



# Volejbal

## Športové pravidlá

*Special Olympics*







## **1. OFICIÁLNE PRAVIDLÁ**

Oficiálne športové pravidlá Special Olympics pre volejbal riadia všetky súťaže Special Olympics. Special Olympics, ako medzinárodný športový program, vytvoril tieto pravidlá, na základe pravidiel FIVB pre volejbal, ktoré sa nachádzajú na <http://www.fivb.org/>. Pravidlá FIVB alebo národných riadiacich orgánov (NGB) sa uplatňujú s výnimkou prípadov, keď sú v rozpore s oficiálnymi športovými pravidlami Special Olympics pre volejbal alebo s článkom I. V takých prípadoch sa uplatňujú oficiálne volejbalové športové pravidlá pre Special Olympics.

Viac informácií nájdete v článku 1, <http://media.specialolympics.org/resources/sports-essentials/general/Sports-Rules-Article-1.pdf>, ktorý sa týka kódexu správania, noriem vzdelávania, zdravotných a bezpečnostných požiadaviek, rozdelení, ocenení, kritérií na zvýšenie úrovne súťaže a Unified Sports®.

## **2. OFICIÁLNE DISCIPLÍNY**

Škála disciplín je nastavená tak, aby ponúkala športové príležitosti pre športovcov všetkých schopností. Športové programy môžu určovať ponúkané disciplíny a v prípade potreby aj usmernenia pre riadenie týchto disciplín. Tréneri sú zodpovední za poskytovanie tréningov a výber disciplín zodpovedajúcich športovým schopnostiam a záujmom jednotlivých športovcov.

Nasleduje zoznam oficiálnych disciplín, ktoré sú k dispozícii na hrách Special Olympics.

- 2.1 Volejbalové žonglovanie
- 2.2 Volejbalový prehod
- 2.3 Volejbalové vyhodenie a úder
- 2.4 Súťaž individuálnych zručností
- 2.5 Tímové zručnosti - Volejbal
- 2.6 Tímová súťaž
- 2.7 Unifikovaná športová tímová súťaž
- 2.8 Upravená tímová súťaž

## **3. IHRISKO A VYBAVENIE**

### **3.1 Čiara podania**

- 3.1.1 Čiara podania sa môže posunúť bližšie k sieti, ale nie bližšie ako 4,5 metra.  
Poznámka: Pre Special Olympics World Games nebudú povolené žiadne úpravy.

### **3.2 Výška siete**

- 3.2.1 Mužské a zmiešané súťaže: 2,43 m
- 3.2.2 Ženské súťaže: 2,24 metra
- 3.2.3 Unifikovaná športová súťaž
  - 3.2.3.1 Súťaž muži a zmiešané družstvá: 2,43 metra
  - 3.2.3.2 Súťaž ženy: 2,24 metra

### **3.3 Volejbal**

- 3.3.1 Môžu sa použiť ľahšie, kožené, upravené volejbalové lopty.
- 3.3.2 Veľkosť lopty by nemala byť väčšia ako 81 centimetrov v obvode a nemala by vážiť viac ako 226 gramov.
- 3.3.3 Mala by byť čo najbližšie k regulérnej veľkosti lopty.
- 3.3.4 Určená štandardná volejbalová lopta bude použitá len na Special Olympics World Games.











- 5.3 Poradie podania
  - 5.3.1 Poradie podania a pozície na ihrisku pri podaní musia byť striedaním športovcov a partnerov.
  - 5.3.2 Keď podávajúci získa tri po sebe idúce body, jeho tím sa točí na ďalšieho podávajúceho a ten pokračuje v podaní.

## **6. UPRAVENÉ PRAVIDLÁ TÍMOVÝCH SÚŤAŽÍ**

- 6.1 Rozdelenie
  - 6.1.1 Pred súťažou musí hlavný tréner pre každého hráča na svojom zozname predložiť skóre z troch disciplín súťaže individuálnych zručností, t.j. prihrávka lopty sponad hlavy, podanie a príjem (nie VSAT).
  - 6.1.2 Hlavný tréner musí tiež určiť svojich šiestich najlepších hráčov, pokiaľ ide o ich hranie na ihrisku tak, že umiestni hviezdu vedľa ich mien na zozname.
  - 6.1.3 "Skóre družstva" sa určí sčítaním skóre ôsmich najlepších hráčov a potom delené osem.
  - 6.1.4 Tímy sú napočiatku zoskupené do skupín podľa skóre jednotlivých súťažných tímov.
  - 6.1.5 Potom sa vykoná klasifikačné kolo setov ako prostriedok na dokončenie procesu rozdelenia.
    - 6.1.5.1 V klasifikačnom kole budú tímy hrať jeden alebo viacero setov, každý set minimálne päť minút alebo 10 bodov, podľa toho, čo nastane skôr.
    - 6.1.5.2 Každý tím bude musieť zapojiť do hry všetkých členov tímu.
- 6.2 Adaptácie súťaží
  - 6.2.1 Kurt môže byť upravený tak, aby bol 7,62 m široký a 15,24 m dlhý.
  - 6.2.2 Sieť nesmie byť nižšia ako 2,24 metra.
  - 6.2.3 Môžu sa použiť ľahšie, kožené, upravené volejbalové lopty. Veľkosť lopty by nemala byť väčšia ako 81 centimetrov v obvode a nemala by vážiť viac ako 226 gramov.
  - 6.2.4 Keď podávajúci získa tri po sebe idúce body, jeho tím sa točí na ďalšieho podávajúceho a ten pokračuje v podaní.
  - 6.2.5 Antény budú stále umiestnené na sieti nad bočnými čiarami.
  - 6.2.6 Len v miestnych súťažiach sa organizátori súťaží môžu rozhodnúť, že tímy nemôžu meniť strany uprostred rozhodujúceho setu.
- 6.3 Základné ihriskové pravidlá
  - 6.3.1 Rovnaké ako pre tímovú súťaž v časti 4.4

## **7. PRAVIDLÁ SÚŤAŽE ZRUČNOSTÍ**

- 7.1 Individuálne zručnosti
  - 7.1.1 Cieľ
    - 7.1.1.1 Súťaž pre individuálne zručnosti nie je určená pre športovcov, ktorí už môžu hrať zápas.
  - 7.1.2 Bodovanie
    - 7.1.2.1 Konečné skóre športovca je určené súčtom skóre dosiahnutého v každej z týchto troch disciplín.
  - 7.1.3 Personál



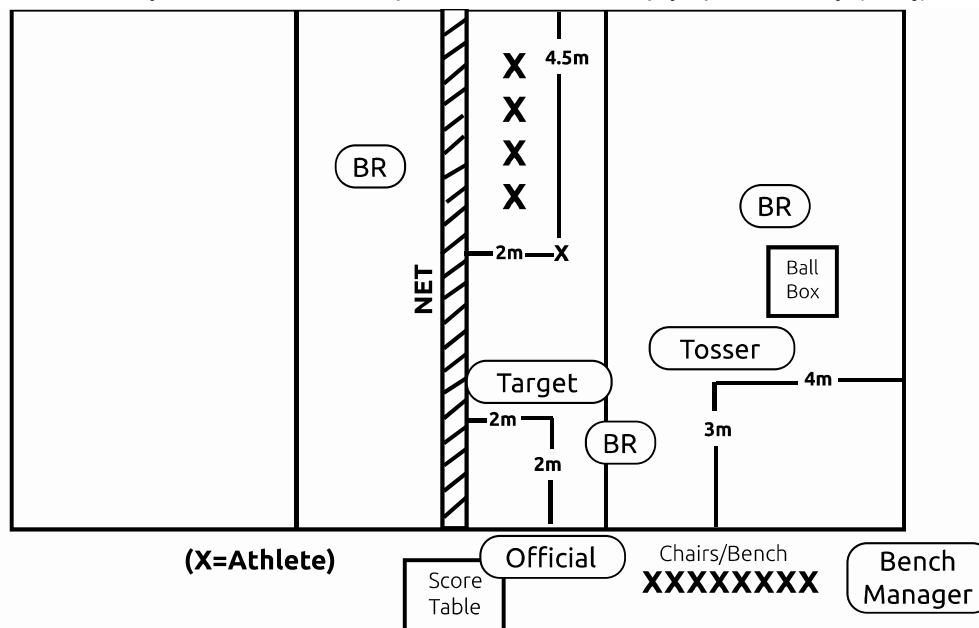


7.1.3.1 Každá disciplína je plánovaná s navrhnutým počtom a umiestnením dobrovoľníkov, ktorí ju budú spravovať. Taktiež sa odporúča, aby ten istý nadhadzovač zostal v disciplíne v priebehu súťaže tak, aby bola zabezpečená konzistencia.

7.1.4 Disciplíny

7.1.4.1 Súťaž "Individuálne zručnosti" zahŕňa tri disciplín: prihrávka lopty sponad hlavy (volej), podávanie a príjem (odbitie predlaktím).

7.1.5 Súťaž individuálnych zručností - Disciplína #1: Prihrávka lopty sponad hlavy (volej)



7.1.5.1 Termíny z diagramu

- Athlete - Športovec
- Official - Rozhodca
- Target - Cieľ
- Ball Retriever (BR) - Zberač lopty
- Tosser - Nadhadzovač
- Score Table - Tabuľa so skóre
- Bench Manager - Rozhodca na striedačke
- Chairs/Bench - Kreslá/striedačka
- Ball - Lopta

7.1.5.1.1 Box - Kôš na lopty

7.1.5.1.2 Net - Sieť

7.1.5.2 Cieľ

7.1.5.2.1 Zmerať športovcovu schopnosť prihrať loptu sponad hlavy (volej) konzistentne a vo výške, ktorá by mohla byť smečovaná.

7.1.5.3 Náradie

7.1.5.3.1 Použite regulérne ihrisko s rozmermi 18 metrov na dĺžku a 9 metrov na šírku, štyri volejbalové lopty (upravená lopta je povolená), výška siete 2,24 metrov pre ženy a



2,43 metrov pre mužov, štandardy, antény a kôš na lopty.

#### 7.1.5.4 Popis

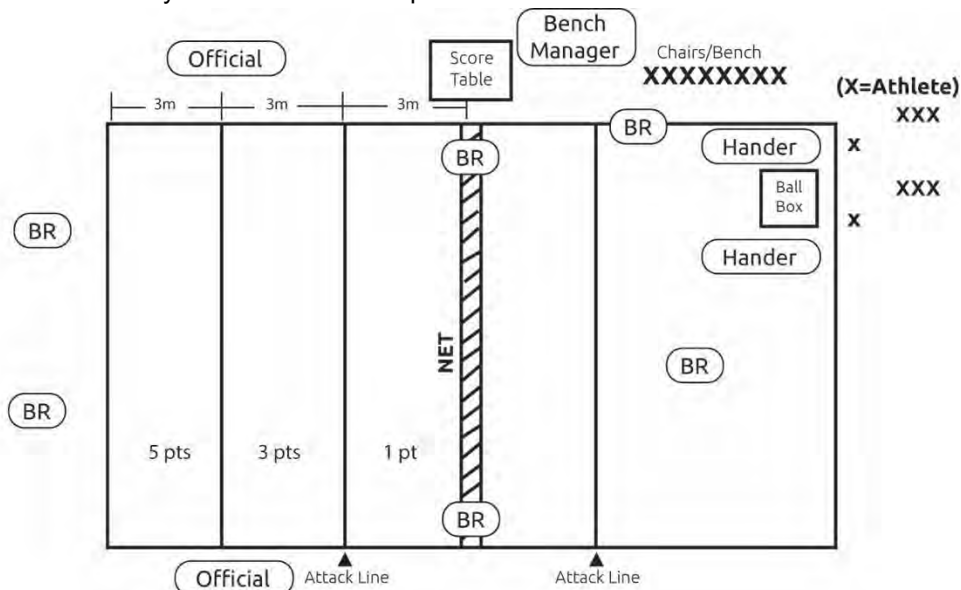
- 7.1.5.4.1 Hráč má 10 pokusov z prednej stredovej pozície, ktorá je dva metre od siete a 4,5 metrov od bočnej čiary.
- 7.1.5.4.2 Hráčovi nahrá 10 lôpt (zvrchu dvomi rukami alebo zospodu) nahrávač, ktorý stojí v zadnej časti hráčovej strany kurtu a to 4 metre od základne čiary a 3 metre od bočnej čiary na ľavej zadnej pozícií.
- 7.1.5.4.3 Hráč zahrá loptu na cieľ (osoba, ktorá má ruky nad hlavou a stojí dva metre od siete a dva metre od bočnej čiary v ľavej prednej pozícií).
- 7.1.5.4.4 Nadhody, ktoré nie sú dostatočne vysoké pre športovca, aby zahrál loptu, sa opakujú. Cieľom je, aby vrchol oblúka každej odbitej lopty bol nad výškou siete.

#### 7.1.5.5 Bodovanie

- 7.1.5.5.1 Meria sa vrchol oblúka každej odbitej lopty smerom k cieľu.
- 7.1.5.5.2 Športovec získa jeden bod za volej / odohranie lopty do výšky jeden meter nad výšku jeho hlavy a tri body za volej / odohranie lopty 1 m nad výšku siete.
- 7.1.5.5.3 Nasledujúce má za výsledok nulový bod: nelegálny kontakt, lopty, ktoré idú nižšie ako hlava hráča a lopty, ktoré prechádzajú cez sieť alebo mimo ihriska.
- 7.1.5.5.4 Konečné skóre športovca sa určí tak, že sa spočítajú body udelené za každý z 10 pokusov. Navrhuje sa, aby rozhodca stál na stoličke, aby zhodnotil výšku každej odohrávky.



7.1.6 Súťaž individuálnych zručností - Disciplína #2: Podanie



7.1.6.1 Termíny z diagramu

Athlete - Športovec

Official - Rozhodca

Ball Retriever (BR) - Zberač lopty

Score Table - Tabuľa so skóre

Bench Manager - Rozhodca na striedačke

Chairs/Bench - Kreslá/striedačka

Ball - Lopta

Box - Kôš na lopty

Net - Sieť

Attack Line - Útočná čiara

Hander - Podávač lopty

Zberači volejbalových lôpt kotúľajú loptu naspäť ku zberačom lôpt pri koši na lopty.

7.1.6.2 Cieľ

7.1.6.2.1 Zmerať schopnosť športovca podať volejbalovú loptu cez sieť a do súperovho ihriska.

7.1.6.3 Nariadenie

7.1.6.3.1 Použité regulérne ihrisko s rozmermi 18 metrov na dĺžku a 9 metrov na šírku, päť volejbalových lôpt (upravená lopta je povolená), sieť, štandardy, antény, meracie pásmo, podlahovú pásku alebo kriedu a kôš na lopty.

7.1.6.4 Popis

7.1.6.4.1 Športovec stojí vo vzdialenosti 1,5 metra pred koncovou čiarou a podáva 10 volejbalových lôpt, po jednej, do súperovho ihriska.

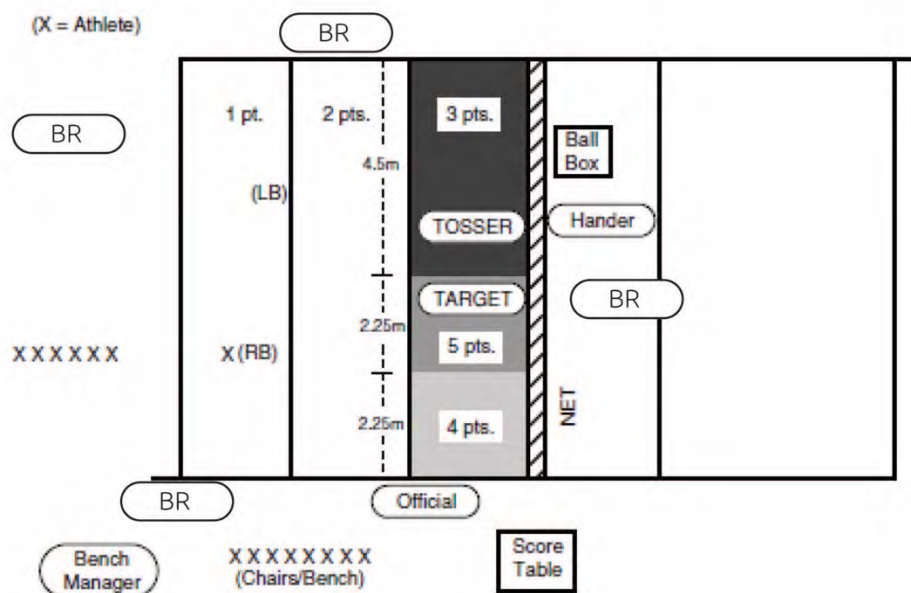
7.1.6.5 Bodovanie

7.1.6.5.1 Kurt je rozdelený na tri rovnaké oblasti so šírkou 3 metre. Každá z týchto oblastí je priradená iná bodová hodnota.



Skóre športovca je kumulatívnym bodovým súčtom 10 podaní. Lopta, ktorá pristane na čiare, je priradená oblasti s najvyššou bodovou hodnotou.

**7.1.7 Súťaž individuálnych zručností - Disciplína #3: Odbitie (Odbitie predlaktím)**



**7.1.7.1 Termíny z diagramu**

- Athlete - Športovec
- Official - Rozhodca
- Target - Cieľ
- Score Table - Tabuľa so skóre
- Ball Retriever (BR) - Zberač lopty
- Tosser - Nadhadzovač
- Hander - Podávač lopty
- Bench Manager - Rozhodca na striedačke
- Chairs/Bench - Kreslá/striedačka
- Ball - Lopta
- Box - kôš na lopty
- Net - Sieť
- LB (left back) - Ľavá zadná pozícia
- RB (right back) - Pravá zadná pozícia

**7.1.7.2 Cieľ**

7.1.7.2.1 Meranie presnosti, výšky a konzistencie obitia lopty športovca technikou pomocou predlaktia.

**7.1.7.3 Náradie**

7.1.7.3.1 Použite regulérne ihrisko s rozmermi 18 metrov na dĺžku a 9 metrov na šírku, päť volejbalových lôpt (upravená lopta je povolená), sieť, štandardy, meracie pásmo, značkovaciu pásku a kôš na lopty.



#### 7.1.7.4 Popis

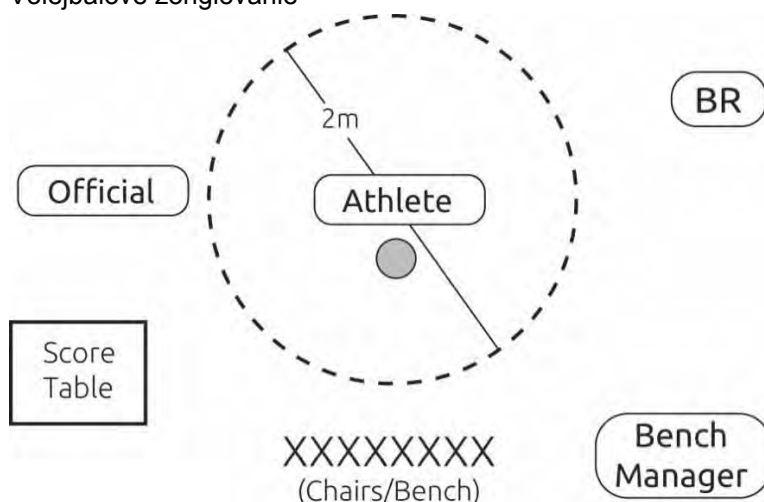
7.1.7.4.1 Športovec stojí na pravej zadnej pozícii, tri metre od pravej bočnej čiary a jeden meter od základnej čiary. Lopta je hodená použitím oboch trúk ponad hlavu trénerom/rozhodcom, ktorý stojí na tej istej strane siete na prednej strednej pozícii, dva metre od siete. Športovec dostane prihrávku a odohrá loptu smerom k cieľu (osoba, ktorá má ruky nad hlavou a stojí na tej istej strane, dva metre od siete a štyri metre od bočnej čiary, ďalej od nadhadzovača). Cieľové oblasti s rôznymi bodovými hodnotami sú označené na prednej časti kurtu. Disciplína sa opakuje s športovcom v ľavej zadnej polohe, tri metre od ľavej bočnej čiary a jeden meter od základnej čiary.

#### 7.1.7.5 Bodovanie

7.1.7.5.1 Športovec musí odohrať loptu tak, aby bol vrchol oblúka dráhy lopty aspoň na úrovni výšky siete, aby získal maximálne body. Lopta, ktorá pristane na čiare, je priradená oblasti s vyššou bodovou hodnotou. Lopta, ktorá letí nižšie ako je výška siete, dostane len jeden bod, bez ohľadu na to, kam pristane. Konečné skóre športovca je určené súčtom bodov získaných z jeho piatich pokusov na pravej a ľavej zadnej pozícii. Navrhuje sa, aby rozhodca stál na stoličke, aby zhodnotil výšku každej dráhy lopty.

### 7.2 Disciplíny ostatných zručností

#### 7.2.1 Volejbalové žonglovanie



##### 7.2.1.1 Termíny z diagramu

Athlete - športovec  
Official - rozhodca  
Ball Retriever (BR) - Zberač lopty  
Bench Manager - Rozhodca na striedačke  
Score Table - Tabuľa so skóre  
Chairs/Bench - Kreslá/striedačka





7.2.1.2 Náradie

7.2.1.2.1 Plastová športová lopta s obvodom 60 centimetrov alebo kožená upravená volejbalová lopta s obvodom 81 centimetrov a maximálnou hmotnosťou 8 uncí (0,23kg) je povolená.

7.2.1.2.2 Stopky

7.2.1.2.3 Meracie pásmo

7.2.1.2.4 Podlahová páska alebo krieda

7.2.1.2.5 Píšťalka

7.2.1.3 Nastavenie

7.2.1.3.1 Označte kruh s priemerom 2 metre na podlahu.

7.2.1.4 Pravidlá

7.2.1.4.1 Športovec začína v stoji alebo v sede uprostred kruhu a drží loptu.

7.2.1.4.2 Športovec začne žonglovať po zaznení píšťalky.

7.2.1.4.3 Športovec môže použiť iba ruky a paže na žonglovanie lopty.

7.2.1.4.4 Športovec sa snaží zabrániť pádu lopty na zem.

7.2.1.4.5 K dispozícii bude maximálny časový limit 60 sekúnd.

7.2.1.4.6 Disciplína končí, keď športovec uchopí loptu, keď sa lopta dotkne zeme alebo keď uplynie časový limit 60 sekúnd.

7.2.1.5 Bodovanie

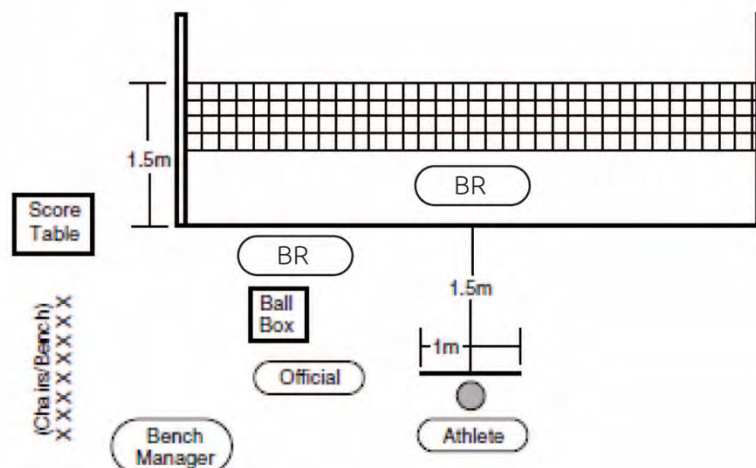
7.2.1.5.1 Spočítajte, koľkokrát športovec odrazí loptu do vzduchu.

7.2.1.5.2 Športovec dostane jeden bod vždy, keď je lopta odrazená do vzduchu.

7.2.1.5.3 Športovec dostane päť bonusových bodov na udržanie lopty vo vzduchu po celú dobu 60 sekúnd.

7.2.1.5.4 Konečné skóre športovca je počet úderov za 60 sekúnd plus bonusové body.

7.2.2 Volejbalový prehod



7.2.2.1 Termíny z diagramu

Athlete - Športovec





**7.2.3.1 Termíny z diagramu**

- Athlete - Športovec
- Official - Rozhodca
- Ball Retriever (BR) - Zberač lopty
- Bench Manager - Rozhodca na striedačke
- Score Table - Tabuľa so skóre
- Chairs/Bench - Kreslá/striedačka
- Ball - Lopta
- Box - kôš na lopty

**7.2.3.2 Nariadenie**

- 7.2.3.2.1 Päť plastových športových lôpt s obvodom 60 centimetrov alebo kožené upravené volejbalové lopty s obvodom 81 centimetrov a maximálnou hmotnosťou 8 uncí (0,23kg) sú povolené.
- 7.2.3.2.2 Sieť a štandardy
- 7.2.3.2.3 Meracie pásmo
- 7.2.3.2.4 Podlahová páska alebo krieda
- 7.2.3.2.5 Pišťalka

**7.2.3.3 Nastavenie**

- 7.2.3.3.1 Nastavte sieť vo výške 1,5 metra.
- 7.2.3.3.2 Označte hádzaciu čiaru, ktorá je dlhá 1 meter, rovnobežná so sieťou a 1,5 metra od siete.

**7.2.3.4 Pravidlá**

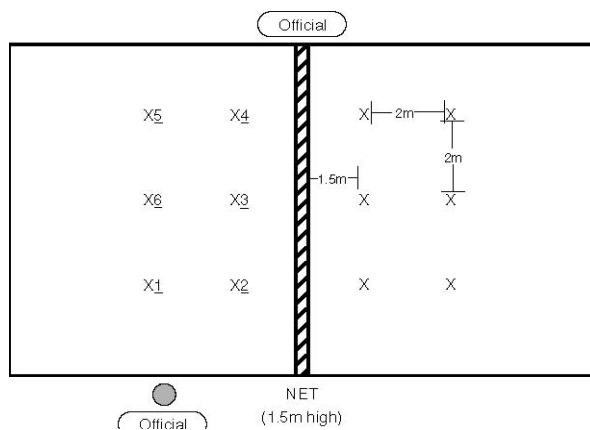
- 7.2.3.4.1 Športovec sedí alebo stojí za hádzacou čiarou.
- 7.2.3.4.2 Športovec sa pokúša úderom zahrať päť lôpt, jednu po druhej, ponad sieť.
- 7.2.3.4.3 Športovec môže udrieť do lopty jednou alebo dvomi rukami.
- 7.2.3.4.4 Športovec má dva pokusy zahrať úderom každú loptu cez sieť.

**7.2.3.5 Bodovanie**

- 7.2.3.5.1 Jeden bod sa udeľuje za každý úspešný úder lopty cez sieť.

**7.2.4 Tímové zručnosti - Volejbal**

Score Table







- 7.2.5 Termíny z diagramu
  - 7.2.5.1 Official - Rozhodca
  - 7.2.5.2 Net - Sieť
  - 7.2.5.3 High - Výška
  - 7.2.5.4 Score Table - Tabuľa so skóre
- 7.2.6 Náradie
  - 7.2.6.1 Dve regulérne volejbalové lopty alebo kožené upravené volejbalové lopty s obvodom 81 centimetrov a maximálnou hmotnosťou 8 uncí (0,23kg) pre každý tím.
  - 7.2.6.2 Použite regulérne volejbalové ihrisko s dĺžkou 18 metrov a šírkou 9 metrov.
  - 7.2.6.3 Volejbalové štandardy a sieť nastavená na výšku 1,5 metra.
  - 7.2.6.4 Meracie pásmo
  - 7.2.6.5 Podlahová páska alebo krieda
  - 7.2.6.6 Píšťalka
- 7.2.7 Nastavenie
  - 7.2.7.1 Na ihrisku označte šesť pozícií, ako je znázornené na obrázku. Hráči by mali byť umiestnení vo vzdialenosti 2 metre od seba. Hráči na prednej línii musia byť 1,5 metra od siete. Hráči na zadnej línii musia byť 2 metre od hráčov na prednej línii.
  - 7.2.7.2 Tímy by mali predložiť zoznam pred začiatkom hry.
  - 7.2.7.3 Členovia tímu by mali nosiť očíslované dresy alebo tričká.
- 7.2.8 Pravidlá
  - 7.2.8.1 Dve, šesťčlenné družstvá musia byť umiestnené popri sieti od seba.
  - 7.2.8.2 Hra sa skladá zo šiestich kôl. Hráči dostanú počas hry jednu príležitosť hrať na každej zo šiestich pozícií. Aby tím vyhral zápas, musí vyhrať dve z troch hier. Riaditeľ disciplíny má právomoc zmeniť počet hier.
  - 7.2.8.3 Rozhodca odovzdá loptu hráčovi v pozícii # 1. Po zvuku rozhodcovej píšťalky sa hra začne.
  - 7.2.8.4 Hráč v pozícii # 1 musí použiť nadhod na prihranie lopty hráčovi v pozícii # 2. Hráč v pozícii # 2 sa potom pokúša zahrať loptu cez sieť do súperovho ihriska.
  - 7.2.8.5 Súperiaci tím sa môže pokúsiť vrátiť loptičku cez sieť. Podávajúci tím nemusí túto loptu vrátiť.
  - 7.2.8.6 V prípade, že súper nedokáže trafiť loptu cez sieť a do ihriska, nebude penalizovaný žiadnou stratou bodov.
  - 7.2.8.7 Rozhodca odovzdá loptu hráčovi na pozícii # 6. Tento hráč prihrá loptu sponad hlavy (volejom) na hráča v pozícii # 3. Hráč v pozícii # 3 sa pokúsi zahrať loptu cez sieť do súperovho ihriska.
  - 7.2.8.8 Po tejto hre rozhodca odovzdá loptu hráčovi na pozícii # 5. Pomocou prihrávky rukou zospodu (volejom) hráč v pozícii # 5 prihrá loptu hráčovi v pozícii # 4, ktorý sa potom pokúsi zahrať loptu cez sieť.
  - 7.2.8.9 Potom, čo hráči na pozíciách # 1, # 6 a # 5 dokončili svoje ťahy, kolo je dokončené.



7.2.8.10 Protihráč začína svoje kolo, ktoré končí, keď hráči na pozíciách # 1, # 6 a # 5 dokončili svoje ťahy.

7.2.8.11 Pri začatí každého kola sa hráči družstva točia postupom ako pri podaní v smere hodinových ručičiek na ďalšiu pozíciu.

7.2.8.11.1 Hráč v pozícii č. 1 prejde do pozície # 6.

7.2.8.11.2 Hráč v pozícii č. 6 prejde do pozície # 5.

7.2.8.11.3 Hráč v pozícii č. 5 prejde do pozície # 4.

7.2.8.11.4 Hráč v pozícii č. 4 prejde do pozície # 3.

7.2.8.11.5 Hráč v pozícii č. 3 prejde do pozície # 2.

7.2.8.11.6 A hráč v pozícii č. 2 prejde do pozície # 1.

7.2.8.12 Hrať pokračuje, kým hráči nebudú umiestnení na každej zo šiestich pozícií.

7.2.8.13 Náhradníci môžu vstúpiť do hry až po dokončení kola.

7.2.8.14 Tréneri musia zostať na okrajových čiarach, štyri metre nabok od hráčov v pozíciách # 1 a # 5. Ústne alebo znakové pokyny dávané trénermi sú povolené. Športovci, ktorí sú hluchí, môžu dostať pomoc pri menení pozície.

## 7.2.9 Bodovanie

7.2.9.1 Podávajúci tím obdrží jeden bod vždy, keď nastane nasledovné:

7.2.9.1.1 Lopta je úspešne prihratá hráčom na zadnej línii k príslušnému hráčovi na prednej línii.

7.2.9.1.2 Hráč v prednej línii prijme a zahrá loptu.

7.2.9.1.3 Hráč v prednej línii odohrá loptu cez sieť a do ihriska.

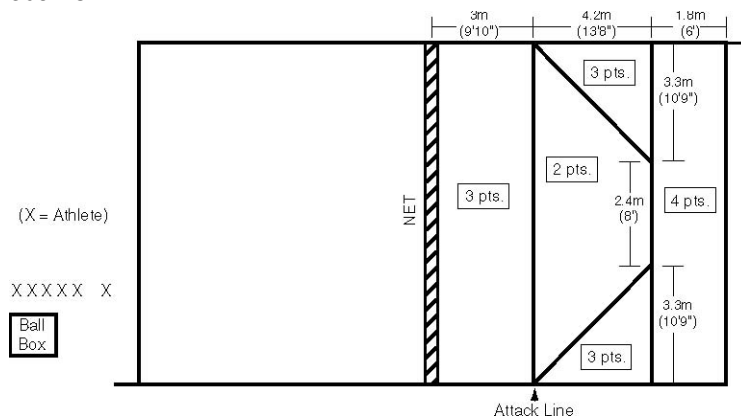
7.2.9.2 Protihráčov tím dostane jeden bod, ak úspešne vráti loptu do ihriska a to na maximálne dva pokusy.

7.2.9.3 Maximálny celkový počet bodov, ktorý tím môže získať za regulovanú šesťkolovú hru, je 72 bodov.

7.2.9.4 Aby tím vyhral hru, musí vyhrať o dva body. Ďalšie kolá sa uskutočňujú dovtedy, kým sa nedosiahne toto víťazstvo.

## 8. VOLLEYBALL SKILLS ASSESSMENT TESTS (VSAT)/ HODNOTIACE SKÚŠKY VOLEJBALOVÝCH ZRUČNOSTÍ

### 8.1 VSAT- Podanie



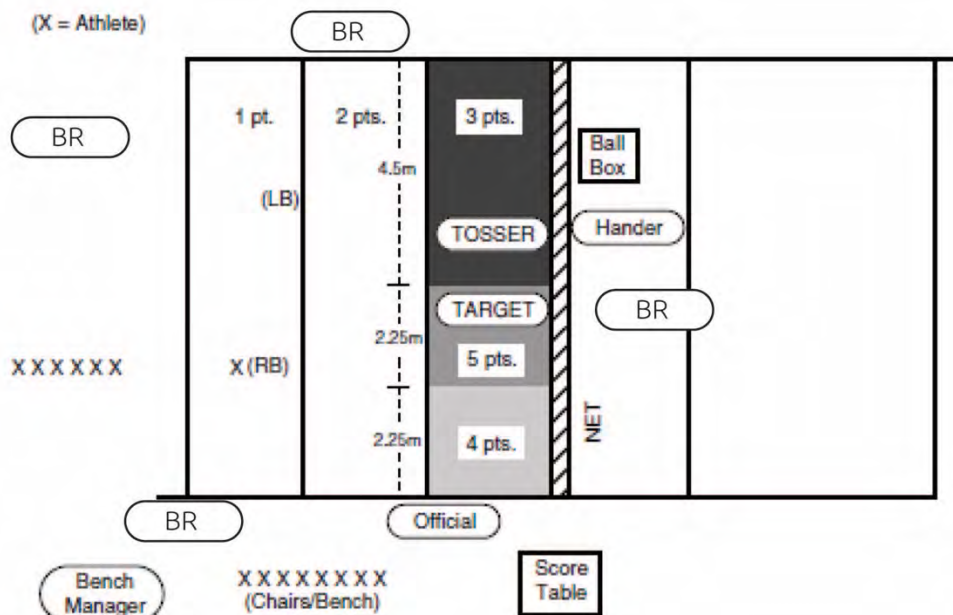
#### 8.1.1 Termíny z diagramu



- 8.1.1.1 Athlete - Športovec
- 8.1.1.2 Net - Sieť
- 8.1.1.3 Attack Line - Útočná čiara
- 8.1.1.4 Pts. (points) - Body
- 8.1.1.5 Ball Box - kôš na lopty
- 8.1.2 Nastavenie
  - 8.1.2.1 Použite regulérne ihrisko s rozmermi 18 metrov na dĺžku a 9 metrov na šírku, 10 volejbalových lôpt, sieť v výškou 2,24 metrov pre ženy a 2,43 metra pre mužov, štandardy, antény, meracie pásmo, pásku a kôš na lopty.
- 8.1.3 Test
  - 8.1.3.1 Športovec dostane 10 pokusov zo zóny podania.
  - 8.1.3.2 Športovec môže podávať zospodu alebo zvrchu.
  - 8.1.3.3 Páskové alebo kriedové čiary označujú na kurte cieľové oblasti, s hodnotami od dvoch do štyroch bodov.
- 8.1.4 Bodovanie
  - 8.1.4.1 Lopty dopadajúce na čiaru znamenajú vyššiu hodnotu bodov.
  - 8.1.4.2 Lopty, ktoré sa dotknú siete, antén alebo dopadnú mimo hraníc, nezaznamenajú žiadne body.
  - 8.1.4.3 Konečné skóre športovca sa určí tak, že sa sčítajú body udelené za každý z 10 pokusov.
- 8.1.5 Pozadie
  - 8.1.5.1 Dobrovoľníci dohliadajú na testovanie a nemôžu komunikovať so žiadnym športovcom, ktorý vykonáva test.
  - 8.1.5.2 Dobrovoľník "A" dá pokyn skupine, ako vykonať tento konkrétny test, zatiaľ čo dobrovoľník "B" preukáže aktuálny test. Dobrovoľník "C" bude hádzať volejbalovú loptu na športovca, ktorý bude hrať. Dobrovoľníci zbierajú volejbalové lopty po ich pristátí a budú ich kotúlať na dobrovoľníka, ktorý stojí v blízkosti koša na lopty. Keď podávajúcí skončí, dobrovoľník "A" oznámi jeho skóre dobrovoľníkovi "D", ktorý je zapisovateľom. Každý dobrovoľník má dohliadať na test len vo svojej zóne.



## 8.2 VSAT- Odbitie predlaktím



### 8.2.1 Termíny z diagramu

- Athlete - Športovec
- Target - Cieľ
- Tosser - Nadhadzovač
- Net - Sieť
- Attack Line - Útočná čiara
- Pts. (points) - Body
- Ball Box - kôš na lopty
- LB (left back) - Ľavá zadná pozícia
- RB (right back) - Pravá zadná pozícia

### 8.2.2 Cieľ

8.2.2.1 Meranie presnosti športovcovej prihrávky, jej výšky a konzistencie pomocou techniky odbitia predlaktím.

### 8.2.3 Nariadenie

8.2.3.1 Použite regulérne ihrisko s rozmermi 18 metrov na dĺžku a 9 metrov na šírku, päť volejbalových lôpt (upravená lopta je povolená), sieť, štandardy, meracie pásmo, značkovacia páska a kôš na lopty.

### 8.2.4 Popis

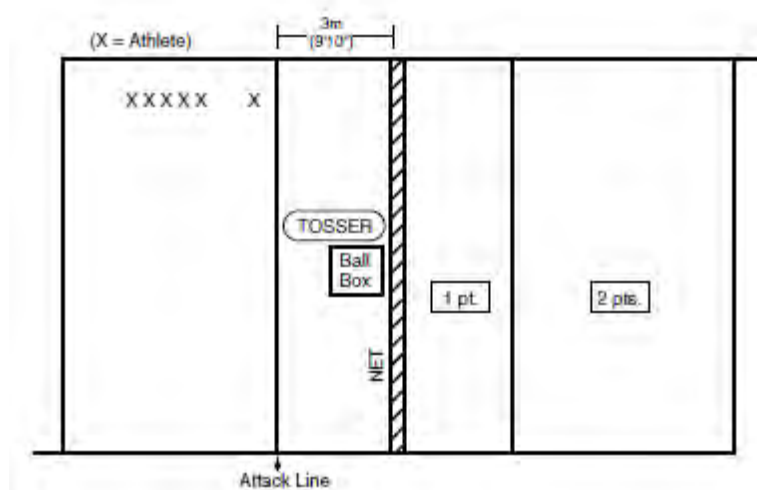
8.2.4.1 Športovec stojí v pravej zadnej pozícii, tri metre od pravej okrajovej čiary a jeden meter od základnej čiary. Loptu prihrá obojručne ponad hlavu tréner / rozhodca, ktorý stojí na tej istej strane siete v prednej strednej pozícii, dva metre od siete. Športovec dostane prihrávku a odohrá loptu smerom k cieľu (osoba, ktorá má ruky nad hlavou a stojí na tej istej strane ihriska vzdialená od nadhadzovača, dva metre od siete a štyri metre od okrajovej čiary). Cieľové oblasti s rôznymi bodovými hodnotami sú označené na prednom kurte. disciplína sa opakuje so športovcom v ľavej zadnej pozícii, tri metre od ľavej okrajovej čiary a jeden meter od základnej čiary.



### 8.2.5 Bodovanie

8.2.5.1 Športovec musí zahrať loptou tak, aby bol vrchol oblúka aspoň vo výške siete, aby získal maximálne body. Lopta, ktorá pristane na čiare, je priradená oblasti s vyššou bodovou hodnotou. Lopta, ktorá prešla pod výšku siete, dostane len jeden bod, bez ohľadu na to, kam pristane. Konečné skóre športovca je určené sčítaním bodov získaných z jeho piatich pokusov na pravej a ľavej zadnej pozícii. Navrhuje sa, aby rozhodca stál na stoličke, aby zhodnotil výšku každej lopty.

### 8.3 VSAT- Smeč



#### 8.3.1 Termíny z diagramu

Athlete - Športovec  
Tosser - Nadhadzovač  
Net - Sieť  
Attack Line - Útočná čiara  
Ball Box - kôš na lopty  
Pts. (points) - Body

#### 8.3.2 Nastavenie

8.3.2.1 Použite regulérne ihrisko s rozmermi 18 metrov na dĺžku a 9 metrov na šírku, päť volejbalových lôpt, výšku siete 2,24 metrov pre ženy a 2,43 metrov pre mužov, štandardy, antény, meracie pásmo, podlahovú pásku alebo kriedu a kôš na lopty.

#### 8.3.3 Test

8.3.3.1 Nadhadzovač hodí loptu pred športovca a to 2 metre nad úroveň siete. Nadhody, ktoré nie sú v správnej výške, sa opakujú. Športovec stojí na kurte, 3.05 - 4.57 metra od siete, urobí smečiarsky výskok a loptu smečuje cez sieť do ihriska súpera. Každý súťažiaci dostane 10 pokusov.





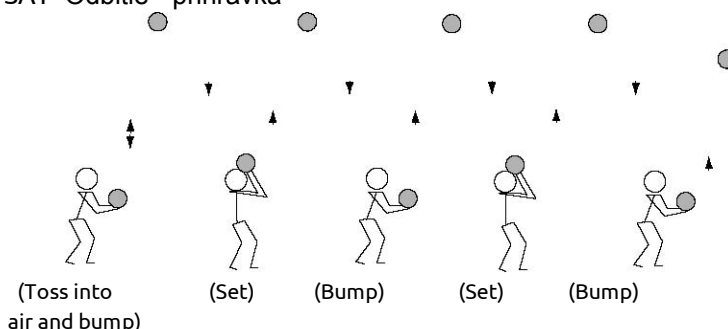
**8.3.4 Bodovanie**

8.3.4.1 Športovec dostane dva body za každý smeč, ktorý pristane za útočnou čiarou v zadnej časti ihriska a jeden bod za každý smeč, ktorý pristane medzi sieťou a útočnou čiarou v súperovom kurte. Odras špičkami prstov (ŕknutie do lopty) alebo polovičná rýchlosť nie je považovaná za smeč. Konečné skóre športovca bude súčet všetkých 10 pokusov.

**8.3.5 Pozadie**

8.3.5.1 Dobrovoľníci dohliadajú na testovanie a nemôžu komunikovať so žiadnym športovcom, ktorý vykonáva test. Dobrovoľník "A" dá pokyn skupine, ako vykonať tento konkrétny test, zatiaľ čo dobrovoľník "B" preukáže aktuálny test. Dobrovoľník "C" bude hádzať volejbalovú loptu na športovca, ktorý bude hrať. Dobrovoľníci zbierajú volejbalové lopty po ich pristátí a budú ich kotúlať na dobrovoľníka, ktorý stojí v blízkosti koša na lopty. Keď podávajúci skončí, dobrovoľník "A" oznámi jeho skóre dobrovoľníkovi "D", ktorý je zapisovateľom. Každý dobrovoľník má dohliadať na test len vo svojej zóne.

**8.4 VSAT- Odbitie - prihrávka**



**8.4.1 Termíny z diagramu**

8.4.1.1 Vyhodenie lopty do vzduchu a odbitie

8.4.1.2 Prihrávka

**8.4.2 Nastavenie**

8.4.2.1 Použite polovicu volejbalového ihriska, sieť s minimálnou výškou 2,24 metra a tri volejbalové lopty.

**8.4.3 Test**

8.4.3.1 Športovec striedavo odrazí (odbije predlaktím) a nahrá loptu na seba bez zastavenia.

8.4.3.2 Športovec najprv hodí loptu do vzduchu a potom ju odrazí.

8.4.3.3 Športovec sa potom musí pohybovať pod loptou na prihrávku-odbitie-prihrávku-odbitie, etc.

8.4.3.4 Športovec musí zostať medzi čiarami svojej polovice ihriska.

**8.4.4 Bodovanie**

8.4.4.1 Športovec dostane štyri pokusy, aby získal najlepšie skóre.

8.4.4.2 Maximálne skóre je 50 (25 odbití a 25 prihrávok).

8.4.4.3 Každý správny úder sa počíta ako jeden bod, pokiaľ lopta prevyšuje výšku siete.

8.4.4.4 Konkrétny testovací pokus je ukončený, keď športovec prihrá alebo odrazí loptu dvakrát za sebou, nesprávne udrie do lopty, vystúpi z ihriska aby zahral loptu alebo dosiahne skóre 50 bodov.



8.4.5 Pozadie

- 8.4.5.1 Dobrovoľníci dohliadajú na testovanie a nemôžu komunikovať so žiadnym športovcom, ktorý vykonáva test. Dobrovoľník "A" dá pokyn skupine, ako vykonať tento konkrétny test, zatiaľ čo dobrovoľník "B" preukáže aktuálny test. Dobrovoľník "C" bude hádzať volejbalovú loptu na športovca, ktorý bude hrať. Dobrovoľníci zbierajú volejbalové lopty po ich pristátí a budú ich kotúlať na dobrovoľníka, ktorý stojí v blízkosti koša na lopty. Keď podávajúci skončí, dobrovoľník "A" oznámi jeho skóre dobrovoľníkovi "D", ktorý je zapisovateľom. Každý dobrovoľník má dohliadať na test len vo svojej zóne.