



## Kidsregler level 2 Flogbóltssamband Føroya

september 2018

### A. Regler for servern

1. Spillet sættes i gang med underhåndsserv af det hold, der har vundet bolden. Der trækkes ikke lod om bolden ved kampstart.
2. Det hold der har ryddet banen for spillere server efterfølgende.
3. Ingen fast serveorden. Der serves af den spiller, der har/får bolden. Der serves fra en vilkårlig position på banen.

### B. Spilreglerne

1. Der er 3 - 5 spillere på et hold, hvoraf maksimalt 4 må være på banen. Deltager man med 7 spillere til et stævne er der 4 spillere på A holdet og 3 spillere på B holdet
2. Tilladte kast: Bolden kastes over nettet derfra hvor bolden er grebet med baggerslagskast eller fingerslagskast,
3. Tilladte slag: Bolden må kastets op til sig selv og smashes over nettet. Man må gerne hoppe og smashe bolden over nettet. Et smash defineres som et slag med flad hånd.
4. Når en spiller på ens eget hold kaster bolden eller smasher bolden over nettet, så roterer spillerne på holdet én position i urets retning.
5. Bolden er tabt når: Bolden ikke gribes, kastes eller smashes i nettet eller kastes ud af banen. Kastes eller smashes bolden ikke over med de i punkt 2 og 3 nævnte slag er spilleren død.
6. Når bolden tabes, forlader spilleren, der har begået fejlen banen. I tvivlstilfælde peger coachen spilleren ud, der skal forlade banen. En ny serv sætter spillet i gang igen.
7. Spillere bliver befriet ved, at bolden modtages med baggerslag til en medspiller eller spilles med et fingerslag til en medspiller. Et fingerslag defineres som et slag spillet over hovedet og spillet fremad i føddernes retning eller lige op i luften (ikke til siden uden fødderne peger i den retning) Gribes bolden ikke efter baggerslaget eller fingerslaget, er bolden tabt.
8. Når der er én spiller tilbage, må denne modtage med baggerslag eller fingerslag til sig selv og gribe bolden, hvorved en spiller befries.

### C. Regler for banestørrelsen og net

1. Der spilles på en badmintonbane til de yderste streger i bredden, men de inderste streger i længden.
2. Nethøjden er ca 2 meter.
3. Overtrådt og berøring af nettet er tilladt, blot det ikke generer modstanderne.

### D. Spilletid og point

1. Der kan spilles 10 minutter pr. kamp
2. Der gives 1 point ved befriere med fuldtalligt hold og 2 point for at rydde banen. Holdet med flest point, når tiden er udløbet vinder kampen.
3. En time-out pr .kamp pr. hold.

### E. Bolde

1. På Level 2 spilles med bolde af Light typen med en vægt mellem 210 g og 235 g

I skolesammenhæng kan der spilles med, at der kun scores point, når holdet har ryddet modstanderens spillere fra banen. Der kan være forskellige regler for at give point til de enkelte stævner I skolesammenhæng spiller 4. Klasse level 2.

# Intentionerne bag Level 2

## Intentionerne bag spilreglerne

Den tekniske udvikling på level 0-2 går fra valgfrie kaste- og gribebevægelser på level 0 og 1 til bagger- og fingerslagskast på level 2. Der kan også spilles over nettet med et rigtig smash. Her kaster bolden op til sig selv og bolden smashes over nettet. Man må gerne hoppe og smashe bolden over nettet. Et smash defineres som et slag med flad hånd. Dette skridt er taget ud fra betragtningen om at det er noget der vil motivere specielt drengene. Det har også vist sig, at når børnene kommer på level 3 har de meget svært ved teknikken. Specielt det med en "hurtig" arm er svært

Træneren eller den ansvarlige dømmer ens eget hold. Derved bestemmer den enkelte selv, hvornår et kast er udført forkert. Dette skal vurderes i forhold til, hvor langt holdet er kommet i den tekniske udvikling og hvor tidligt det er på sæsonen. Mange af de forkerte kast, der bliver lavet er et udtryk for sjusk og iver, og ikke fordi spillerne ikke kan magte slagene.

På level 2 bør alle være så langt, at den ansvarlige for sit eget hold skal dømme sine spillere døde for ikke korrekte kast.

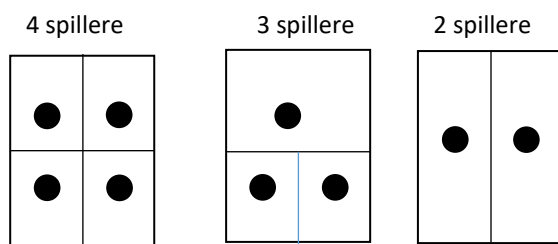
Gribes bolden over hovedet, må den gerne føres ned og kastes over med et baggerslagskast. Gribes bolden med et baggerslag, må den ligeledes føres op til et fingerslagskast. Når det er sagt, så vil vi påpege, at den naturlige bevægelse, og det indlæringsmæssige korrekte er, at når man griber med baggerslag, så kaster man over med baggerslagskast.

En spiller "dør"

Når bolden rammer gulvet, så dør en spiller. Dvs. når bolden kastes ud af banen, ikke gribes, kastes i nettet, eller ikke kastes korrekt. Dog må bolden gerne berøre nettet, dette gælder også ved serveren.

Bliver en spiller ramt af bolden eller taber bolden, og en anden spiller griber den, er der ingen døde spillere.

I tilfælde af uorden i rotationen er det den spiller, der burde være i området og ikke får grebet bolden, der dør.



## Befrier

Spillere bliver befriet ved, at bolden modtages med baggerslag eller fingerslag til en medspiller, der griber bolden. Gribes bolden ikke, er den tabt.

Fingerslaget indføres som befrier på level 2. Jeg har konstateret at vi er for dårlige til at mestre dette slag. Rigtig mange modtagninger i volleyball bliver taget med et fingerslag. Når spillerne skal rykke op på level 3, så har de endnu ikke stiftet bekendtskab med fingerslaget endnu. Ved at indføre fingerslaget på level 2 så bliver den vigtige førsteberøring på level 3 meget lettere.

Spilles et baggerslag eller fingerslag over nettet betragtes det som en fejl, og spilleren dør. Hensigten er, at spillerne skal kontrollere bagger- og fingerslaget, og en modtagning over nettet er ikke kontrolleret.

Ved et "gribebart" baggerslag eller fingerslag er det den, der ikke griber bolden der dør.

Et fingerslag defineres som et slag spillet over hovedet og spillet fremad i føddernes retning eller lige op i luften (ikke til siden uden fødderne peger i den retning)

Et baggerslag defineres som et slag med begge arme der er så højt at man kan nå at klappe i hænderne inden man griber den

Er der én spiller tilbage på holdet, kan spilleren befri en medspiller ved at spille baggerslag eller fingerslag til sig selv og derefter gribe bolden.

## Intentionerne bag serverreglerne

Spilleren må stå i den afstand fra nettet, som spilleren magter. Intentionen med reglen er, at spillerne efterhånden rykker længere og længere tilbage på banen, efterhånden som de bliver teknisk bedre. Det er trænerens opgave hele tiden at udfordre spillerne. Ved en underhåndsserv, skal bolden rammes under spillernes navlehøjde i serveforsøget. Ved kampstart sætter et af holdene bolden i gang. Der trækkes ikke lod om bolden ved kampstart. Holdet der vinder bolden server efterfølgende.

Det er den spiller, der står nærmest bolden, der skal serve. Intentionen er, at alle skal få trænet serveren i en kampsituation, og det er ikke holdets bedste server, der skal serve hver gang.

## At dømme en Kidsvolleykamp

Der er ikke deciderede dommere i en Kidsvolleykamp på level 0. Det er den voksne for det enkelte hold der mere fungerer som en pædagogisk spilleleder. Det vil sige, at intentionen er at få afviklet kampen i en positiv atmosfære og at få hjulpet nye spillere og hold med reglerne, så alle får en god oplevelse.

På level 0 er det den voksne, der kigger på sit eget hold, og dømmer de fejl hos sine egne spillere der er i kampen. Den voksnes primære opgave er at dømme bolde inde og ude samt holde styr på pointene, og sørge for at spillere der dør, kommer ud af banen og befriede spiller kommer ind igen. Ligeledes skal træneren sørge for at spillerne roterer efter bolden er spillet over nettet.

De voksne omkring holdene har ansvaret for, at kampen afvikles i en god atmosfære.

## 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 4 levels. Dette betyder samtidig, at hvert level som udgangspunkt knytter sig til bestemte aldersgrupper og motoriske færdigheder:

- Level 2 er som hovedregel for spillere der går i 3. klasse eller der under, men der er undtagelser Kidsvolley følger nemlig ikke alder men færdigheder. Det vil sige, at man kan have spillere med på et level 2 hold der går i 4. klasse. Har man spillere på holdet der er ældre end 3. Klasse er det god skik, at du som træner gøre modstanderens træner opmærksom på det.

Nogle gode grund til at have en spiller med der er ældre en det level der spilles på er:

- Vi er i starten af sæsonen
- Hvis spilleren lige er startet og du gerne vil have ham/hende med ud og spille
- Hvis spilleren har motoriske eller fysiske udfordringer
- Hvis I ellers ikke kan stille med et fuldt hold.

Som afslutning på sæsonen spilles der en turnering hvor spillerne **skal** følge alder og level