

ОДБ ● ЈКА



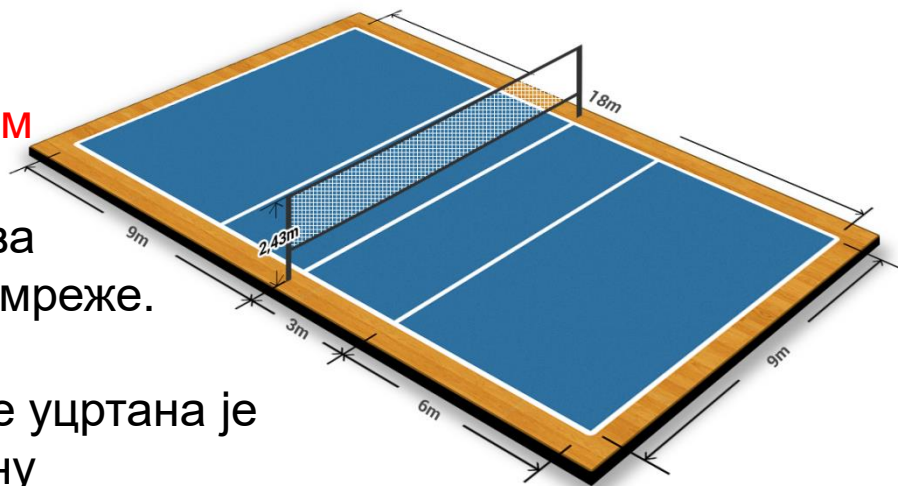
# ПРАВИЛА ИГРЕ



„Одбојка ме је научила мање више свему што знам у животу и о животу. Зашто? Зато што је то игра у којој су сви играчи различитих схватања, жеља и могућности, али људи који су приморани да сарађују на савршен начин, јер је то једини пут до победе“

## ТЕРЕН

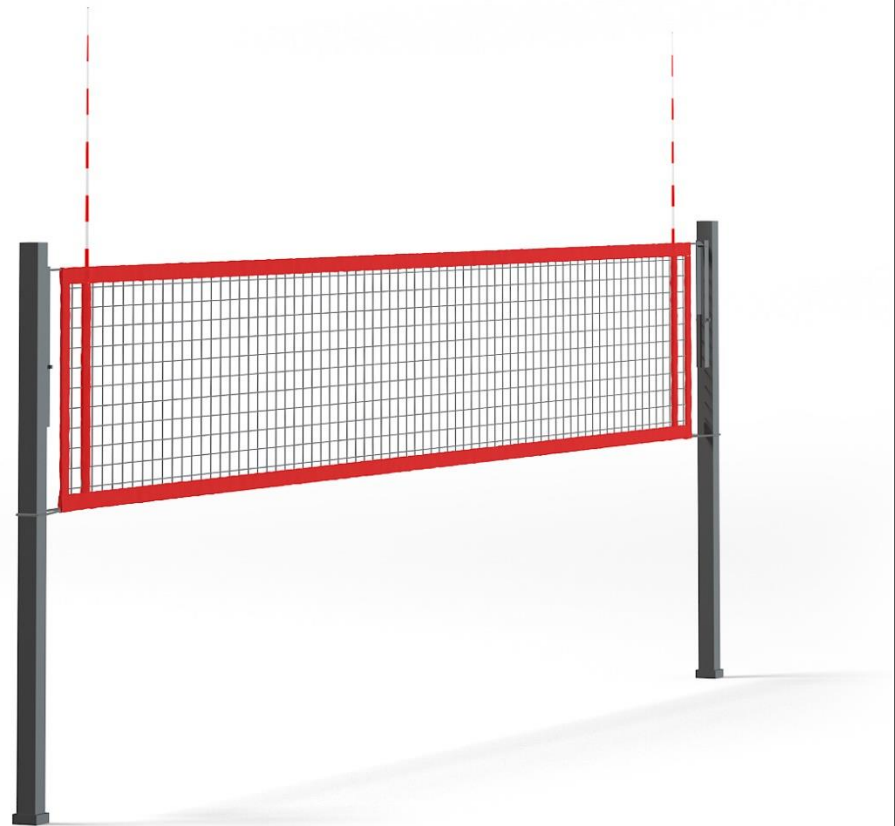
- Терен је у облику праоугаоника **18мx9м**
- Дуже линије зову се **бочне**, а **краће основне** и саставни су део терена
- **Зона за сервирање** се налази иза основне линије, ширине је **9м**
- Средња линија дели терен на два једнака дела и налази се испод мреже.
- У оба поља 3м од средње линије уцртана је линија која означава предњу зону



„Тренинг на коме не дајеш све од себе је изгубљен тренинг који не може да се врати. Исто као и у животу – максималан рад у сваком тренутку нај једино може довести до циља.

## МРЕЖА И СТУБОВИ

- **Висина мреже** за **мушкарце је 2.43м**
- **Висина мреже** за **жене је 2.24м**
- **Са обе стране мреже налазе се антене дуге 1.8м**, од којих се 80цм простире изнад мреже. Антене означавају простор за прелаз лопте



„Тренирао сам када су се током лета остали одмарали и летовали, читао када су други гледали филмове и играли игрице, излазио када су сви излазили, али и увек био пример како се ради у сали. “

## ЛОПТА

- Лопта за одбојку је округла, направљена од меке природне коже или вештачког материјала
- Обим лопте је 65 до 67цм
- Тежина од 260 до 280 грама
- Све лопте, које се користе на утакмици морају бити исте у погледу обима, тежине, притиска, боје



„ Најтежа одлука у мом животу коју сам морао да донесем је да се повучем. Напуштањем одбојкашког терена напустио сам свој дом. Моје путовање је било препуно победа и пораза и не жалим ни за једним од њих. Све то ме је учинило овим што јесам“

## ТИМ - ЕКИПА

- Екипу чини укупно 12 играча од којих је 6 у терену
- Један од играча, изузев либера, је капитен екипе
- Играчи једне екипе наступају у истим шортсевима и дресовима, изузев либера



„Твој тим постаје твоја породица, лопта постаје твој најбољи пријатељ, терен твој дом а игра твој живот. То је одбојка за мене.“

## ИГРА

- **Игра почиње сервисом**
- Екипа осваја поен када упуту лопту која додирне поље за игру противника или када противник направи грешку
- **Победник** утакмице је екипа која овоји **три сета**
- Победник у **сету** је екипа која освоји **25 поена**
- **Уколико је** резултат **24-24** игра се док **једна екипа не освоји два поена** предности
- Ако је резултат 2-2 у сетовима игра се **пети сет до 15 поена**, са обавезом да разлика мора бити најмање два поена на крају
- Позиције играча су 1- задњи десни, 2- предњи десни, 3-предњи средњи, 4- предњи леви, 5- задњи леви, 6- задњи средњи
- Ротација је одређена почетним распоредом играча. Када екипа која је примала сервис освоји поен њени играчи се ротирају за по једно место у смеру казаљке на сату(играч са позиције 2 иде на позицију 1 итд)
- **Лопта је унутра ако додирне терен, укључујући и линије**
- **Лопта је у ауту када додирне тло потпуно изван терена за игру, удари у плафон итд.**
- Играчи једне екипе **из највише три одигравања морају пребацити лопту преко мреже**
- **Играч не сме да два пута узастопно одигра лоптом**
- **Лопта у игри сме да додирне мрежу**
- **Играч не сме да за време акције додирне мрежу**

„Немогуће је поразити особу која никада не одустаје. Она може да изгуби меч, али та особа никада није поражена.“

## ШКОЛСКА ОДБОЈКА

- Одбојка се у школском систему такмичења у Србији игра у конкуренцији дечака и девојчица од петог до осмог разреда.
- Први ниво такмичења су школска такмичења, други су општинска и трећи ниво су градска.
- Утакмице се играју на два добијена сета.
- Висина мреже је 215цм за девојчице и 230 за дечаке.
- ОБАВЕЗНО ПОГЛЕДАТИ:  
<https://www.youtube.com/watch?v=dChNAK5nW40>  
<https://www.youtube.com/watch?v=LqaYE3w4-vM>  
#никаданеодустај

Поздрављам вас  
Марко Пајић