

Volejbal

Historie a teorie volejbalu



Obr. 130. I. volleybalové družstvo Masarykovy kolejě z r. 1933. Masaryková kolej staví každoročně několik prvotřídních družstev a drží i mistrovství kolejí.

Úvod

- Přednáška - volejbal
- Mgr. Jindřich Pavlík
- pavlikj@fsps.muni.cz

Téma přednášky

- Historie volejbalu
- Základní pravidla
- Charakteristika hry
- Organizace hry
- Systematika hry
- Herní činnosti jednotlivce (HČJ)
- Herní kombinace (HK)
- Herní systémy (HS)

Historie a vznik volejbalu

- r.1895 W. G. Morgan, YMCA Springfield, název “minonette“ ,později to volley the ball
- Kanada, Indie, Jižní a Střední Amerika
- V Asii (Čína, Japonsko) v 16,12,9 hráčích; každá chyba bod, dvě podání
- Evropa – Francie, Litva, Estonsko, Lotyšsko (američtí vystěhovalci)
- Po I. světové válce i u nás – zásluha J. A. Pípala – ředitel středisek YMCA

Základní pravidla

- Družstvo tvoří 12 hráčů, počet hráčů na hřišti 6
- Číslo dresů 1 – 18
- Libero – specializovaný obranný hráč, je určen před utkáním z 12 hráčů družstva
- Set do 25 bodů s rozdílem nejméně 2 bodů
- Zóna pro podání 9m široká, zóna pro střídání 3m
- Míč je kulatý, obvod 65-67cm, váha 260-280g, vnitřní tlak 0,300-0,325kg/cm²
- Povinnosti trenéra – před (zapsat hráče do zápisu) a v průběhu utkání (řídí hru, střídá, bere oddech.časy)
- Hřiště 18 x 9 m s volnou 3 m zónou

Základní pravidla

- Síť ve výšce 243 cm u mužů, 224 cm u žen
- 2 oddechové časy (30 sec.)
- Minimální výška stropu 7 m
- Nejnižší teplota 10 stupňů C

Charakteristika hry

- 2 družstva, účelem hry je poslat míč přes síť na zem do pole soupeře
- Rozehra – hra se zahajuje podáním a končí chybou jednoho družstva

Rozbor hry

- Síťová hra – cílem je odbít míč přes síť do soupeřova prostoru. Tato činnost se realizuje v utkání.
- Utkání se dělí na sety; jednotlivé části hry, které začínají podáním a končí chybou některého z družstev, nazýváme rozehrami.
- Neustálé střídání útoku a obrany. Tyto ucelené části hry nazýváme fázemi hry.
- Herní situace je okamžitý stav ve hře, které hráči řeší herními činnostmi individuálně nebo kolektivně.

Organizace hry

- N - nahrávač
- S - smečář
- B - blokař
- U - univerzál
- L - libero



Systematika volejbalu

- **HČJ** (herní činnosti jednotlivce)– je komplex pohybové činnosti, kterými hráč řeší herní situace.
- **HK (herní kombinace)** – chápeme jako vědomou spolupráci dvou a více hráčů v prostoru a čase.
- **HS** (herní systém)– představuje organizaci individuálních a kolektivních činností, zaměřených na splnění úloh v útoku i obraně (zda se v nich vyskytují specializovaní hráči)
 - útočné – nahrávka, útok, podání
 - obránné – přihrávka, blok, vybírání

Herní činnosti jednotlivce

- Podání
- Přihrávka
- Nahrávka
- Útok
- Blok
- Vybírání

Útočné HČJ - podání

- ✓ s rotací, bez rotace
- ✓ vrchem, spodem
- ✓ v čelném postavení, v bočném postavení
- ✓ z výskoku, ze stoje

Útočné HČJ – nahrávka

- ✓ obouruč vrchem, obouruč spodem, jednou rukou vrchem
- ✓ z místa, po pohybu, ve výskoku
- ✓ vysoká, polovysoká, nízká
- ✓ dlouhá, střední, krátká
- ✓ z pole, u sítě
- ✓ k síti, od sítě, rovnoběžně se sítí

Útočné HČJ – útočný úder

- ✓ smeč, lob, drive, ulití
- ✓ v prvém, druhém a třetím sledu
- ✓ po ruce, přes ruku
- ✓ diagonálně, přímo
- ✓ po odraze ze dvou nohou, po odraze z jedné nohy

Obranné HČJ - blok

- ✓ útočný, obranný
- ✓ z místa, po pohybu
- ✓ otevřený, polozavřený, zavřený

Obranné HČJ – přihrávka – příjem podání

- ✓ obouruč vrchem, obouruč spodem, jednou rukou
- ✓ z místa, po pohybu
- ✓ ve stoji, v pádu

Obranné HČJ – obrana v poli - vybírání

Vybírání lehkých míčů

- ✓ obouřuč vrchem, spodem
- ✓ z místa, po pohybu

Vybírání těžkých míčů

- ✓ obouřuč vrchem, spodem, jednou rukou
- ✓ vrchem, spodem, zdola, jinou částí těla
- ✓ ve stoji, v pádu, skokem
- ✓ z místa, po pohybu, v pohybu

Herní kombinace - útočné

Po nahrávce u sítě

- ✓ s vysokým nahrávkami (normál), se speciálními nahrávkami (signál)
- ✓ se stabilním N, s vbíhajícím N
- ✓ v 1., 2., 3. sledu
- ✓ zakončeném hráčem přední řady, zakončené hráčem zadní řady

Po nahrávce z pole

- ✓ se stabilním, s přebíhajícím, s vbíhajícím N
- ✓ zakončené hráčem přední řady, zadní řady

Herní kombinace - útočné

Po nahrávce na útok

- ✓ od nahrávače, od jiného hráče

Herní kombinace - obranné

Zaujetí vyčkávacího postavení

- ✓ základní postavení hráče družstva
- ✓ před blokováním u sítě
- ✓ před obranou v poli

Blokování

- ✓ jednoblok, dvojblok, trojblok
- ✓ na okraji sítě, ve středu sítě

Herní kombinace - obranné

Postavení při příjmu podání

- ✓ s pěti
- ✓ čtyřmi
- ✓ třemi
- ✓ dvěma hráči

Postavení při útoku soupeře

- ✓ podle počtu H v jednotlivých úsecích obrany
- ✓ počet hráčů na bloku

Herní kombinace - obranné

- ✓ počet H za blokem
- ✓ počet H v poli
- ✓ při útoku ze středu sítě, při útoku z okrajů sítě

Postavení při vykrývání vlastního útoku

- ✓ 5, 4, 3, 2, 1 hráčem, bez vykrývajících hráčů
- ✓ při útoku z okraje sítě či středem sítě

Herní systémy

Bez specializovaných hráčů

- ✓ Každý přední hráč v zóně III nahrávačem
- ✓ Každý přední hráč v zóně II nahrávačem

Se specializovanými hráči (s L, bez L)

- ✓ Se třemi nahrávači (3-3)
- ✓ S dvěma nahrávači (2-4)
- ✓ S jedním nahrávačem (1-5)

Obsah herních systémů

Ve volejbalové praxi rozlišujeme hru družstva na:

- ❑ hru po podání soupeře (herní komplex 1),

příjem – nahrávka - útok

- ❑ hru po vlastním podání (herní komplex 2),

Blok – obrana v poli - protiútok