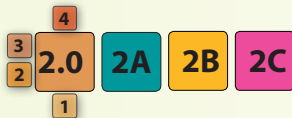


voorwoord

Dit boek is het vierde in een reeks over jeugdvolleybal. Het eerste boek "Spelenderwijs Volleybal 1 tegen 1" biedt veel informatie en 35 voorbeeldtrainingen aan voor de spelniveaus 1 tegen 1 en dit zowel voor vangen en werpen, toets, onderarms en slaan.



Het tweede boek "Volleybal 2 tegen 2, Spelenderwijs & Top" biedt informatie en 28 voorbeeldtrainingen aan voor de diverse spelniveaus 2 tegen 2.



In het derde boek "Volleybal 3 tegen 3, Jeugd & Top" wordt eerst veel aandacht besteed aan de jeugdfilosofie en aan de trainingsleer. Daarna wordt informatie aangeboden over de spelniveaus van de spelgroep 3 tegen 3 in combinatie met 26 voorbeeldtrainingen.

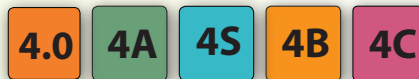


Inhoud van het boek.

Dit boek "Volleybal 4 tegen 4, Jeugd & Top" zet het concept van de voorgaande boeken 1 tegen 1, 2 tegen 2 en 3 tegen 3 voort en biedt ook nu veel informatie, oefenstof, ideeën en spelvormen aan in 4 tegen 4 situaties. Naast veel technische en tactische informatie bevat het boek 24 voorbeeldtrainingen die onmiddellijk toepasbaar zijn. Honderden tekeningen en foto's illustreren en verduidelijken de tekst.

Volgende hoofdstukken komen aan bod:

- inleiding spelgroep 4 tegen 4
- tactiek en techniek in de spelgroep 4 tegen 4
- niveau 4.0 (aangepaste opbouw met één of meer vang-wercontacten)
- niveau 4A (basis opbouw met de spelverdeler reeds aan het net)
- niveau 4S (specialisatie opbouw)
- niveau 4B (gevorderde opbouw met penetratie van de spelverdeler)
- niveau 4C (open 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.

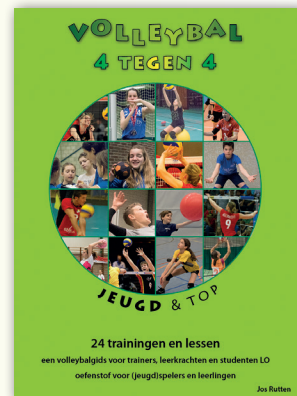
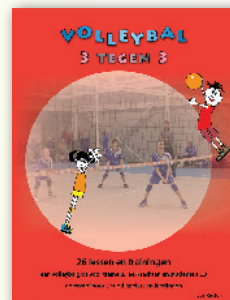
Elk niveau wordt voorafgegaan door een inleidende tekst die algemene en specifieke informatie verschaft over diverse aspecten van dat spelniveau. In de 24 voorbeeldtrainingen is telkens een spelopbouw uitgewerkt voor een bepaald niveau en rond een bepaald thema. De oefenstof wordt vooral aangeboden via speelse situaties, is stapsgewijze opgebouwd in het algemeen en het specifiek gedeelte en leidt tot een spelvorm op het einde van de training.

SPELGROEPEN



Spelgroep 4 tegen 4 is de laatste etappe voor het 'echte' volleybalspel 6 tegen 6 van start gaat.

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,
zomer 2017.

voorwoord