

CMV Volleybaltoernooi Hengelo Sport

Spelregels voor leerlingen, ouders en begeleiders

Welkom bij het CMV Volleybaltoernooi van Hengelo Sport!

We wensen alle spelers, coaches, ouders en supporters een leuke, sportieve en gezellige middag.

Teams

- Leeftijd: **8, 9 en 10 jaar (groep 5 en 6)**
- Een team bestaat uit **4 spelers** in het veld.
- Jongens, meisjes en gemengde teams spelen samen.
- Bij voldoende deelname worden groep 5 en groep 6 in aparte poules ingedeeld.

Speelveld

- Veld: **6 x 4,5 meter**
- Nethoogte: **2,00 meter**

Doel van het spel

Probeer de bal over het net op de grond van de tegenstander te gooien. Dat doe je met de volleybaltechnieken die je tijdens de lessen hebt geleerd.

Begin van het spel

- De wedstrijd begint met een **onderhandse opslag**.
- De opslag mag vanaf iedere plek in het veld worden gedaan.
- De bal mag tijdens de opslag het net raken.
- Na iedere fout wordt het spel zo snel mogelijk hervat vanaf de plek waar de fout is gemaakt.

Belangrijkste spelregels

Tijdens het spel

- Je mag **niet lopen met de bal**.
- De bal mag het net raken.
- Een teamgenoot mag de onderarms gespeelde bal vangen.
- De bal moet altijd **onderarms met twee armen** worden gespeeld.
- De onderarms gespeelde bal mag **niet direct over het net** worden gespeeld.

Gooien

Gooi de bal altijd met een echte volleybalbeweging.

Niet toegestaan zijn:

- gooien vanuit de nek;
- de bal onder de kin wegduwen;
- een slingerworp;
- een dunk (springend hard naar beneden gooien).

Wanneer moet een speler het veld verlaten?

Een speler verlaat tijdelijk het veld wanneer hij of zij:

- de bal laat vallen;
- de bal uit gooit;
- de bal in het net gooit;
- fout serveert;
- de bal niet goed onderarms speelt;
- de bal direct over het net onderarms speelt.

Ook wanneer de bal bij jouw team op de grond valt, verlaat de speler die het dichtst bij de bal stond het veld.

De spelers gaan naast het veld staan, dicht bij het net.

Terug in het veld

Zodra een teamgenoot:

- een goed onderarms gespeelde bal vangt, of
- (als hij of zij alleen in het veld staat) de bal voor zichzelf onderarms opspeelt en weer vangt,

mag **één speler** terug het veld in.

De speler die het langst buiten het veld staat, komt als eerste terug.

Puntentelling

Een team scoort **1 punt** wanneer alle spelers van de tegenpartij het veld hebben moeten verlaten en het veld dus leeg is.

Daarna begint de volgende rally en starten beide teams weer met **vier spelers** in het veld.

Houd het spel snel

Om veel te kunnen spelen:

- wordt er direct weer opgeslagen vanaf de plek waar de fout is gemaakt;
 - rol je de bal niet naar een teamgenoot;
 - speel je zo snel mogelijk verder.
-

Sportiviteit

Samen zorgen we voor een fijne sportmiddag.

Daarom:

- speel eerlijk;
- moedig elkaar positief aan;
- heb respect voor tegenstanders, scheidsrechters en begeleiders;
- accepteer beslissingen van de wedstrijdleiding;
- plezier maken is net zo belangrijk als winnen!

Wanneer ligt het spel stil?

Het spel stopt wanneer:

- de bal op de grond valt;
- de bal uit gaat;
- de bal in het net komt;
- een opslag fout is;
- een bal niet goed wordt gevangen of onderarms wordt gespeeld.

Daarna wordt het spel direct hervat met een onderhandse opslag vanaf de plek waar de fout werd gemaakt.

Veel plezier!

Wij wensen alle spelers, begeleiders, ouders en supporters een sportief, gezellig en succesvol CMV Volleybaltoernooi. Veel succes en vooral heel veel speelplezier!

