|  |
| --- |
|  |
|  |
|  |
|  |
|  |
| **Mirte van Balen uit 4VA** |
| **16-4-2015** |
|  |

**Inhoudsopgave**

Blz 1: Titelblad

Blz 2: Inhoudsopgave

Blz 3: Voorwoord

Blz 4: Geschiedenis

Blz 5: Regels

Blz 6: Teamindeling

Blz 7: Mijn mening

Blz 8: Nawoord

Blz 9: Bronvermelding

**Voorwoord**

Volleybal is een teamsport waarbij je een bal met de hand over een net en op de grond probeert te krijgen bij het andere team. In dit verslag vertel ik wat over de geschiedenis van volleybal en de belangrijkste regels. Er zijn hele duidelijke regels, er hoeft dus geen jury aan te pas te komen, wel een scheidsrechter.

**Geschiedenis**

In de zestiende eeuw werd er een spel bedacht dat veel op volleybal leek. Dat spel werd bedacht in Engeland. Maar in 1895 werd officieel het spel volleybal bedacht, door William G. Morgan. Hij leerde basketbal aan wat oudere zakenlieden. Maar hij vond het spel te hard voor deze oude zakenlieden. Hierdoor bedacht hij het spel Volleybal.

De regels uit de bestaande sporten tennis, basketbal en honkbal bij elkaar werden de nieuwe regels van volleybal. De regels in die tijd waren:

* Netservice mag 1 keer over gedaan
* Je mag dribbelen (bal voor jezelf omhoog spelen) tot één meter voor het net
* Een wedstrijd bestond uit innigs (alle spelers van beide teams hadden een serveerbeurt gehad
* Er waren geen regels over hoeveel tegen hoeveel je moest spelen
* Dames mochten de bal eerst vangen en dan opgooien

De ontwikkeling van volleybal:

**Regels**

De belangrijkste regels van volleybal zijn:

1. Het balcontact moet kort zijn (dat bepaalt de scheidsrechter)
2. Je mag de bal niet 2 keer na elkaar aanraken, behalve als je de bal blokkeert
3. Een team mag de bal niet vaker dan drie keer achter elkaar aanraken, een blokkering telt niet als aanraking
4. De bal mag niks buiten het veld aanraken
5. Het net mag aangeraakt worden (behalve bij het deel buiten de antennes en bovenste netrand)
6. Een speler mag niet in het veld van de tegenstander staan, ook niet met 1 voet
7. Het team dat een punt scoort krijgt recht van opslaan
8. Er mag worden gewisseld voor het begin van een nieuw punt, maximaal twee wissels per set en zes in totaal
9. Elk team heeft in elke set recht op 2 time-outs
10. Je scoort een punt door:
* De bal komt op de grond bij de tegenstander
* De tegenstander speelt de bal uit
* Als de tegenstander met een voet over de middellijn staat
* Als de tegenstander opzettelijk de bovenzijde van het net aanraakt
* Als de tegenstander de bal twee of meer keer achter elkaar aanraakt
* Als de bal door de tegenstanders meer dan drie keer wordt overgespeeld
* Als de tegenstander de bal te lang aanraakt
* Als de tegenstander niet in de juiste opstelling staat, terwijl het spel al is begonnen
* Als er een fout wordt gemaakt bij de service
* Als de tegenstander de bal terugspeeld, terwijl die nog niet over het net is

Een wedstrijd duurt 5 sets. Je hebt een set gewonnen als je 25 hebt behaald met twee punten meer dan de tegenstander. Als de stand 24-24 is, dan wordt er gespeeld tot 26.

De laatste set van de wedstrijd gaat tot de 15 punten.

**Teamindeling**

De teamindeling van een volleybalteam is:

* 2 passer-lopers (buitenaanvaller)

Zorgen voor de receptie en verdediging, en de aanvallen aan de buitenkant positie.

* 2 middenaavallers

Zorgen voor middenaanval, blok en service, wordt achterin het veld vaak vervangen door de libero.

* Een diagonaal

Een aanvaller, helpt niet met het verwerken van de service

* Een spelverdeler

Speelt de tweede bal, en zorgt dat de aanvallers kunnen scoren. Ook weet hij een blokkering weg te spelen

* Een libero (niet elk team heeft een libero)

Gespecialiseerd in service-ontvangst en verdediging, mag in het achterveld vrij gewisseld worden

*Beginopstelling:*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Diago-naal | Midden-aanvaller | Passer-loper |
| Passer-loper | Midden-aanvaller | Spel-verdeler |

**Mijn mening**

Op school spelen we vier tegen vier, terwijl ze bij competitievolleybal zes tegen zes spelen. Ik vind het goed dat we op school vier tegen vier spelen, omdat zo iedereen meer kan spelen.

Ik vind het ook beter om de wedstrijd te beëindigen dmv de tijd en niet dmv sets (dat is bij competitievolleybal). Zo is iedereen op hetzelfde moment klaar, en kan er dus makkelijker doorgedraaid worden (dat je tegen een ander team gaat spelen).

Op school moeten we na elke punt doordraaien. Ik denk dat dit een goede aanpassing is, omdat zo iedereen op elke plaats kan spelen.

Competitievolleyballers hebben bij elke set recht op 2 time-outs. Ik ben van mening dat het goed is dat we dat niet op school hebben. Dan zou een wedstrijd veel te lang duren. Bovendien duren de wedstrijden bij ons veel korter, het is dus helemaal niet nodig.

Ten slotte hebben alle competitievolleyballers een functie (middenaanvaller, diagonaal enz), en dat hebben we op school niet. Dat vind ik heel logisch, want anders zou iedereen vanaf de brugklas een functie moeten kiezen. En dan moet je daar ook weer rekening mee houden met teams maken. Het zou allemaal veel te ingewikkeld worden.

Ik vind volleybal wel een leuke sport. Ik vind het leuk dat het niet zo ruig is als bijvoorbeeld voetbal. Ook vind het leuk dat je er voor moet samenwerken. Bij voetbal of hockey zijn er soms mensen die niet overspelen. Dit kan niet bij volleybal want je mag de bal niet meerdere keren achter elkaar aanraken.

Wat ik minder leuk aan volleybal vindt, zijn alle regels. Er zijn ontzettend veel regels, en daar moet je allemaal rekening mee houden.

Ik vind dat er niet heel erg veel is veranderd van qua volleybal van leerjaar 1 naar leerjaar 4. Er zijn wel wat nieuwe regels uitgelegd en toegepast, maar niet heel veel.

Ik vind het leuk dat we elk jaar een volleybaltoernooi hebben. Het is leuk om met andere klassen te spelen. Ik vind het wel jammer dat we met drie klassen in één kleedkamer moeten. Dan is het echt heel druk.

Ik heb eigenlijk geen tip om volleybal te verbeteren, ik vind het op deze manier goed geregeld en het is leuk voor iedereen.

**Nawoord**

Volleybal is dus een sport gebasseerd op de regels van honkbal, tennis en basketbal. Het belangrijkste dat je moet weten om volleybal te spelen is dat je de bal naar elkaar over moet spelen zonder dat de bal de grond raakt.

**Bronvermelding**

<http://nl.wikipedia.org/wiki/Volleybal>

<http://www.volleybal.nl/>