



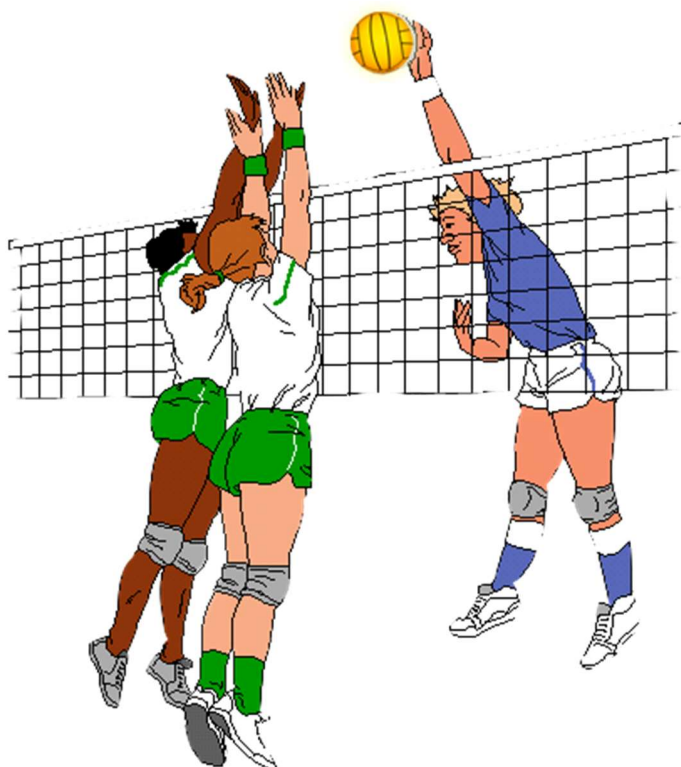
## *Wychowanie fizyczne*

*(25– 29.05.2020r.)*

**Witam Drodzy Uczniowie!**

- Nie zapominajcie o codziennej aktywności!

### **SIATKÓWKA OD A DO Z, CZYLI ZASADY GRY W MINISIATKÓWKĘ**



## 1. Charakterystyka gry

Mini siatkówka to gra w piłkę siatkową przeznaczona dla dzieci w wieku 7-12 lat, rozgrywana w zespołach dwu, trzy i czteroosobowych, na zmniejszonym boisku, mniejszą piłką i z wybranymi przepisami gry, dostosowanymi do możliwości dzieci.

Mini siatkówka jest grą zespołową, rozgrywaną pomiędzy dwoma zespołami. W zależności od kategorii rozgrywkowej mogą to być mecze 2x2, 3x3 lub 4x4 (ilość zawodników na boisku).

Jest najprostszą i najłatwiejszą formą piłki siatkowej, przystosowaną do możliwości fizycznych i mentalnych dzieci od 7 do 12 lat. Jest dostosowana do psychomotorycznych możliwości zawodników (dzieci).

Dozwolone jest odbicie piłki każdą częścią ciała.

### Gra toczy się do momentu popełnienia błędu:

- upadku piłki na pole gry przeciwnika,
- upadku piłki na własne pole i poza pole gry przeciwnika,
- dotknięcia siatki (stosowane zwyczajowo, jako błąd dotknięcia górnej taśmy siatki),
- przekroczenia linii środkowej przez zawodnika,
- przekroczenia lub dotknięcia linii końcowej boiska przy wykonywaniu zagrywki,
- błędu odbicia lub uderzenia piłki,
- błędu zagrywki, spoza pola zagrywki.

## 2. Plac do gry

Plac do gry składa się z boiska do gry i wolnej przestrzeni. Powierzchnia boiska jest płaska, pozioma i jednolita. Powierzchnia boiska nie może stwarzać niebezpieczeństwa odniesienia obrażeń przez zawodników uczestniczących w grze. Zabrania się gry na powierzchniach szorstkich lub śliskich.

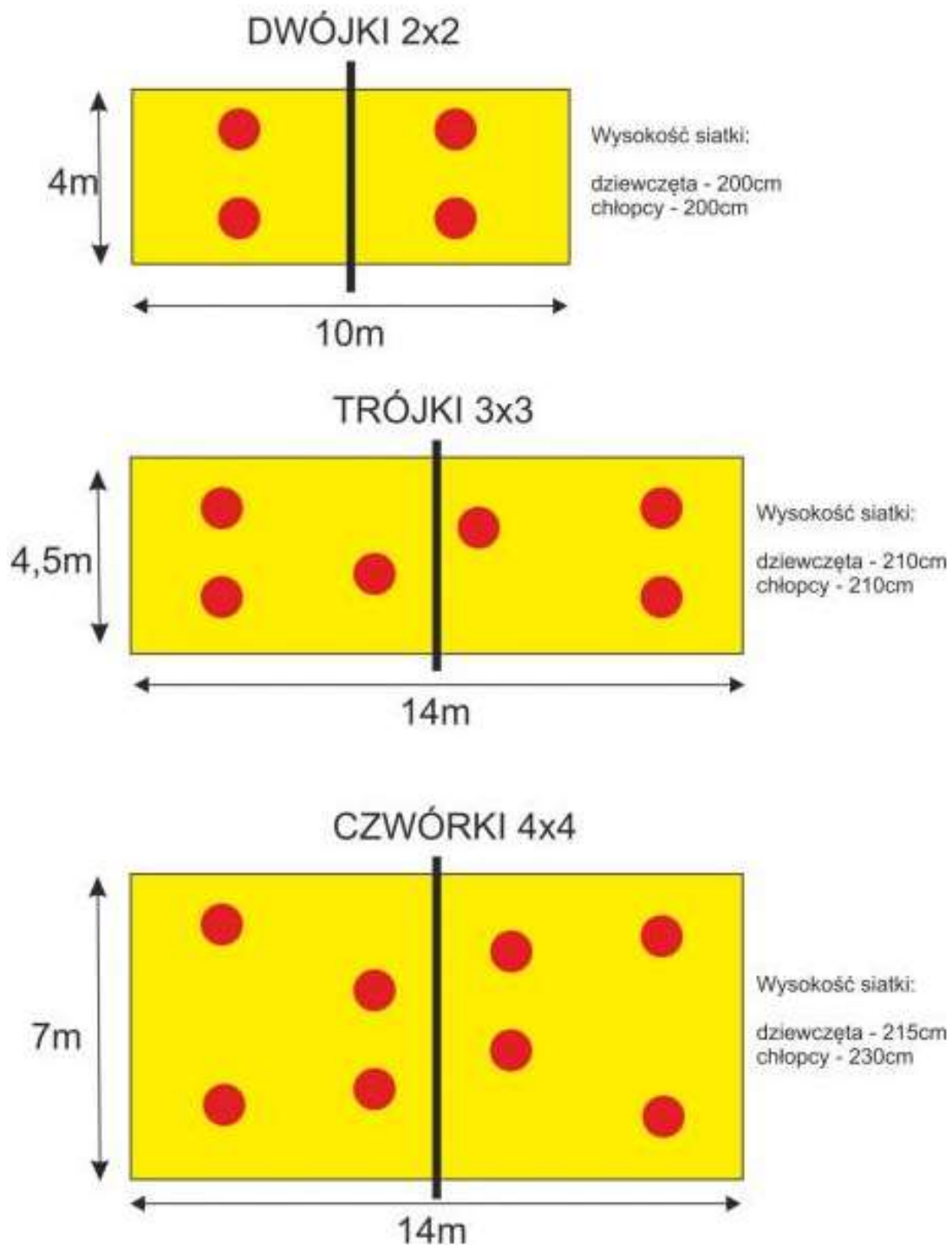
Zawody minisiatkówki mogą odbywać się zarówno w halach sportowych, jak i na powietrzu. Spadek boiska na powietrzu nie może wynosić więcej niż 5 mm na 1 metr.

Wszystkie linie mają szerokość 5 cm. Muszą być koloru jasnego kontrastującego z podłożem i innymi liniami. Dwie linie boczne i dwie linie końcowe ograniczające boisko są wykreślone wewnątrz boiska (**linia wchodzi w skład pola boiska**). Linia środkowa - oś linii środkowej dzieli boisko na dwa równe pola gry. Oś linii środkowej boiska znajduje się pod siatką pomiędzy liniami bocznymi boiska.

### 3. Wymiary boisk

Wymiary boisk są takie same zarówno dla dziewcząt, jak i dla chłopców.

- "dwójki" - 2x2 - 5 m x 4 m
- "trójki" - 3x3 - 7 m x 4,5 m
- "czwórki" - 4x4 - 7 m x 7 m



## 4. Wysokość siatki

Wysokość siatki jest uzależniona od klasy rozgrywkowej i płci zawodników:

Klasa rozgrywkowa	Dziewczęta	Chłopcy
"dwójki" 2x2	200 cm	200 cm
"trójki" 3x3	210 cm	210 cm
"czwórki" 4x4	215 cm	230 cm

## 5. Liczba zawodników i rezerwowi

Liczba zawodników w polu gry i rezerwowych jest taka sama dla każdej płci:

"dwójki" 2x2	2 zawodników w polu + 1 rezerwowy
"trójki" 3x3	3 zawodników w polu + 1 rezerwowy
"czwórki" 4x4	4 zawodników w polu + 2 rezerwowych

## 6. Piłki do gry

Rozmiar piłki do gry jest taki sam dla każdej płci:

"dwójki" 2x2	mini piłka rozmiar 4
"trójki" 3x3	mini piłka rozmiar 4
"czwórki" 4x4	piłka klasyczna rozmiar 5



## 7. System gry

Mecz toczy się w formie jednego seta do 25 punktów przy zachowaniu różnicy 2 punktów (np. 25:23).

W "czwórkach" 4x4 - zawodnik zagrywający jest zawodnikiem linii obrony. Zawodnik linii obrony nie może przebijać na stronę przeciwnika piłki znajdującej się powyżej górnej krawędzi siatki.

W "trójkach" 3x3 - zawodnik zagrywający jest zawodnikiem linii obrony. Zawodnik linii obrony nie może przebijać na stronę przeciwnika piłki znajdującej się powyżej górnej krawędzi siatki.

W "dwójkach" 2x2 - dowolność pozycji. Dodatkowo w "dwójkach" dopuszcza się wykonanie zagrywki sposobem oburącz górnym (przebite palcami).

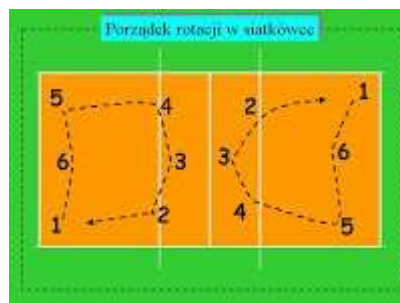
Obowiązuje kolejność zagrywki.

## Ustawienie w czasie gry.

W momencie uderzenia piłki przez zagrywającego, każdy zespół musi znajdować się na własnej stronie boiska, ustawiony zgodnie z porządkiem rotacji (z wyjątkiem zawodnika zagrywającego).

## Rotacja zawodników.

Porządek rotacji określony jest przez ustawienie początkowe zespołów i kontrolowany jest w zakresie kolejności wykonywania zagrywki i ustawienia zawodników podczas seta. Jeśli zespół odbierający zdobywa prawo do wykonywania zagrywki, zawodnicy dokonują rotacji, przesuując się o jedną pozycję zgodnie z ruchem wskazówek zegara: zawodnik z pozycji 2 przechodzi na pozycję 1 i będzie zagrywał, zawodnik z pozycji 1 przechodzi na pozycję 4 (dotyczy "czwórek") lub pozycję 3 (dotyczy "trójek), itd.



## Błąd rotacji.

Błąd rotacji powstaje, gdy zagrywka nie jest wykonana zgodnie z porządkiem rotacji. Prowadzi to do następujących konsekwencji:

- zespół przeciwny zdobywa punkt i prawo do zagrywki,
- porządek rotacji zawodników jest korygowany.

Dodatkowo sekretarz powinien określić, w którym momencie powstał błąd i wszystkie punkty zdobyte przez zespół popełniający błąd od momentu jego powstania muszą zostać anulowane. Punkty zdobyte przez przeciwnika zostają zachowane. Jeśli nie można ustalić momentu powstania błędu, anulowanie punktów nie następuje, a jedyną konsekwencją dla zespołu popełniającego błąd jest przyznanie punktu i zagrywki zespołowi przeciwnemu.

Zawodnik rezerwowi może wejść na boisko tylko jeden raz w secie na miejsce zawodnika z ustawienia początkowego i może być zmieniony tylko przez tego samego zawodnika, którego zmienił.

## **8. Temperatura**

Minimalna temperatura nie może być niższa niż 16 stopni C.

*Nauczyciel wychowania fizycznego*

*mgr Piotr Ziętek*