



# Επίσημοι Κανονισμοί Πετοσφαίρισης SPECIAL OLYMPICS

**ΜΑΪΟΣ 2011**

**Οργανωτική – Εκτελεστική Επιτροπή Παγκοσμίων Αγώνων Special Olympics - Αθήνα 2011**  
Τηλ.: 211 2011 000 Fax: 211 2011 111, Διεύθυνση: Τ.Θ 2011, 11510, Κτήριο Ιππασίας Πάρκο Γουδή, Αθήνα,  
e-mail: [info@athens2011.org](mailto:info@athens2011.org) URL: <http://www.athens2011.org>



**ΑΘΛΗΜΑ:** ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ

**ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ:** ΝΙΚΟΣ ΣΟΦΙΑΝΟΣ, *Τομεάρχης Αθλήματος, ΑΘΗΝΑ 2011*

ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΚΟΤΣΙΑΡΙΝΗ, *Συντονίστρια Διοικητικών Υπηρεσιών Αθλήματος, ΑΘΗΝΑ 2011*

**LINK - ΑΓΓΛΙΚΟ ΚΕΙΜΕΝΟ ΠΟΥ ΜΕΤΑΦΡΑΣΤΗΚΕ:**

[http://media.specialolympics.org/soi/files/sports/volleyball\\_rules\\_2010.pdf](http://media.specialolympics.org/soi/files/sports/volleyball_rules_2010.pdf)

**LINK – ΓΕΝΙΚΟΙ ΕΛΛΗΝΙΚΟΙ ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ ΑΘΛΗΜΑΤΟΣ:**

[http://www.odbe.gr/keimena/Rules\\_2009\\_12\\_gr.pdf](http://www.odbe.gr/keimena/Rules_2009_12_gr.pdf)

**ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ:** ΒΑΣΙΛΗΣ ΚΑΣΙΜΑΤΗΣ, *Διευθυντής Αθλημάτων, Special Olympics Hellas*

**ΓΛΩΣΣΙΚΗ ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ:** ΑΘΗΝΑ ΚΑΡΤΑΛΟΥ, *Τομεάρχης Γλωσσικών Υπηρεσιών, ΑΘΗΝΑ 2011*

**ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΣ ΕΚΔΟΣΗΣ:** ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΠΑΠΑΔΑΚΗ, *Υπευθ. Υπηρεσιών Διαιτητών-Κριτών, ΑΘΗΝΑ 2011*

**EMAIL ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ:** [info@specialolympicshellas.gr](mailto:info@specialolympicshellas.gr)

**ΕΚΔΟΣΗ:** ΑΘΗΝΑ 2011, ΓΕΝΙΚΗ Δ/ΝΣΗ ΑΘΛΗΜΑΤΩΝ & ΕΓΚΑΤΑΣΤΑΣΕΩΝ



## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΒΟΛΕΪ.....	4
ΕΝΟΤΗΤΑ Α – Επίσημα Αγώνισματα.....	4
ΕΝΟΤΗΤΑ Β – Γήπεδο και Εξοπλισμός .....	5
ΕΝΟΤΗΤΑ Γ – Κανονισμοί Αγώνων.....	5
1. Αγώνες Ομάδων .....	5
α. Κατάταξη σε αγωνιστικές σειρές – ομίλους .....	5
β. Αθλητής λίμπερο.....	6
γ. Προσαρμογές Κανονισμών (από τους Κανονισμούς FIVB).....	7
δ. Βασικοί Κανόνες.....	7
2. Αγώνες Κοινωνικής Ένταξης (Unified Sports) .....	10
3. Αγώνες Τροποποιημένων Ομάδων.....	10
4. Διαγωνισμός Ατομικών Δεξιοτήτων.....	11
5. Βόλεϊ Juggle.....	15
6. Πάσα Βόλεϊ.....	17
7. Βόλεϊ «Πέταγμα και χτύπημα» .....	18
8. Διαγωνισμός Δεξιοτήτων Ομάδας .....	19
ΕΝΟΤΗΤΑ Δ – Δοκιμασίες Αξιολόγησης Δεξιοτήτων Βόλεϊ (VSAT).....	21
1. VSAR-Σέρβις.....	21
2. VSAR-Υποδοχή με «μανσέτα».....	23
3. VSAT - Επίθεση .....	24
4. VSAT-Bump-set.....	25



## ΒΟΛΕΪ

Οι Διεθνείς Κανονισμοί Βόλεϊ των Special Olympics πρέπει να εφαρμόζονται σε όλους τους αγώνες των Special Olympics. Όπως κάθε διεθνές αθλητικό πρόγραμμα, ο οργανισμός Special Olympics δημιούργησε αυτούς τους κανόνες βασιζόμενος σε αυτούς της Διεθνούς Ομοσπονδίας Πετοσφαίρισης - Federation Internationale de Volleyball (FIVB), που βρίσκονται στην ιστοσελίδα [www.fivb.org](http://www.fivb.org). Οι κανονισμοί της FIVB ή αυτοί των Εθνικών Ομοσπονδιών πρέπει να εφαρμόζονται, εκτός εάν αυτοί έρχονται σε αντίθεση με τους Επίσημους Κανόνες Βόλεϊ των Special Olympics ή του άρθρου Ι. Στην περίπτωση αυτή, εφαρμόζονται οι Διεθνείς Κανονισμοί Βόλεϊ των αγώνων Special Olympics.

**Σημείωση:** Όπου χρησιμοποιείται οποιοσδήποτε όρος αναφοράς σε πρόσωπο στο αρσενικό γένος (π.χ. με τη λέξη αθλητής), αναφέρεται σε πρόσωπα και των δύο φύλων, εκτός αν υπάρχει ειδική πρόνοια για το αντίθετο.

## ΕΝΟΤΗΤΑ Α – Επίσημα Αγώνισματα

Παρακάτω παρατίθεται κατάλογος των αγωνισμάτων που είναι διαθέσιμα στους Αγώνες των Special Olympics.

Το εύρος των αγωνισμάτων έχει ως στόχο να προσφέρει αγωνιστικές ευκαιρίες για αθλητές όλων των δυνατοτήτων. Τα Εθνικά Προγράμματα μπορούν να καθορίσουν τα αγωνίσματα που προσφέρονται και, εάν απαιτείται, οδηγίες για τη διαχείριση των αγωνισμάτων αυτών. Οι προπονητές είναι υπεύθυνοι για να παρέχουν προπόνηση και επιλογή αγωνισμάτων κατάλληλων για τις ικανότητες και το ενδιαφέρον κάθε αθλητή.

1. Βόλεϊ Juggle
2. Βόλεϊ – Υποδοχή
3. Βόλεϊ «Πέταγμα και χτύπημα»
4. Διαγωνισμός Ατομικών Δεξιοτήτων
5. Διαγωνισμός Δεξιοτήτων Ομάδας
6. Ομαδικό
7. Ομαδικό Κοινωνικής Ένταξης (Unified Sports®)
8. Αγώνες Τροποποιημένων Ομάδων

**Σημείωση:** Τα Unified Αθλήματα (Αγώνες Κοινωνικής Ένταξης) των Special Olympics είναι ένα πρόγραμμα που συνδυάζει αθλητές των Special Olympics και αθλητές χωρίς διανοητική αναπηρία (Partners) σε ομαδικά αθλήματα για προπονήσεις και αγώνες. Ο συνδυασμός της ηλικίας και του επίπεδου ικανότητας των αθλητών και των Partners (συνοδοί αθλητές) καθορίζονται ανάλογα με το κάθε άθλημα. Οι Partners των Unified Αθλημάτων των Special Olympics είναι άτομα χωρίς διανοητική αναπηρία.



## ΕΝΟΤΗΤΑ Β – Γήπεδο και Εξοπλισμός

1. Η γραμμή σέρβις μπορεί να μετακινηθεί πιο κοντά στο δίχτυ (δίχτυ), αλλά όχι πιο κοντά από τα 4,5 μ.  
**Σημείωση:** Δεν θα υπάρξει καμία τροποποίηση για τους Παγκόσμιους Αγώνες Special Olympics.
2. Ύψος του δικτυού:
  - α. Για αγώνες ανδρών και μεικτών ομάδων - 2,43 μ.
  - β. Για αγώνες Γυναικών - 2,24 μ.
  - γ. Για Αγώνες Unified - 2,43 μ. για αγώνες ανδρών και μεικτών ομάδων και 2,24 μ. για αγώνες γυναικών
3. Μια ελαφρύτερη, δερμάτινη, τροποποιημένη μπάλα βόλεϊ μπορεί να χρησιμοποιηθεί. Το μέγεθος της μπάλας πρέπει να είναι όχι μεγαλύτερο από 81 εκ. στην περιφέρειά της και βάρος όχι περισσότερο από 226 γρ. Θα πρέπει να είναι όσο το δυνατόν πλησιέστερα στην μπάλα των επίσημων κανονισμών. Η συγκεκριμένη μπάλα πρέπει να χρησιμοποιείται στους Παγκόσμιους Αγώνες Special Olympics.
4. Επίσημες Διαστάσεις Γηπέδου: 18 μ. και 9 μ., που περιβάλλονται από μια ελεύθερη ζώνη τουλάχιστον 3 μ. πλάτος σε όλες τις πλευρές. Για τους Παγκόσμιους Αγώνες Special Olympics, η ελεύθερη ζώνη πρέπει να είναι τουλάχιστον 5 μ. από τις πλάγιες γραμμές και 8 μ. από τις τελικές γραμμές.

## ΕΝΟΤΗΤΑ Γ – Κανονισμοί Αγώνων

### 1. Αγώνες Ομάδων

#### α. Κατάταξη σε αγωνιστικές σειρές – ομίλους

- 1) Πριν από τους αγώνες, ο προπονητής πρέπει να καταθέτει τα αποτελέσματα από τις τέσσερις Δοκιμασίες Ελέγχου Δεξιοτήτων Βόλεϊ (VSAT), δηλαδή, σέρβις, υποδοχή, επίθεση και πάσα, για κάθε αθλητή στο ρόστερ του. (Οι δοκιμές αυτές είναι μόνο για την αξιολόγηση του αθλητή / της ομάδας και δεν είναι αγώνες για μετάλλια / έπαθλα. Πληροφορίες σχετικά με τα VSAT ακολουθούν στο Τμήμα Δ.
- 2) Ο 1<sup>ος</sup> προπονητής θα πρέπει επίσης να προσδιορίσει τους έξι καλύτερους αθλητές σε σχέση με τις ικανότητές τους στο γήπεδο, τοποθετώντας ένα αστέρι δίπλα στα ονόματά τους στο ρόστερ.
- 3) Το σκορ της ομάδας πρέπει να προσδιορίζεται με την πρόσθεση των βαθμολογιών VSAT των οκτώ καλύτερων αθλητών και στη συνέχεια, διαιρώντας το σύνολο δια οκτώ.
- 4) Οι ομάδες αρχικά χωρίζονται σε κατηγορίες, ανάλογα με το σκορ VSAT της ομάδας.
- 5) Η διαδικασία ολοκληρώνεται με την κατάταξη, η οποία περιλαμβάνει τα ακόλουθα, αλλά δεν περιορίζεται αναγκαστικά σε αυτά:



- α) Παίζονται γύροι κατάταξης, όπου οι ομάδες παίζουν έναν ή περισσότερους αγώνες, με κάθε αγώνα να διαρκεί τουλάχιστον πέντε λεπτά ή μέχρι να επιτευχθούν 10 πόντοι (όποιο από τα δύο έρχεται πρώτο). Σε κάθε ομάδα θα πρέπει να παίξουν όλοι οι παίκτες.
- β) Παίζοντας σε αρχικούς – προκριματικούς ομίλους για τη δημιουργία των τελικών σειρών.
- γ) Οι Διευθυντές των Αγώνων ενθαρρύνονται να απαιτούν από όλους τους αθλητές σε ένα ρόστερ να συμμετέχουν κατά τη διαδικασία κατάταξης για ένα ελάχιστο χρονικό διάστημα ή πόντους, όπως καθορίζονται από την οργανωτική επιτροπή του τουρνουά.

## **β. Αθλητής Λίμπερο**

- α. Κάθε ομάδα έχει τη δυνατότητα να ορίσει στο ρόστερ της έναν αθλητή λίμπερο για κάθε σετ. Υπάρχουν ειδικοί κανόνες εάν ο αθλητής λίμπερο τραυματιστεί και δεν μπορεί να συνεχίσει. Ο αριθμός του αθλητή λίμπερο πρέπει να δηλώνεται στο φύλλο αγώνα για κάθε ομάδα σε κάθε αγώνα, επιπλέον των αριθμών για τους έξι αθλητές που ξεκινούν τον αγώνα. Ο αθλητής λίμπερο πρέπει να φορά στολή ενός διαφορετικού και αντίθετου χρωματικά σχεδιασμού από εκείνα της υπόλοιπης ομάδας, ώστε να είναι εύκολα αναγνωρίσιμος στο γήπεδο. Σε αντίθεση με τους Κανονισμούς FIVB Κανονισμού, για τους ειδικούς σκοπούς των Αγώνων Special Olympics, οι ομάδες έχουν τη δυνατότητα να αλλάζουν τον αθλητή λίμπερο σε κάθε σετ.

**Αγωνιστικές ενέργειες αθλητών λίμπερο:** Ο αθλητής λίμπερο επιτρέπεται να αντικαταστήσει οποιοδήποτε αθλητή στην πίσω πλευρά του γηπέδου, εκτός από τους αγώνες Unified, όπου ένας αθλητής μπορεί να αντικαταστήσει έναν αθλητή και ένας «συνεργάτης-partner» έναν «συνεργάτη-partner». Αυτός περιορίζεται στο να ενεργεί ως αθλητής της πίσω γραμμής και δεν του επιτρέπεται να ολοκληρώσει επιθετικό χτύπημα από οποιοδήποτε σημείο (συμπεριλαμβανομένου του αγωνιστικού χώρου και της ελεύθερης ζώνης), εάν κατά τη στιγμή της επαφής, η μπάλα βρίσκεται εξ ολοκλήρου ψηλότερα από την κορυφή του δικτυού. Ένας αθλητής δεν μπορεί να ολοκληρώσει επιθετικό χτύπημα ψηλότερα από την κορυφή του δικτυού, αν η μπάλα έρχεται από πάσα με δάκτυλα από αθλητή λίμπερο ενώ βρίσκεται στην μπροστινή ζώνη. Μπορεί ελεύθερα να πραγματοποιηθεί επίθεση αν ο αθλητής λίμπερο κάνει την ίδια ενέργεια πίσω από την μπροστινή ζώνη.

**Αντικαταστάσεις Λίμπερο:** Όταν ο αθλητής λίμπερο αντικαθιστά έναν αθλητή στην πίσω ζώνη, δεν υπολογίζεται ως αλλαγή αθλητή. Οι αλλαγές των αθλητών λίμπερο είναι απεριόριστες. Μόνο οι αθλητές τους οποίους αυτός αντικατέστησε, μπορεί να αντικαταστήσουν τον αθλητή λίμπερο. Αλλαγές μπορεί να γίνουν κατά την έναρξη του παιχνιδιού, αφού ο δεύτερος διαιτητής έχει ελέγξει τη σύνθεση της ομάδας ή ενώ η μπάλα είναι εκτός παιχνιδιού και πριν από το πρώτο σφύριγμα του διαιτητή για σέρβις.



### **γ. Προσαρμογές Κανονισμών (από τους Κανονισμούς FIVB)**

- 1) Μπορεί να καθοριστεί για κάθε αγώνα ανώτατο χρονικό όριο 30 λεπτών (αν ο χρόνος είναι περιορισμένος).
- 2) Επιτρέπονται πολλαπλές αλλαγές αθλητών ως εξής (εκτός από τον αθλητή λίμπερο):
  - α) Απεριόριστες μεμονωμένες αλλαγές αθλητών μέσα στο σύνολο των επιτρεπομένων 12 (δώδεκα) αλλαγών της ομάδας
  - β) 12 (δώδεκα) το ανώτερο αλλαγές σε κάθε σετ.
  - γ) Ο αριθμός των αθλητών που μπορούν να αντικαταστήσουν άλλους σε μια θέση, δεν είναι δεσμευτικός.
  - δ) Ένας αθλητής στην αρχική εξάδα μπορεί να ξεκινήσει ένα σετ και να επανέλθει, αλλά μόνο στην ίδια θέση από την οποία άρχισε το σετ. Ομοίως, ένας αθλητής στον οποίον έγινε αλλαγή, μπορεί να εισέλθει εκ νέου, αλλά μόνο στη θέση που ο ίδιος μόλις είχε αγωνιστεί προηγουμένως.
- 3) Καθοδήγηση προπονητή:
  - α) Ένας προπονητής επιτρέπεται να σηκωθεί από τον πάγκο και να μετακινείται, εφόσον δεν επηρεάζει τη διεξαγωγή του αγώνα. Καθοδήγηση πίσω από την τελική γραμμή απαγορεύεται.
  - β) Ένας προπονητής επιτρέπεται να βοηθήσει τον αθλητή να κινηθεί προς την περιοχή αλλαγών αθλητών.
- 4) Για κάθε παραβίαση, γίνεται πρώτα μια προφορική προειδοποίηση. Η δεύτερη προειδοποίηση σημειώνεται με μια κόκκινη κάρτα, που έχει ως αποτέλεσμα την αποβολή από το σετ.
- 5) Το σύστημα συνεχούς καταγραφής πόντων πρέπει να χρησιμοποιείται.

### **δ. Βασικοί Κανόνες**

#### **1. Οι αθλητές:**

- α) Όλοι οι αγώνες αρχίζουν με έξι αθλητές. Στους αγώνες εκτός από τους Παγκόσμιους Αγώνες των Special Olympics, σε περίπτωση τραυματισμού κατά τη διάρκεια ενός αγώνα όπου μια ομάδα έχει μειωθεί σε πέντε αθλητές, μια ομάδα μπορεί να συνεχίσει τον αγώνα. Σε καμία όμως περίπτωση δεν μπορεί να παίξει ή να συνεχίσει με λιγότερους από πέντε αθλητές.
- β) Στην κατηγορία Unified, οι ομάδες πρέπει να αποτελούνται από τρεις αθλητές και τρεις «συνεργάτες-partners». Σε εξαιρετικές περιπτώσεις, ο Διευθυντής της διοργάνωσης μπορεί να επιτρέψει περισσότερους αθλητές από «συνεργάτες-partners», εάν κρίνει ότι αυτό είναι μέσα στο πνεύμα της κατηγορίας Unified.
- γ) Η σύνθεση μιας ομάδας, δεν μπορεί να υπερβαίνει τους 12 αθλητές, συμπεριλαμβανομένων και των αναπληρωματικών.

#### **2. Σέρβις**

- α) Το πρώτο σέρβις σε κάθε σετ το πραγματοποιεί ο πίσω δεξιά αθλητής. Στη συνέχεια, ο εμπρός δεξιά αθλητής, μετακινείται στην πίσω δεξιά θέση. Η ομάδα



που υποδέχεται το πρώτο σέρβις, πρέπει να κάνει περιστροφή μετά την πρώτη κερδισμένη φάση.

- β) Μία ομάδα συνεχίζει να σερβίρει μέχρι να πραγματοποιήσει την πρώτη παράβαση κανονισμών.
- γ) Το σέρβις αλλάζει όταν η ομάδα που το πραγματοποιεί, κάνει παράβαση κανονισμών. Η κατοχή της μπάλας περνά στην αντίπαλη ομάδα όταν υπάρχει παραβίαση από την ομάδα που σερβίρει. Η κατοχή της μπάλας περνά στην αντίπαλη ομάδα, που πρέπει να πραγματοποιήσει μια περιστροφή των θέσεων των αθλητών, δεξιόστροφα κατά μία θέση.
- δ) Ο νικητής της κλήρωσης μπορεί να επιλέξει, είτε να σερβίρει, είτε να υποδεχθεί το σέρβις, είτε να διαλέξει μια πλευρά του γηπέδου. Αν χρειαστεί να παιχθεί τρίτο ή πέμπτο αποφασιστικό σετ, μια νέα κλήρωση είναι αναγκαία, με τις ίδιες επιλογές.
- ε) Το σέρβις πρέπει να πραγματοποιείται από την περιοχή σέρβις. Η επαφή με τη γραμμή, όταν η μπάλα έρχεται σε επαφή με τον αθλητή, αποτελεί παράβαση.
- στ) Ο αθλητής που πραγματοποιεί το σέρβις, πρέπει να το κάνει μέσα σε 8 (οκτώ) δευτερόλεπτα μετά το σφύριγμα του πρώτου διαιτητή για σέρβις.

### 3. Αγώνες

- α) Η μπάλα μπορεί να χτυπηθεί με οποιοδήποτε μέρος του σώματος.
- β) Ένας αθλητής δεν μπορεί να παίξει την μπάλα δύο φορές συνεχόμενα, εκτός από την προσπάθεια για μπλοκ. Αυτό δεν πρέπει να συγχέεται με τις επιτρεπόμενες πολλαπλές επαφές σε μια προσπάθεια να παίξει την μπάλα, όπως προβλέπεται στα άρθρα 10 και 15 των Κανονισμών FIVB.
- γ) Μια ομάδα δεν πρέπει να παίξει την μπάλα πάνω από τρεις φορές, πριν να περάσει το δίχτυ. (Ένα άγγιγμα σε μια προσπάθεια μπλοκ δεν υπολογίζεται ως ένα από τα τρία χτυπήματα).
- δ) Το άγγιγμα του δικτυού ή η διέλευση εντελώς πάνω από την κεντρική γραμμή με οποιοδήποτε μέρος του σώματος αποτελεί παραβίαση. Η τυχαία επαφή του δικτυού με τα μαλλιά του αθλητή και κάθε μικρή επαφή ενός αθλητή που δεν συμμετέχει στο παίξιμο της μπάλας αποτελούν εξαιρέσεις στον κανόνα αυτό και δεν θεωρούνται παραβάσεις.
- ε) Κάθε μπάλα που θα χτυπήσει την οροφή, θα μπορεί να παιχθεί από την ομάδα που πραγματοποίησε αυτή την επαφή, εκτός εάν η μπάλα περάσει το επίπεδο του δικτυού.
- στ) Κάθε μπάλα που έρχεται σε επαφή με τους πίσω ή πλάγιους τοίχους, θεωρείται «έξω».
- ζ) Κάθε επαφή της μπάλας με τη γραμμή θεωρείται επιτυχημένη.
- η) Η επιστροφή του σέρβις μπορεί να γίνει με κάθε επιτρεπόμενη επαφή. (Μια επαφή με «μανσέτα» συνιστάται για επιτρεπόμενη επιστροφή ενός δυνατά εκτελεσμένου σέρβις).



#### 4. Αλλαγές

- α) Οι αθλητές πρέπει να αλλάζουν θέση, σύμφωνα με τους προσαρμοσμένους Κανονισμούς της FIVB Κανονισμού (εκτός όταν χρησιμοποιείται ο αθλητής λίμπερο).
- β) Αντικατάσταση αθλητή λίμπερο: Οι αθλητές μπορούν να αντικαταστήσουν μόνο αθλητές και οι partners (συνοδοί αθλητές) μπορούν να αντικαταστήσουν μόνο τους partners.

#### 5. Βαθμολογία

- α) Ένας αγώνας κερδίζεται από την ομάδα που θα κερδίσει τρία ή πέντε σετ. Η περίπτωση αγώνα play off θεωρείται αγώνας και μόνο ένα σετ -είτε στους 15 είτε στους 25 πόντους- θα παιχθεί. Ένας αγώνας του ενός σετ, κερδίζεται από την ομάδα που θα πετύχει 15 (ή 25) πόντους, με πλεονέκτημα δύο πόντων. Οι ομάδες αλλάζουν γήπεδα, όταν μία ομάδα φθάσει στους οκτώ πόντους, αν το σετ παίζεται στους 15 πόντους. Η αλλαγή γίνεται στους 13, αν το σετ παίζεται στους 25 πόντους. Στην περίπτωση ισοπαλίας 1-1 ή 2-2 σετ, το αποφασιστικό σετ (τρίτο ή πέμπτο) παίζεται με σύστημα συνεχούς καταγραφής πόντων στους 15 πόντους και ανώτατο όριο πόντων. Οι ομάδες αλλάζουν πλευρές, όταν μία ομάδα έχει σκοράρει οκτώ πόντους.
- β) Ένα σετ κερδίζεται από την ομάδα που κερδίζει 25 πόντους με διαφορά δύο πόντων (εκτός από το αποφασιστικό τρίτο ή πέμπτο σετ). Σε περίπτωση ισοπαλίας 24-24, το παιχνίδι συνεχίζεται μέχρι να επιτευχθεί η διαφορά των δύο πόντων. Σε προκαθορισμένους αγώνες τριών σετ, όπου όλα τα σετ μετρούν ως νίκες-ήττες, το τρίτο σετ δεν θεωρείται καθοριστικό και παίζεται στους 25 πόντους.
- γ) Αν μία ομάδα αποτυγχάνει να σερβίρει σωστά, να επιστρέψει την μπάλα ή διαπράττει οποιοδήποτε άλλο λάθος, ο αντίπαλος κερδίζει τη φάση και κερδίζει έναν πόντο. Όταν η ομάδα που σερβίρει κερδίζει τη φάση, κερδίζει έναν πόντο και συνεχίζει να σερβίρει. Αν η ομάδα που υποδέχεται, κερδίζει τη φάση, κερδίζει έναν πόντο και το δικαίωμα να σερβίρει.
- δ) Μια μπάλα από σέρβις που ακουμπά το δίχτυ και συνεχίζει να παίζει, παραμένει «εντός παιδιάς» και η ομάδα που υποδέχεται έχει τρεις προσπάθειες να την επιστρέψει στους αντιπάλους.
- ε) Το σύστημα βαθμολογίας της FIVB (με βάση τους κερδισμένους αγώνες, τα κερδισμένα σετ και τον συντελεστή πόντων) θα χρησιμοποιείται για όλες τις ισοβαθμίες κατά τη διάρκεια της διοργάνωσης.

#### 6. Διαιτητές

- α) Οι διαιτητές πρέπει να έχουν πλήρη εξουσία να ερμηνεύσουν τους κανονισμούς. Για περισσότερες ερωτήσεις, πρέπει να ζητείται η γνώμη της Αγωνοδίκου Επιτροπής.
- β) Ο χειρισμός της μπάλας πρέπει να ελέγχεται με βάση το επίπεδο ικανότητας των αθλητών.



- γ) Πρέπει να υπάρχουν τουλάχιστον δύο επόπτες γραμμών οι οποίοι πρέπει να είναι τοποθετημένοι σε αντίθετες γωνίες στην αριστερή πίσω γωνία κάθε γηπέδου. Κάθε επόπτης γραμμών πρέπει να έχει την ευθύνη να κρίνει αν μια μπάλα είναι μέσα ή έξω από την περιοχή για την οποία έχουν οριστεί, καθώς και για κάθε επαφή μπάλας, σύμφωνα με τις οδηγίες του πρώτου διαιτητή. Σε ορισμένες διοργανώσεις, μπορεί να χρησιμοποιούνται τέσσερις επόπτες γραμμών. Σε αυτή την περίπτωση, δύο επόπτες θα οριστούν για τις τελικές γραμμές και δύο για τις πλάγιες γραμμές.

## **2. Αγώνες Κοινωνικής Ένταξης (Unified Sports)**

- α. Η σύνθεση των ομάδων θα πρέπει να περιλαμβάνει ακριβή αντιστοιχία αριθμού αθλητών και συνοδών αθλητών (partners).
- β. Κατά τη διάρκεια των αγώνων, η σύνθεση δεν πρέπει να περιλαμβάνει περισσότερους από τρεις αθλητές και τρεις partners. Οποιαδήποτε αδυναμία τήρησης του απαιτούμενου συντελεστή οδηγεί σε μηδενισμό.
- γ. Κάθε ομάδα πρέπει να διαθέτει έναν ενήλικο που δεν αγωνίζεται, προπονητή, υπεύθυνο για τη σύνθεση και την καθοδήγηση της ομάδας κατά τη διάρκεια του αγώνα.
- δ. Η σειρά και οι θέσεις για σέρβις στο γήπεδο καθορίζεται με εναλλαγή των αθλητών και των partners.
- ε. Όταν ένας αθλητής συμπληρώσει τρεις συνεχείς πόντους από σέρβις, η ομάδα πρέπει να περιστρέφεται στον επόμενο αθλητή για σέρβις.

## **3. Αγώνες Τροποποιημένων Ομάδων**

### **α. Κατάταξη σε ομίλους – σειρές**

- 1) Πριν από τη διοργάνωση, ο προπονητής πρέπει να υποβάλει τα αποτελέσματα από τους τρεις επιμέρους Διαγωνισμούς Δεξιοτήτων, δηλαδή πάσα, σέρβις και υποδοχή (όχι το VSAT), για κάθε αθλητή στο ρόστερ του.
- 2) Ο προπονητής θα πρέπει επίσης να προσδιορίζει τους έξι καλύτερους αθλητές από την άποψη της απόδοσής τους, τοποθετώντας ένα αστέρι δίπλα στα ονόματά τους στο ρόστερ.
- 3) Η βαθμολογία της ομάδας θα πρέπει να καθορίζεται από το σύνολο της βαθμολογίας των οκτώ αθλητών και στη συνέχεια της διαίρεσής της δια οκτώ.
- 4) Οι ομάδες αρχικά ομαδοποιούνται σε κατηγορίες, ανάλογα με τα αποτελέσματα των Ατομικών Δεξιοτήτων
- 5) Ένας γύρος κατάταξης πρέπει να διεξαχθεί στη συνέχεια για να οριστικοποιηθεί η διαδικασία της κατηγοριοποίησης.
  - α) Στον γύρο κατάταξης, οι ομάδες θα αγωνισθούν σε έναν ή περισσότερους αγώνες, με τον καθένα να διαρκεί τουλάχιστον πέντε λεπτά ή δέκα πόντους - όποιο από τα δύο συμβαίνει πρώτο.
  - β) Σε κάθε ομάδα θα πρέπει να παίζουν όλα τα μέλη της.





Official: Διαιτητής

Target: Στόχος

Shagger: Προσωπικό κυκλοφορίας μπάλας

Tosser: Εθελοντής

Scoreboard: Πίνακας αποτελεσμάτων

Bench Manager: Υπεύθυνος Πάγκου

Chairs/Bench: Καρέκλες / Πάγκος

Ball: Μπάλα

Ball Box: Κιβώτιο με μπάλες

Net: Δίχτυ

1) Σκοπός

Να μετρηθεί η ικανότητα του αθλητή να περάσει με πάσα με δάκτυλα, την μπάλα με σταθερότητα και σε ύψος που μπορεί να «καρφωθεί».

2) Εξοπλισμός

Χρησιμοποιήστε ένα γήπεδο που να έχει 18 μ. μήκος και 9 μ. πλάτος, τέσσερις μπάλες (επιτρέπονται τροποποιημένες μπάλες), ύψος δικτυού στα 2,24 μ. για τις γυναίκες και 2,43 μ. για τους άνδρες, εξοπλισμό γηπέδου, αντένες και κουτί για μπάλες.

3) Περιγραφή

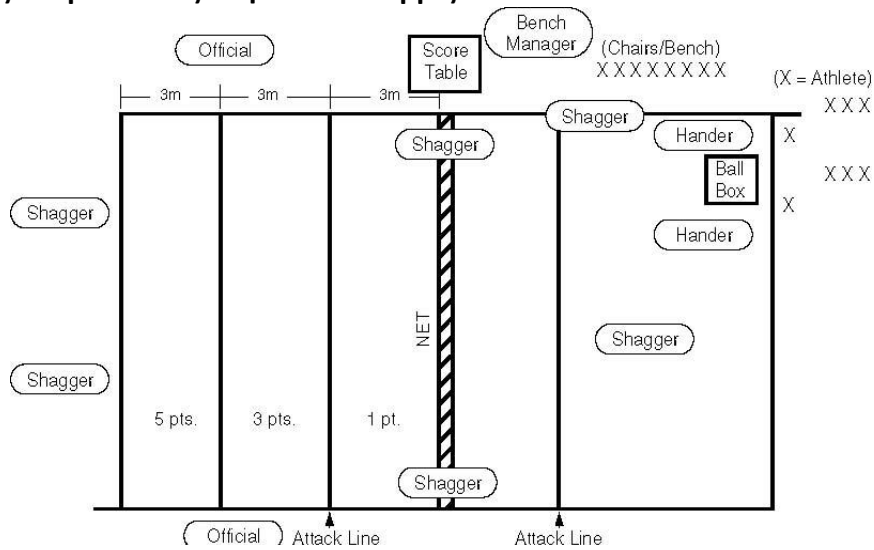
Σε κάθε αθλητή δίδονται 10 προσπάθειες από το εμπρός κεντρικό σημείο που είναι 2 μ. από το δίχτυ και 4,5 μ. από την πλάγια γραμμή. Ο αθλητής παίρνει 10 μπάλες, που ρίχνονται με τα δύο χέρια από τον tosser, ο οποίος τοποθετείται στο πίσω μέρος του γηπέδου, 4 μ. από την κεντρική γραμμή και 3 μ. από την πλάγια γραμμή στην αριστερή θέση πίσω. Ο αθλητής κάνει πάσα την μπάλα προς έναν στόχο (ένα άτομο που έχει τα χέρια του επάνω από το κεφάλι και ο οποίος στέκεται 2 μ. από το δίχτυ και 2 μ. από την πλάγια γραμμή στην αριστερή μπροστά θέση). Μπάλες που πετάχτηκαν και δεν ήταν αρκετά υψηλές για τον αθλητή, πρέπει να επαναλαμβάνονται. Ο στόχος είναι η κορυφή του τόξου για κάθε μπάλα που έγινε πάσα, να βρίσκεται πάνω από το ύψος του δικτυού.

4) Βαθμολογία

Μετριέται η κορυφή του τόξου κάθε μπάλας που έγινε πάσα προς τον στόχο. Ο αθλητής θα λάβει ένα βαθμό για πάσα στην μπάλα 1 μ. επάνω από το ύψος του κεφαλιού του και τρεις βαθμούς για πάσα της μπάλας επάνω από το ύψος του δικτυού. Τα παρακάτω φέρνουν μηδέν αποτέλεσμα: αντικανονική επαφή, μπάλες που πηγαίνουν χαμηλότερα από το ύψος του κεφαλιού και μπαλιές που πηγαίνουν επάνω από το δίχτυ ή έξω από το γήπεδο. Η τελική βαθμολογία του αθλητή καθορίζεται από το άθροισμα της βαθμολογίας για καθεμία από τις 10 προσπάθειες. (Προτείνεται ο Διαιτητής να στέκεται σε καρέκλα για να αξιολογεί το ύψος κάθε πάσας).



## Διαγωνισμός Ατομικών Δεξιοτήτων # 2: Σέρβις



(Το προσωπικό για τις μπάλες στο φιλέ στέλνει κυλιστά μπάλες πίσω στο προσωπικό στο κουτί με τις μπάλες)

### Οροί διαγράμματος:

Athlete: Αθλητής

Official: Διαιτητής

Target: Στόχος

Shagger: Προσωπικό κυκλοφορίας μπάλας

Scoreboard: Πίνακας αποτελεσμάτων

Bench Manager: Υπεύθυνος Πάγκου

Chairs/Bench: Καρέκλες / Πάγκος

Ball: Μπάλα

Ball Box: Κιβώτιο με μπάλες

Net: Δίχτυ

Hander: Εθελοντής που πετάει τη μπάλα

Attack Line: Γραμμή επίθεσης

Το προσωπικό για τις μπάλες στο φιλέ στέλνει κυλιστά μπάλες πίσω στο προσωπικό που βρίσκεται στο κουτί με τις μπάλες

### 1) Σκοπός:

Να μετρηθεί η ικανότητα του αθλητή να σερβίρει την μπάλα επάνω από το δίχτυ και στο γήπεδο του αντιπάλου.

### 2) Εξοπλισμός

Χρησιμοποιήστε ένα γήπεδο που να είναι 18 μ. μήκος και 9 μ. πλάτος, πέντε μπάλες βόλει (τροποποιημένη μπάλα επιτρέπεται), δίχτυ, εξοπλισμό γηπέδου, αντένες, ταινία μέτρησης, ταινία δαπέδου ή κιμωλία και κουτί για μπάλες.

### 3) Περιγραφή

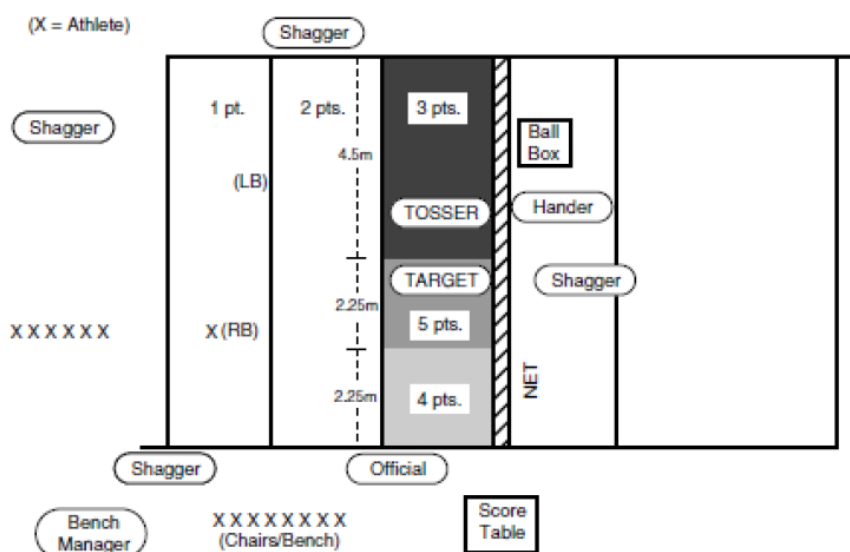


Ο αθλητής στέκεται 1,5 μ. μέσα από την τελική γραμμή και σερβίρει 10 μπάλες, μια κάθε φορά, στο γήπεδο του αντιπάλου.

#### 4) Βαθμολογία

Το γήπεδο διαιρείται σε τρεις ίσους τομείς με 3 μ. πλάτος. Σε κάθε μία από αυτές τις περιοχές αποδίδεται διαφορετική αξιολόγηση πόντων. Το σκορ του αθλητή είναι το σύνολο πόντων και των 10 σέρβις. Μια μπάλα που προσγειώνεται στη γραμμή, χρεώνεται στην περιοχή με την υψηλότερη βαθμολογία.

#### Διαγωνισμός Ατομικών Δεξιοτήτων # 3: Υποδοχή με «μανσέτα»



#### Όροι Διαγράμματος:

Athlete: Αθλητής

Official: Διαιτητής

Target: Στόχος

Shagger: Προσωπικό κυκλοφορίας μπάλας

Tosser: Εθελοντής

Scoreboard: Πίνακας αποτελεσμάτων

Hander: Εθελοντής που πετάει τη μπάλα

Bench Manager: Υπεύθυνος Πάγκου

Chairs/Bench: Καρέκλες / Πάγκος

Ball: Μπάλα

Ball Box: Κιβώτιο με μπάλες

Net: Δίχτυ

LB (πίσω αριστερά)

RB (πίσω δεξιά)



### 1) Σκοπός

Να μετρηθεί η ακρίβεια, το ύψος και η συνέπεια υποδοχής του αθλητή με τεχνική «μανσέτας».

### 2) Εξοπλισμός

Χρησιμοποιήστε ένα κανονικό γήπεδο βόλεϊ, που είναι 18 μ. σε μήκος και 9 μ. σε πλάτος, πέντε μπάλες βόλεϊ (τροποποιημένη μπάλα επιτρέπεται), δίχτυ, εξοπλισμό γηπέδου, ταινία μέτρησης, ταινία σήμανσης και κουτί για μπάλες.

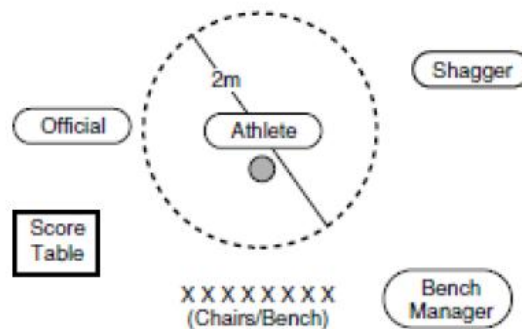
### 3) Περιγραφή

Ο αθλητής βρίσκεται στην πίσω δεξιά θέση, 3 μ. από τη δεξιά πλάγια γραμμή και 1 μ. από την πίσω γραμμή. Μια μπάλα ρίχνεται, χρησιμοποιώντας τα δύο χέρια, μπροστά από το κεφάλι ενός προπονητή / διαιτητή ο οποίος στέκεται στην ίδια πλευρά του δικτυού στην εμπρός κεντρική θέση, 2 μ. από το δίχτυ. Ο αθλητής μεταβιβάζει την μπάλα προς έναν στόχο (ένα άτομο που έχει τα χέρια του πάνω από το κεφάλι και ο οποίος στέκεται στην ίδια πλευρά, 2 μ. μακριά από το δίχτυ, και 4 μ. από την πλάγια γραμμή μακριά από tosser). Στόχοι με διαφορετική αξία πόντων σημειώνονται στο εμπρός μέρος του γηπέδου. Η εκδήλωση επαναλαμβάνεται με τον αθλητή στην πίσω αριστερή θέση, 3 μ. από την αριστερή πλάγια γραμμή και 1 μ. από την τελική γραμμή.

### 4) Βαθμολογία

Ο αθλητής πρέπει να μεταβιβάσει την μπάλα, τόσο έτσι ώστε η κορυφή του τόξου να είναι τουλάχιστον στο ύψος του φιλέ, ώστε να λαμβάνει τη μέγιστη βαθμολογία. Μια μπάλα που προσγειώνεται στη γραμμή έχει την υψηλότερη βαθμολογία. Μια μπάλα που μεταβιβάζεται κάτω από το ύψος του φιλέ, θα λάβει ένα μόνο πόντο, ανεξάρτητα από το πού προσγειώνεται. Η τελική βαθμολογία του αθλητή καθορίζεται από το άθροισμα των πόντων που θα σημειωθούν από τις πέντε προσπάθειές του τόσο στις πίσω δεξιά και όσο και στις αριστερά πίσω θέσεις. Προτείνεται ο διαιτητής να είναι ανεβασμένος σε μια καρέκλα ώστε να αξιολογεί το ύψος κάθε μανσέτας.

## 5. Βόλεϊ Juggle





### **Όροι διαγράμματος:**

Athlete: Αθλητής

Official: Διαιτητής

Shagger: Προσωπικό κυκλοφορίας μπάλας

Bench Manager: Υπεύθυνος Πάγκου

Score Table: Πίνακας αποτελεσμάτων

Chairs/Bench: Καρέκλες / Πάγκος

#### **α. Εξοπλισμός**

- 1) Πλαστική μπάλα παιδικής χαράς που είναι 60 εκ., στην περιφέρεια ή μια δερμάτινη τροποποιημένη μπάλα βόλει 81 εκ. στην περιφέρεια που και δεν υπερβαίνει τα 226 γρ σε βάρος.
- 2) Χρονόμετρο
- 3) Ταινία Μέτρησης
- 4) Ταινία δαπέδου ή κιμωλία
- 5) Σφυρίχτρα

**β. Set-up:** Σχηματίστε στο πάτωμα έναν κύκλο με διάμετρο 2 μ..

#### **γ. Κανόνες**

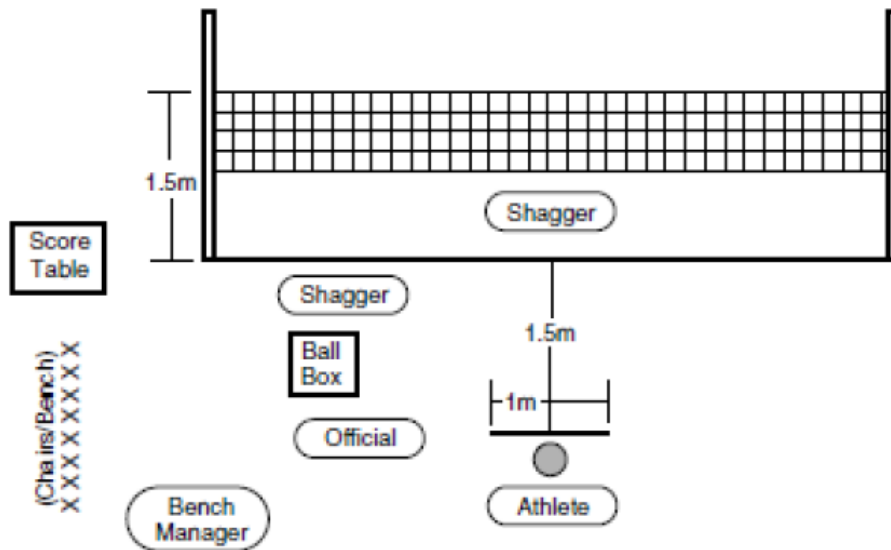
- 1) Ο αθλητής αρχίζει με το που κάθεται ή στέκεται στη μέση του κύκλου, κρατώντας μια μπάλα.
- 2) Ο αθλητής αρχίζει να κάνει juggling (χαμηλές πάσες πάνω από το κεφάλι) με τον ήχο του σφυρίγματος.
- 3) Ο αθλητής μπορεί να χρησιμοποιήσει μόνο τα χέρια και τα μπράτσα για να κάνει juggling με την μπάλα.
- 4) Ο αθλητής προσπαθεί να κρατήσει την μπάλα από την πτώση στο έδαφος.
- 5) Θα υπάρχει ανώτατο χρονικό όριο 60 δευτερολέπτων.
- 6) Η δοκιμασία τελειώνει όταν ο αθλητής πιάσει την μπάλα, όταν η μπάλα αγγίξει το έδαφος ή όταν ολοκληρωθεί ο χρόνος των 60 δευτερολέπτων.

#### **δ. Βαθμολογία**

- 1) Μέτρηση του αριθμού των επαναλήψεων που ο αθλητής χτύπησε την μπάλα στον αέρα.
- 2) Ο αθλητής κερδίζει έναν πόντο κάθε φορά που η μπάλα χτυπήσει στον αέρα.
- 3) Ο αθλητής κερδίζει πέντε πόντους bonus για τη διατήρηση της μπάλας στον αέρα για ολόκληρο τον χρόνο των 60 δευτερολέπτων.
- 4) Το τελικό σκορ του αθλητή είναι ο αριθμός των χτυπημάτων στα 60 δευτερόλεπτα συν τους bonus πόντους.



## 6. Πάσα Βόλεϊ



### Όροι Διαγράμματος:

Athlete: Αθλητής

Official: Διαιτητής

Shagger: Προσωπικό κυκλοφορίας μπάλας

Bench Manager: Υπεύθυνος Πάγκου

Score Table: Πίνακας αποτελεσμάτων

Chairs/Bench: Καρέκλες / Πάγκος

Ball: Μπάλα

Ball Box: Κιβώτιο με μπάλες

### **α. Εξοπλισμός**

- 1) Επιτρέπεται πλαστική μπάλα παιδικής χαράς που είναι 60 εκ. σε περιφέρεια ή δερμάτινη τροποποιημένη μπάλα βόλεϊ με 81 εκ. στην περιφέρεια και δεν υπερβαίνει τα 226 γρ σε βάρος.
- 2) Δίκτυ και εξοπλισμός γηπέδου
- 3) Ταινία Μέτρησης
- 4) Ταινία δαπέδου ή κιμωλία
- 5) Σφυρίχτρα

### **β. Στήσιμο**

- 1) Ρυθμίστε το δίκτυ σε ύψος 1,5 μ..
- 2) Σημειώστε μια γραμμή ρίψης η οποία να είναι 1 μ. σε μήκος, παράλληλα με το δίκτυ, και 1,5 μ. μακριά από το δίκτυ.

### **γ. Κανόνες**

- 1) Ο αθλητής αρχίζει σε καθιστή ή όρθια θέση πίσω από τη γραμμή ρίψης.

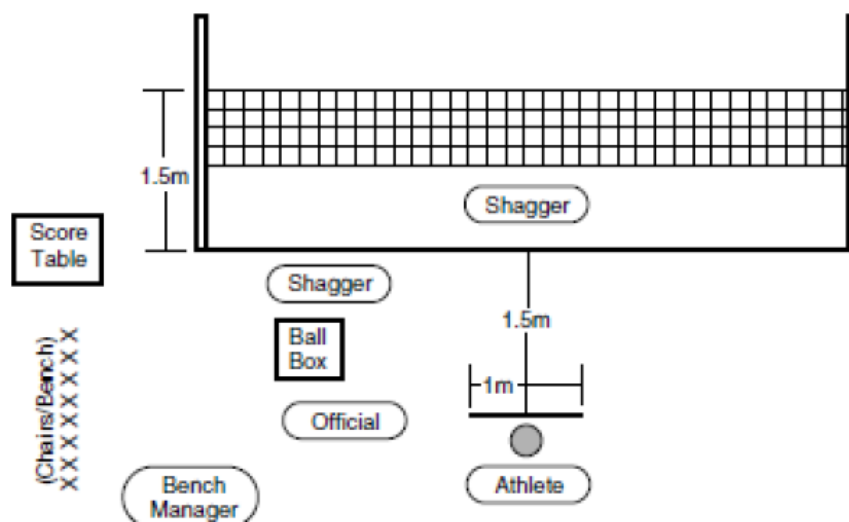


- 2) Ο αθλητής προσπαθεί να ρίξει την μπάλα πάνω από το δίχτυ.
- 3) Ο αθλητής μπορεί να ρίξει την μπάλα με το ένα ή τα δύο χέρια.
- 4) Ο αθλητής έχει πέντε προσπάθειες για να ρίξει την μπάλα πάνω από το δίχτυ.

#### δ. Βαθμολογία

Ένα σημείο απονέμεται για κάθε επιτυχημένη μπάλα που ρίχνεται πάνω από το δίχτυ.

### 7. Βόλεϊ «Πέταγμα και χτύπημα»



#### Όροι διαγράμματος:

Athlete: Αθλητής

Official: Διαιτητής

Shagger: Προσωπικό κυκλοφορίας μπάλας

Bench Manager: Υπεύθυνος Πάγκου

Score Table: Πίνακας αποτελεσμάτων

Chairs/Bench: Καρέκλες / Πάγκος

Ball Box: Κιβώτιο με μπάλες

#### α. Εξοπλισμός

- 1) Επιτρέπονται πέντε μπάλες παιδικής χαράς που είναι 60 εκ. στην περιφέρεια ή δερμάτινες τροποποιημένες μπάλες βόλεϊ με 81 εκ. στην περιφέρεια που δεν υπερβαίνουν τα 226 γρ σε βάρος.
- 2) Δίχτυ και εξοπλισμός γηπέδου
- 3) Ταινία μέτρησης
- 4) Ταινία δαπέδου ή κιμωλία
- 5) Σφυρίχτρα

#### β. Στήσιμο

- 1) Ρυθμίστε το δίχτυ σε ύψος 1,5 μ..



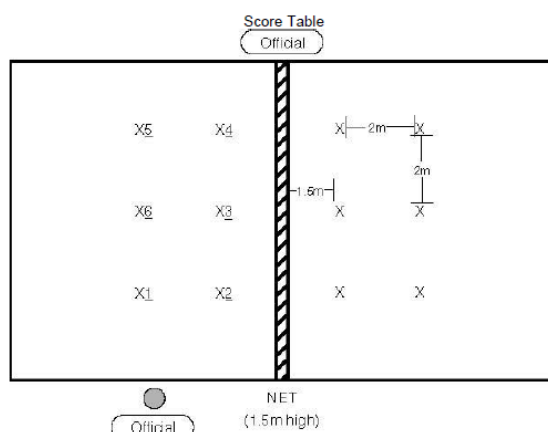
- 2) Σημειώστε μια γραμμή ρίψης οποία είναι 1 μ. σε μήκος, παράλληλα με το δίχτυ, και 1,5 μ. μακριά από το δίχτυ.

### γ. Κανόνες

- 1) Ο αθλητής κάθεται ή στέκεται πίσω από τη γραμμή ρίψης.
- 2) Ο αθλητής επιχειρεί να χτυπήσει πέντε μπάλες, μία κάθε φορά, πάνω από το δίχτυ.
- 3) Ο αθλητής μπορεί να χτυπήσει την μπάλα με το ένα ή με τα δύο χέρια.
- 4) Ο αθλητής έχει δύο προσπάθειες να χτυπήσει κάθε μπάλα πάνω από το δίχτυ.

**δ. Βαθμολογία:** Ένας πόντος απονέμεται για κάθε επιτυχημένη μπάλα που χτυπήθηκε επάνω από το δίχτυ.

## 8. Διαγωνισμός Δεξιοτήτων Ομάδας



### Όροι διαγράμματος:

Official: Διαιτητής

Net: Δίχτυ

Score Table: Πίνακας αποτελεσμάτων

### α. Εξοπλισμός

- 1) Δύο μπάλες βόλεϊ σύμφωνα με τους κανονισμούς ή δερμάτινες τροποποιημένες μπάλες βόλεϊ, με 81 εκ. περιφέρεια και 226 γρ σε βάρος ανά ομάδα.
- 2) Χρησιμοποιήστε ένα κανονικό γήπεδο βόλεϊ που να έχει 18 μ. μήκος και 9 μ. πλάτος
- 3) Εξοπλισμός Γηπέδου Βόλεϊ και το δίχτυ τοποθετείται στο 1,5 μ. ύψος
- 4) Ταινία Μέτρησης
- 5) Ταινία δαπέδου ή κιμωλία
- 6) Σφυρίχτρα

### β. Στήσιμο

- 1) Σημειώστε έξι σημεία στο γήπεδο, όπως φαίνεται στο διάγραμμα. Οι αθλητές θα πρέπει να είναι τοποθετημένοι με 2 μ. διάστημα μεταξύ τους. Οι αθλητές της εμπρός



γραμμής πρέπει να απέχουν 1,5 μ. από το δίχτυ. Οι αθλητές της πίσω γραμμής πρέπει να βρίσκονται 2 μ. από τους αθλητές της εμπρός γραμμής.

- 2) Οι ομάδες θα πρέπει να υποβάλουν τα ρόστερ πριν από την έναρξη του παιχνιδιού.
- 3) Τα μέλη της ομάδας πρέπει να φορούν στολές ή αριθμημένες φανέλες.

#### γ. Κανόνες

- 1) Δύο ομάδες των έξι μελών πρέπει να είναι τοποθετημένες στο δίχτυ από κάθε πλευρά.
- 2) Ένα παιχνίδι αποτελείται από έξι γύρους. Στους αθλητές θα πρέπει να δοθεί από μία ευκαιρία σε καθμία από τις έξι θέσεις κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού. Για να κερδίσει τον αγώνα, μια ομάδα πρέπει να κερδίσει δύο από τα τρία παιχνίδια. Ο Υπεύθυνος της διοργάνωσης έχει την ευχέρεια να μεταβάλει τον αριθμό των παιχνιδιών που παίζονται.
- 3) Ο διαιτητής πρέπει να δώσει την μπάλα στη θέση στον παίκτη στη θέση # 1. Με τον ήχο της σφυρίχτρας του διαιτητή, ο αγώνας αρχίζει.
- 4) Ο αθλητής στη θέση # 1, πρέπει να δώσει πάσα στον αθλητή στη θέση # 2. Ο αθλητής στη θέση # 2 επιχειρεί στη συνέχεια να χτυπήσει την μπάλα πάνω από το δίχτυ στο γήπεδο του αντιπάλου.
- 5) Η αντίπαλη ομάδα μπορεί να επιχειρήσει να επιστρέψει την μπάλα πάνω από το δίχτυ. Η ομάδα που σερβίρει δεν μπορεί να επιστρέψει αυτή την μπάλα.
- 6) Εάν η αντίπαλη ομάδα αποτύχει να χτυπήσει την μπάλα πάνω από το δίχτυ ή μέσα από τις γραμμές, δεν πρόκειται να τιμωρηθεί χάνοντας πόντους.
- 7) Ο διαιτητής δίνει την μπάλα στον αθλητή στη θέση # 6. Αυτός ο αθλητής κάνει πάσα στον αθλητή στη θέση # 3. Ο αθλητής στη θέση # 3 προσπαθεί να χτυπήσει την μπάλα επάνω από το δίχτυ και στο γήπεδο του αντιπάλου.
- 8) Μετά από αυτό το παιχνίδι, ο διαιτητής δίνει την μπάλα στον αθλητή στη θέση # 5. Χρησιμοποιώντας μια πάσα, ο αθλητής στη θέση # 5 δίνει την μπάλα στον αθλητή στη θέση # 4, ο οποίος στη συνέχεια επιχειρεί να χτυπήσει πάνω από το δίχτυ.
- 9) Αφού οι αθλητές στις θέσεις # 1, # 6 και # 5 έχουν ολοκληρώσει τις στροφές τους, ο κύκλος ολοκληρώνεται.
- 10) Η αντίπαλη ομάδα ξεκινά τώρα τον γύρο της, που τελειώνει όταν οι αθλητές στις θέσεις # 1, # 6 και # 5 έχουν ολοκληρώσει τις περιστροφές τους.
- 11) Κατά την έναρξη κάθε γύρου, οι αθλητές μιας ομάδας πρέπει να περιστρέφονται με τη σειρά του σέρβις (δεξιόστροφα) στην επόμενη θέση.  
Ο αθλητής στη θέση # 1 πηγαίνει στη θέση # 6.  
Ο αθλητής στη θέση # 6 πηγαίνει στη θέση # 5.  
Ο αθλητής στη θέση # 5 πηγαίνει στη θέση # 4.  
Ο αθλητής στη θέση # 4 πηγαίνει στη θέση # 3.  
Ο αθλητής στη θέση # 3 πηγαίνει στη θέση # 2.  
Και ο αθλητής στη θέση # 2 μετακινείται στη θέση # 1.



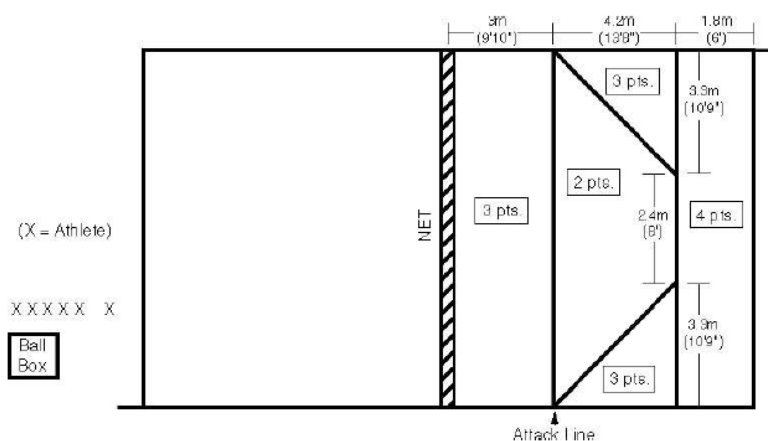
- 12) Το παιχνίδι συνεχίζεται έως ότου οι αθλητές έχουν περάσει από καθεμία από τις έξι θέσεις.
- 13) Αναπληρωματικοί επιτρέπεται να εισέλθουν στο παιχνίδι μόνο όταν έχει ολοκληρωθεί ένας γύρος.
- 14) Οι προπονητές πρέπει να παραμείνουν στις πλάγιες γραμμές, 4 μ. στην πλαϊνή πλευρά των αθλητών στη θέση # 1 και # 5. Επιτρέπονται λεκτικές ή έγγραφες οδηγίες από τους προπονητές. Οι αθλητές που είναι κωφοί, μπορούν να λάβουν βοήθεια για την τοποθέτησή τους.

#### δ. Βαθμολογία

- 1) Η ομάδα που σερβίρει κερδίζει έναν πόντο κάθε φορά που συμβαίνουν τα παρακάτω:
  - α) η μπάλα περνά με επιτυχία από τον αθλητή της πίσω γραμμής στον κατάλληλο αθλητή της εμπρός γραμμής.
  - β) ο αθλητής στην εμπρός γραμμή χτυπά την μπάλα.
  - γ) ο αθλητής στην εμπρός γραμμή χτυπά την μπάλα πάνω από το δίχτυ και μέσα στις γραμμές γηπέδου
- 2) Η ομάδα που αμύνεται, κερδίζει έναν πόντο έναν επιστρέψει την μπάλα επιτυχημένα μέσα στις γραμμές του γηπέδου και με όχι περισσότερες από δύο προσπάθειες.
- 3) Το ανώτερο σύνολο πόντων κάθε ομάδας σε έναν κανονικό αγώνα έξι γύρων είναι 72 πόντοι.
- 4) Για να κερδηθεί ένας αγώνας, μια ομάδα πρέπει να κερδίσει με διαφορά δύο πόντων. Επιπλέον γύροι διεξάγονται έως ότου αυτή η διαφορά επιτευχθεί.

## ΕΝΟΤΗΤΑ Δ – Δοκιμασίες Αξιολόγησης Δεξιοτήτων Βόλεϊ (VSAT)

### 1. VSAR-Σέρβις





### **Όροι διαγράμματος:**

Athlete: Αθλητής

Net: Δίκτυο

Attack Line: Γραμμή επίθεσης

Πόντοι: Pts.

Ball Box: Κιβώτιο μπάλας

### **ΣΤΗΣΙΜΟ**

Χρησιμοποιήστε ένα κανονικό γήπεδο βόλεϊ που να έχει 18 μ. μήκος και 9 μ. πλάτος, 10 μπάλες βόλεϊ, ύψος δικτυού 2,24 μ. για τις γυναίκες και 2,43 μ. για τους άνδρες, εξοπλισμό γηπέδου, αντένες, ταινία μέτρησης, ταινία και κουτί για μπάλες.

### **ΔΟΚΙΜΑΣΙΑ**

Ο Αθλητής έχει 10 προσπάθειες από την περιοχή σέρβις. Ο Αθλητής μπορεί να σερβίρει από πάνω ή κάτω. Χρησιμοποιούνται ταινίες ή κιμωλία για τη σημείωση των περιοχών-στόχων, που θα αξιολογούνται με δύο έως τέσσερις βαθμούς.

### **ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ**

Η μπάλα που χτυπά γραμμή, κερδίζει την ανώτερη βαθμολογία. Μπάλες που χτυπούν το δίκτυο, την αντένα ή χτυπούν έξω από τις γραμμές γηπέδου, δεν κερδίζουν πόντους. Η τελική βαθμολογία του αθλητή καθορίζεται από το άθροισμα της βαθμολογίας για καθεμία από τις 10 προσπάθειες.

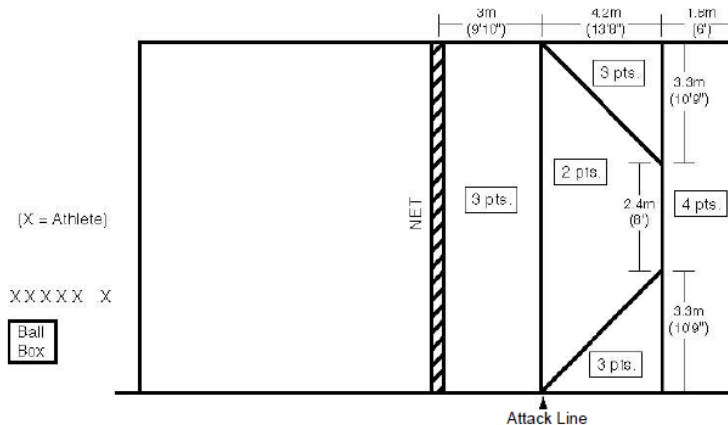
### **ΟΡΓΑΝΩΣΗ**

Εθελοντές δείχνουν τις δοκιμασίες και δεν παρεμβαίνουν σε οποιοδήποτε αθλητή μετέχει στη δοκιμασία.

Ο Εθελοντής Α θα καθοδηγήσει την ομάδα να κάνει τη συγκεκριμένη δοκιμασία, ο Εθελοντής Β θα δείξει τη δοκιμασία, ο Εθελοντής Γ θα πετάξει μια μπάλα στον αθλητή που θα εκτελέσει τη δοκιμασία. Οι εθελοντές μαζεύουν τις μπάλες μετά την εκτέλεση της δοκιμασίας και τις τσουλάνε σε έναν εθελοντή που στέκεται κοντά στο κουτί για μπάλες. Όταν ο αθλητής έχει τελειώσει, ο Εθελοντής Α, θα δώσει το σκορ στον Εθελοντή Δ, που είναι ο σημειωτής αποτελεσμάτων. Κάθε εθελοντής διευκολύνει τη δοκιμασία και είναι υπεύθυνος της περιοχής του.



## 2. VSAR-Υποδοχή με «μανσέτα»



### Όροι διαγράμματος:

Athlete: Αθλητής

Net: Δίκτυο

Attack Line: Γραμμή επίθεσης

Πόντοι: Pts.

Ball Box: Κιβώτιο μπάλας

Target: Στόχος

Tosser: Εθελοντής

Πίσω δεξιά: RB

Πίσω αριστερά: LB

### **ΣΤΗΣΙΜΟ**

Χρησιμοποιήστε ένα κανονικό γήπεδο βόλεϊ που έχει 18 μ. μήκος και 9 μ. πλάτος, πέντε μπάλες βόλεϊ, ύψος δικτυού 2,24 μ. για τις γυναίκες και 2,43 μ. για τους άνδρες, εξοπλισμό γηπέδου, αντένες, ταινία μέτρησης, ταινία δαπέδου ή κιμωλία και κουτί για μπάλες.

### **ΔΟΚΙΜΑΣΙΑ**

Κάθε αθλητής δέχεται 10 μπάλες με πάσα από τον tosser, ο οποίος τοποθετείται στο δίκτυο και στη γραμμή επίθεσης, 4,5 μ. από τις πλάγιες γραμμές. Κάθε αθλητής έχει πέντε προσπάθειες από την πίσω δεξιά θέση, 3 μέτρα από τη δεξιά πλάγια γραμμή και 1 μέτρο από την τελική γραμμή και πέντε προσπάθειες από την πίσω αριστερή θέση, 3 μ. από την αριστερή πλάγια γραμμή και 1 μ. από την τελική γραμμή. Άσχημες μπαλιές επαναλαμβάνονται. Κάθε αθλητής μεταβιβάζει την μπαλιά που δέχεται προς έναν στόχο, ένα άτομο που έχει τα χέρια του πάνω από το κεφάλι και ο οποίος στέκεται στην ίδια πλευρά του, 2 μ. μακριά από το δίκτυο και 2 μ. από την πλάγια γραμμή. Οι στόχοι βαθμολογούνται από έναν έως πέντε πόντους. Η κορυφή του τόξου κάθε μπαλιάς πρέπει να είναι ψηλότερα από το ύψος του δικτυού.

### **ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ**

Τα παρακάτω φέρνουν μηδέν αποτέλεσμα: αντικανονική επαφή, μπάλες οι οποίες πέρασαν κάτω από το ύψος του δικτυού και μπάλες που έπεσαν πίσω από την

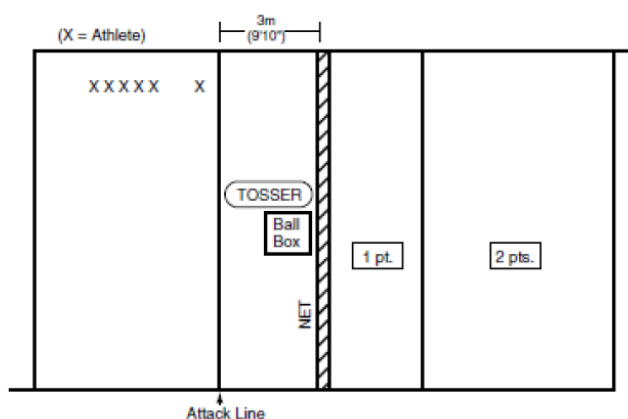


κεντρική γραμμή. Μια μπάλα που χτυπά τη γραμμή μεταξύ σημείων αξιολόγησης παίρνει την υψηλότερη βαθμολογία. Η τελική βαθμολογία των αθλητών είναι το σύνολο των πόντων που κερδήθηκαν για κάθε μια από τις 10 προσπάθειες.

## ΟΡΓΑΝΩΣΗ

Εθελοντές δείχνουν τις δοκιμασίες και δεν παρεμβαίνουν σε οποιοδήποτε αθλητή μετέχει στη δοκιμασία. Ο Εθελοντής Α θα καθοδηγήσει την ομάδα να κάνει τη συγκεκριμένη δοκιμασία, ο Εθελοντής Β θα δείξει τη δοκιμασία, ο Εθελοντής C θα πετάξει μια μπάλα στον αθλητή που θα εκτελέσει τη δοκιμασία. Οι εθελοντές μαζεύουν τις μπάλες μετά την εκτέλεση της δοκιμασίας και τις τσουλάνε σε έναν εθελοντή που στέκεται κοντά στο κουτί για μπάλες. Όταν ο αθλητής έχει τελειώσει, ο Εθελοντής Α, θα δώσει το σκορ στον Εθελοντή D, που είναι ο σημειωτής αποτελεσμάτων. Κάθε εθελοντής διευκολύνει τη δοκιμασία και είναι υπεύθυνος της περιοχής του.

## 3. VSAT - Επίθεση



### Όροι διαγράμματος:

Athlete: Αθλητής

Tosser: Εθελοντής

Net: Δίκτυο

Attack Line: Γραμμή επίθεσης

Ball Box: Κιβώτιο μπάλας

Πόντοι: Pts.

### ΣΤΗΣΙΜΟ

Χρησιμοποιήστε ένα κανονικό γήπεδο βόλεϊ που να έχει 18 μ. μήκος και 9 μ. πλάτος, πέντε μπάλες βόλεϊ, ύψος δικτυού 2,24 μ. για τις γυναίκες και 2,43 μ. για τους άνδρες, εξοπλισμό γηπέδου, αντένες, ταινία μέτρησης, ταινία δαπέδου ή κιμωλία και κουτί για μπάλες.

### ΔΟΚΙΜΑΣΙΑ

Ο tosser θα πετάξει την μπάλα μπροστά από τον αθλητή και 2 μ. επάνω από το δίκτυο. Μπαλιές που δεν βρίσκονται στο κατάλληλο ύψος, επαναλαμβάνονται. Ο αθλητής



στέκεται στο γήπεδο, 3,05 έως 4,57 μ. μακριά από το δίχτυ, κάνει μια προσπάθεια καρφώματος και καρφώνει την μπάλα επάνω από το δίχτυ μέσα στα όρια του αντίπαλου γηπέδου. Κάθε αθλητής πραγματοποιεί 10 προσπάθειες.

## ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ

Ο αθλητής κερδίζει δύο πόντους για κάθε καρφί που προσγειώνεται πίσω από τη γραμμή επίθεσης, και έναν πόντο για κάθε καρφί που προσγειώνεται μεταξύ του δικτυού και της γραμμής επίθεσης μέσα στο αντίπαλο γήπεδο. Ένα «πλασέ» ή μια βολή με μισή ταχύτητα δεν καταγράφεται σαν καρφί. Η τελική βαθμολογία του αθλητή θα είναι το σύνολο όλων των 10 προσπαθειών.

## ΟΡΓΑΝΩΣΗ

Οι εθελοντές δείχνουν τις δοκιμασίες και δεν παρεμβαίνουν σε οποιοδήποτε αθλητή μετέχει στη δοκιμασία.

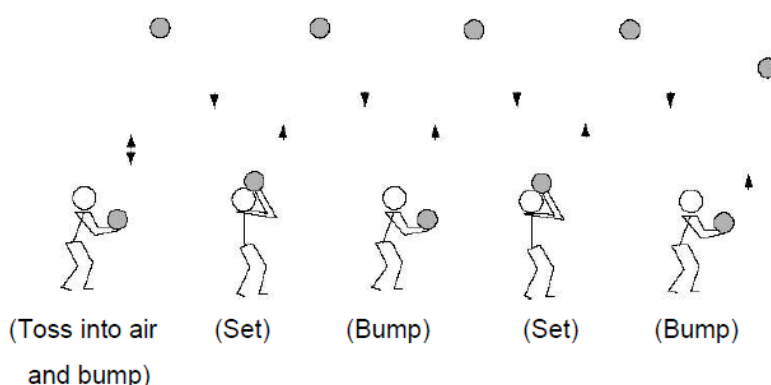
Ο Εθελοντής Α θα καθοδηγήσει την ομάδα να κάνει τη συγκεκριμένη δοκιμασία, ο Εθελοντής Β θα δείξει τη δοκιμασία, ο Εθελοντής Γ θα πετάξει μια μπάλα στον αθλητή που θα εκτελέσει τη δοκιμασία. Οι εθελοντές μαζεύουν τις μπάλες μετά την εκτέλεση της δοκιμασίας και τις τσουλάνε σε έναν εθελοντή που στέκεται κοντά στο κουτί για μπάλες. Όταν ο αθλητής έχει τελειώσει, ο Εθελοντής Α, θα δώσει το σκορ στον Εθελοντή Δ, που είναι ο σημειωτής αποτελεσμάτων. Κάθε εθελοντής διευκολύνει τη δοκιμασία και είναι υπεύθυνος της περιοχής του.

## 4. VSAT-Bump-set

### Όροι διαγράμματος:

Πέταγμα στον αέρα και χτύπημα

Πάσα



## ΣΤΗΣΙΜΟ

Χρησιμοποιείται μισό γήπεδο βόλεϊ, ένα δίχτυ με ελάχιστο ύψος 2,24 μ. και τρεις μπάλες βόλεϊ.

## ΔΟΚΙΜΑΣΙΑ



Ο αθλητής χτυπά εναλλάξ (μανσέτα) και πασάρει την μπάλα στον εαυτό του χωρίς διακοπή.

Ο αθλητής πρώτα πετά την μπάλα στον αέρα και στη συνέχεια χτυπά την μπάλα.

Ο αθλητής τότε πρέπει να μετακινηθεί κάτω από την μπάλα για πάσα-χτύπημα-πάσα-χτύπημα κ.λπ.

Ο αθλητής πρέπει να παραμείνει μέσα στις γραμμές του μισού γηπέδου.

## **ΒΑΘΜΟΛΟΓΙΑ**

Σε κάθε αθλητή δίνονται τέσσερις προσπάθειες για να κερδίσει το καλύτερο σκορ.

Η μέγιστη βαθμολογία είναι 50 (25 χτυπήματα και 25 πάσες). Κάθε κανονικό χτύπημα υπολογίζεται ως ένας πόντος, όσο η μπάλα πηγαίνει επάνω από το ύψος του δικτυού.

Η συγκεκριμένη δοκιμασία έχει τελειώσει, όταν ο αθλητής πασάρει ή χτυπά την μπάλα δύο φορές στη σειρά, χτυπά αντικανονικά την μπάλα, πηγαίνει έξω από το γήπεδο για να παίξει την μπάλα ή φθάσει το σκορ των 50 επαναλήψεων.

## **ΟΡΓΑΝΩΣΗ**

Εθελοντές δείχνουν τις δοκιμασίες και δεν παρεμβαίνουν σε οποιοδήποτε αθλητή μετέχει στη δοκιμασία.

Ο Εθελοντής Α θα καθοδηγήσει την ομάδα να κάνει τη συγκεκριμένη δοκιμασία, ο Εθελοντής Β θα δείξει τη δοκιμασία, ο Εθελοντής Γ θα πετάξει μια μπάλα στον αθλητή που θα εκτελέσει τη δοκιμασία. Οι εθελοντές μαζεύουν τις μπάλες μετά την εκτέλεση της δοκιμασίας και τις τσουλάνε σε έναν εθελοντή που στέκεται κοντά στο κουτί για μπάλες. Όταν ο αθλητής έχει τελειώσει, ο Εθελοντής Α, θα δώσει το σκορ στον Εθελοντή D, που είναι ο σημειωτής αποτελεσμάτων. Κάθε εθελοντής διευκολύνει τη δοκιμασία και είναι υπεύθυνος της περιοχής του.