

OYUNLAR İLE VOLEYBOL

PROF. DR. A. DİLŞAD MİRZEOĞLU

SAKARYA UYGULAMALI BİLİMLER ÜNİVERSİTESİ
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ

dilsadmirezoglu@subu.edu.tr

OYNAMAYAN TAY AT OLMAZ



Oyun Nedir?

- ✓ Belli bir **amaca** yönelik olan veya olmayan, **kurallı ya da kuralsız** gerçekleştirilen fakat her durumda çocuğun **isteyerek ve hoşlanarak** yer aldığı fiziksel, bilişsel, dil, duygusal ve sosyal gelişiminin temeli olan, gerçek yaşamının bir parçası ve **etkin bir öğrenme** sürecidir.
- ✓ **Oyun;** belirgin bir amaç gözetmeden **zevk ve neşe** içinde yapılan, **bedensel ya da zihinsel etkinlikler**dir.



Oyun Nedir?

- ✓ Oyun; çocuğun hiç kimsenin ğretmeyeceği konuları kendi deneyimleri ile öğrenmesi yöntemidir.
- ✓ çocuğun sosyal ve ahlaki deđerleri öğrendiđi bir ortam sunar.
- ✓ Günümüzde oyun eğitimciler için «đretme yöntemi» olarak da kullanılmaya başlanmıştır.



Huizinga'nın sıraladığı nitelikleri incelediğimizde şu sonuçlara varabiliriz:

- 1) Oyun özgür bir eylemdir. Bilinçli olarak günlük hayatın dışında kalır. Ciddi bir iş olarak benimsenmemekle birlikte oyuncu, yoğun olarak kendini oyuna verir.**
- 2) Bu eylemle maddi bir kazanç, bir kâr, bir çıkar beklenmez.**
- 3) Oluşumu, kendi yer ve zaman sınırlaması, belirlenmiş kuralları ve düzeni içindedir.**
- 4) Toplumsal öbekleşmeyi kolaylaştırır.**

Oyun Neden Önemli?

- Çocuklar oyun yoluyla **kendilerini, dünyayı ve bu dünya içindeki varlıkları anlamaya, anlamlandırmaya** başlarlar.
- Çocukta öğrenme süreci oyunla başlar ve çocuk eğitime hazır hale gelir.
- Çocuğa cesaret, karar verme, hoşgörü, yardım, kendine güven vb. **kişilik özellikleri kazandırır**.
- Dikkatini toplamaya, kendini bir amaca yönetmeye, sorunları görmeye ve bunlara çözüm bulmaya yardımcı olur.
- Çocukta **özgüven gelişime** yardımcı olur.



Oyun Neden Önemli?



- Çocuk oyunla **sosyalleşir** (işbirliği, çatışmaları yapıcı çözümlenme, başkalarını kabul etme, kendi özelliklerinin farkına varma vb.)
- **Disiplin ve kuralların** neler olduğunu öğrenir.
- Özgür olmayı ve kendi kendini idare etmeyi öğrenir.
- Olumlu rekabet etme ve kendini kontrol edebilme alışkanlığı geliştirir. Oyun yoluyla çocuk hayal ve gerçek arasında ayırım yapmayı öğrenir.
- **Motor becerilerini geliştirir. Kas gelişimi hızlanır ve güçlenir.**
- Çevresi ile sağlıklı ilişkiler kurmayı öğrenir.



Uzun Süreli Sporcu Gelişim Evreleri



Eğitsel Oyunlar



- Eğitsel oyunlar; geleneksel sokak oyunlarından veya oyun kavramı içerisinde yer alan, diğer oyun türlerinden; **ortaya çıkışı, planlanması ve seçilmesi, oynama ve oynatma biçimi, oyunsal özellikleri ve sınıflandırma kriterleri** açısından farklılık gösterir.
- Eğitsel oyunlarda **iki çeşit amaç** vardır.
 - * Birincisi, **oyuncunun amacı** olarak belirginleşir: oyuncu oyunun çekiciliği ve zevk verme özelliği içerisinde oyunu kazanmayı, üstün gelmeyi hedefler.
 - * İkincisi ise **oyunu seçen ve yönetenin amacıdır**. Oyuncuların kazanma arzularından ve mücadelelerinden faydalanarak, bazı yetenekleri kazandırmayı ve geliştirmeyi hedefler.

Eğitsel Oyunların Özellikleri

- Motivasyon,
- Özgür ortam olması,
- Motorik özellikleri test etme imkânı,
- Sonucun belirsizliği,
- Birliktelik (beraberlik) ilişkisi,
- Karmaşıklık.

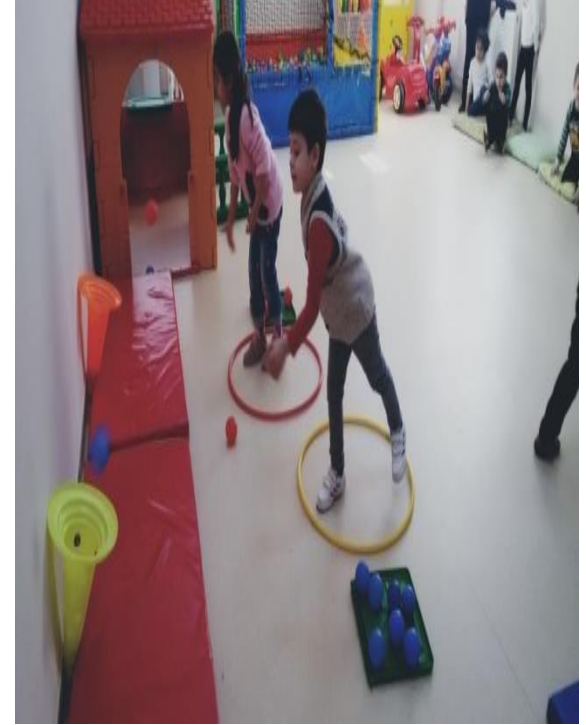


Eğitsel Oyunların Motorik Gelişime Etkisi

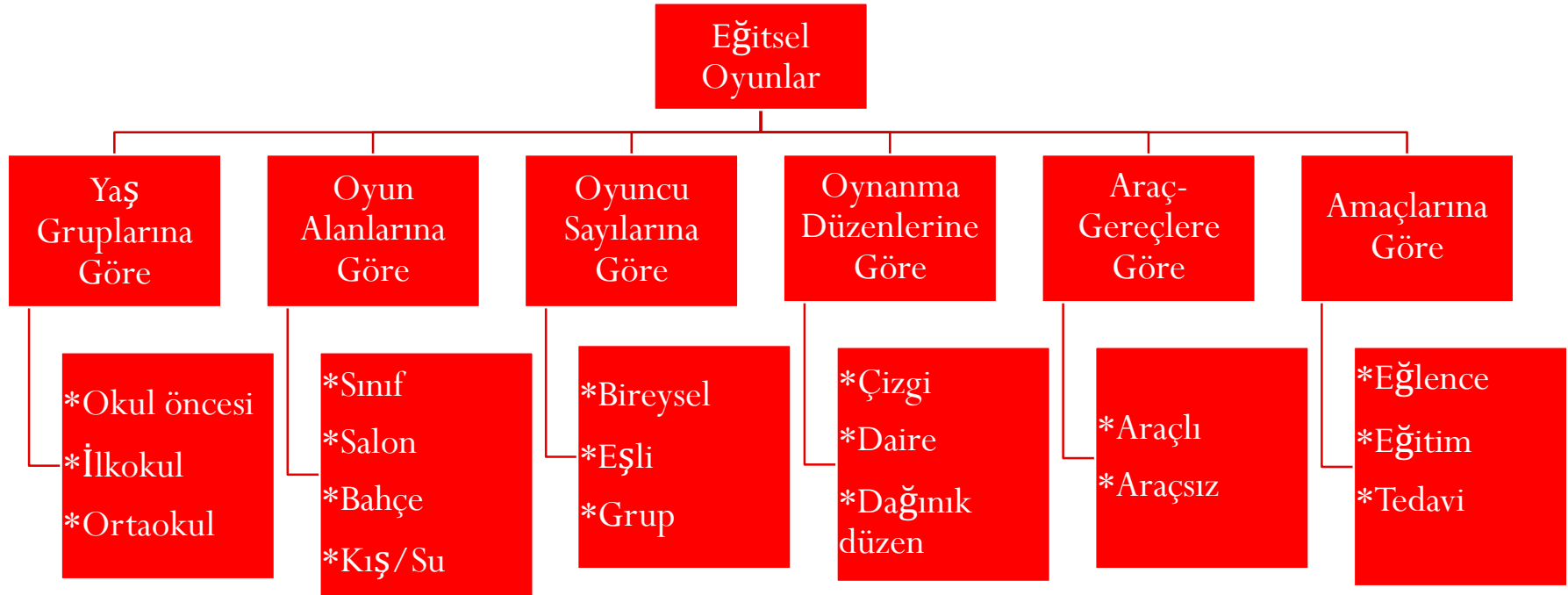
- Kuvvet gelişimine etkisi
- Çabukluk gelişimine etkisi
- Dayanıklılık gelişimine etkisi
- Esneklik/hareketlilik gelişimine etkisi
- Koordinasyon gelişimine etkisi
- Beceri gelişimine etkisi

Eğitsel Oyunların Sınıflandırılması

- Taklit Oyunları,
- Mücadele Oyunları,
- Basit Sportif Oyun Formları

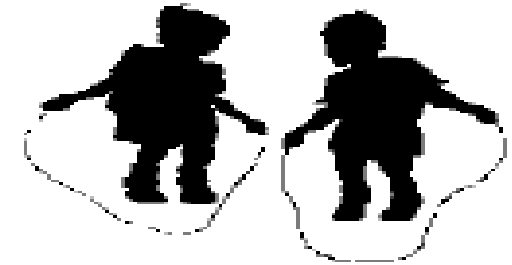


Eğitsel Oyunların Sınıflandırılması

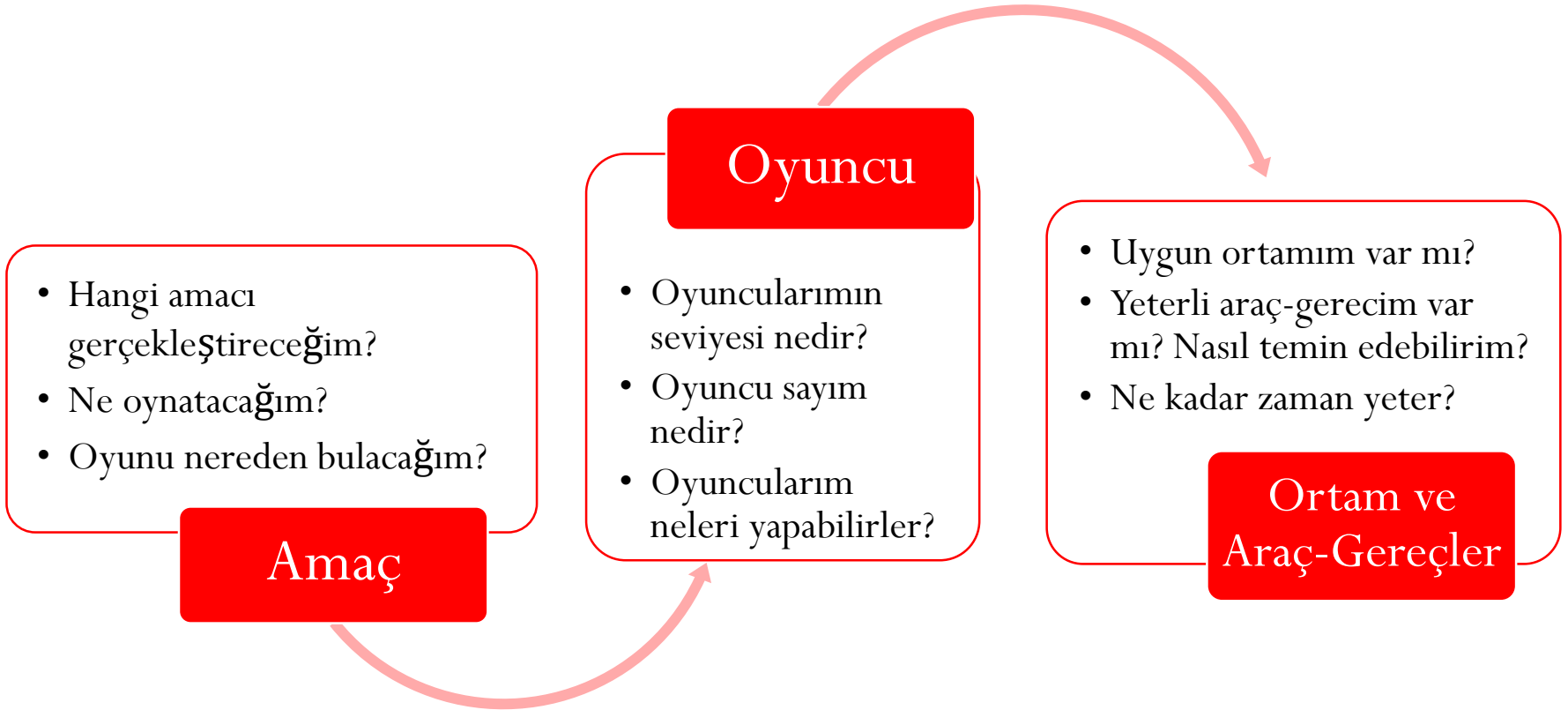


Eğitsel Oyunların Kullanım Yerleri ve Amaçları

- **Antrenmanın başında:** Isınma, biyomotor yetileri geliştirme, eğlenceli başlangıç
- **Antrenmanın esas devresinde:** Beceri gelişimine hazırlık, beceri gelişimini kolaylaştırma, biyomotor yetileri geliştirme, eğlenceli ortam oluşturma
- **Antrenmanın sonunda:** Öğrenilenleri pekiştirme, soğuma, eğlence



Eğitsel Oyunların Seçimi ve Planlanması



Eğitsel Oyun Seçimi ve Planlanması

Plan; genel olarak bilgi, beceri kazandırmada amaca en kısa yoldan, en kolay bir şekilde varabilme, gidecek yolu yapılacak işleri düzenleme, sıraya koyma demektir.

- ✓ Oyunun eğitsel değeri ve amacı
- ✓ Oyuncu seviyesi
- ✓ Oyunun yeri
- ✓ Oyunun araç ve gereçleri
- ✓ Oyunun süresi
- ✓ Oyunun açıklaması
- ✓ Çeşitlendirme

OYUNUN ADI:|

OYUNUN YERİ:

ARAÇ VE GEREÇLER:

OYUNUN SÜRESİ:

OYUNUN SEVİYESİ:

OYUNCU SAYISI:

KAZANIMLAR:

OYUNUN AÇIKLAMASI:

ÇEŞİTLENDİRME:

Eğitsel Oyunların Hazırlanmasında Dikkat Edilmesi Gereken Hususlar

1. Oyun oynayanda neşe, haz ve heyecan uyandırmalıdır.
2. Oyunda bir amaç olmalıdır. Bu amaç oyuncu için bir anlam ifade etmelidir.
3. Oyun, oyuncunun oyuna yönelişindeki güdülerini doyurmalıdır (kendini gösterme, arkadaş edinme, takdir edilme, değer bulma vb.)
4. Oyun, oyuncunun yeni deneyimlerde bulunmasına olanak sağlamalıdır.
5. Oyun, oyuncunun mevcut bilgi ve becerisine yenilerini ekleme ve mevcut bilgi ve becerilerini geliştirmesine olanak sağlamalıdır.
6. Oyun, oyuncunun yaşına, seviyesine ve ilgi alanına uygun olmalıdır.
7. Oyunlarda kullanılacak araçlar çok çeşitli, değişik renk, şekil ve büyüklükte olmalıdır.
8. Oyun, gruptaki tüm oyuncuların katılımına olanak vermelidir. Kural gereği elemeli oyunlardan kaçınılmalıdır.

Oyunun Deęerlendirilmesi

- Oyun oynatılma amacına ulaştı mı?
- Oyunun zamansal planlaması iyi yapılmış mıdır?
- Oyun alanı oyunun özelliğine uygun seğilmiş midir? Deęilse nasıl uyarlama yapılabilir?
- Oyun alanının içinde ve çevresinde tehlike yaratacak herhangi bir şey var mıydı?
- Oyunda kullanılan malzemeler nitelik ve nicelik yönünden yeterli midir?
- Oyuncular oyun kurallarına uyup uymamakta ne kadar zorlandılar?
- Oyuncular oyuna katıldılar mı? Eęlendiler mi/sıkıldılar mı?
- Oyuncular hangi fiziksel becerileri uygulamakta zorlandılar?
- Oyunun akıcılığı sağlandı mı?
- Oyunda disiplin problemleri oldu mu? Evet ise, bu durum antrenörden mi oyunculardan mı kaynaklandı?

Voleybolda Oyun

- ✓ Voleybol oyununa hazırlayıcı oyunlar özellikle voleybol çalışmalarının başlangıcında uygulanır.
- ✓ Oyunlar hiçbir zaman boş zamanı değerlendiren oyalama niteliğinde oyunlar değildir.
- ✓ Voleybola hazırlayıcı oyunlar belirli bir amaca hizmet ettikleri gibi genel olarak vücudu ısıtıp çok yönlü antrenmana hazırlanma, kas ve sinir sisteminin gevşetilip yumuşatılması, kas ve organlarını kuvvetlendirilmesi, kas ve sinir sisteminin koordineli çalışabilmesi için sürat, çeviklik, denge vb. özelliklerin geliştirilmesi ve voleybola özgü teknik/beceri geliştirilmesine destek olmaktadır.
- ✓ Aynı zamanda genel anlamda psikolojik güdü, direnme gücü ve dayanıklılığı artırır.

Çocuklarda Voleybol Oyunları



Yaş	Oyun Düzeni	Oyun Teknikleri	Servis	Oyun Seviyesi
6-8	1-1, 2-2	Atma/Yakalama	Atma/ alttan servis	Atma
8-9	1-1, 2-2	Yakalama/Kendi attığı topa vuruş	Atma/ alttan servis	Tutarak
9-10	1-1, 2-2	Zeminden zıplayan topa vuruş/ pas/sıçramadan hücum vuruşu	Alttan servis/Üsten servis	Zıplatarak Parmak/ Manşet pas
10-12	3-3, 4-4	6-6 voleybol oyun kurallarına göre hepsi uygulanabilir	Alttan servis/Üsten servis	Sınırsız





HAZIRLAYICI VOLEYBOL OYUNLARI

KALK VE YAKALA



OYUNUN YERİ: Salon veya Bahçe

ARAÇ VE GEREÇLER: Voleybol topları

OYUNUN SÜRESİ: 1-2 dk.

OYUNUN SEVİYESİ: 6-8 yaş

OYUNCU SAYISI: 10-12 kişi

KAZANIMLAR: Voleybol topuna uyum sağlar.

Reaksiyon süresini geliştirir.

OYUNUN AÇIKLAMASI: Oyuncular 2 eşit gruba ayrılarak aralarında 3-4 m. olacak şekilde karşılıklı olarak derin kolda dizilirler. Antrenör grupların tam ortasında ellerinde 2 top ile pozisyon alır. Grupların 1. oyuncuları sırt üstü yatarlar. Antrenör komut verir ve aynı zamanda topları ellerinden bırakır. Yatan oyuncular gelen komutla hızlıca kalkıp en önce yerden gelen topu tutmaya çalışırlar. Topu önce tutan oyuncu grubuna 1 puan kazandırır. Belirlenen sayıya (örn: 10 puan) ilk ulaşan grup oyunu kazanır.

ÇEŞİTLENDİRME:

- ✓ Oyunda mesafe arttırılabilir/azaltılabilir.
- ✓ Topun türü değiştirilebilir.
- ✓ Oyuna farklı pozisyonlar ile başlanabilir.



KALK VE YAKALA



TOPU TAŞI VE DÖN AT



OYUNUN YERİ: Voleybol Sahası

ARAÇ VE GEREÇLER: Voleybol topları, huniler

OYUNUN SÜRESİ: 1-2 dk.

OYUNUN SEVİYESİ: 6-7 yaş

OYUNCU SAYISI: 12-16 kişi

KAZANIMLAR: Voleybol topuna uyum sağlar.

Manşet pas pozisyonunda top taşır.

Koordinasyonunu geliştirir.



OYUNUN AÇIKLAMASI: Oyuncular 2 eşit gruba ayrılır ve birer voleybol topu olarak belirlenen çizginin arkasında derin kolda sıralanırlar. Her grubun 4-5 metre önüne bir huni konur. Antrenörün komutu ile grupların 1. oyuncularını kollarını manşet pas şeklinde düz tutarak topu bileklerine yerleştirirler ve topu yere düşürmeden huniye kadar giderler. Huniye varınca topu tutup, dönüp topu 2. oyuncuya atarlar/yuvarlarlar. 2. oyuncu gelen topu alıp aynı şekilde topu huniye kadar taşıyıp, dönüp topu 3. oyuncuya atar/yuvarlar. Topu taşıyan oyuncu eğer taşırken topu düşürürse tekrar başa dönüp, oyuna baştan başlar. Oyun bu şekilde devam eder. Topu en önce karşıya taşıyan grup oyunu kazanır.

ÇEŞİTLENDİRME:

- ✓ Oyunda mesafe arttırılabilir/azaltılabilir.
- ✓ Topun türü (balon, sünger top, deniz top vb.) değiştirilebilir.
- ✓ Oyuncu sayısı arttırılabilir/azaltılabilir.
- ✓ Top taşırken engel geçişleri (Örn: çemberin etrafında dönme, filenin altından geçme vb.) yapılabilir.
- ✓ Oyun, oyuncuların yürürken küçük küçük manşet pas vuruşu ile de oynanabilir.

TOPU TAŞI VE DÖN AT



ÇİZGİDE ELİM SENDE



OYUNUN YERİ: Voleybol Sahası

ARAÇ VE GEREÇLER: -----

OYUNUN SÜRESİ: 1-2 dk.

OYUNUN SEVİYESİ: 7-12 yaş

OYUNCU SAYISI: 14-16 kişi

KAZANIMLAR: Voleybol sahasını tanır.

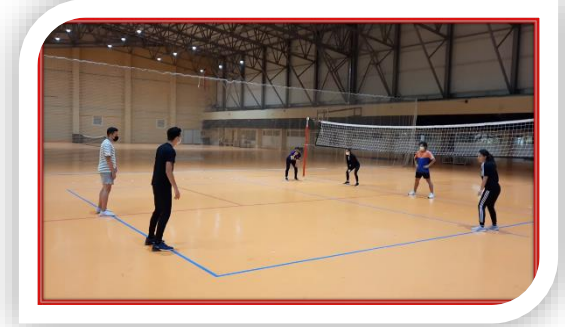
Kayma becerisi geliştirir.

Çevikliğini geliştirir.

OYUNUN AÇIKLAMASI: Oyuncular voleybol sahası çizgileri üzerinde yerleşirler. İçlerinden biri ebe olur. Oyun antrenörün komutu ile başlar. Ebe çizgilerden çıkmadan kayma adımı ile yanındaki oyuncuları ebelemeye çalışır. Diğer oyuncular da kayma adımı ile çizgiler üzerinde kaçmaya çalışırlar. Çizgilerden çıkan, kayma yapmayan veya ebe tarafından ebelenen oyuncular ebe olurlar.

ÇEŞİTLENDİRME:

- ✓ Oyun sahasının boyutları arttırılabilir/azaltılabilir.
- ✓ Süre arttırılabilir/azaltılabilir.
- ✓ Oyuncu/ebe sayısı arttırılabilir/azaltılabilir.
- ✓ Farklı yer değiştirme hareketleri ile oynanabilir.



ÇİZGİDE ELİM SENDE



MINİ MİNİ MANŞET



OYUNUN YERİ: Voleybol Sahası

ARAÇ VE GEREÇLER: Voleybol topları, voleybol filesi

OYUNUN SÜRESİ: 1-2 dk.

OYUNUN SEVİYESİ: 7-10 yaş

OYUNCU SAYISI: 10-16 kişi

KAZANIMLAR: Manşet tekniğini geliştirir.

OYUNUN AÇIKLAMASI: Oyuncular 2 eşit gruba ayrılırlar. Her gruptan bir oyuncu filenin karşısına geçer ve sabit şekilde manşet alır. Filenin diğer tarafındaki oyuncular kendi gruplarının arkasında derin kolda sıraya geçerler. Karşıdaki grup arkadaşlarından gelen manşet pası tekrar manşet pasla karşılık verip, kendi sıralarının arkasına geçerler. Sıra başı en önce hangi takıma gelirse o grup 1 puan alır. 10 puana ulaşan takım oyunu kazanır.

ÇEŞİTLENDİRME:

- ✓ Mesafe arttırılabilir/azaltılabilir.
- ✓ Oyuncu sayısı arttırılabilir/azaltılabilir.
- ✓ Oyunda 1 puan almak için takımlar 2-3 tur pas yapabilirler.
- ✓ Oyun parmak pas ile oynanabilir.



MINİ MİNİ MANŞET



KAÇ TOP KALDI?



OYUNUN YERİ: Salon veya Bahçe

ARAÇ VE GEREÇLER: Voleybol topları

OYUNUN SÜRESİ: 1-2 dk.

OYUNUN SEVİYESİ: 7-9 yaş

OYUNCU SAYISI: 14-16 kişi

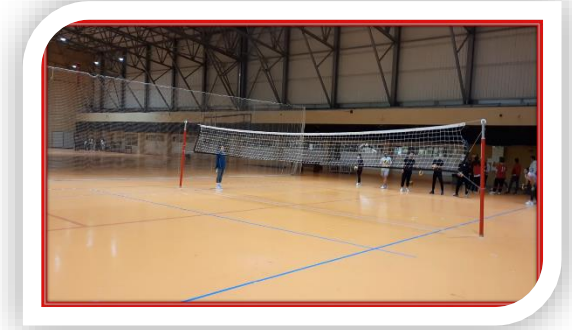
KAZANIMLAR: Voleybol topuna uyum sağlar.

Yuvarlama/atma becerisi geliştirir.

OYUNUN AÇIKLAMASI: Oyuncular iki eşit gruba ayrılır ve karşılıklı olarak voleybol sahasının dip çizgilerinde geniş kolda dizilirler. Her oyuncuda 1-2 top vardır. Antrenörün düdüğü ile oyun başlar. Oyuncular verilen süre boyunca önce kendilerindeki topları, daha sonra karşıdan gelen topları yuvarlayarak tekrar karşı sahaya göndermeye çalışırlar. Amaç verilen süre boyunca kendi sahalarını toplardan temizlemektir. Süre bittiğinde hangi sahada daha fazla top kalırsa o grup 1 puan kaybeder. 5 puan alan grup oyunu kazanır.

ÇEŞİTLENDİRME:

- ✓ Oyunda mesafe arttırılabilir/azaltılabilir.
- ✓ Top sayısı arttırılabilir/azaltılabilir.
- ✓ Süre arttırılabilir/azaltılabilir.
- ✓ Toplar yüksekliği düşük file üzerinden atılabilir.



KAÇ TOP KALDI?



KAPTANIN ARKASINDA SIRA OLALIM



OYUNUN YERİ: Voleybol sahası

ARAÇ VE GEREÇLER: Voleybol sahası

OYUNUN SÜRESİ: 1-2 dk.

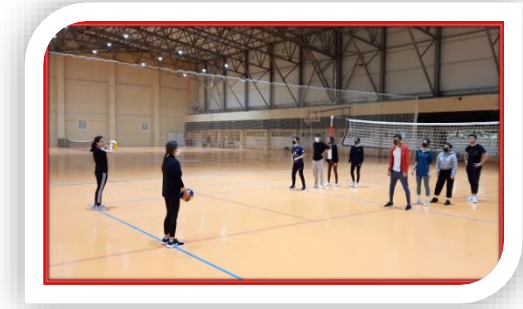
OYUNUN SEVİYESİ: 8-10 yaş

OYUNCU SAYISI: 12-20 kişi

KAZANIMLAR: Top takibi yapar.

Manşet pas/parmak pas yapar.

İşbirliği yapar.

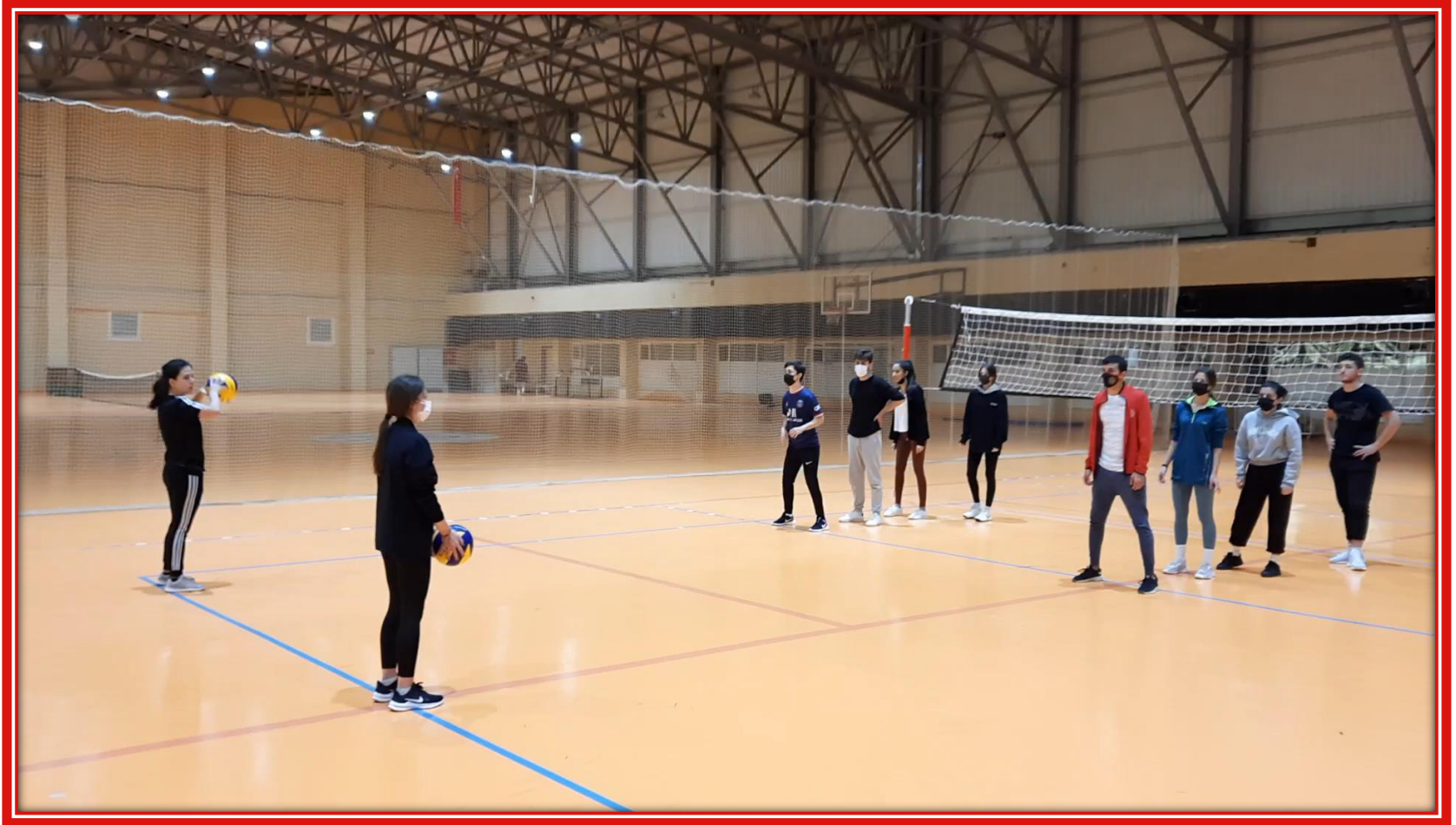


OYUNUN AÇIKLAMASI: Oyuncular 2 eşit gruba ayrılırlar, gruplar arasında 3 metre olur ve gruptakiler derin kolda sıra olurlar. Her grubun 1 oyuncusu (kaptan) kendi takım arkadaşlarına bakacak şekilde onların 2.5-3 m önünde pozisyon alır. Kaptanlarda voleybol topu vardır. Oyun antrenörün işareti ile başlar. Kaptan parmak pasla topu grubunun 1. oyuncusuna atar. 1. oyuncu tekrar topu ebeye parmak pas ile gönderir ve sağ taraftan koşarak kaptanın arkasına geçer. Kaptan topu durdurmadan 2. oyuncuya pas yapar. 2. oyuncu parmak pasla topu gönderip kaptanın arkasında pozisyon alır. Paslaşma sırasında top düşerse o oyuncu ile kaptan tekrar paslaşarak, oyuncu kaptanın arkasına geçer. Oyun bu şekilde devam eder. Hangi grup daha önce kaptanın arkasında sıra olursa o grup oyunu kazanır.

ÇEŞİTLENDİRME:

- ✓ Başlangıçta top sadece atıp-tutularak da oynanabilir.
- ✓ Oyuncu sayısı arttırılabilir/azaltılabilir.
- ✓ Oyun manşet pas ile de oynanabilir.
- ✓ Oyun parmak pas/manşet pas file üzerinden de oynanabilir.

KAPTANIN ARKASINDA SIRA OLALIM



ÇAPRAZA MANŞET OYUNU



OYUNUN YERİ: Voleybol Sahası

ARAÇ VE GEREÇLER: Voleybol topları

OYUNUN SÜRESİ: 1-2 dk.

OYUNUN SEVİYESİ: 9-12 yaş

OYUNCU SAYISI: 16-18 kişi

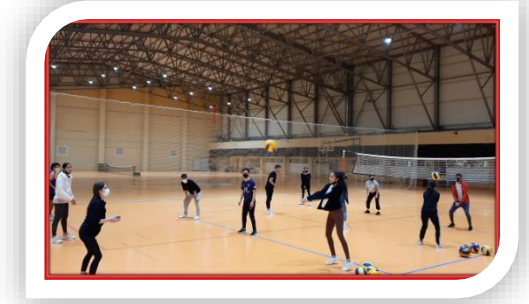
KAZANIMLAR: Manşet pas tekniğini geliştirir.

Koordinasyonunu geliştirir.

OYUNUN AÇIKLAMASI: Oyuncular 2 eşit gruba ayrılırlar ve her gruptaki oyuncular karşılıklı olarak çapraz şekilde aralarında 2-3 metre olacak şekilde yerleşirler. En baştaki oyuncuda 1 voleybol topu vardır. Toplu oyuncu çaprazındaki oyuncuya manşet pas ile topu atar ve herkes kendi çaprazındaki oyuncuya manşet pas ile topu atmaya devam eder. Oyun top yere düşürülmeden en sona gidip, tekrar başa geldiğinde biter. Bu paslaşmayı en önce bitiren grup 1 puan alır. 5 puanı en önce toplayan grup oyunu kazanır.

ÇEŞİTLENDİRME:

- ✓ Mesafe arttırılabilir/azaltılabilir.
- ✓ Oyuncu sayısı arttırılabilir/azaltılabilir.
- ✓ Oyun parmak pas ile oynanabilir.
- ✓ Oyunda baştan sona giderken manşet pas ile dönüşte parmak pas ile oynanabilir.
- ✓ Oyuncular topa vurduktan sonra geride 1 metre uzaklıkta bulunan huniye değip gelerek oynayabilir.



ÇAPRAZA MANŞET OYUNU



ÇAPRAZA PARMAK PAS OYUNU



ÇİZGİDE VOLEYBOL



OYUNUN YERİ: Voleybol Sahası

ARAÇ VE GEREÇLER: Voleybol topları

OYUNUN SÜRESİ: 2-3 dk.

OYUNUN SEVİYESİ: 8-10 yaş

OYUNCU SAYISI: 10-16 kişi

KAZANIMLAR: Manşet pas tekniğini geliştirir.

Boş alanı doldurma becerisi geliştirir.

Koordinasyonunu geliştirir.



OYUNUN AÇIKLAMASI: Oyuncular 2 eşit gruba ayrılarak, filenin iki yanında yüzleri dip çizgiye bakacak şekilde 3 metre çizgisinde 1 metre aralıklarla geniş kolda dizilirler. Antrenörler birer top alarak grupların 1. oyuncularının karşısında 3 m. geride dururlar. İşaretle birlikte antrenör 1. Oyuncuya pas atar ve 1 no'lu oyuncu topu manşet pasla karşılayarak antrenörüne geri gönderir. Pastan sonra arka taraftan koşarak grubunun en arkasına gider. 2 no'lu oyuncu hemen onun boşalttığı alanı doldurur ve antrenöründen gelen topu manşetle karşılar. Sonra o da koşarak grubunun arkasına gider. Onun boşalttığı yeri 3 no'lu oyuncu doldurur. Oyun bu şekilde 3 tur devam eder. En önce 3 turu tamamlayan grup oyunu kazanır.

ÇEŞİTLENDİRME:

- ✓ Mesafe arttırılabilir/azaltılabilir.
- ✓ Oyuncu sayısı arttırılabilir/azaltılabilir.
- ✓ Oyun parmak pas ile oynanabilir.
- ✓ Oyun bir tur manşet pasla, bir tur parmak pas ile oynanabilir.

ÇİZGİDE VOLEYBOL



MANŞETLE TOP TAŞIMA OYUNU



OYUNUN YERİ: Voleybol Sahası

ARAÇ VE GEREÇLER: Voleybol topları, top sepetleri

OYUNUN SÜRESİ: 1-2 dk.

OYUNUN SEVİYESİ: 9-12 yaş

OYUNCU SAYISI: 16-18 kişi

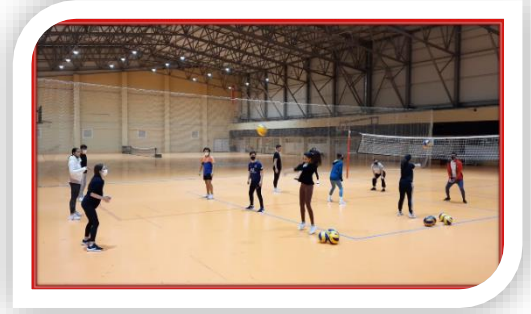
KAZANIMLAR: Manşet pas tekniğini geliştirir.

Koordinasyonunu geliştirir.

OYUNUN AÇIKLAMASI: Oyuncular 2 eşit gruba ayrılır ve her gruptaki oyuncular karşılıklı olarak çapraz şekilde aralarında 2-3 metre olacak şekilde yerleşirler. En baştaki oyuncuların yanında 10 voleybol topunun olduğu 1 voleybol sepeti vardır. En son oyuncuların yanında da boş bir voleybol sepeti vardır. Birinci oyuncu sepetten 1 top alarak çaprazındaki oyuncuya manşet pas ile topu atar ve herkes kendi çaprazındaki oyuncuya manşet pas ile topu atmaya devam eder. Oyun top yere düşürülmeden en sona kadar taşınır. Top en son oyuncuya geldiğinde son oyuncu topu sepete koyar. Bu şekilde tüm topları son sepete en önce taşıyan grup 1 puan alır. En önce 5 puan toplayan grup oyunu kazanır.

ÇEŞİTLENDİRME:

- ✓ Oyuncular arasındaki mesafe artırılabilir/azaltılabilir.
- ✓ Oyuncu sayısı artırılabilir/azaltılabilir.
- ✓ Oyun kontrol manşet pas yapılarak da oynanabilir.
- ✓ Oyun parmak pas ile oynanabilir.
- ✓ Oyuncular topa vurduktan sonra geride 1 metre uzaklıkta bulunan huniye değip gelerek oynanabilir.



MANŞETLE TOP TAŞIMA OYUNU



ALTTAN/ÜSTTEN OYUNU



OYUNUN YERİ: Voleybol Sahası

ARAÇ VE GEREÇLER: Voleybol topları

OYUNUN SÜRESİ: 3-5 dk.

OYUNUN SEVİYESİ: 9-12 yaş

OYUNCU SAYISI: 2 kişi

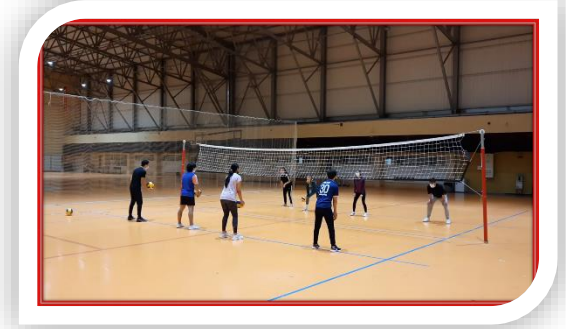
KAZANIMLAR: Farklı yükseklikte manşet pas yapar.

Koordinasyonunu geliştirir.

OYUNUN AÇIKLAMASI: Oyuncular 2'şerli gruplara ayrılır ve file ortada olacak şekilde karşılıklı pozisyon alırlar. Her grupta bir voleybol topu vardır. A oyuncusu topu file üzerinden manşet pasla karşıya gönderir, B oyuncusu ise yine manşet pas ile file altından karşıya topu atar. A oyuncusu hep file üstünden, B oyuncusu ise hep file altından manşet pas yapar. Topu atamayan, fileye takan, topu alamayan ve topu belirlenen alanın dışına atan oyuncu 1 puan kaybeder. 15 puan alan oyuncu oyunu kazanır. Bir sonraki turda file üzerinden manşet pas yapan file altından, file altından manşet pas yapan file üzerinden manşet pas yapar.

ÇEŞİTLENDİRME:

- ✓ Oyun alanın boyutları arttırılabilir/azaltılabilir.
- ✓ Filenin yüksekliği arttırılabilir/azaltılabilir.
- ✓ Oyuncu sayısı arttırılabilir.



ALTTAN/ÜSTTEN OYUNU



ALANINI TEMİZLE



OYUNUN YERİ: Voleybol Sahası

ARAÇ VE GEREÇLER: Voleybol topları, voleybol filesi

OYUNUN SÜRESİ: 2-3 dk.

OYUNUN SEVİYESİ: 9-12 yaş

OYUNCU SAYISI: 2 kişi

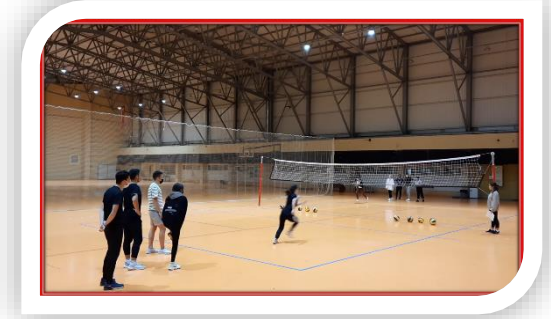
KAZANIMLAR: Hedefe manşet pas/parmak pas yapar.

Koordinasyonunu geliştirir.

OYUNUN AÇIKLAMASI: Oyuncular 2 eşit gruba ayrılır ve sahanın iki yanında dip çizgide pozisyon alırlar. Orta çizgiye oyuncu sayısı kadar voleybol topları konur. Antrenörün işareti ile birlikte her oyuncu orta çizgideki 1 voleybol topunu alıp, 3 metre çizgisinin gerisinden topu parmak veya manşet pasla karşı alana gönderir. Oyunda amaç, alandaki topları boşaltmaktır. Verilen süre boyunca oyuncular kendi sahalarına gelen topları manşet veya parmak pasla karşı sahaya gönderir. Süre bittiğinde hangi sahada daha fazla top kalırsa o grup 1 puan kaybeder. 5 puan alan grup oyunu kazanır.

ÇEŞİTLENDİRME:

- ✓ Oyun alanın boyutları arttırılabilir/azaltılabilir.
- ✓ Filenin yüksekliği arttırılabilir/azaltılabilir.
- ✓ Manşet/parmak pas yapılacak alanın mesafesi arttırılabilir/azaltılabilir.
- ✓ Oyun servis ile de oynanabilir.



ALANINI TEMİZLE



VOLTEN



OYUNUN YERİ: Voleybol Sahası

ARAÇ VE GEREÇLER: Voleybol topu, voleybol filesi

OYUNUN SÜRESİ: 5 dk.

OYUNUN SEVİYESİ: 9-10 yaş

OYUNCU SAYISI: 12 kişi

KAZANIMLAR: Top takibi yapar.

3 pas yapar.

Koordinasyonunu geliştirir.

OYUNUN AÇIKLAMASI: Oyuncular 6 kişilik takımlara ayrılır, iki sahaya yerleşirler. A takımından 1 no'lu bölgedeki oyuncu topu karşı sahaya atar. B takımı topu her seferinde yere değdirerek kendi aralarında 3 pas yaparlar ve sonrasında karşı sahaya gönderirler. Oyun sürekli top önce 1 kere yere değdikten sonra 3 pas yaparak oynanır. Topu karşılayamayan veya topu karşı sahaya atamayan takım 1 puan kaybeder. 15 sayısı alan takım oyunu kazanır. Oyun 2 set kazanılıncaya kadar devam eder.

ÇEŞİTLENDİRME:

- ✓ Oyun alanı büyütülebilir/küçültülebilir.
- ✓ Filenin yüksekliği arttırılabilir/azaltılabilir.
- ✓ Oyuncu sayısı azaltılabilir.



VOLTEN



AT VE PAS YAP



OYUNUN YERİ: Voleybol Sahası

ARAÇ VE GEREÇLER: Voleybol topları

OYUNUN SÜRESİ: 3-5 dk.

OYUNUN SEVİYESİ: 7-9 yaş

OYUNCU SAYISI: 10-12 kişi

KAZANIMLAR: Parmak pas/manşet pas yapar.

Koordinasyonunu geliştirir.

OYUNUN AÇIKLAMASI: Oyuncular birer voleybol topu alarak yüzleri içe bakacak şekilde çember yaparak pozisyon alırlar. Antrenörün komutu ile oyuncular önce oldukları yerde stens hareketi yaparlar. 2. Komutta ellerindeki topları yukarı atarlar ve hızlıca sağ tarafa 1 adım alıp yukarıdan gelen topun altına girerek oldukları yerde 2 kere manşet pas yaparlar. Topu yakalayamayan veya düşüren oyuncu 1 ceza puanı alır. 3 ceza puanı alan oyuncu oyundan çıkar. Oyun en sona 1 oyuncu kalana kadar devam eder.

ÇEŞİTLENDİRME:

- ✓ Oyun parmak pas ile de oynanabilir.
- ✓ Oyuncu sayısı arttırılabilir/azaltılabilir.
- ✓ Oyuncular arası mesafe arttırılıp/azaltılabilir.
- ✓ Oyunda dönüş yeri sola veya antrenörün verdiği komuta göre karışık olabilir.



AT VE PAS YAP



DÖN KAZAN



OYUNUN YERİ: 4 x 4 m. veya 6 x 6 m. oyun alanı

ARAÇ VE GEREÇLER: Voleybol filesi, voleybol topu

OYUNUN SÜRESİ: 5-10 dk.

OYUNUN SEVİYESİ: 6-8 yaş

OYUNCU SAYISI: 8 kişi

KAZANIMLAR: Top takibi yapar.

Boşluğa top atma becerisi gelişir.

Yakalama/top tutma becerisini geliştirir.

Koordinasyonunu geliştirir.



OYUNUN AÇIKLAMASI: Oyuncular 4'erli takımlara ayrılır ve sahanın iki yanında pozisyon alırlar. Oyun bir taraftaki oyunculardan birinin karşı sahaya topu iki eliyle atması ile başlar. Karşı sahadan bir oyuncu topu tutup ile üzerinden tekrar çift elle karşı sahaya atar. Top karşı sahaya her atılışta oyuncular kendi aralarında 1 tur saat yönünde dönerler. Gelen topu yakalayamayıp düşüren oyuncu oyundan çıkar. Oyun bu durumda 3 oyuncu ile devam eder oyunculardan bir file önünde, ikisi arka alanda). Eğer top 2 oyuncunun arasına düşerse iki oyuncu arasında taş-kağıt-makas yapılır ve bilemeyen oyuncu oyundan çıkar. Oyunda amaç karşı takımdaki oyuncuların sayısını azaltmaktır. Oyun bir takımda hiç oyuncu kalmayınca kadar devam eder.

ÇEŞİTLENDİRME:

- ✓ Oyun alanı büyütülebilir/küçültülebilir.
- ✓ Filenin boyu azaltılabilir/yükseltilebilir.
- ✓ Top yere vurdurularak oynanabilir.
- ✓ Oyun herhangi oyuncunun alttan servis atışı ile de başlayabilir.

DÖN KAZAN



DÖN KAZAN-DEVAM



PAS DEĞİŞTİR



OYUNUN YERİ: 6 x 6 m. oyun alanı

ARAÇ VE GEREÇLER: Voleybol topu, voleybol filesi

OYUNUN SÜRESİ: 5-10 dk.

OYUNUN SEVİYESİ: 8-10 yaş

OYUNCU SAYISI: 6 kişi

KAZANIMLAR: Parmak pas/manşet pas becerisini geliştirir.

3 pas yapar.

Koordinasyonunu geliştirir.



OYUNUN AÇIKLAMASI: Oyuncular 3'er kişilik 2 eşit takıma ayrılır ve sahanın iki yanında pozisyon alırlar. Takımlar sadece bir pas türü ile paslaşarak voleybol maçı yaparlar. Örneğin A takımı sadece parmak pas ile top karşılayıp, kendi aralarında paslaşıp, parmak pas ile topu karşı alana gönderirler. B takımı ise oyunu sadece manşet pas ile oynar. Antrenörden işaret gelince takımlar pas türlerini değiştirirler. Yani A takımı manşet pasla, B takımı ise sadece parmak pasla paslaşırlar. Antrenörden gelen her işaretle takımlar pas türlerini değiştirirler. Oyunda pas değiştirmeyen, 3 pas yapmayan, istenilen pas türü ile paslaşmayan ve hata yapan takım 1 puan kaybeder. Belirlenen puana önce ulaşan takım oyunu kazanır.

ÇEŞİTLENDİRME:

- ✓ Oyun alanı büyütülebilir/küçültülebilir.
- ✓ File yüksekliği yükseltilebilir/düşürülebilir.
- ✓ Oyuncu sayısı arttırılabilir.

PAS DEĞİŞTİR



PASLA GERİ DÖN



OYUNUN YERİ: 6 x 6 m. Kare Alan

ARAÇ VE GEREÇLER: Voleybol topları

OYUNUN SÜRESİ: 3-5 dk.

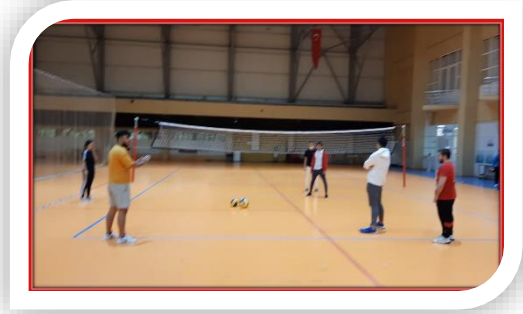
OYUNUN SEVİYESİ: 9-12 yaş

OYUNCU SAYISI: 8 kişi

KAZANIMLAR: Yürüyerek parmak pas yapar.

Koordinasyonunu geliştirir.

Süratini geliştirir.

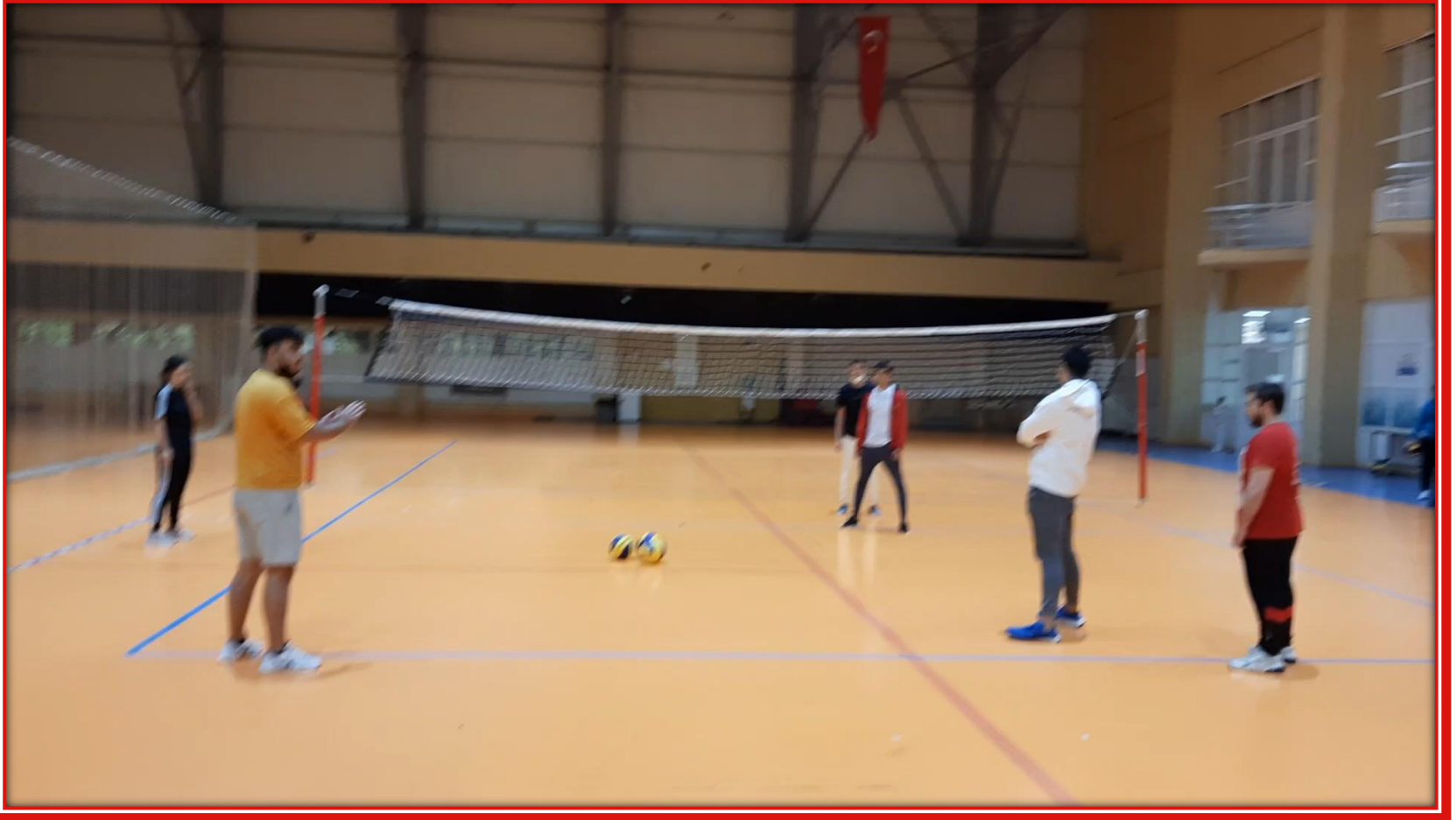


OYUNUN AÇIKLAMASI: Oyuncular 2'şerli olarak karenin 4 köşesinde arka arkaya pozisyon alırlar. Kare alanın tam ortasına 4 voleybol topu konur. Antrenörün düdüğü ile oyuncular oldukları yerde 5 tane jumping jack yaparlar. 2. Düdükle gruplarının arkasındaki oyuncular sağ tarafa kare boyunca koşarlar ve 3. Düdükte en yakın arkadaşlarının bacaklarının arasından geçerek karenin ortasına koşarlar. Oradan 1 voleybol topu alıp, kendi grubundaki arkadaşına parmak pas yaparak giderler. Grup arkadaşının yanına topu düşürmeden ilk giden grup 1 puan alır. Sonra öndeki ve arkadaki oyuncular yer değiştirirler. Oyun bu şekilde devam eder. Belirlenen sayıdaki puana (örn:5 puan) ilk ulaşan grup oyunu kazanır.

ÇEŞİTLENDİRME:

- ✓ Kare alanın boyutları arttırılabilir/azaltılabilir.
- ✓ Oyun üçgende veya dairede oynatılabilir.
- ✓ Oyun manşet pas yapılarak da oynanabilir.
- ✓ Oyunda geriye doğru yürüyerek parmak pas/manşet pas yapılabilir.
- ✓ Oyunda koşma yerine farklı yer değiştirme hareketi (örn: kayma, çift ayak sıçrama vb.) ile oynanabilir.
- ✓ Oyunda Jumping Jack yerine farklı hareket yapılabilir.

PASLA GERİ DÖN



PASLAŞ YER DEĞİŞ



OYUNUN YERİ: Voleybol Sahası

ARAÇ VE GEREÇLER: Voleybol topları

OYUNUN SÜRESİ: 2-3 dk.

OYUNUN SEVİYESİ: 9-12 yaş

OYUNCU SAYISI: 12-16 kişi

KAZANIMLAR: Parmak pas/manşet pas becerisini geliştirir.

Süratini geliştirir.

Koordinasyonunu geliştirir.

OYUNUN AÇIKLAMASI: Oyuncular 2 eşit gruba ayrılır ve aralarında 3-4 metre olacak şekilde karşılıklı geniş kolda dizilirler. Her gruptaki oyuncuların da araları 1-1.5 metredir. Grup başındaki oyuncularda 1 voleybol topu vardır. Oyun antrenörün komutu ile başlar. 1. oyuncular topu parmak pasla 2. oyuncuya gönderir ve karşıdaki 1. oyuncu ile yer değiştirir. Oyun bu şekilde devam eder. Her pas yapan oyuncu karşıdaki gruptaki oyuncu ile yer değiştirir. Topu düşüren grup 1 ceza puanı alır ve oyun düşüren oyuncudan devam eder. 10 puana önce ulaşan grup oyunu kazanır.

ÇEŞİTLENDİRME:

- ✓ Pas yapılan mesafe arttırılabilir/azaltılabilir.
- ✓ Oyun manşet pas ile de oynanabilir.
- ✓ Oyuncu sayısı arttırılabilir/azaltılabilir.



PASLAŞ YER DEĞİŞ



MERKEZ ÇEMBER



OYUNUN YERİ: 6 x 6 m. Kare Alan

ARAÇ VE GEREÇLER: Voleybol topları, çemberler

OYUNUN SÜRESİ: 3-5 dk.

OYUNUN SEVİYESİ: 8-12 yaş

OYUNCU SAYISI: 10-12 kişi

KAZANIMLAR: Hedefe parmak pas yapar.

Koordinasyonunu geliştirir.

OYUNUN AÇIKLAMASI: Oyuncular 2 eşit gruba ayrılırlar ve kendi aralarında da 2 eşit gruba ayrılarak file ortada olacak şekilde sahanın iki tarafında derin kolda pozisyon alırlar. Her grubun önüne fileden yaklaşık 1-5-2 m. uzaklığa birer çember konur. Gruplara birer voleybol topu verilir. Antrenörün komutu ile toplu olan oyuncu topu parmak pas ile filenin üzerinden karşı taraftaki çemberin içine atmaya çalışır. Top çemberin içine düşerse o grup 1 puan alır. Diğer taraftaki oyuncu yerden seken topu tutup, tekrar parmak pasla karşı sahadaki çembere atmaya çalışır. Pası atan oyuncu kendi grubunun arkasına geçer. Oyun bu şekilde önceden konulan sayıya (örn: 15-20 sayı) ulaşıncaya kadar devam eder.

ÇEŞİTLENDİRME:

- ✓ Çemberin fileden uzaklığı arttırılabilir/azaltılabilir.
- ✓ Çemberin boyutları değiştirilebilir.
- ✓ Oyun manşet pas yapılarak da oynanabilir.
- ✓ Oyun filenin önündeki bir oyuncu ile paslaşarak 3. topu çembere atış şeklinde de oynanabilir.



MERKEZ ÇEMBER



HIZLI PAS



OYUNUN YERİ: Voleybol sahası

ARAÇ VE GEREÇLER: Voleybol topları

OYUNUN SÜRESİ: 1-2 dk.

OYUNUN SEVİYESİ: 8-9 yaş

OYUNCU SAYISI: 12-18 kişi

KAZANIMLAR: Top takibi yapar.

Parmak pas/manşet pas yapar.

OYUNUN AÇIKLAMASI: Oyuncular 6'şar kişilik 2-3 gruba ayrılır. Her grubun bir oyuncusu bir bölgede (kaptan), diğerleri onun karşısında 2 m uzaklıkta derin kolda sıraya geçerek pozisyon alırlar. Öndeki oyunculara 1 voleybol topu verilir. Oyun antrenörün komutu ile başlar. İşaret gelince kaptanlar voleybol topunu parmak pas ile 1. Oyuncuya gönderir. 1. Oyuncu da topu parmak pas ile karşılayarak tekrar kaptana atar ve olduğu yere oturur. Kaptan parmak pas ile topu 2. Oyuncuya gönderir ve 2. Oyuncu topa pas yaptıktan sonra oturur. Oyun bu şekilde devam eder. Eğer paslaşma sırasında top düşürülürse oyuna başlangıçtan yeniden başlanır. Oyunda amaç en önce hiç hata yapmadan tüm oyuncularla paslaşmaktır. En önce paslaşmayı bitiren grup oyunu kazanır.

ÇEŞİTLENDİRME:

- ✓ Başlangıçta top sadece atıp-tutularak da oynanabilir.
- ✓ Oyuncu sayısı arttırılabilir/azaltılabilir.
- ✓ Oyun manşet pas ile de oynanabilir.
- ✓ Oyun parmak pas/manşet pas ile file üzerinden de oynanabilir.



HIZLI PAS



DÜDÜKLE KAÇ OYUNU



OYUNUN YERİ: Voleybol sahası

ARAÇ VE GEREÇLER: Voleybol topları

OYUNUN SÜRESİ: 3-5 dk.

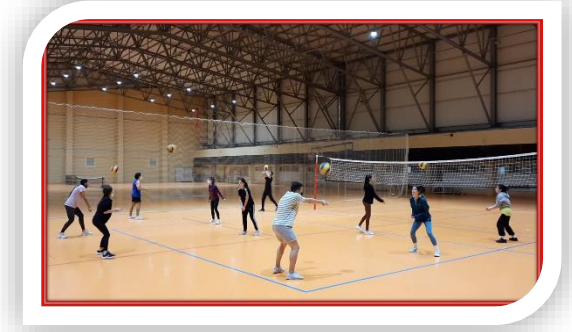
OYUNUN SEVİYESİ: 8-14 yaş

OYUNCU SAYISI: 10-18 kişi

KAZANIMLAR: Parmak pas/manşet pas yapar.

Hedef top takibi yapar.

Atma becerisini geliştirir.



OYUNUN AÇIKLAMASI: Oyuncular 2'şerli olarak karşılıklı oyun alanına geçerler ve manşet pas yapmaya başlarlar. Antrenör düdüğü çaldığında top kimde kalırsa o atıcı olur ve diğer arkadaşı ondan kaçır. Atıcı oyuncu elindeki top ile kaçan arkadaşını vurmaya çalışır. Eğer vurursa, vurulan oyuncu topu alır ve diğer arkadaşını vurmaya çalışır. Antrenör bir daha düdüğü çaldığında oldukları yerde yeniden pas yapmaya başlarlar. Oyun bu şekilde devam eder. Süre sonunda en çok vurulan oyuncu oyunu kaybeder.

ÇEŞİTLENDİRME:

- ✓ Başlangıçta top sadece atıp-tutularak da oynanabilir.
- ✓ Oyun alanı büyültüp/küçültülebilir.
- ✓ Oyun parmak pas ile de oynanabilir.
- ✓ Oyun 3'lü gruplar şeklinde de oynanabilir.

DÜDÜKLE KAÇ OYUNU



PAS BENDE



OYUNUN YERİ: Voleybol sahası

ARAÇ VE GEREÇLER: Voleybol topları, huniler

OYUNUN SÜRESİ: 2-3 dk.

OYUNUN SEVİYESİ: 9-10 yaş

OYUNCU SAYISI: 8-10 kişi

KAZANIMLAR: Top takibi yapar.

Parmak pas/manşet pas yapar.

OYUNUN AÇIKLAMASI: Oyuncular iki eşit gruba ayrılır ve sahaya hunilerle belirlenen kare şeklinde alanın dış kenarlarında pozisyon alırlar. Oyunculara 1-2-3-4 şeklinde bir numara verilir. Oyun antrenörün komutu ile başlar. Grupların 1 numaralı oyuncuları karenin içine girip topu manşet pas ile yukarı doğru havalandırır ve karenin dışına çıkar. Top yere değip, yerden gelen topu kare içine giren 2. oyuncu karşılar ve topu havalandırıp, kare alanın dışına çıkar. Sonra 3. Oyuncu topu alanda karşılar. Oyun bu şekilde devam eder. Oyunda topu karenin dışına çıkararak, yerden 1 kez zıpladıktan sonra karşılamayan grup 1 ceza puanı alır. Oyunda verilen süre içinde en az ceza puanı almaktır.

ÇEŞİTLENDİRME:

- ✓ Başlangıçta top sadece atıp-tutularak da oynanabilir.
- ✓ Oyuncu sayısı arttırılabilir/azaltılabilir.
- ✓ Karenin büyüklüğü arttırılabilir/azaltılabilir.
- ✓ Oyun parmak pas ile de oynanabilir.
- ✓ Oyun top yere zıplatılmadan da oynanabilir.
- ✓ Her pas yapan oyuncu dışarı çıkında bir hareket (otur-kalk, 1-2 mekik vb.) yapabilir.
- ✓ Oyun 1-2-3-4 yerine 2-4-1-3 şeklinde belirlenen sayılarda oynanabilir.
- ✓ Oyunda pas yönü değiştirilebilir veya bir sağ, bir sol pas şeklinde de oynanabilir.
- ✓ Oyun kontrol pas yapmadan da oynanabilir.



**SABIRLA DİNLEDİĞİNİZ İÇİN
TEŞEKKÜRLER...**