

Smashball is awesome

Smashball is een dynamisch en explosief spel, gericht op de meest aantrekkelijke actie van het volleybal: de smash. Vanwege een laag net zijn spronghoogte en timing geen remmende factoren voor succesvolle acties. Intensief bewegen en zo hard mogelijk een bal via de grond slaan staan centraal. Smashball wordt gespeeld in teams van twee of drie spelers. Er zijn vier levels, met gaandeweg meer volleybaltechnieken en complexiteit van het samenspel.

Smashball bij verenigingen | Zolang de spelregels en uitgangspunten binnen de vier levels worden gehanteerd, kunnen clubs eigen keuzes maken tav. veldgrootte, nethoogte en teamsamenstelling. Hierdoor kunnen er kleine verschillen per locatie of toernooi zijn.

Veld | Smashball kan gespeeld worden binnen de buitenste lijnen van het badmintonveld of op een half volleybalveld met C-jeugd achterlijn (7 meter). De 3-meterlijn kan gebruikt worden als servicelijn wanneer er binnen het veld geserveerd moet worden.



Hoogte van het net | De duur van de rally's wordt voornamelijk bepaald door de hoogte van het net: een juiste nethoogte faciliteert een lang rallyspel. Afhankelijk van het spelniveau en de lengte van de spelers kan de hoogte van het net bepaald worden. Deze kan variëren van het net op ooghoogte (voor beginners) tot een net ter hoogte van de pols met gestrekte arm (voor gevorderde spelers). Indicatie: tussen 1,50 en 2,10 m.

Teamsamenstelling | Een Smashball-team kan bestaan uit twee of drie personen. Er kan zelfs twee tegen drie gespeeld worden.

Starten met Smashball? | Een volleybalclub kan Smashball integreren binnen de (jeugd)trainingen of Smashball-toernooien organiseren. Mocht je interesse hebben om met Smashball te starten bij jouw club, neem dan contact op met de volleybalconsulent uit je regio of met Ruben Nijhuis (ruben.nijhuis@nevobo.nl).



ATTACK, ATTACK, ATTACK!

Smashball speel je op een laag net en een klein veld. Je slaat de bal over het net binnen de lijnen. Liefst zó hard en goed gemikt, dat de tegenstander de bal voor of na de stuit niet kan vangen. Lukt dat, dan heb je een punt. Sla je uit of in het net, of kun je een smash van de tegenstander niet vangen, dan wint de tegenstander het punt.



LEVEL 1 - Smash en vang

- Team A serveert de bal vanachter de 2-meterlijn (badmintonveld) of 3 meter-lijn (volleybalveld). Dit mag zowel boven- als onderhands.
- Team B vangt de bal (direct of na een stuit).
- De speler van B die de bal gevangen heeft mag naar het net rennen, de bal voor zichzelf opgooien en over het net slaan (staand of in sprong).
- Team A vangt de bal (direct of na een stuit) en de speler die de bal gevangen heeft mag nu naar het net en slaan.
- Elke keer als een team de bal over het net slaat, draait het door (bij drie spelers) of wisselen de spelers van positie (bij twee spelers).
- Als er gescoord is, begint het team dat de bal heeft met serveren.
- Als trainingsvorm kan zelfs 1 tegen 1 gespeeld worden.

LEVEL 2 - Speel in drieën

- Team A serveert de bal vanachter de 2-meterlijn (badmintonveld) of 3-meterlijn (volleybalveld). Dit mag zowel boven- als onderhands.
- Team B vangt de bal (direct of na een stuit).
- Het kind dat de bal gevangen heeft gooit de bal via een vang-gooi-beweging naar zijn teamgenoot (setter) die dan bij het net staat.
- De setter gooit de bal via een vang-gooi beweging naar zijn teamgenoot, die de bal over het net slaat (staand of in sprong).
- Team B vangt de bal (direct of na een stuit) en de speler die de bal heeft gooit deze via een vang-gooi-beweging naar de setter.
- De setter gooit de bal via een vang-gooi-beweging naar zijn teamgenoot, die de bal over het net slaat (staand of in sprong).
- Nadat het team de bal over het net heeft geslagen, draait het door.
- Als er gescoord is, begint het team dat de bal heeft met serveren.
- Verplicht in drieën spelen.



LEVEL 3 - In drieën met set-up

- Team A serveert de bal vanachter de achterlijn van het badmintonveld of 7-meterlijn van het volleybalveld. Dit mag zowel boven- als onderhands.
- Team B vangt direct de bal, dus zonder stuit.
- Het kind dat de bal gevangen heeft gooit de bal via een vang-gooi-beweging naar zijn teamgenoot (setter) die dan bij het net staat.
- De setter geeft een set-up met de bovenhandse- of onderarmse techniek naar zijn teamgenoot, die de bal over het net slaat (staand of in sprong).
- Team A vangt de bal (direct of na een stuit) en gooit deze via een vang-gooi-beweging naar zijn teamgenoot (setter).
- De setter geeft een set-up met de bovenhandse- of onderarmse techniek naar zijn teamgenoot, die de bal over het net slaat (staand of in sprong).
- Nadat het team de bal over het net heeft geslagen, draait het door.
- Als er gescoord is, begint het team dat de bal heeft met serveren.
- Verplicht in drieën spelen.



LEVEL 4 - Met set-up én pass

- Team A serveert de bal vanachter de achterlijn van het badmintonveld of 7-meterlijn van het volleybalveld. Dit mag zowel boven- als onderhands.
- Team B geeft een onderarmse of bovenhandse pass.
- De setter gooit de bal via een vang-gooi-beweging naar een teamgenoot, die de bal over het net slaat (staand of in sprong).
- Een speler van team A vangt de bal (direct of na een stuit) en gooit deze via een vang-gooi-beweging naar zijn teamgenoot (setter).
- De setter geeft een set-up met de bovenhandse- of onderarmse techniek naar zijn teamgenoot, die de bal over het net slaat (staand of in sprong).
- Het team dat scoort gaat serveren.
- Verplicht in drieën spelen.