



## Ausschreibung Ersatzprogramm: Volleyball und Beachvolleyball

Das vergangene Schuljahr hat gezeigt, dass Schulsportwettbewerbe in der Corona-Pandemie mitunter nicht durchführbar sind. Ziel ist es daher, für das Schuljahr 2020/2021 Sport- und Bewegungsprogramme vorzuhalten, auf die Lehrkräfte auch dann zurückgreifen können, wenn die Schulsportwettbewerbe im geplanten Format nicht stattfinden können. Allemal können sie eine ideale Ergänzung zum Sportunterricht sein und von Sportlehrkräften im Rahmen des Distanzunterrichts für Challenges genutzt werden. Das Ergänzungsprogramm erlaubt keine Weiterqualifikation im Sinne der Schulsportwettbewerbe.

Die beigefügten Excel-Tabellen können genutzt werden, um Vergleiche zwischen Gruppen (z. B. innerhalb einer Klasse, Jahrgangsstufe, Schule oder im Vergleich mit einer Nachbarschule) zu ermöglichen.

**Die aktuellen Bestimmungen der jeweils geltenden Bayerischen Infektionsschutzmaßnahmenverordnung und des Hygieneplans der Schulen sind zwingend zu beachten.**

- Vorschlag zur Durchführung
  - **Schulbetrieb eingeschränkt möglich (zu bevorzugen):** Die Lehrkraft nimmt von allen Teilnehmern/innen die Übungen nacheinander ab und trägt die Ergebnisse in die beigelegte Excel-Tabelle ein (orange Felder).
  - **Schulbetrieb komplett eingestellt (Sportstätten zugänglich):** Der/Die Teilnehmer/in führt die Aufgaben selbstständig durch und übermittelt die Ergebnisse der betreuenden Lehrkraft. Die Lehrkraft befüllt die Excel-Tabelle (orange Felder).
  - **Schulbetrieb komplett eingestellt (Sportstätten geschlossen):** Der/Die Teilnehmer/in führt die Aufgaben selbstständig

durch und übermittelt die Ergebnisse der jeweiligen betreuenden Lehrkraft. Die Aufgaben, die einen Basketballkorb voraussetzen, fallen weg. Die Lehrkraft befüllt die Excel-Tabelle (orange Felder).

- Wettkampfbestimmungen

o WK II und III/1

- 10x Aufschlag von oben oder unten auf ein Ziel (ohne Netz)

Ball wird selbst angeworfen. Mit einem Aufschlag von oben oder unten muss ein Ziel (2 x 2 m) in 10 m Entfernung getroffen werden. Pro Treffer 2 Punkte.

- 10x Baggern in Basketballkorb

Ball wird selbst angeworfen. Durch Baggern muss der Ball in den Basketballkorb befördert werden (Mindestabstand: 3 m). Pro Treffer 3 Punkte.

- 10x Pritschen in Basketballkorb

Ball wird selbst angeworfen. Durch Pritschen muss der Ball in den Basketballkorb befördert werden (Mindestabstand: 3 m). Pro Treffer 2 Punkte.

- 60 sec Ball pritschen und baggern im Wechsel gegen Wand

In 60 Sekunden muss der Ball so oft wie möglich gegen die Wand (Abstand 2 m) im Wechsel gepritscht und gebaggert werden (über Kopfhöhe). Die Mannschaft mit den meisten Gesamtkontakten, innerhalb der Vergleichsgruppe, bekommt die entsprechende Punktzahl eingetragen.

o WK III/2 und IV

- Koordination 1

Ball von vorne durch die gespreizten Beine führen und hinter dem Rücken hochwerfen, umdrehen und wieder fangen. Hierzu haben die Teilnehmer/innen 2 Minuten Zeit. Es gibt einen Ball, für den der/die Teilnehmer/in

selbst zuständig ist. Pro korrekte Ausführung (inkl. gefangener Ball) 1 Punkt.

▪ Koordination 2

Ball im Stehen hochwerfen und im Sitzen (Gesäß und Füße berühren vollständig den Boden) fangen. Hierzu haben die Teilnehmer/innen 2 Minuten Zeit. Es gibt einen Ball, für den der/die Teilnehmer/in selbst zuständig ist. Pro korrekte Ausführung (inkl. gefangener Ball) 1 Punkt.

▪ 10x Aufschlag 1

Ball von unten oder oben gegen eine Wand aufschlagen und wieder fangen (Abstand zur Wand: 6 m). Pro korrekte Ausführung (inkl. gefangener Ball) 3 Punkte.

▪ 10x Aufschlag 2

Ball von unten oder oben aufschlagen und gegen das Basketballbrett spielen. Der Aufschlag erfolgt von der Basketball-3-Punkte-Linie (Entfernung mind. 6,75 m). Pro korrekte Ausführung 3 Punkte.

▪ 10x Pritschen

Ball wird selbst angeworfen. Durch Pritschen muss der Ball in den Basketballkorb befördert werden (Mindestabstand: 3 m). Pro Treffer 4 Punkte.

- Auswertung:

- Erzielen bei einem Vergleich mit anderen Mannschaften zwei oder mehrere Mannschaften die gleiche Gesamtpunktzahl, so entscheidet das beste Mannschaftsergebnis in der Übung „Aufschlag von oben oder unten auf ein Ziel“.