af den samme spiller.
5. Der serves fra position 1 (se tegning).

## B. Spilreglerne

1. Første berøringen skal være et volleyballslag.
2. Anden berøringen skal gribes og kastes videre i en glidende bevægelse med en "gribehævning".
3. Anden berøringen spillet med et almindeligt volleyslag er en fejl.
4. Tredje berøringen skal være et volleyballslag.
5. Der skal spilles 3 gange.
6. Alle spillere på holdet må smashe og blokere.
7. Skærm er ikke tilladt.
8. Der må ikke blokeres på serveren.

## Opstilling og udskiftning

9. På et hold må der være 3 - 5 spillere, hvoraf maksimalt 4 må være inde på banen.
10. Der er 4 spillere på hvert hold, der stiller op i en rombeform (se tegning).
11. Der skiftes ind efter tur (flydende udskiftning).
12. Der er dog fri udskiftning ved skader.

## C. Regler for banestørrelse og net

1. Der spilles på en badmintonbane til de **yderste** streger i banen.
2. Nethøjden er 1,95 meter.
3. Overtrådt er ikke tilladt. **Berøring af nettet er ikke tilladt.**

## D. Spilletid og point

1. 2 Time outs pr. sæt pr. hold.
2. Running score.
3. De første to sæt spilles til 25 point evt. tredje sæt til 15 point.

## Intentionerne med level 3

På Level 3 er det slut med kaste, gribe Kidsvolley. Spillet får flere og flere kendetegn fra almindelig volleyball. Det væsentlige ved level 3 er, at 2. bolden **skal** gribes, og der **skal** spilles 3 gange. Første og tredje berøringen er almindelige volleyballslag. Intentionerne med level 3 er at vænne spillerne til at spille 3 gange, og derved give dem en god spilopfattelse og spilforståelse. Ved at spille tre gange opnås ligeledes, at der bliver flere smash, som for børn er en stor motivationsfaktor.

Hvor intet andet er nævnt følges de almindelige spilleregler.

## Intentionerne bag servereglerne

På level 3 er der en serveprogression fra underhåndsserv til valgfri serv på tredje serveren. Det kan være overhåndsserv/springserv. Bemærk at alle tredjeserver fra samme spiller skal foretages bag baglinien.

For åben række skal alle serve bag baglinien, men er der enkelte spillere, der ikke kan, skal det nævnes før kampstarten til modstanderens træner eller holdleder samt dommeren, der gives automatisk dispensation for reglen.

Intentionen er, at spillerne gradvist skal udvikle serveren men, at serveren ikke må blive en spilhandling, der blokerer for udviklingen af de øvrige teknikker.

Spillerne skal motiveres til at serve bag baglinien. Intentionen er, at alle, der magter serveren, skal serve bag baglinien.

Ved en underhåndsserv, skal bolden rammes under spillernes navlehøjde i serveforsøget.

## **Skærm**

Hvis udsynet er spærret, skal spilleren /-ne ved nettet flytte sig. I kidsvolley er serveren overlegen i forhold til modtagningen. Vi skal arbejde mod at få stabiliseret modtagningen og skal derfor ikke styrke serveren yderligere.

## Intentionerne med opstilling og udskiftning

3	På level 3 skal der stilles op i rombeformation ved egen serv og ved servemodtagning
4	2 Det skal tilstræbes, at spilleren på position 3 modtager andenbolden efter modtagning, så den kan hæves til spillerne på position 2 og 4.
1	Det er spilleren på position 1, der server. Der er flydende udskiftning for at sikre, at alle børn får lige meget spilletid.

## Intentionerne med spilreglerne

### **Kaste/gribe hævingen**

Det er ikke noget almindeligt volleyballslag, men et middel til, at der kan komme flow i spillet, og vi kan få mange smash. Brug ikke for meget tid på bevægelsen – det er et middel til at nå et mål. Bolden må kastes med et baggerslags- og et fingerslagskast.

Centralt er det, at teknikken udføres i én bevægelse. En glidende og rytmisk bevægelse. Bolden skal kastes hurtigt. Den må ikke varmes, og den må ikke føres i én retning for bagefter at føres i en anden retning. For at skabe klarhed om flytning af fødderne i gribe-kaste bevægelsen, så er det den glidende rytmiske bevægelse, der er det centrale og ikke hvor meget fødderne drejes.

Kaster man sig efter anden bolden, rejser man sig hurtigt op og kaster bolden videre.

### **Tekniske fejl**

På level 3 kan der godt dømmes ført bold på fingerslaget og kastet bold på smasheet. Arbejdet med teknikken i træningen skal belønnes. Det skal dog understreges, at det ikke er intentionen, at kampene skal fløjtes i stykker. Der skal stadig kunne tages pædagogiske hensyn.

### **Tredjebolden**

Alle spillere må spille bolden over nettet, og alle spillere må smashe.

### **Blokade**

En blokade på level 3 defineres som en handling tæt ved nettet både over og under netkanten, hvor spilleren forsøger at blokere bolden. En berøring i blokaden tæller ikke som 1. berøring, og næste bold skal altså spilles med et volleyballslag. Intentionen er, at spillerne skal motiveres til at forsøge at udføre en blokade.

## **At dømme en Kidsvolleykamp**

Intentionen er som på level 0 til 2 at få afviklet kampen i en positiv atmosfære, men samtidig skal der også være en udvikling i de tekniske elementer, der dømmes for.

### **Dommeren skal primært dømme for følgende:**

- Bolde inde og ude
- Der ikke spilles 3 gange
- Anden bolden ikke gribes
- Kaste-gribehævningen ikke er korrekt
- Netberøring og overtrådt
- Forkert serv
- Ført bold ved smash og fingerslag

### **Hvem skal dømme kampen**

Kampen dømmes af en voksen/ung dommer eller af en kidsspiller.

Dømmes kampen af en kidsspiller, så skal træneren eller en ansvarlig voksen være 2. dommer og støtte og vejlede. Den voksne er placeret på samme side og tæt ved dommeren. Den voksne kan godt omstøde en kendelse, men i respekt for den, der dømmes.

### **Træneren/holdlederens primære opgave**

Træneren og holdlederen er de eneste voksne, der er omkring banen. Forældre og andre trænere er placeret på tilskuerpladserne. Det er trænerens ansvar, at uvedkommende ikke højlydt blander sig i spillet og dommerkendelser. Opgaven er at sørge for, at kampen afvikles i en god sportslig atmosfære og tonen mellem spillere og trænere skal være positiv og konstruktiv. Dommeren bakkes op og støttes af de 2 trænere.

## **Kidsvolley og alder**

I 6 til 11 års alderen udvikler børnene hurtigt deres motoriske færdigheder. Det har vi taget højde for i den progression, vi har lagt ind i Kidsvolleys 5 levels. Dette betyder samtidig, at hvert level, som udgangspunkt, knytter sig til bestemte aldersgrupper og motorisk færdigheder:

- Level 3 er for spillere der går i 4. klasse eller der under.
- Level 3 åben er for alle kidsvolleyspillere.

**De åbne rækker** følger ikke klassetrin, men børnenes faktiske motoriske udvikling og færdigheder. Åbne rækker skal primært benyttes til nye spillere i klubben, så de med det samme kan komme ud og spille kampe.

## **Yderligere vejledning**

Som yderligere hjælp kan du se et [videoklip](#), hvordan level 3 spilles. Desuden vises de rigtige teknikker.

## **Læs mere om Kidsvolley**

Hvis du har spørgsmål vedrørende Kidsvolley, så klik ind på [www.kidsvolley.net](http://www.kidsvolley.net) eller kontakt:

**Dansk Volleyball Forbund  
Udviklingschef Peter Morell**

Mail: [pmr@volleyball.dk](mailto:pmr@volleyball.dk)

Telefon: 2372 2764