

# Spelformer för barn och ungdom i volleyboll

Det finns olika spelformer och olika nivåer för dig som är barn och ungdom som spelar volleyboll och beachvolley. Ålder är inte styrande i de yngre åldrarna, utan snarare vilken erfarenhet och kunskap varje barn har. [Läs mer om detta här.](#)

Ålder	Spelform	Kommentar
6-9 år	Kidsvolley Level 0-2	Val av spelform beroende på vad barnen behärskar.
9-11 år	U11	Tillåtet med "överåriga" spelare i denna spelform.
10-14 år	U13 & U15	Vid behov kan lagen delas in i olika nivåer (grön, blå, röd, svart).

## Regler Kidsvolley Level 0

### Serve

Spelet sätts igång med att en spelare från valfri position på banan kastar bollen över nätet.

### Spelet

Det är fyra spelare i varje lag (minst tre och max sex).

Bollen ska fångas.

Bollen ska kastas över nätet. Spelaren får inte förflytta sig med bollen. Är avståndet till nätet för stort så får man kasta bollen till en medspelare som i sin tur kastar bollen över nätet.

När en spelare i det egna laget kastar bollen över nätet roterar spelarna i laget en position (medsols).

Bollen är död när: bollen inte fångas, kastas i nätet eller utanför banan. När bollen är död lämnar spelaren som har begått felet banan. I tveksamma fall bestämmer coachen vilken spelare som ska lämna banan. Ett nytt kast sätter igång spelet igen.

En fångad boll, kastad från motståndarlaget, betyder att en spelare befrias och åter får komma in på banan.

### Banan

Spelas på badmintonplanens yttre linjer. Näthöjden är 200 centimeter.

Övertramp av mittlinje och nätberöring är tillåtet om spelaren inte stör motståndarna.

### Tävling

Matchlängd är cirka 10 minuter. Poäng utdelas varje gång motståndarnas bana är tom på spelare. En time-out om 30 sekunder per lag/match.

## Regler Kidsvolley Level 1

### Serve

Spelet sätts igång med underarmsserve från valfri position på banan. Den spelare som har bollen servar.

### Spelet

Det är fyra spelare i varje lag (minst tre och max sex).

Bollen ska fångas.

Bollen ska kastas över nätet från där den fångas. Spelaren får inte förflytta sig med bollen.

När en spelare i det egna laget kastar bollen över nätet roterar spelarna i laget en position (medsols).

Bollen är död när: bollen inte fångas, kastas eller servas i nätet eller utanför banan. När bollen är död lämnar spelaren som har begått felet banan. I tveksamma fall bestämmer coachen vilken spelare som ska lämna banan. En ny serve sätter igång spelet igen.

Tre fångade bollar i rad av laget, betyder att en spelare befrias och åter får komma in på banan.

### Banan

Spelas på badmintonplanens yttre linjer.

Näthöjden är 200 centimeter.

Övertramp av mittlinje och nätberöring är tillåtet om spelaren inte stör motståndarna.

### Tävling

Matchlängd är cirka 10 minuter. Poäng utdelas varje gång motståndarnas bana är tom på spelare.

En time-out om 30 sekunder per lag/match.

## Regler Kidsvolley Level 2

### Serve

Spelet sätts igång med underarmsserve från valfri position på banan. Den spelare som har bollen servar.

### Spelet

Det är fyra spelare i varje lag.

Bollen ska fångas, undantag befrielse. Se nedan.

Bollen ska kastas över nätet med bagger-, fingerslag-, eller smashkast från där bollen fångats.

När en spelare i det egna laget kastar bollen över nätet roterar spelarna i laget en position (medsols).

Bollen är död när: bollen inte fångas, kastas eller servas i nätet eller utanför banan. När bollen är död lämnar spelaren som har begått felet banan. I tveksamma fall bestämmer coachen vilken spelare som ska lämna banan. En ny serve sätter igång spelet igen.

Spelare blir befriad av att bollen mottas med fingerslag eller bagger till en medspelare, som fångar bollen och kastar den över nätet.

När endast en spelare är kvar på banan, får spelaren ta emot bollen med fingerslag eller bagger och fånga den själv för att befria en medspelare.

Laget kan göra en befrielseaktion med fullt lag på banan, d v s bollen mottas med fingerslag eller bagger till en medspelare, som fångar bollen och kastar den över nätet. Varje gång som laget klarar detta får laget en bonuspoäng.

### Banan

Spelas på badmintonplanens yttre linjer.

Näthöjden är 200 centimeter.

Övertramp av mittlinje och nätberöring är tillåtet om spelaren inte stör motståndarna.

### Tävling

Matchlängd är 10 minuter. Tre poäng utdelas varje gång motståndarnas bana är tom på spelare. Dessutom utdelas en poäng varje gång som laget gör en befrielseaktion med fullt lag på banan, d v s bollen mottas med fingerslag eller bagger till en medspelare, som fångar bollen och kastar den över nätet. En time-out om 30 sekunder per lag/match.

## **Regler U11 (tidigare Volley1000/Kidsvolley Level 3)**

Regler i huvudsak som i spelformen U13 och U15 (tidigare Volley2000). [Regler för U13/U15 finns här.](#)

Det som skiljer sig från U13/U15 är fetmarkerat:

- Spelas på volleybollplan (kan även undantagsvis spelas på badmintonplan).
- Näthöjden är 200 cm
- Laget ställer upp med fyra spelare på banan. Minst tre och högst sex. Fler än fyra roterar man alltid in en ny spelare när laget vinner tillbaka serverätten.
- Servaren är baklinjespelare medan övriga är framlinjespelare, s k diamantuppställning.
- Rotation när laget vinner tillbaka serverätten.
- Underarmsserve används. Överhandsserve är tillåten bakom baslinjen.
- Servaren kan gå fram till anfallslinjen men det kan även markeras en servelinje på 6 meter (arrangör bestämmer regler för respective cup).
- Ny servare roteras in om laget vinner fyra bollar i rad.
- Bollen får studsa en gång i golvet på varje sida under bollduellen med undantag för att mottaget sker innan studs.
- Anfall från motståndarna kan tas emot direkt eller så kan studsens användas.
- **Andrabollen (passningen) får fångas och kastas eller spelas.**
- **När bollen fångas ska ett så volleybolllikt kast göras och helst i en och samma rörelse (högt tempo).**
- **Första och tredjeslag ska vara volleybollslag medan andrabollen kan vara ett kast.**
- **Obligatoriskt med tre slag inom laget; mottag-pass-anfall (undantag är block).**