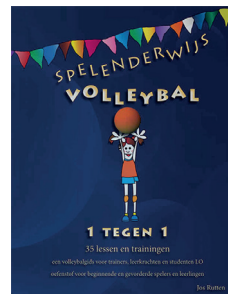


voorwoord

Dit boek is het derde in een reeks over jeugdvolleybal. Het eerste boek - *Spelenderwijs Volleybal 1 tegen 1* - biedt informatie en oefenstof aan voor de diverse spelniveaus 1 tegen 1 en dit zowel voor vangen en werpen, toets, onderarms als slaan.

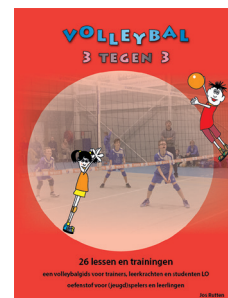
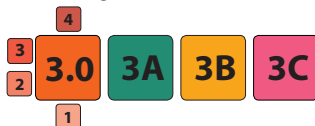


Het tweede boek - *Volleybal 2 tegen 2 Spelenderwijs & top* - biedt informatie en voorbeeldtrainingen aan voor de diverse spelniveaus 2 tegen 2.



Ook in dit derde boek staat de universele opleiding van jeugdspelers centraal ondanks het feit dat we met 3 tegen 3 aanbeland zijn in de meer collectieve spelniveaus.

De thema's, die in de praktijktrainingen aan bod komen, zijn weliswaar meer 'volleybalgericht' maar wel opgesteld om jonge spelers te ontwikkelen in alle aspecten van het spel. Het kind is immers nog steeds het uitgangspunt voor jeugdopleiding en het is de taak van elke jeugdtrainer om spelers op te leiden en geen teams.



Inhoud van het boek

Dit boek zet het concept van de boeken 1 tegen 1 en 2 tegen 2 voort en biedt ook nu een waaier van informatie, oefenstof, ideeën en spelvormen aan in 3 tegen 3 situaties. Naast veel technische en tactische informatie bevat het boek 26 voorbeeldtrainingen die onmiddellijk toepasbaar zijn in de training of in de les. Honderden tekeningen en foto's illustreren en verduidelijken de tekst.

Het boek start met een korte inleiding over de filosofie van jeugdopleiding gevolgd door een uitgebreid hoofdstuk over trainingsleer. Daarna wordt er even dieper ingegaan op spelniveau 3 tegen 3 om dan de diverse spelniveaus van 3 tegen 3 te behandelen:

- niveau 3.0 (opbouw met één of meer vang-werpccontacten)
- niveau 3A (opbouw met de spelverdeler aan het net)
- niveau 3B (opbouw met penetratie van de spelverdeler)
- niveau 3C (opbouw waarbij de spelverdeler vooraf niet gekend is)

Ook dit boek moet beschouwd worden als een ideeëngids of een leidraad waar de trainer en leerkracht oefenstof en ideeën uit kan putten om die dan zelf aan te passen aan het niveau van de spelers of leerlingen.

Elk niveau wordt voorafgegaan door een inleidende tekst die algemene en specifieke informatie verschaft over diverse aspecten van dat spelniveau. In de 26 voorbeeldlessen en -trainingen is telkens een spelopbouw uitgewerkt voor een bepaald niveau en rond een bepaald thema. De oefenstof wordt vaak aangeboden via speelse situaties, is stapsgewijze opgebouwd in het algemeen en het specifiek gedeelte en leidt tot een spelvorm op het einde van de training.

SPELGROEPEN Op het pad naar het 6 tegen 6 spel neemt spelniveau 3 tegen 3 een belangrijke plaats in vermits er al veel elementen van het 6 tegen 6 spel in vervat zijn.



Spelniveau 3 tegen 3 wordt niet alleen gespeeld door jongens en meisjes van 9 en 10 jaar maar ook door oudere jeugdspelers die tijdelijk 'af dalen' om bepaalde technische of tactische elementen te trainen.

Hopelijk reikt dit boek - in navolging van voorgaande boeken - heel wat ideeën aan en kan het als een gids beschouwd worden voor menig trainer en (toekomstige) leerkracht. Veel plezier.

Jos Rutten,
lente 2015.