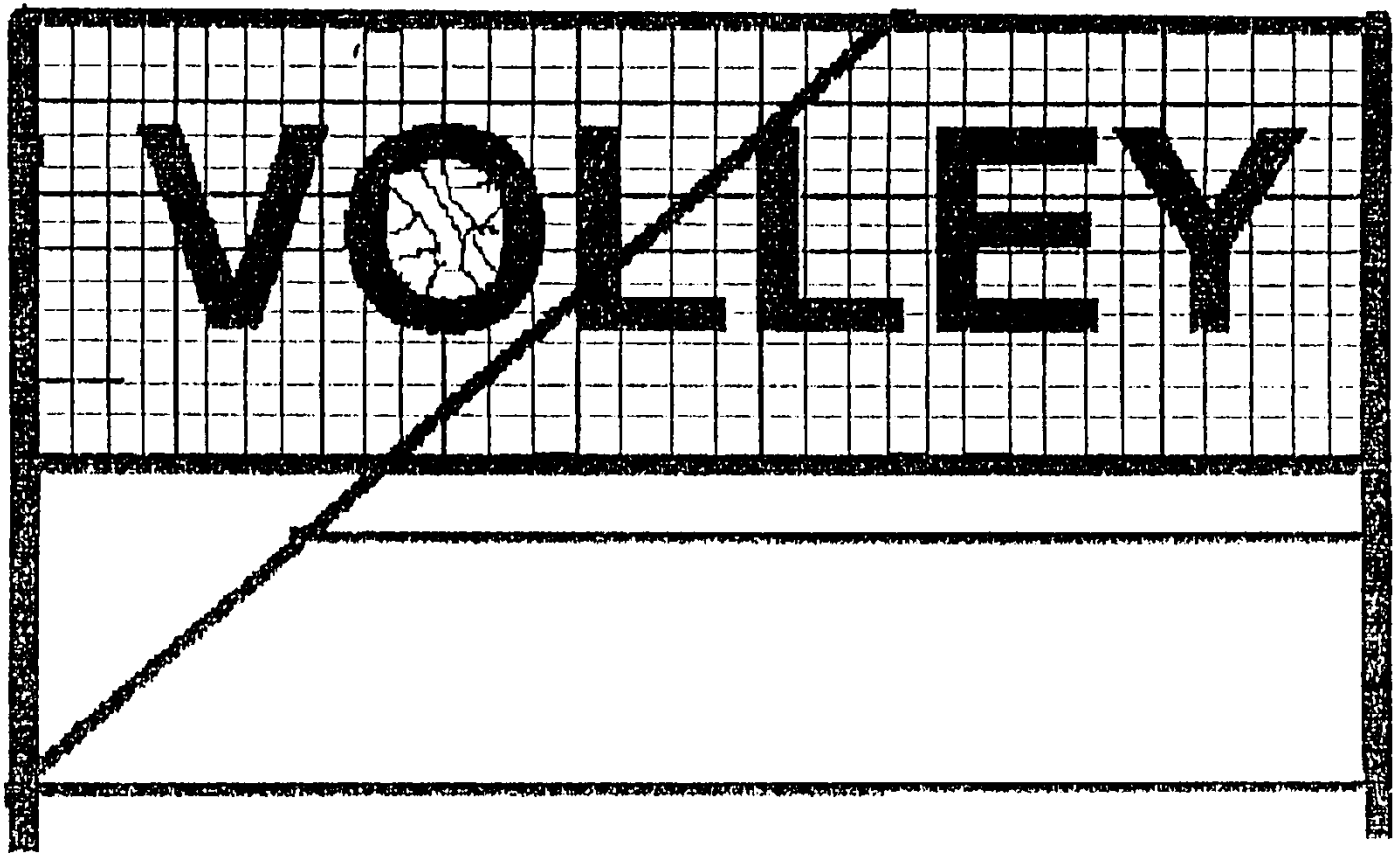
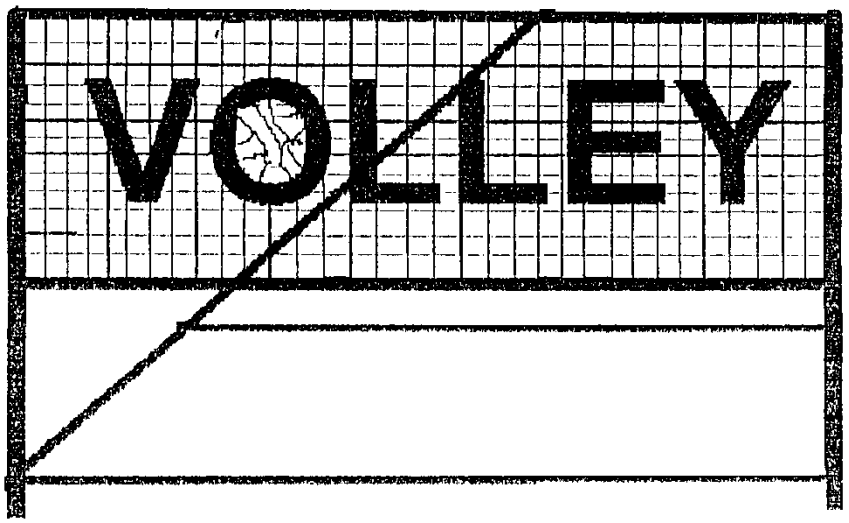


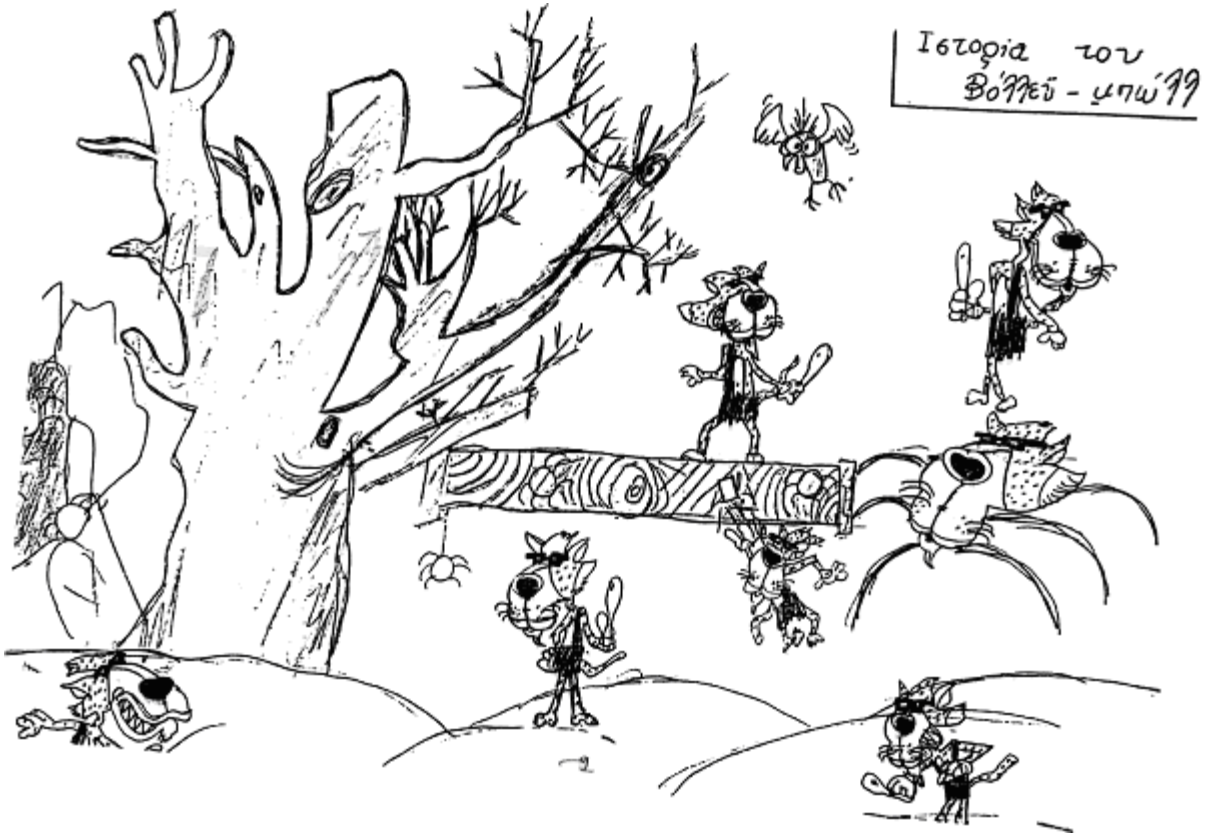
Πάλλης Χαράλαμπος

VOLLEY

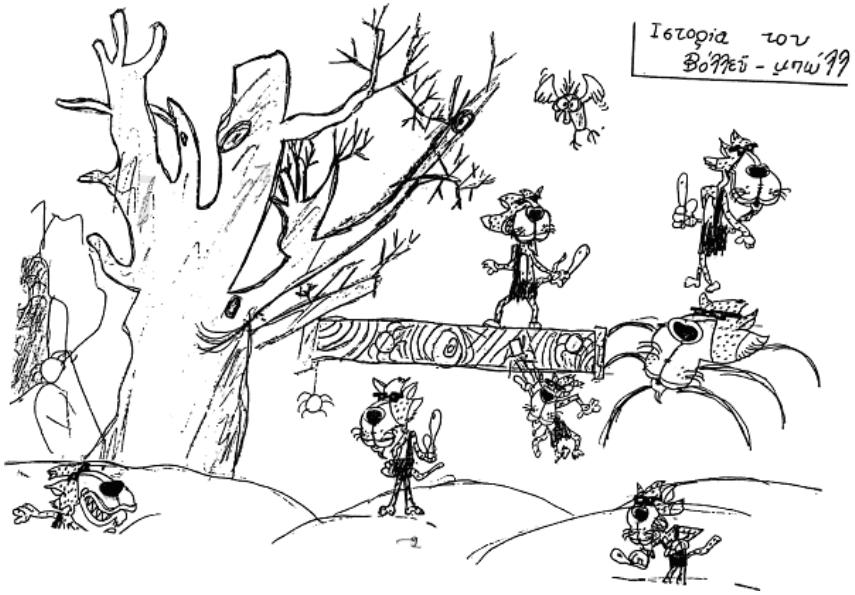


- Σκέφτηκα ότι η διδασκαλία των κανόνων του volley θα είναι πιο ευχάριστη αν συνδυασθεί με σκίτσα
- Δανείστηκα λοιπόν τη μορφή του TASTY και θα προσπαθήσω να σας διασκεδάσω και να σας διδάξω ταυτόχρονα....

ΙΣΤΟΡΙΑ του VOLLEY - BALL

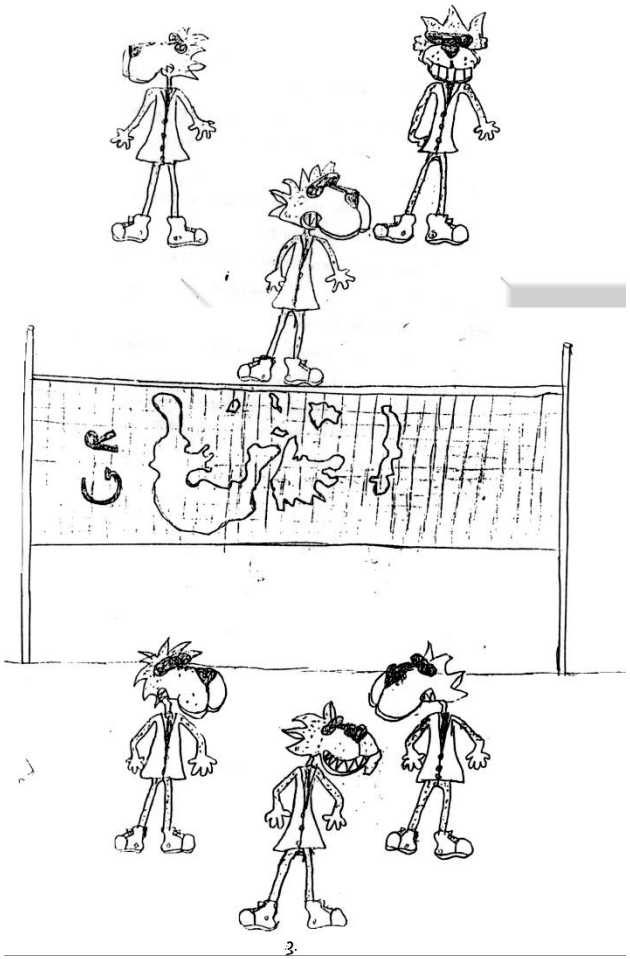


ΙΣΤΟΡΙΑ του VOLLEY - BALL

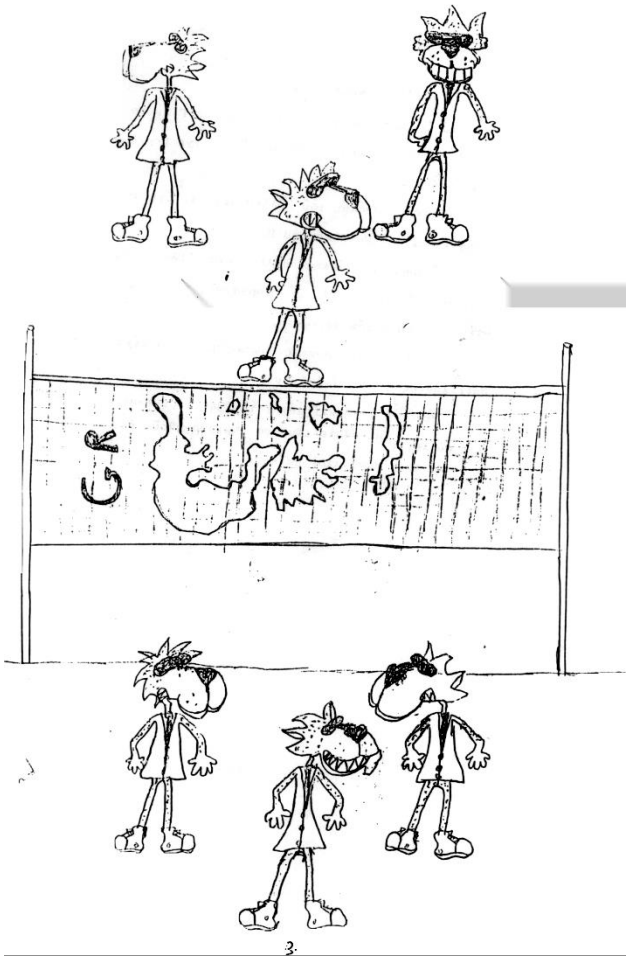


- Το Volley-ball πρωτοπαίχτηκε το 1895 στις Η.Π.Α. Εμπνευστής & δημιουργός του ήταν ένας καθηγητής Κολεγίου ο WILLIA MORGAN. Το ονόμασε «MINNONETE» & σαν βάση του είχε το τένις (δίχτυ, σερβίς) & το μπάσκετ.
- Στην αρχή ήταν παιχνίδι της ακρογιαλιάς & σαν τέτοιο διαδόθηκε το 1900 στην Ασία & μετά τον Α! Παγκόσμιο πόλεμο στην Ευρώπη.
- Ο M. HALSTEDT του έδωσε το σημερινό όνομα του & του δημιούργησε τα χαρακτηριστικά του γνωρίσματα
- Την ίδια χρονιά οι κανόνες του αθλήματος μετά από μεγάλη επεξεργασία, πήρανε την οριστική μορφή & έγιναν αποδεκτοί από όλες τις ομοσπονδίες.
- Το 1967 ανέλαβε η Διεθνής Επιτροπή Διαιτησίας να εκδώσει τον κανονισμό σε 2 γλώσσες,(Αγγλικά, Γερμανικά).

ΤΟ VOLLEY – BALL στην ΕΛΛΑΔΑ

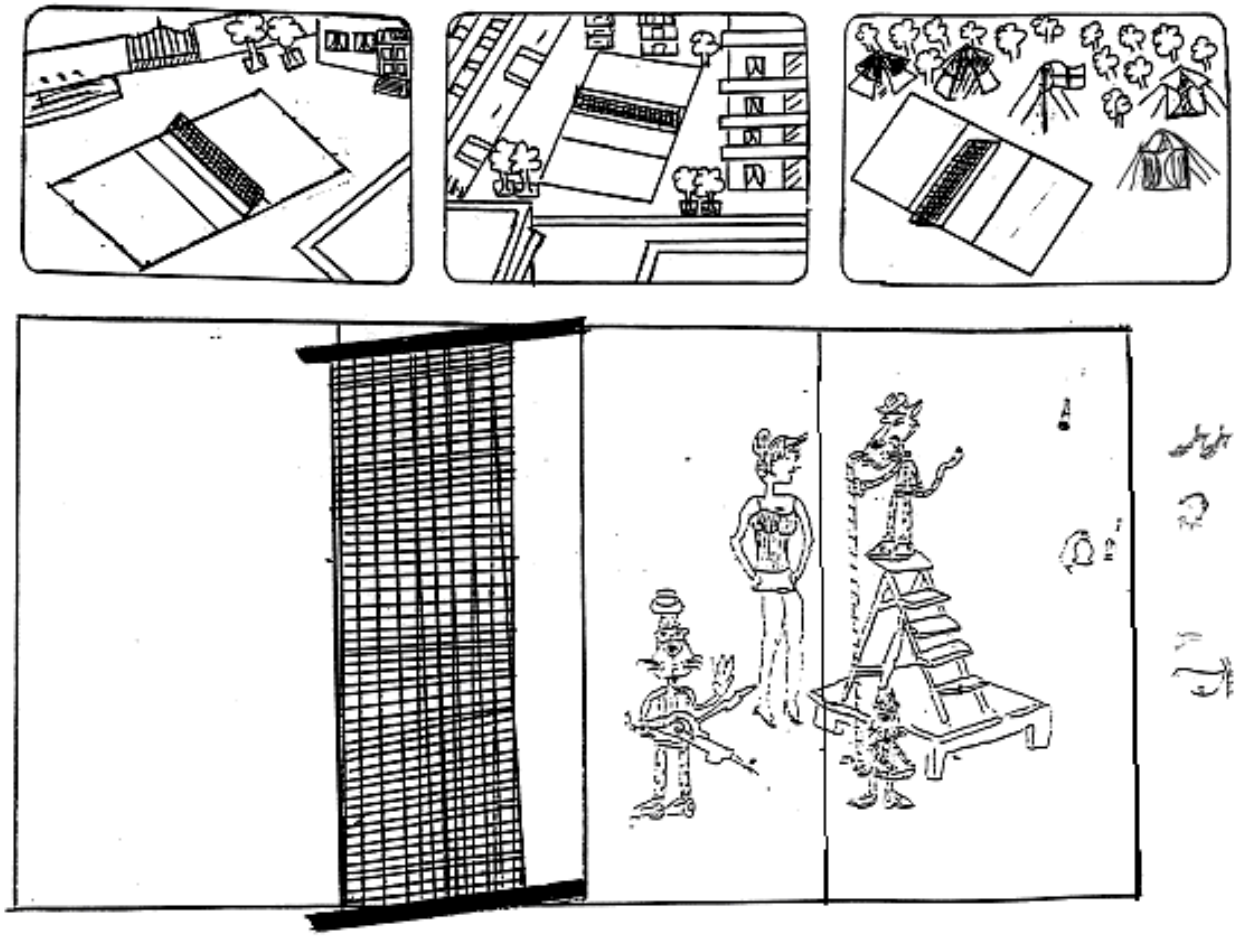


ΤΟ VOLLEY – BALL στην ΕΛΛΑΔΑ

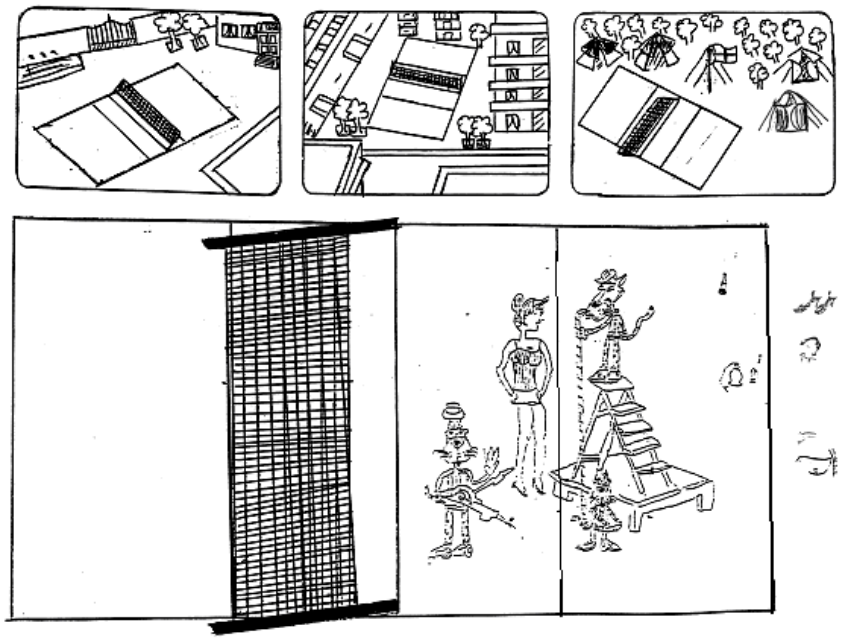


- Την Ελλάδα το έφερε ο Πανιώνιος Γ.Σ. το 1922 την ίδια χρονιά που ο σύλλογος αυτός είχε ξεριζωθεί από την Σμύρνη.
- Πρώτος δάσκαλος του volley-ball λέγεται ότι ήταν ο Λευκαδίτης, του Πανελλήνιου Γ.Σ.
- Το πρώτο πρωτάθλημα volley ball στην Ελλάδα έγινε στην περίοδο 1925-1926, με μια διοργανωτή τον Σ.Ε.Γ.Α.Σ & πρωταθλητή τον Πανιώνιο.
- Τις επόμενες χρονιές πρωταθλητές αναδείχτηκαν ο Πανελλήνιος & ο Εθνικός.
- Μετά το 1928 & μέχρι το 1940 ιδρύθηκαν & άλλοι σύλλογοι με αποτέλεσμα να δημιουργηθούν δυνατές ομάδες και ικανοί παίκτες.

ΓΗΠΕΔΟ & ΓΡΑΜΜΕΣ

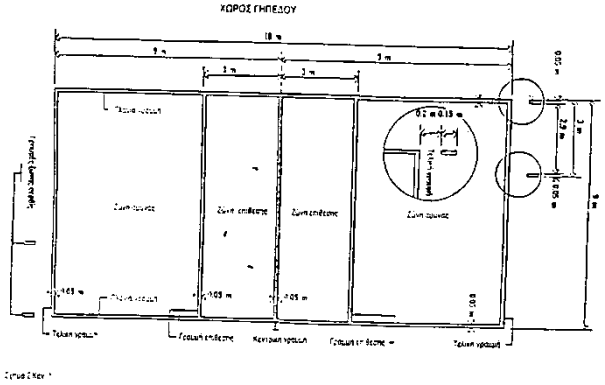


ΓΗΠΕΔΟ & ΓΡΑΜΜΕΣ

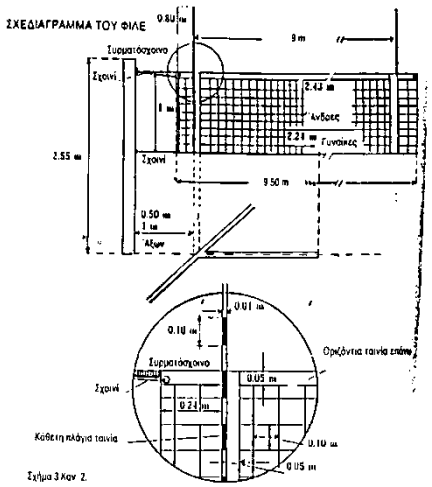


- Μπορούμε να φτιάξουμε ένα γήπεδο του Volley στην αυλή του σχολείου ή σ' ένα οικόπεδο της γειτονιάς μας, ή ακόμα στην κατασκήνωση το καλοκαίρι.
- ΓΗΠΕΔΟ:Το γήπεδο έχει διαστάσεις 18m μήκος, 9m πλάτος & είναι ελεύθερο από κάθε εμπόδιο σε ύψος 7m από το έδαφος. Για τους Ολυμπιακούς αγώνες η απόσταση πρέπει να είναι 12,5m.
- ΓΡΑΜΜΕΣ: Το γήπεδο πρέπει να είναι οροθετημένο από γραμμές πλάτους 5εκ.Οι γραμμές πρέπει να απέχουν το λιγότερο 2m από κάθε εμπόδιο.

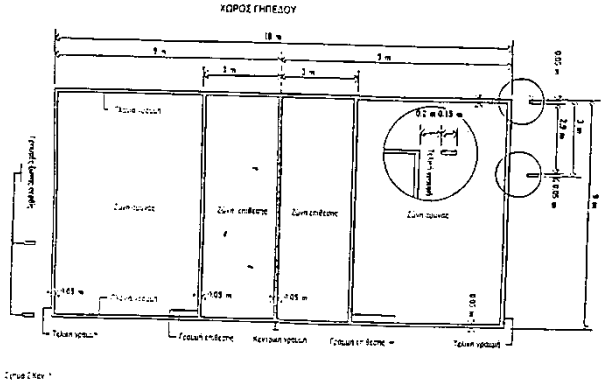
ΔΙΑΣΤΑΣΕΙΣ ΓΗΠΕΔΟΥ & ΦΙΛΕ

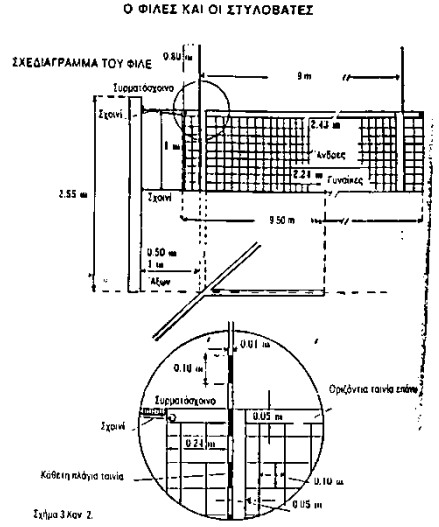


Ο ΦΙΛΕΣ ΚΑΙ ΟΙ ΣΤΥΛΟΒΑΤΕΣ



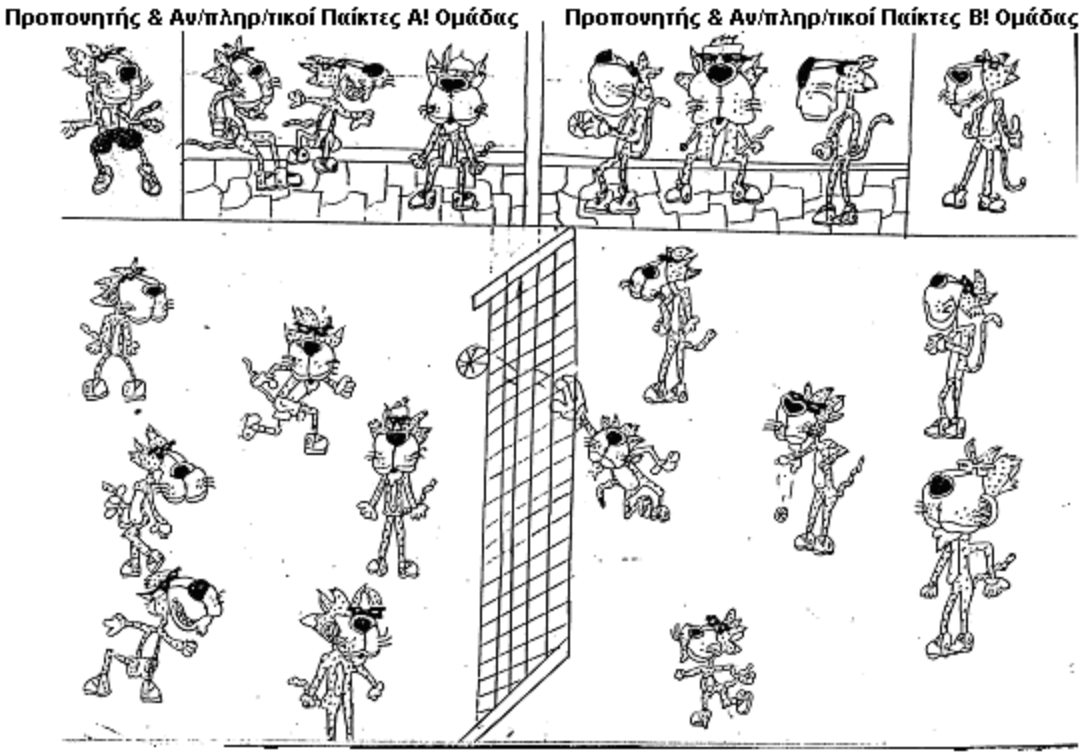
ΔΙΑΣΤΑΣΕΙΣ ΓΗΠΕΔΟΥ & ΦΙΛΕ



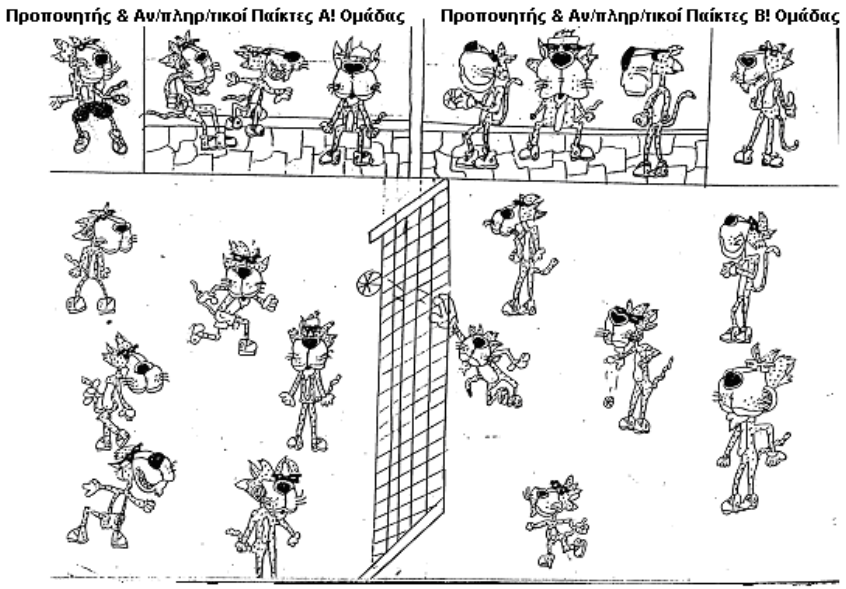


- ΚΕΝΤΡΚΗ ΓΡΑΜΜΗ: Είναι η γραμμή κάτω από το δίχτυ, που χωρίζει το γήπεδο σε δυο ίσα τμήματα, που το καθένα έχει διαστάσεις9χ9m.
- ΓΡΑΜΜΗ ΕΠΙΘΕΣΗΣ: Σε κάθε ένα από τα δυο τμήματα υπάρχει μια γραμμή μήκους 9m, που είναι παράλληλη με την κεντρική γραμμή & απέχει απ’ αυτήν 3m.
- Το ΔΙΧΤΥ– (ΦΙΛΕ). Το δίχτυ έχει μήκος 9,50m & πλάτος 1m. Αποτελείται από μικρά τετραγωνάκια που έχουν πλευρές 10εκ. Το πάνω μέρος του φιλέ περιβάλλεται από λευκό ύφασμα (ταινία). Ένα ευλύγιστο σύρμα το κρατάει τεντωμένο. Το ύψος του φιλέ είναι: α) 2,43m για αντρικές & εφηβικές ομάδες, β) 2,24m για ομάδες γυναικών & νεανίδων. Σε καμιά περίπτωση δεν επιτρέπεται οι άκρες του φιλέ να ξεπερνούν τα 2,45m.
- Οι αντένες έχουν ύψος 1,80m διάμετρο 10 χιλστ. & είναι κατασκευασμένες από γυάλινες ίνες ή από εύκαμπτη ύλη. Είναι τοποθετημένες έτσι ώστε να εξέχουν από το πάνω μέρος του φιλέ 80εκ, είναι βαμμένες με 2 χρώματα & αποτελούν μέρος του φιλέ. Οι στυλοβάτες έχουν σκοπό να στηρίζουν το φιλέ. Δεν πρέπει να εμποδίζουν τους διαιτητές στην εκτέλεση των καθηκόντων τους.

ΑΡΙΘΜΟΣ ΠΑΙΚΤΩΝ ΜΙΑΣ ΟΜΑΔΑΣ



ΑΡΙΘΜΟΣ ΠΑΙΚΤΩΝ ΜΙΑΣ ΟΜΑΔΑΣ

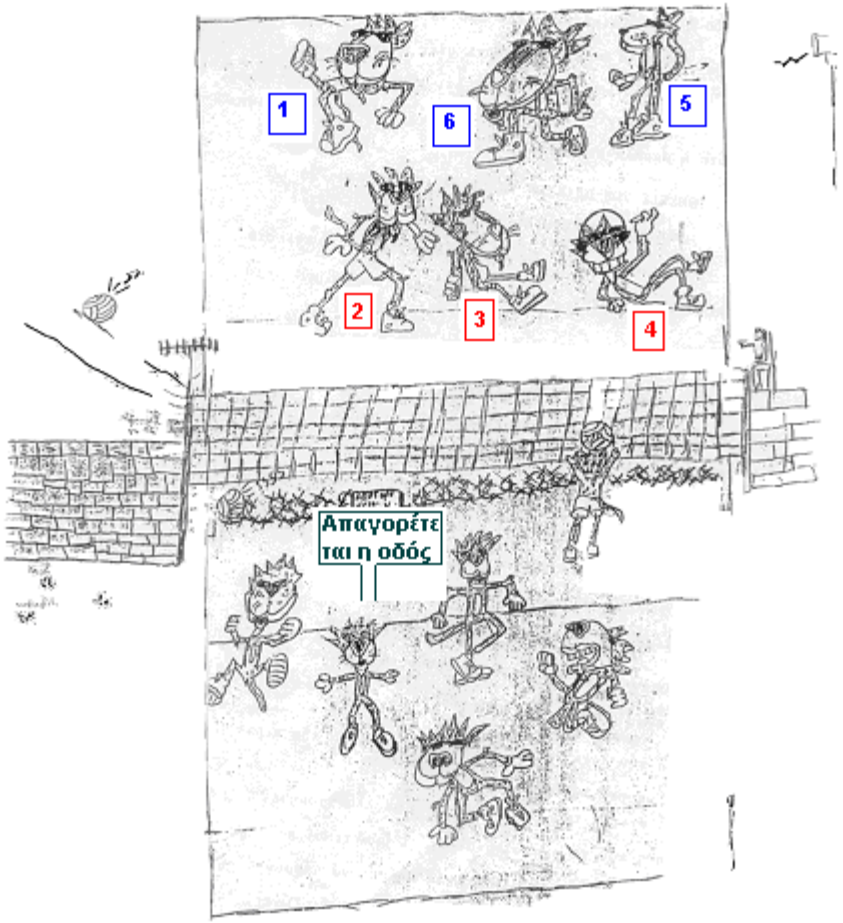


Μια ομάδα πρέπει να έχει υποχρεωτικώς 6 παίκτες. Η πλήρης σύνθεση της ομάδας περιλαμβάνει και τους αναπληρωματικούς – 6 παίκτες, έναν προπονητή, το βοηθό του και φυσιοθεραπευτή.

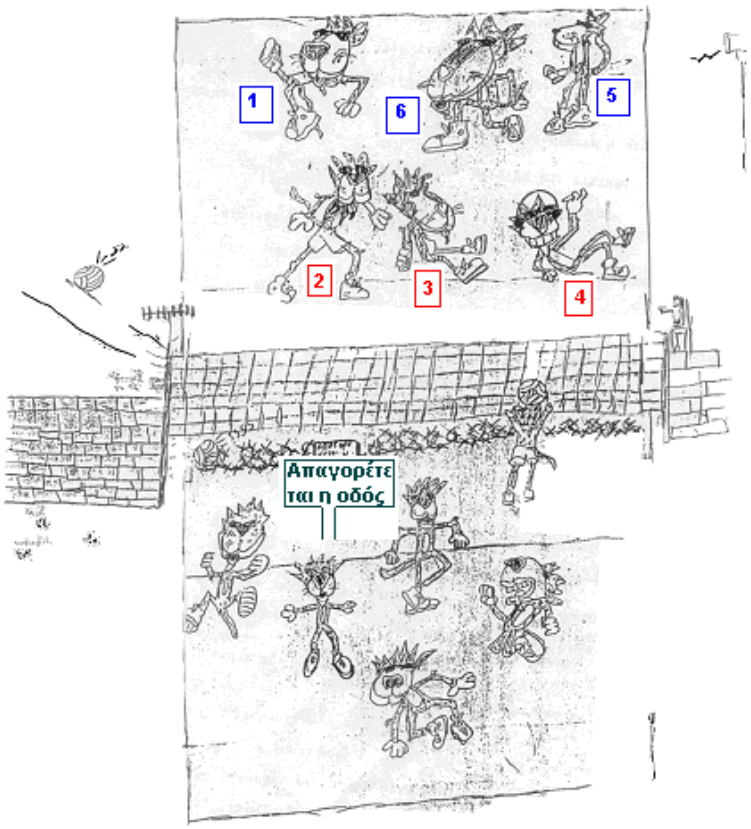
Πριν αρχίσει το παιχνίδι πρέπει να γραφτούν τα ονόματα όλων των παικτών στο φύλλο αγώνα. Κάθε ομάδα έχει το δικαίωμα να προσδιορίσει από τη λίστα των 12 παικτών ένα εξειδικευμένο αμυντικά παίκτη ως **Λίμπερο**.

Ο Λίμπερο πρέπει να καταγράφεται στο φύλλο αγώνα πριν την έναρξη αυτού στην ειδική θέση που υπάρχει γι΄ αυτόν. Ο Λίμπερο δεν μπορεί να είναι αρχηγός και πρέπει η φανέλα να είναι αντίθετου χρώματος από τις στολές της υπόλοιπης ομάδας. Μια ομάδα δεν μπορεί να αγωνιστεί με 5 παίκτες.

ΘΕΣΕΙΣ των ΠΑΙΚΤΩΝ



ΘΕΣΕΙΣ των ΠΑΙΚΤΩΝ

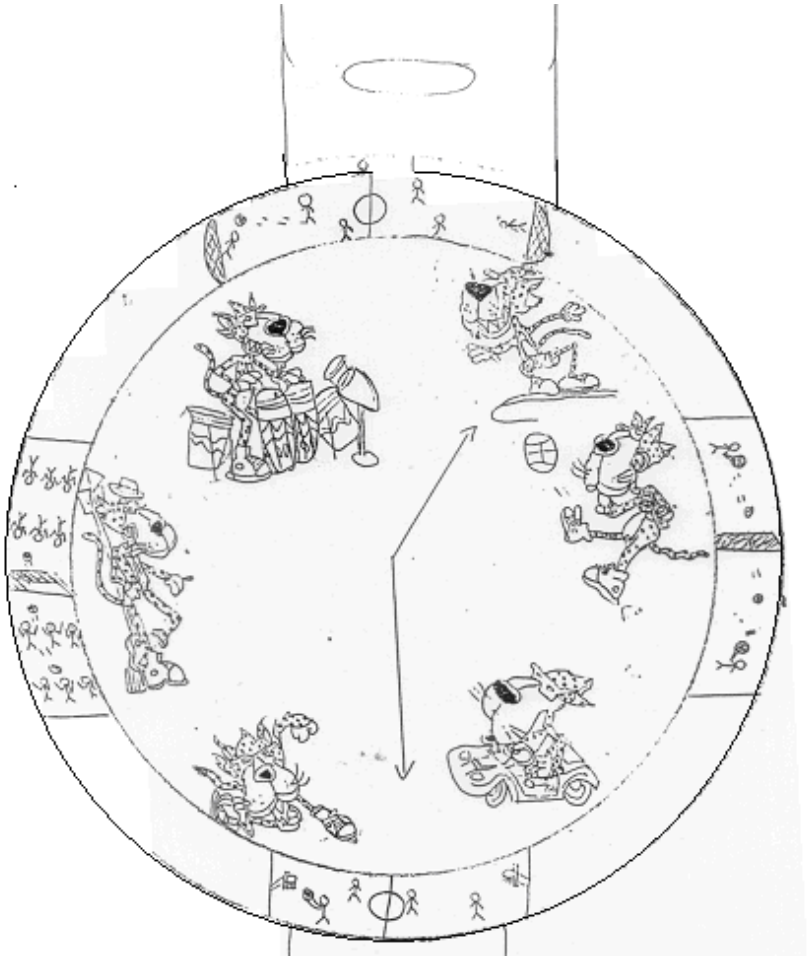


Οι παίκτες και των δυο ομάδων τοποθετούνται στο γήπεδο σε δυο γραμμές, από 3 παίκτες σε κάθε γραμμή. Επιτρέπεται να μην είναι ευθείες οι γραμμές. Οι 3 παίκτες που τοποθετούνται μπροστά στο φιλέ, είναι οι παίκτες της επιθετικής γραμμής. Οι άλλοι 3, μαζί και ο **Λίμπερο** είναι οι παίκτες της αμυντικής γραμμής.

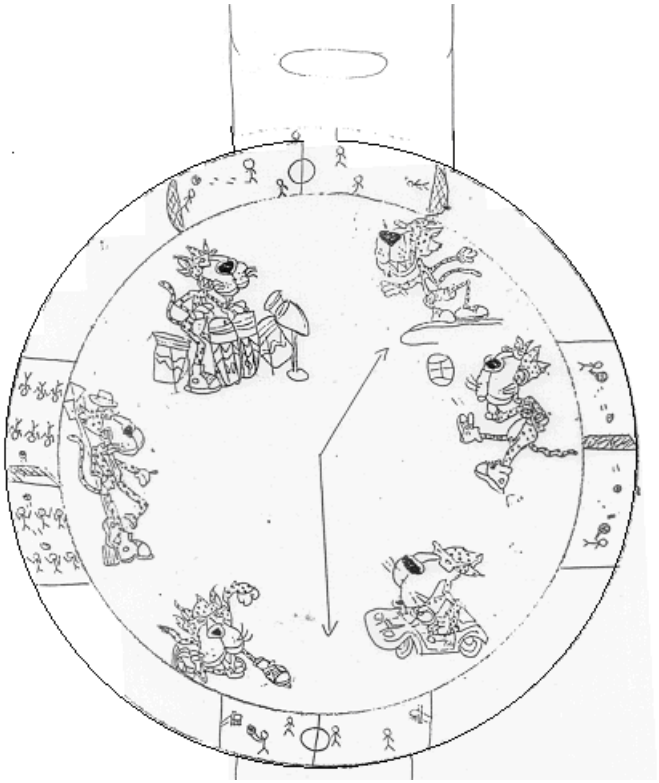
Παίρνουν θέση (από δεξιά προς τα αριστερά), παράλληλα με το φιλέ. Κατέχουν τις θέσεις 2, 3, 4 οι επιθετικοί και 1, 6, 5 οι αμυντικοί. Όταν γίνει το σερβίς μπορούν οι παίκτες να πάρουν όποια θέση θέλουν.

Τη στιγμή του σερβίς όταν η μπάλα χτυπηθεί από τον παίκτη που το πραγματοποιεί, οι αμυντικοί της ομάδας που δέχεται το σερβίς πρέπει να πάρουν θέση ακριβώς πίσω από τους παίκτες της επιθετικής ζώνης. Η θέση τους προσδιορίζεται από τη θέση που βρίσκονται τα πόδια τους.

ΠΕΡΙΣΤΡΟΦΗ – (ΡΟΛΟΪ)

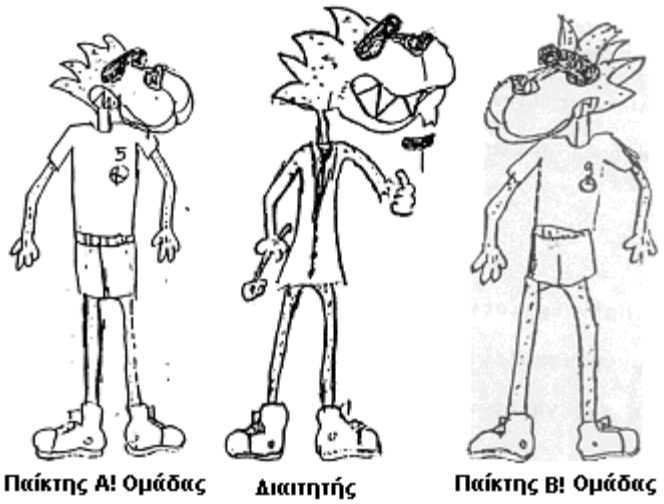


ΠΕΡΙΣΤΡΟΦΗ – (ΡΟΛΟΪ)

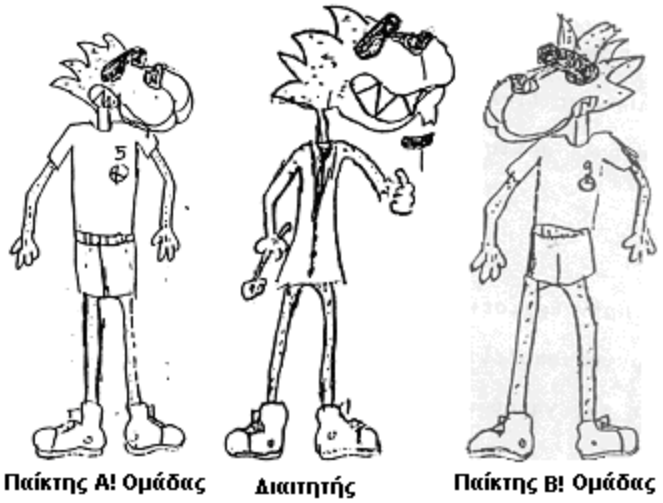


- Η σειρά της περιστροφής καθορίζεται από την αρχική παράταξη και ελέγχεται με τη σειρά του σερβίς των αθλητών κατά τη διάρκεια του σετ.
- Όταν η ομάδα που δέχεται σερβίς κερδίζει το δικαίωμα να σερβίρει, οι αθλητές της περιστρέφονται προς τα δεξιά, σύμφωνα με τους δείκτες του ρολογιού, κατά μία θέση: ο αθλητής της θέσης 2 πηγαίνει στη θέση 1 για να κάνει σερβίς, ο αθλητής της θέσης 1 πηγαίνει στη θέση 6, κ.λ.π.
- Όσο συνεχίζει να κερδίζει πόντους το σερβίς εκτελεί ο ίδιος παίκτης.
- Όταν γίνει λάθος περιστροφή τότε:
- α) η ομάδα τιμωρείται με απώλεια της φάσης
- β) διορθώνονται οι θέσεις.

ΔΙΑΡΚΕΙΑ του ΑΓΩΝΑ – ΕΚΛΟΓΗ ΓΗΠΕΔΟΥ



ΔΙΑΡΚΕΙΑ του ΑΓΩΝΑ – ΕΚΛΟΓΗ ΓΗΠΕΔΟΥ



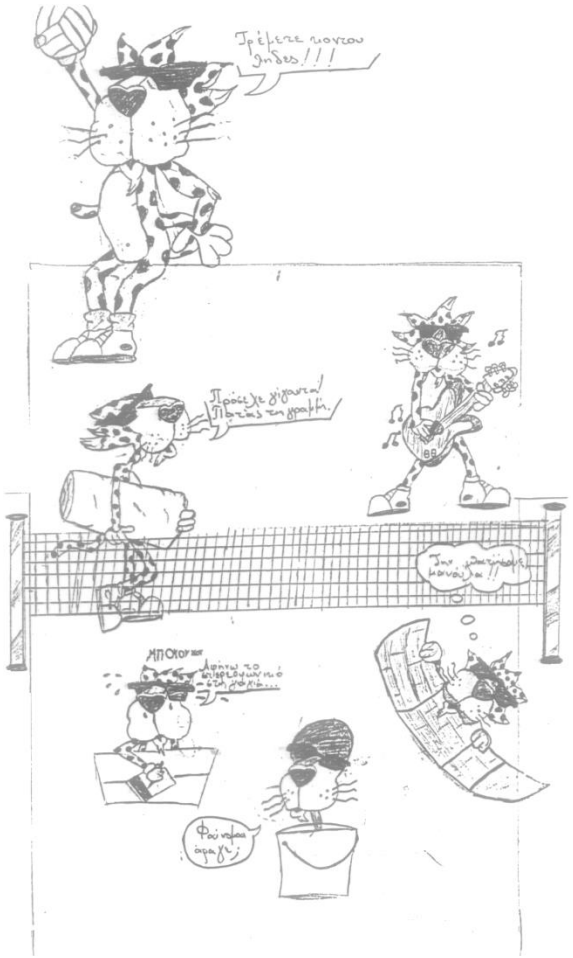
- Κάθε παιχνίδι βόλεϊ διευθύνεται από δύο διαιτητές και δύο ή τέσσερις επόπτες γραμμών ανάλογα με το επίπεδο της διοργάνωσης. Οι δύο διαιτητές βρίσκονται εκατέρωθεν του φιλέ, στην κεντρική γραμμή του γηπέδου. Ο πρώτος διαιτητής κάθεται πάνω σε σκάλα σε ύψος 50 ως 80 εκ. πάνω από το φιλέ και ο δεύτερος στέκεται όρθιος στην απέναντι πλευρά. Ο πρώτος διευθύνει και έχει τον αποφασιστικό λόγο για κάθε φάση. Ο δεύτερος ελέγχει τις παραβάσεις στην περιοχή ευθύνης του.
- Οι επόπτες γραμμών κρατούν σημαιάκια και υποδεικνύουν αν η μπάλα χτύπησε εντός ή εκτός γηπέδου δείχνοντας προς τα κάτω ή προς τα πάνω αντίστοιχα. Επίσης, ελέγχουν αν η μπάλα πέρασε πάνω ή δίπλα από τις κεραίες του φιλέ.
- Επίσης, υπάρχει σημειωτής που είναι υπεύθυνος για τη σημείωση των πόντων, τις αλλαγές, τα τάιμ άουτ και γενικά καταγράφει τις αποφάσεις των διαιτητών στο φύλλο αγώνα.

ΑΡΧΗ του ΑΓΩΝΑ - ΣΕΡΒΙΣ

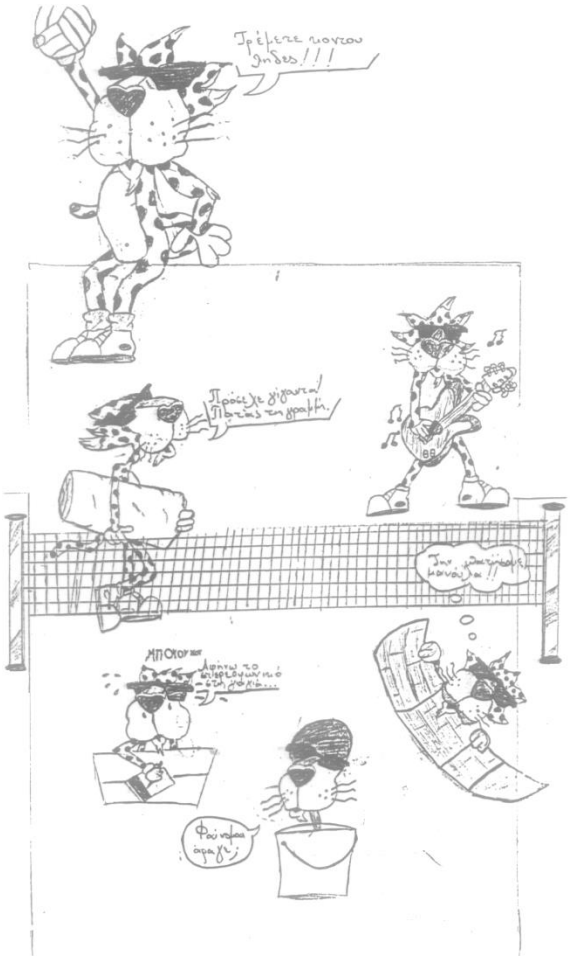
ΑΡΧΗ του ΑΓΩΝΑ - ΣΕΡΒΙΣ

- Το παιχνίδι ξεκινά με σερβίς της μιας ομάδας έπειτα από κλήρωση.
- Το σερβίς εκτελείται από τον παίκτη της πίσω δεξιά θέσης, από ένα σημείο πίσω από την τελική γραμμή του γηπέδου. Επιτρέπεται η εκτέλεση του σερβίς από οποιοδήποτε σημείο πίσω από την τελική γραμμή.
- Δεν υπάρχει χρονική διάρκεια ενός αγώνα Volley.

ΣΕΡΒΙΣ

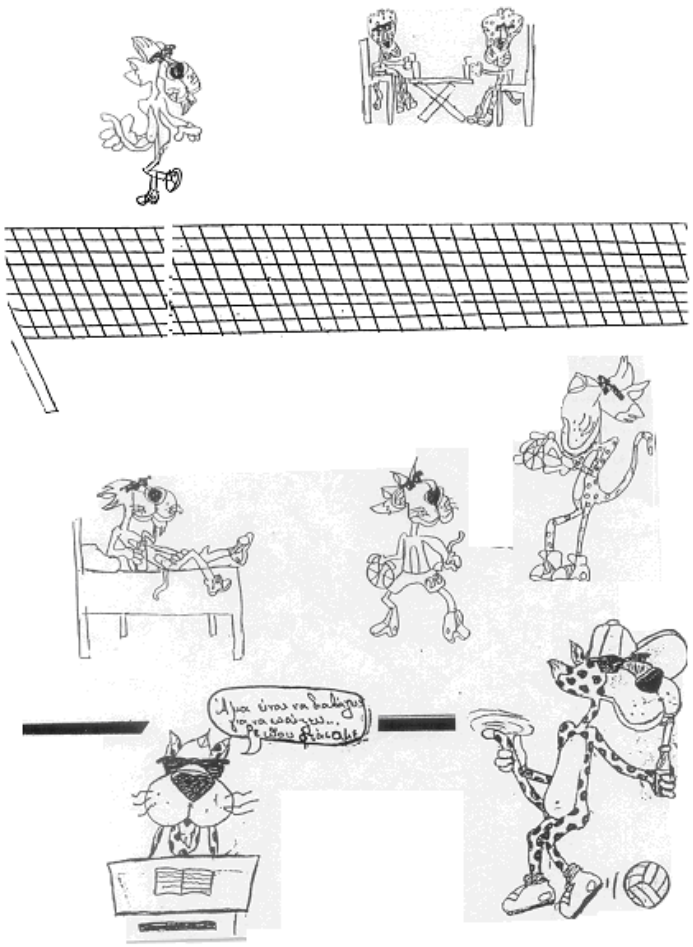

Τρέξτε γρήγορα
Προσέχτε γιγαντα!
Πρώτος ο γραμμή.
ΑΠΟΧΟΡ
Φοίνικας
αραχνί

ΣΕΡΒΙΣ

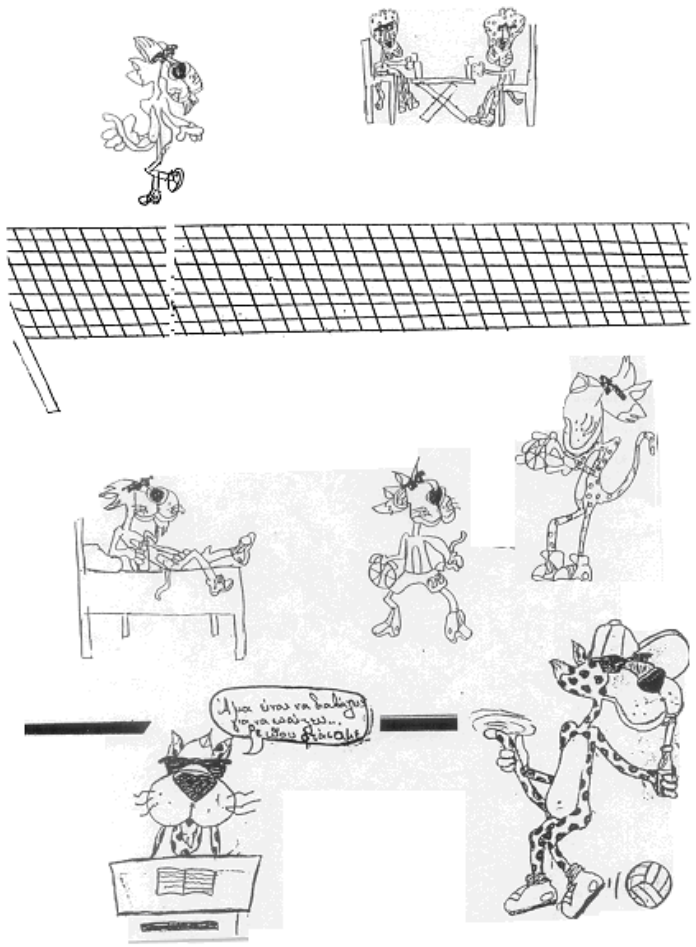


- Με την εκτέλεση του σερβίς η μπάλα προωθείται πάνω από το φιλέ προς τη μεριά της αντίπαλης ομάδας χωρίς να μεσολαβήσει άλλος παίκτης της ομάδας που εκτελεί το σερβίς.
- Δεν απαγορεύεται να χτυπήσει στο φιλέ.

ΔΙΑΚΟΠΕΣ του ΠΑΙΧΝΙΔΙΟΥ

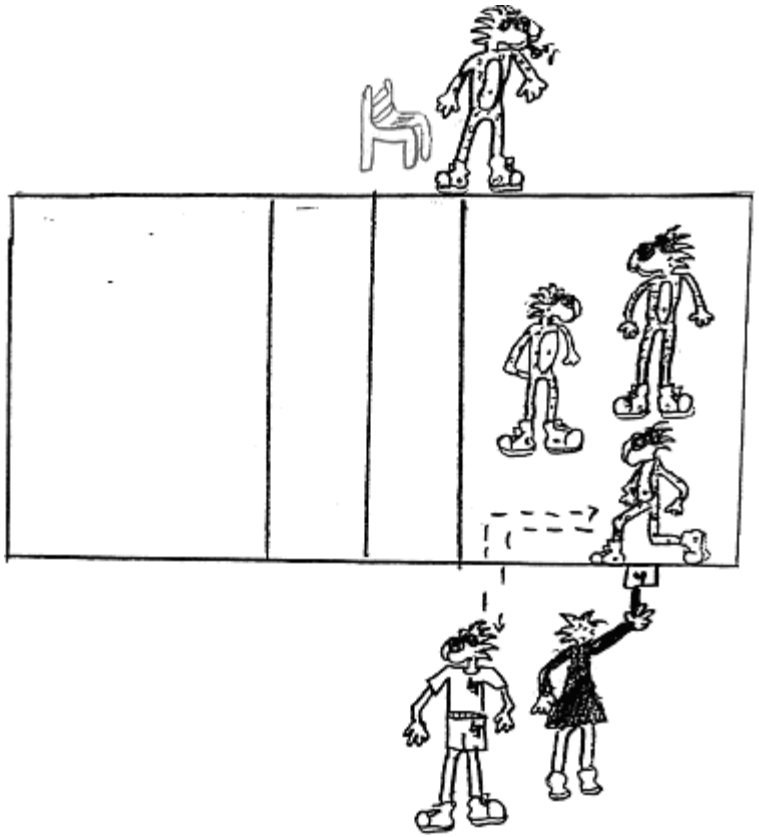


ΔΙΑΚΟΠΕΣ του ΠΑΙΧΝΙΔΙΟΥ

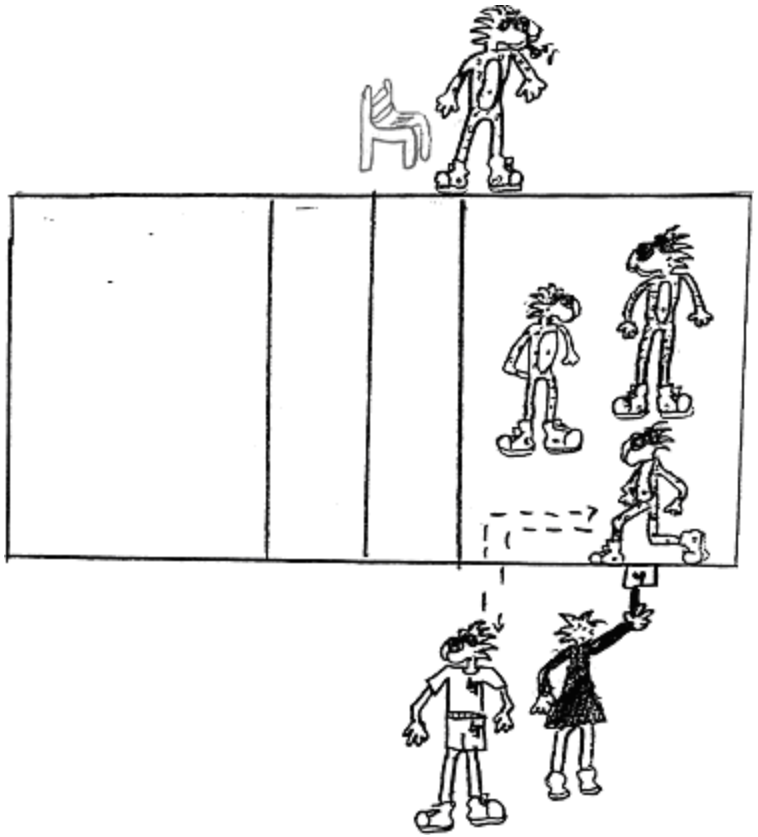


- Διακοπές σε έναν αγώνα είναι οι «Αλλαγές των αθλητών» και τα «Τάιμ Αουτ».
- Διακοπές μπορούν να ζητηθούν από τον προπονητη ή τον αρχηγό της ομάδας.

ΑΝΤΙΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΠΑΙΚΤΩΝ - ΑΛΛΑΓΗ

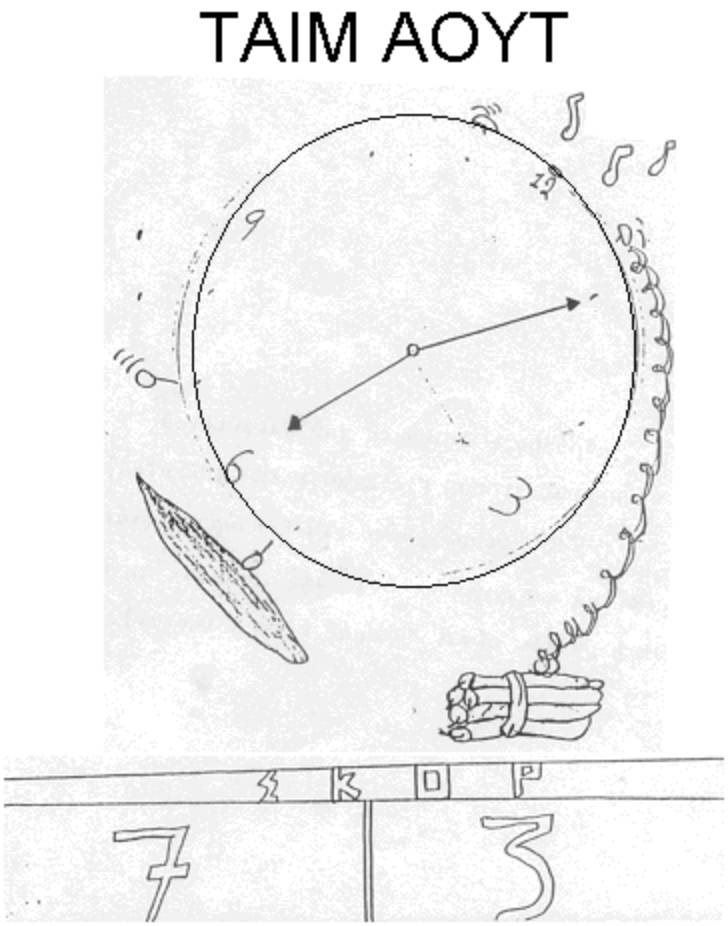


ΑΝΤΙΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΠΑΙΚΤΩΝ - ΑΛΛΑΓΗ

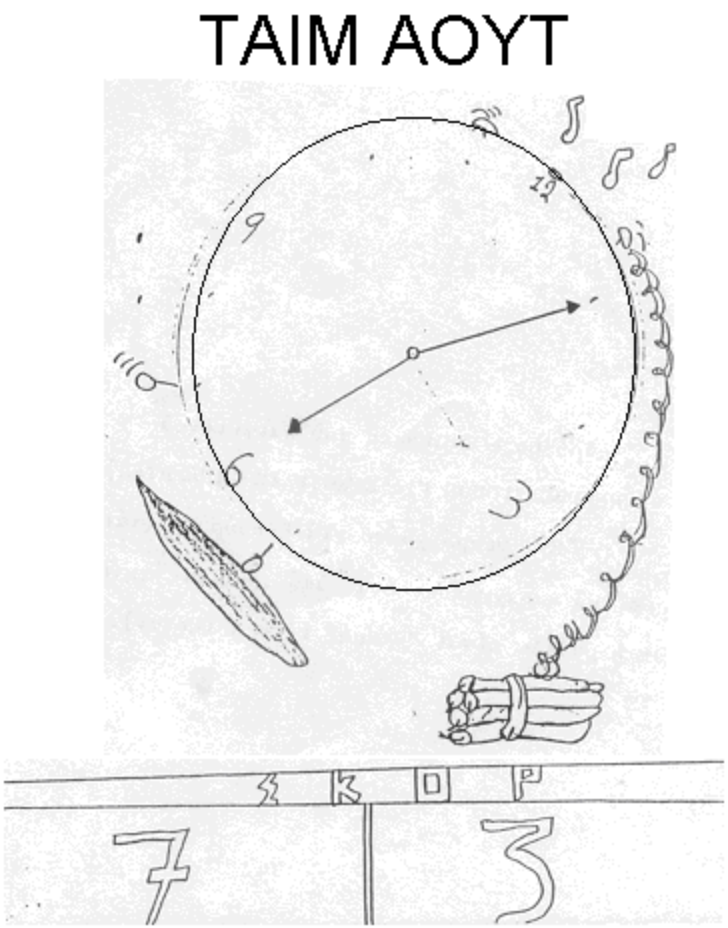


- Κάθε ομάδα δικαιούται να αλλάξει παίκτη, όταν λήξει μια φάση.
- Ο παίκτης που βγαίνει ξαναμπαίνει στη θέση του παίκτη που μπήκε. Μπορούν να γίνουν έξι τέτοιες αλλαγές.
- Αν ένας παίχτης μπει να παίξει και μετά ξαναβγεί και αντικατασταθεί από τον παίχτη που προηγουμένως αντικατέστησε λέμε ότι έκλεισε η αλλαγή.
- Σε κάθε ομάδα αγωνίζεται ένας παίκτης **λίμπερο**, ο οποίος φορά διαφορετική φανέλα από τους συμπαίκτες του.
- Ο λίμπερο παίζει μόνο στην αμυντική γραμμή, αντικαθιστά απεριόριστες φορές τους συμπαίκτες του στην άμυνα, απαγορεύεται να κάνει σερβίς, να κάνει επίθεση με καρφί (ψηλότερα από το φιλέ ακόμα και στην αμυντική ζώνη), να κάνει μπλοκ και να αντικαταστήσει δύο παίκτες συνεχώς χωρίς να μεσολαβήσει σερβίς. Τέλος, απαγορεύεται να κάνει πάσα μέσα στην επιθετική ζώνη.

ΔΙΑΚΟΠΕΣ του ΠΑΙΧΝΙΔΙΟΥ

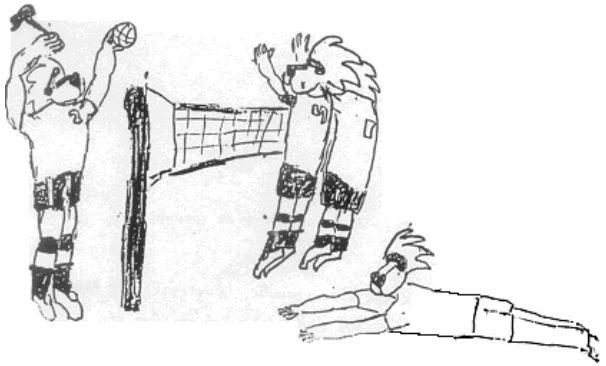


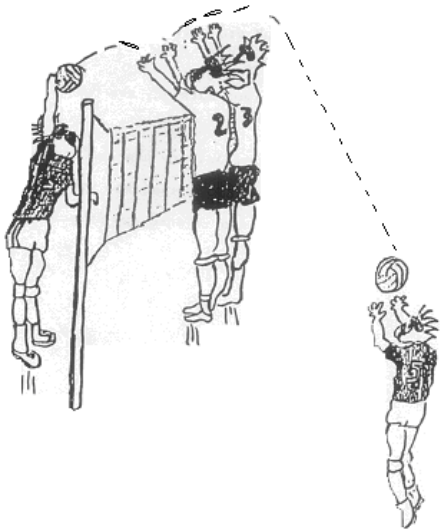
ΔΙΑΚΟΠΕΣ του ΠΑΙΧΝΙΔΙΟΥ



- Κάθε ομάδα δικαιούται από δύο τάιμ άουτ των 30 δευτερολέπτων σε κάθε σετ, τα οποία δίνονται μόνον όταν έχει λήξει η φάση.
- Στις μεγάλες διοργανώσεις επιτρέπεται οι διαιτητές να δίνουν δύο τεχνικά τάιμ άουτ των 60 δευτερολέπτων σε κάθε ένα από τα τέσσερα πρώτα σετ, μόλις μια ομάδα φτάσει στους 8 και στους 16 πόντους για λόγους τηλεοπτικού διαφημιστικού χρόνου.
- Στο πέμπτο σετ δεν επιτρέπεται τεχνικό τάιμ άουτ.
- Τυπικά κατά τη διάρκεια του τάιμ άουτ οι έξι παίχτες που παίζουν εκείνη τη στιγμή απαγορεύεται να βρίσκονται μέσα στον αγωνιστικό χώρο.

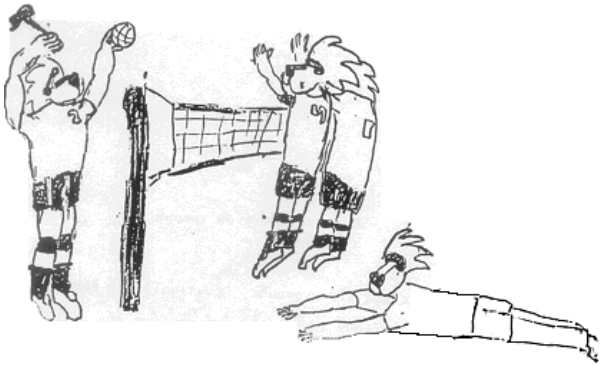
ΠΑΙΚΤΕΣ της ΠΙΣΩ ΓΡΑΜΜΗΣ

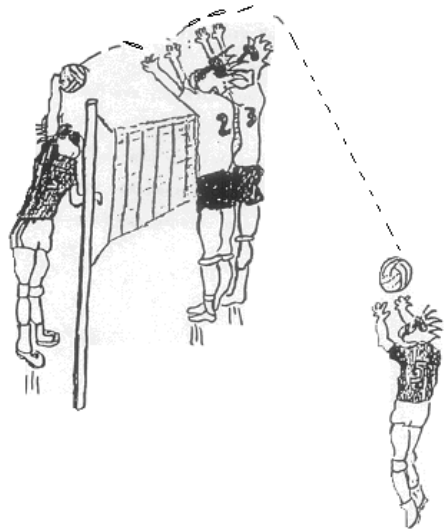




ΠΑΙΚΤΕΣ της ΠΙΣΩ ΓΡΑΜΜΗΣ

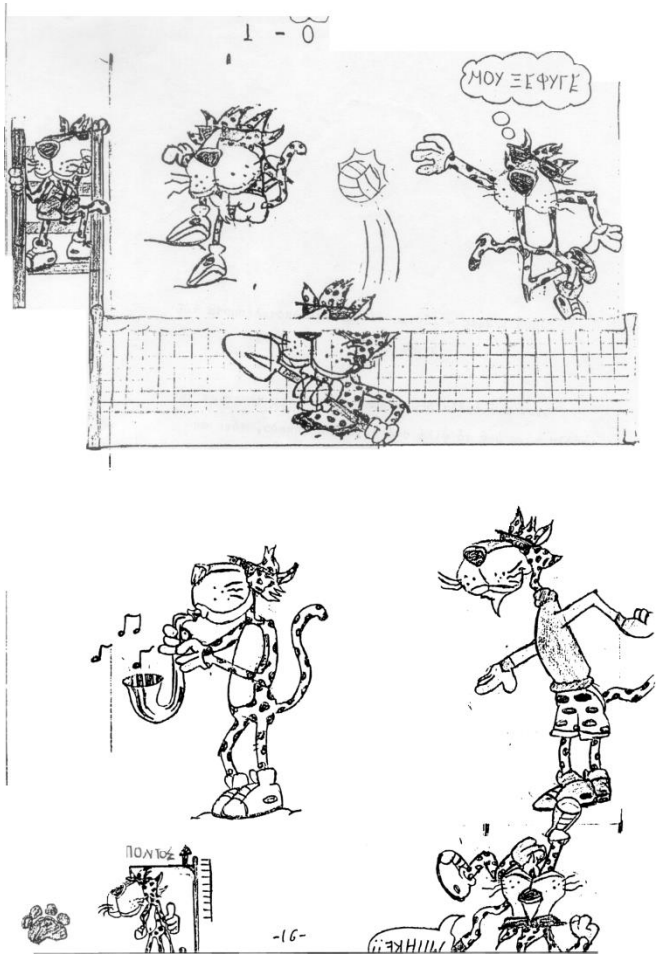
«Καρφί – μπλοκ»



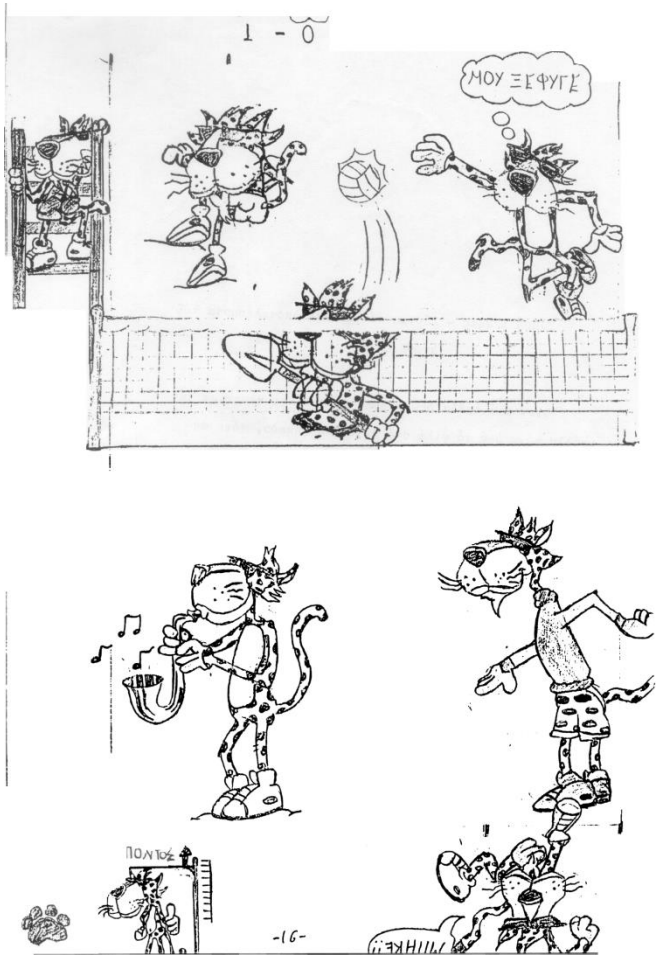


- Στο ξεκίνημα κάθε σερβίς οι έξι αγωνιζόμενοι παίκτες πρέπει να βρίσκονται μέσα στο γήπεδο και σε συγκεκριμένες θέσεις.
- Είναι τρεις στην επιθετική ζώνη (μπροστά: αριστερά, κέντρο, δεξιά) και τρεις στην αμυντική ζώνη (πίσω: αριστερά, κέντρο, δεξιά).
- Εξαιρείται ο παίκτης που εκτελεί το σερβίς.
- Οι παίκτες που βρίσκονται στην αμυντική ζώνη δεν επιτρέπεται να εκδηλώσουν επιθετικό χτύπημα πατώντας στην μπροστινή ζώνη από ύψος μεγαλύτερο του φιλέ, ούτε να συμμετέχει σε μπλοκ.

ΧΑΣΙΜΟ ΠΟΝΤΩΝ

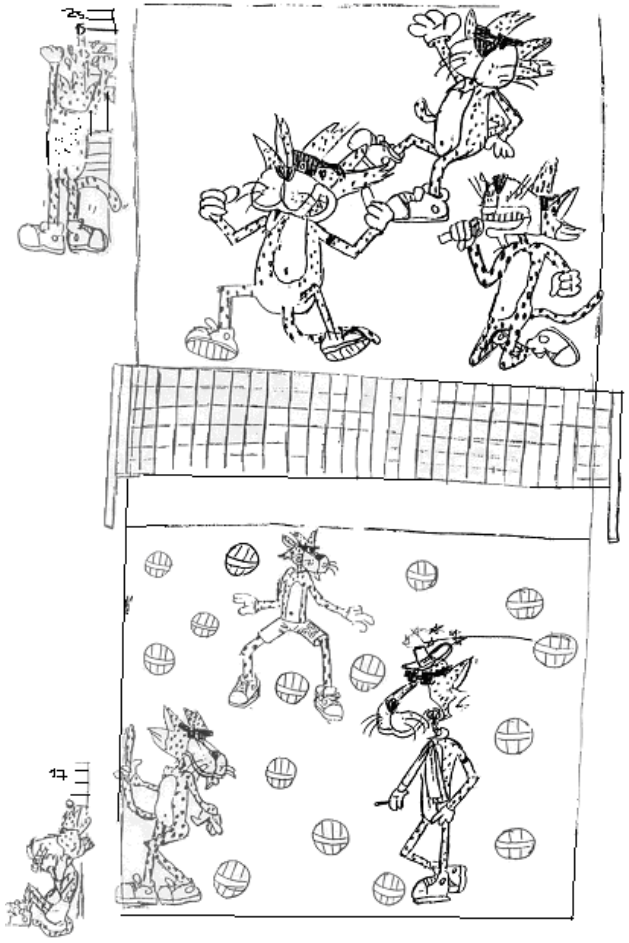


ΧΑΣΙΜΟ ΠΟΝΤΩΝ

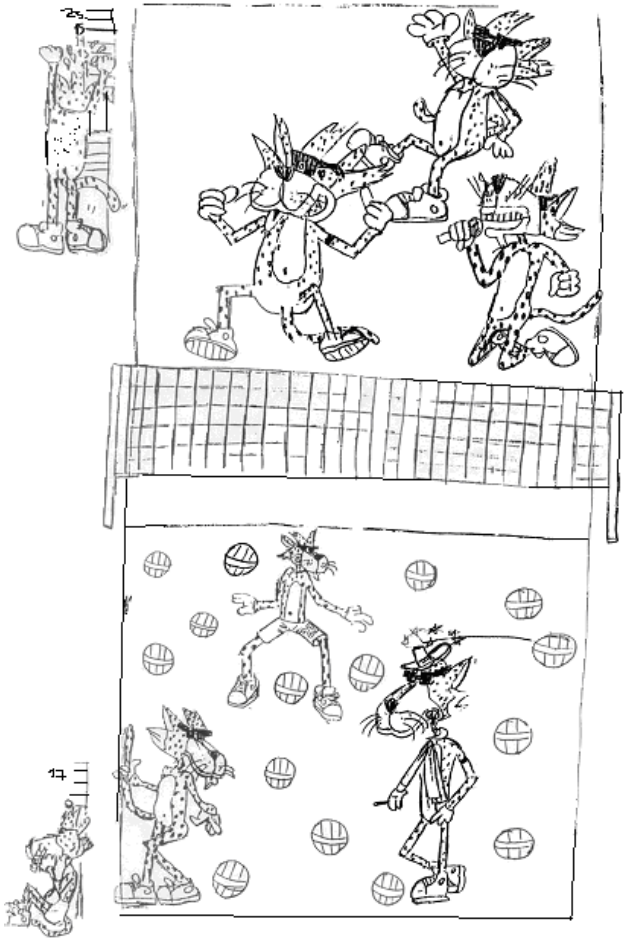


- Σκοπός του παιχνιδιού είναι να περάσει η μπάλα πάνω από το φιλέ και να ακουμπήσει στο γήπεδο του αντιπάλου ή να αναγκαστεί ο αντίπαλος να την πετάξει εκτός γηπέδου, να κάνει σφάλμα.
- Για να πετύχει το σκοπό αυτό η κάθε ομάδα έχει δικαίωμα να κάνει τρεις μπαλιές με οποιοδήποτε μέρος του χεριού.
- Κάθε φορά που η μπάλα φτάνει στην περιοχή της, η ομάδα προσπαθεί να την επαναφέρει στην αντίπαλη περιοχή με τρεις μπαλιές.
- Συνήθως ο πρώτος παίκτης αποκρούει, ένας δεύτερος υψώνει δίνοντας πάσα κοντά στο φιλέ και ένας τρίτος καρφώνει με δύναμη προς το αντίπαλο μέρος.
- Το μπλοκ δεν υπολογίζεται στις επαφές με τη μπάλα της ομάδας.
- Το πόδι δεν επιτρέπεται.
- Ο ίδιος παίκτης δεν έχει δικαίωμα να κάνει δύο συνεχόμενες μπαλιές.
- Επίσης, μετά από κάθε χτύπημα η μπάλα πρέπει να αναπηδήσει, δηλαδή δεν μπορεί να κρατηθεί από τον παίχτη (*πιαστό*).

ΝΙΚΗΤΗΣ του ΑΓΩΝΑ



ΝΙΚΗΤΗΣ του ΑΓΩΝΑ



- Νικήτρια αναδεικνύεται η ομάδα που κερδίζει τρία σετ ή από δύο νικηφόρα σετ, σύστημα που εφαρμόζεται ακόμα σε σχολικά ή παιδικά πρωταθλήματα.
- Το κάθε σετ τελειώνει όταν μια ομάδα φτάσει τους 25 πόντους και έχει τουλάχιστον δύο πόντους προβάδισμα (δηλαδή τουλάχιστον: 25-23). Αλλιώς το σετ συνεχίζεται μέχρι να επιτευχθεί προβάδισμα δύο πόντων από μια ομάδα (26-24, 27-25 κλπ) χωρίς όριο.
- Μετά από κάθε σετ οι ομάδες αλλάζουν πλευρά στο γήπεδο.
- Αν μετά από τέσσερα σετ οι ομάδες είναι ισόπαλες 2-2, ο νικητής αναδεικνύεται σε ένα πέμπτο τελικό σετ (τάι-μπρέικ) των 15 πόντων, πάντα με προβάδισμα δύο πόντων για το νικητή (15-13 τουλάχιστον ή 16-14, 17-15 κλπ).
- Στο πέμπτο σετ οι ομάδες αλλάζουν τερέν, όταν κάποια φτάσει τους 8 πόντους.