



# Evaluierungsbogen Phase T2

## Technik

In der Einzahl wird in diesem Text der Einfachheit halber nur die weibliche Form verwendet. Sie gilt aber für Personen sowohl männlichen als auch weiblichen Geschlechts.

Datum: 11.01.2021  
Version: 2020.1  
Autor\*innen: Johannes Nowotny, Marco Fölmli, Michael Meyenberg  
Genehmigt durch:

---

## Inhaltverzeichnis

Inhaltverzeichnis.....	2
1. Anwendung .....	3
1.1 Bewertung .....	3
2. Beschreibungen Phase T2.....	3
2.1 Annahme (Manchette).....	4
2.2 Feldzuspiel (Pass) .....	5
2.3 Angriff .....	6
2.4 Service.....	7
2.5 Verteidigung .....	8
2.6 Block.....	9
2.7 Schrittfolgen –Angriff nach Annahme, Block, Verteidigung .....	10
3. Zusammenfassung Test-Jugend .....	11

## 1. Anwendung

Der Evaluierungsbogen zeigt den aktuellen Stand der Spielerin in Bezug auf das Thema «Technik» auf, wenn er ehrlich und vorurteilsfrei angewendet wird. Die Evaluierung erfolgt durch die Ausbildungsverantwortliche. Sie evaluiert die einzelnen Knotenpunkte der Techniken anhand ihrer Beobachtungen in Kontrollübungen und im Wettkampf. Swiss Volley empfiehlt die Beurteilung laufend während der Saison zu machen, Ziele für kommende Perioden zu definieren und diese wiederum zu überprüfen. Somit dient die Evaluierung als Diskussionspunkt für die Standortbestimmungsgespräche und Zielvereinbarungen mit der Spielerin und zeigt die technische Entwicklung gut auf.

Der aktuelle Entwicklungsstand wird für den PISTE Test zusammengefasst (Punkt 3; Seite 11).

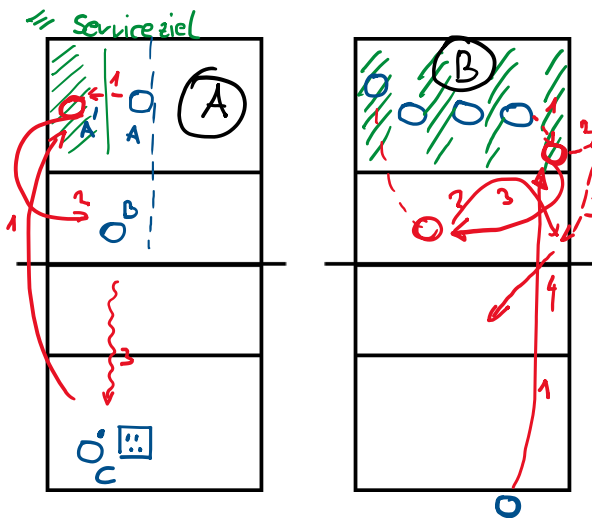
### 1.1 Bewertung

Die Bewertung erfolgt nach einer 4 teiligen Skala (0-3). Sie gibt an in welcher Situation eine Spielerin die vorgegebenen Keypoints einer Technik erfolgreich umsetzen kann:

- 0 ... wurde noch nicht behandelt, ist ihr unbekannt, kann nicht beobachtet werden,
- 1 ... noch eine grosse Baustelle, aber in isolierten Übungen, ohne Entscheidungsdruck erkennbar,
- 2 ... klappt schon gut, in Kontrollübungen, ohne Resultat- und mit wenig Entscheidungsdruck erkennbar,
- 3 ... ist erledigt, auf ihrem Wettkampfniveau, unter Resultat- und Entscheidungsdruck erkennbar.

Das definierte Wettkampfniveau der Phase T2 ist die 2.Liga.

#### Beispiel:



- Eine Spielerin bekommt die Bewertung 1 für einen Keypoint, wenn sie ihn in einer einfachen Annahmeübung regelmässig (8/10) einsetzt (Abbildung 1, Bild A).
- Eine Spielerin bekommt die Bewertung 2 für einen Keypoint, wenn sie ihn in einer komplexeren Annahmeübung (Entscheidungsdruck und Folgehandlung) regelmässig (8/10) einsetzt (Abbildung 1, Bild B).
- Eine Spielerin bekommt die Bewertung 3 für einen Keypoint, wenn sie ihn in einer Wettkampfsituation regelmässig (8/10) einsetzt. Der Keypoint ist bei den entsprechenden Situationen z.B. auf Video klar erkennbar.

Abbildung 1 A: Einfache Annahmeübung ohne Entscheidungsdruck und Folgehandlung  
B: Komplexerer Annahmeübung mit Entscheidungsdruck und Folgehandlung

## 2. Beschreibungen Phase T2

Spieler\*innen mit einer FTEM Einstufung T2 nehmen am PISTE Test Jugend teil. Ihre Ausbildung erfolgt universell (alle Positionen) und dual (Volleyball & Beachvolleyball). Die untenstehenden sechs Technikbereiche bilden die Grundlage des Volleyballs und Beachvolleyballs. Die Beurteilung der einzelnen Techniken erfolgt anhand von Knotenpunkten die in den «Swiss Volley Technik Guidelines» (2016) beschrieben werden.

Ergänzend zu den Keypoints den Haupttechniken der Punkte 2.1 bis 2.6 empfehlen wir dringend auch intensiv auch an den Punkten 2.7 zu arbeiten. Dieses Thema ist sehr von der Spielphilosophie geprägt und daher kein rein technischer Aspekt. Die Ergebnisse gehen zurzeit nicht in das PISTE Resultat ein.





### 2.3 Angriff

Knotenpunkt		Erklärende Beschreibung
1	Fokus – letzten beide Schritte	4 Schrittanlauf, Fokus auf die zwei letzten Schritte (Stemm- und Beistellschritt; explosiv)
2	Fokus - Stemmschritt	Ferse stemmt ein, rollt ab, Fuss drückt sich über Vorderfuss/ Zehen vom Boden ab
3	Absprungort	Absprung ist weiter weg vom Netz als der Treffpunkt, Landung näher beim Netz.
4	Pfeil & Bogen/ Treffpunkt	Öffnung in Hüfte und Schulter, maximal hoher Treffpunkt
5	Beschleunigung/ Handgelenk	Handgelenk aktiv, Arm schwingt durch
6	Gross bleiben/ Durchschwingen	Vor, während, nach Ballkontakt ist die Spielerin aufrecht, Arm schwingt durch

#### Beurteilung (0-3 Punkte)

Knotenpunkt		Datum:	Datum:	Datum:	Datum:	Datum:	Datum:
1	Fokus – letzten beide Schritte						
2	Fokus - Stemmschritt						
3	Absprungort						
4	Pfeil & Bogen/ Treffpunkt						
5	Beschleunigung/ Handgelenk						
6	Gross bleiben/ Durchschwingen						

#### Notizen/ Ziele

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



## 2.5 Verteidigung

Knotenpunkt		Erklärende Beschreibung
1	Startposition	Körpervorlage, Arme bereit
2	Orientierung	Ausrichtung des Oberkörpers nach der Angreifer*in, Becken in Feldmitte
3	Verschiebung (fern)	Körperschwerpunkt absenken und tief bleiben (seitlich und kurz)
4	Verschiebung (nahe)	Körper hinter den Ball bringen, Aussenbein führt
5	Spielbrett unter den Ball	Spielbrett unter den Ball bringen (vorne, seitlich)
6	Impuls	Ball mit Spielbrett (Schultern, Arme) umlenken, Handgelenke führen das Spielbrett

### Beurteilung (0-3 Punkte)

Knotenpunkt		Datum:	Datum:	Datum:	Datum:	Datum:	Datum:
1	Startposition						
2	Orientierung						
3	Verschiebung (fern)						
4	Verschiebung (nahe)						
5	Spielbrett unter den Ball						
6	Impuls						

### Notizen/ Ziele

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



## 2.6 Block

Knotenpunkt		Erklärende Beschreibung
1	Startposition	Startposition (Distanz, Arme, Knie)
2	BSBH	Beobachtungspunkte : Ball – Setter – Ball - Hitter
3	Schrittfolge Crossover 3	Schrittfolge X3 (1.Schritt, arme runter, kreuzen, 45°, Absprung mit Kontrolle)
4	Schrittfolge Quick 2	Schrittfolge Q2 (Seitstell und Schlusschritt, Absprung mit Kontrolle)
5	Übergreifen	Hände führen die Bewegung und die Arme immer über das Netz
6	Hände	Hände sind geöffnet & aktiv (parallel oder Richtung Feldmitte)

### Beurteilung (0-3 Punkte)

Knotenpunkt		Datum:	Datum:	Datum:	Datum:	Datum:	Datum:
1	Startposition						
2	BSBH						
3	Schrittfolge Crossover 3						
4	Schrittfolge Quick 2						
5	Übergreifen						
6	Hände						

### Notizen/ Ziele

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



### 2.7 Schrittfolgen –Angriff nach Annahme, Block, Verteidigung

Position		Schrittfolgen
1	Angriffsauslösung Pos 4	Kapitel 7.12.1 – Situation 2 & 3, Seite 30
2	Angriffsauslösung Pos 2	Kapitel 7.13.1 – Situation 2 & 3, Seite 31
3	Angriffsauslösung Pos 3	Kapitel 10.3 – Basisposition links & rechts, Annahme links ODER rechts, Seite 43
4	Pos 4/ 2 - Angriff nach Block	Kapitel 7.12.2 – Situation 1a & 2, Seite 30; Kapitel 7.13.2 – Situation 1a & 3, Seite 31
5	Pos 4/ 2 - Angriff n. Verteidigung	Kapitel 7.12.2 – Situation 4a & 5, Seite 30; Kapitel 7.13.2 – Situation 4 & 5, Seite 31
6	Pos 3 - Angriff nach Block (Pos 4/3)	Kapitel 10.4 – Situation 2b, Seite 44
7	Pos 3 - Angriff nach Block (Pos 2)	Kapitel 10.4 – Situation 1a, Seite 44

### Beurteilung (0-3 Punkte)

Knotenpunkt		Datum:	Datum:	Datum:	Datum:	Datum:	Datum:
1	Angriffsauslösung Pos 4						
2	Angriffsauslösung Pos 2						
3	Angriffsauslösung Pos 3						
4	Pos 4/ 2 – Ang. n. Block						
5	Pos 4/ 2 – Ang. n. Verteidigung						
6	Pos 3 – Ang. n. Block (Pos 4/3)						
7	Pos 3 – Ang. n. Block (Pos 2)						

### Notizen/ Ziele

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### 3. Zusammenfassung Test-Jugend

SV Lizenznummer:

Name:

Annahme	Knotenpunkt	
	1	Vorbereitung
	2	Verschiebung
	3	Stabilität
	4	Spielbrett
	5	Schulterimpuls
	6	Einfrieren

0 Punkte	1 Punkt	2 Punkte	3 Punkte

Feldzuspiel	1	Orientierung 1.Kontakt
	2	Annäherung
	3	Ausrichtung
	4	Treffpunkt
	5	Kleines & grosses Dreieck
	6	Ganzkörperstreckung


Angriff	1	4-Schritte
	2	Fokus - Stemmschritt
	3	Absprungort
	4	Pfeil & Bogen
	5	Beschleunigung/ Handgelenk
	6	Gross bleiben/ Durchschwingen


Service	1	Ausgangsstellung
	2	Annäherung F/ J-F
	3	Anwurf F/JF
	4	Treffpunkt
	5	Impuls
	6	Kurzer Kontakt


Verteidigung	1	Startposition
	2	Orientierung
	3	Verschiebung (fern)
	4	Verschiebung (nahe)
	5	Spielbrett unter den Ball
	6	Impuls


Block	1	Startposition
	2	BSBH
	3	Schrittfolge Crossover 3
	4	Schrittfolge Quick 2
	5	Übergreifen
	6	Hände


Unterschriften

\_\_\_\_\_ Datum

\_\_\_\_\_ Spielerin

\_\_\_\_\_ Ausbildungsverantwortliche