

FAKULTNÍ ZÁKLADNÍ ŠKOLA OLMOUC, HÁLKOVA 4



# ZÁVĚREČNÁ PRÁCE

*Volejbal*

*Olomouc, květen 2012*

*Renáta JANÁKOVÁ*

## Obsah

1	Historie .....	6
1.1	William G. Morgan .....	6
1.2	Počátky .....	6
2	Pravidla .....	6
2.1	Hrací plocha a náčiní .....	6
2.2	Chyby .....	10
2.3	Vývoj pravidel .....	10
2.3.1	První pravidla .....	10
2.3.2	Pravidla ve 20. Století .....	11
3	Způsob hry .....	12
3.1	Základní údery .....	12
3.1.1	Odbití prsty .....	12
3.1.2	Odbití bagrem .....	13
3.2	Posty .....	13
3.2.1	Smečář .....	13
3.2.2	Nahravač .....	14
3.2.3	Blokař .....	15
3.2.4	Univerzál .....	15
3.2.5	Libero .....	16
3.3	Taktiky .....	17
4	FIVB .....	18

5	Volejbalová móda.....	18
6	Plážový volejbal .....	20
7	Má volejbalová kariéra .....	21

## **Abstrakt**

Má závěrečná práce se týká mého nejoblíbenějšího sportu – volejbalu. Na začátku Vás chci seznámit se stručnou historií, vývojem a způsobu hry tohoto sportu. Dále jsem se rozepsala i o pravidlech a jejich vývoji, různých variantách volejbalu jako je třeba plážový volejbal, ale i o možných taktikách hry.

## **Abstract**

In my final work, I write about volleyball. I want to tell you about its history and evolution, but you can also find iformations about beach volleyball or volleyball fashion.

## ÚVOD

Práci na téma Volejbal jsem si vybrala z jednoho prostého důvodu. Miluji tento sport a sama se mu věnuji, když se mi proto naskytla příležitost dozvědět se o tomto sportu něco víc, neváhala jsem. Zažívám od úplného, trošku kostrbatého a bolestivého volejbalu. Postupně se práce posouvá do starších i novodobých pravidel a končí volejbalovou módou nebo oblíbeným plážovým volejbalem.

Má práce by se mohla líbit všem, kterým sport alespoň trošku něco říká a chtěli by se o jednom z nich dozvědět víc a třeba si i díky ní někdy zkusí tento překrásný sport na vlastní kůži.

# 1 Historie

## 1.1 William G. Morgan

William G. Morgan se narodil 23. 1. 1870 v Lockportu (New York, USA). Po studiích ve Springfieldu se stal profesorem tělesné výchovy v Křesťanském sdružení mladých lidí (YMCA). Jeho cílem bylo oživení hodin tělesné výchovy hlavně v zimních měsících, kdy zájem o sporty hodně klesal. Chtěl vymyslet bezkontaktní halový sport, a proto 9. 2. 1895 poprvé vymyslel hru tehdy ještě hodně podobnou mladičké košíkové. Žáci nejprve v jeho hodinách museli hrát s basketbalovým míčem, což nebylo vůbec snadné, protože basketbalový míč je velký a těžký, není proto divu, že každou chvíli měl někdo převrácené prsty. Další marný pokus byla duše z basketbalového míče. Později se hrálo s míčem, který byl z gumy. To byl první pokus o volejbalový míč, jak ho známe dnes.

## 1.2 Počátky

Hra se nejprve jmenovala „Mintonette“, ve které se basketbalový míč ještě odrážel od země a byla podobná košíkové. Návrh na jméno volley-ball byl pronesen až na springfieldské konferenci ředitelů tělesné výchovy YMCA v roce 1896 a to kvůli jeho úderům: volley – úder, při kterém se míč nedotkne země; ball – míč.

# 2 Pravidla

## 2.1 Hrací plocha a náčiní

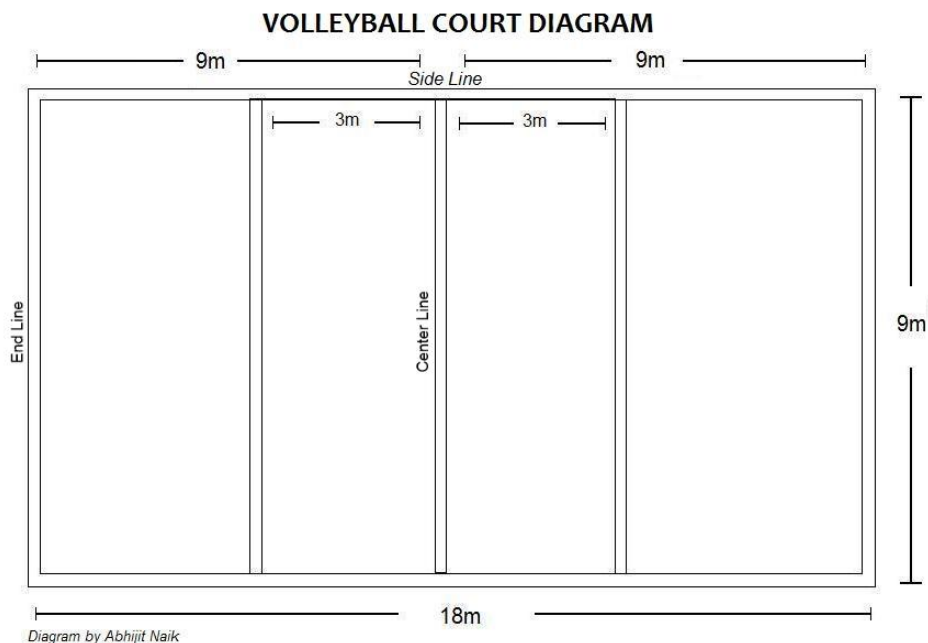
Volejbal se hraje na hřišti a volné okolní ploše, které tvoří hrací plochu. Rozměry hřiště jsou 9x18 metrů a vyznačují jej obvodové čáry o šíři 5 centimetrů. Obvodové čáry jsou součástí hřiště. Uprostřed je hřiště kolmo na delší stranu rozděleno na dvě poloviny středovou čarou, která je součástí obou polovin hřiště. Nad středovou čarou je umístěna síť. Obě poloviny hřiště jsou dále rozděleny čarou, která je rovnoběžná se sítí ve vzdálenosti 3 metry od středové čáry. Takto rozdělená území se nazývají přední (blíže k síti) a zadní.

Síť je zavěšena nad středovou čarou. Je široká 9,5 metrů a vysoká 1 metr. Nad postranními čarami je na síti svisle umístěna 5 cm široká bílá páska. Vedle okraje pásky jsou červeno-bílé anténky s průměrem 1 cm. Tyto anténky převyšují síť o 80 cm. Síť je černá s oky 10x10. Její horní okraj je ohraničen bílou páskou, která je široká rovněž 5 cm.

Horní okraj sítě od země je pro oficiální utkání určen následujícími pravidly:

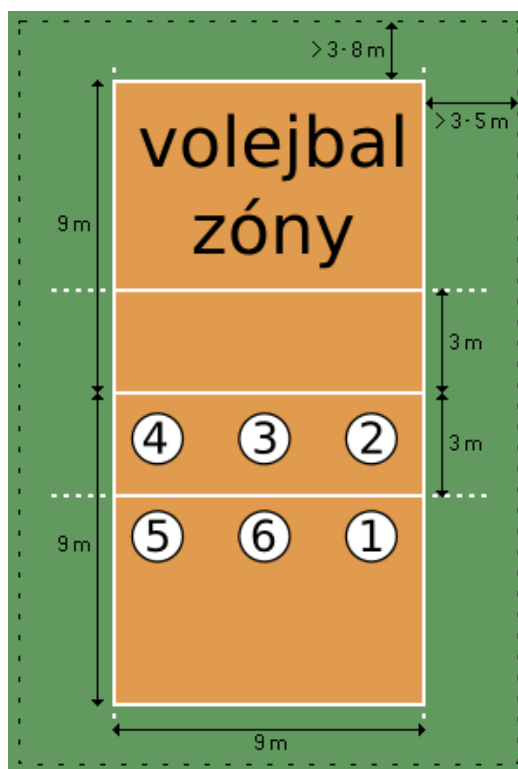
Tab. 1 Výška sítě v různých věkových kategoriích

Věková kategorie	Výška sítě (cm)
Muži, junioři	243
Kadeti	239
Starší žáci	235
Ženy a juniorky	224
Mladší žáci a kadetky	220
Starší žákyně	215
Mladší žákyně	210



Obr. 1 Volejbalový kurt

Volejbalové hřiště se dále dělí na tzv. zóny. Značí se proti směru hodinových ručiček. Dělí se podle postavení hráče na hřišti, jestli jde právě na podání, nebo stojí uprostřed sítě.



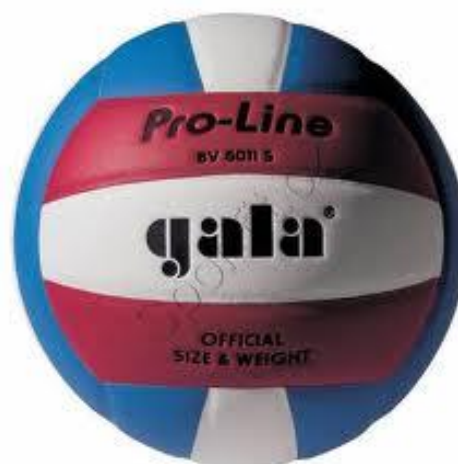
Obr. 2 Jednotlivé zóny na hřišti



Volejbalový míč je kulatý, většinou vyrobený z kůže nebo syntetické kůže. Jeho hmotnost je 260-280 gramů a obvod 66 cm (tolerance 1 cm). Předepsaný vnitřní tlak míče je 30-32 kPa.



Obr. 3 Nový typ míče, značka Mikasa



Obr. 4 Starší typ míče, česká značka Gala

## 2.2 Chyby

Výměna končí tehdy, když jedno z družstev udělá chybu. Nejzákladnější a nejčastější chyby jsou:

- Míč se dotkne hrací plochy (výměnu prohrálo družstvo, jehož polovina se míč dotkl)
- Míč zcela podletí pod sítí.
- Hráči družstva se dotknou před předáním míče soupeři více jak třikrát.
- Jeden hráč se dotkne míče dvakrát za sebou (výjimkou je blokující hráč)
- Hráč nečistě odbije míč (hodí ho apod.)
- Hráč míč chytí.
- Míč spadne do prostoru mimo hřiště (do autu) (výměnu prohrálo družstvo, které jej tam dostalo)
- Chyba v postavení – hráči stojí před zahájením výměny v jiném pořadí, než nahlásili před zahájením zápasu

## 2.3 Vývoj pravidel

### 2.3.1 První pravidla

První pevná pravidla zveřejnil J. J. Cameron v roce 1896.

Hra sestávala z tzv. směn. Směna je:

1. Jedno podání na každé straně, tj. když jeden hráč na každé straně odehraje své podání
2. Když tři a více hráčů odehrají na každé straně svá podání.

Jedna hra se skládá z deseti takových směn. Rozměry hřiště byly 7, 65 m x 15, 33 m (25 a 50 stop). Síť byla také menší, měřila na výšku 2 stopy a na šířku 24 stop (tedy cca 0, 61 x 8, 22 m), 1, 98 metrů nad zemí. Míč je gumová duše, která je pokrytá kůží nebo plátnem. Obvod by měl být 25-27 palců (63, 5-68, 58 cm) a vážit musí 9-12 uncí (255, 15-340, 2 g). Může hrát libovolný počet hráčů. Hráč má na podání dva pokusy. Při podání musí stát jednou nohou na čáře, míč musí letět alespoň deset stop (3, 05 metrů) Systém bodování byl na takzvané ztráty: Každé nevrácené dobré podání, či nevrácený míč druhou stranou se počítá jako bod pro stranu, která podává. Bod může družstvo získat jen, když má podání. Pokud zkazí míč, ztrácí podání. Míč který se dotkne sítě se počítá jako mrtvý míč. Když míč spadne na čáru, počítá se jako mimo hřiště. Dotkne-li se hráč sítě, míč se počítá jako mrtvý, držení míče bylo už tehdy zakázáno. Když se míč odrazí vně hřiště od jakéhokoliv předmětu zpět do hřiště, hra pokračuje. Trvalé nadrážení (driblink) je dovoleno, musí však probíhat na 4 stopy (1, 2 m) od sítě.

### 2.3.2 Pravidla ve 20. Století

Následné úpravy pravidel probíhaly hlavně ve 20. Století:

V roce **1910** se výška sítě od země změnila na 213 cm. Přibližování k síti driblingem se zakázalo a směny nahradily sety do 21 bodů.

V roce **1912** se opět změnila výška sítě od země. Tentokrát na 228 cm.

Od roku **1917** již smí v jednom družstvu být pouze 6 hráčů.

Rok **1922** přinesl důležitou změnu pravidel – počet odbití družstvem se ustanovil na čísle 3 a zakázal smečování zadních hráčů u sítě.

V roce **1944** byla vydána pravidla ČVBS. Rozměry hřiště se ustálily na konečných 9 x 18 metrů a výška sítě se rozlišila podle pohlaví. U žen to bylo 225 cm a u mužů 245 cm.

Rok **1950** přinesl s sebou útočnou čáru (3 metry od sítě) a přísnější posuzování „čistoty“ odbití míče prsty.

V roce **1956** byla povolena clona při podání, která však vzápětí, r. **1960** byla opět zrušena. V téže roce byl také dovolen došlap na střední čáru (bez jejího překročení).

Výška sítě se v roce **1963** změnila u žen na 224 cm a u mužů na 243 cm.

Od roku **1968** se zavedlo pravidlo, které umožňovalo blokovat i podání.

Anténky byly poprvé zavedeny v roce **1972**, stejně jako oficiální znamení rozhodčích a limit 5 sekund při provedení podání.

Rok **1976**: Zavedeny sankce za zdržování hry, dotek bloku není první odbití družstva.

V roce **1984** musely být zavedeny tresty za nevhodné chování před a mezi sety.

Od roku **1988** má kapitán po losování možnost výběru míče nebo strany. Je zaveden rozhodující set, tie-break do 15 bodů.

Od roku **1994** může hráč míč odbít kteroukoliv částí těla. Může se také dotknout sítě, pokud se nesnaží odbítet.

Průlom v bodování se uskutečnil v roce **1998**, kdy byl zrušen systém na ztráty. V prvním až čtvrtém setu je vítězství dosaženo 25 bodem s rozdílem dvou bodů, tie-break do 15 bodů. Byla zavedena možnost hrát s barevným míčem. Zaveden obranný hráč, tzv. libero.

### 3 Způsob hry

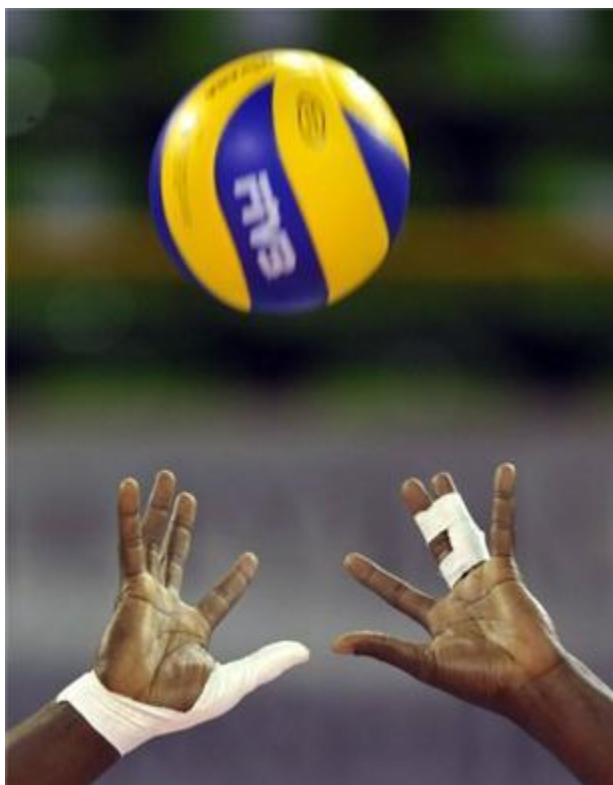
Hráči hrají způsobem na tři odbítí: příjem=dotyk obranný, nahrávka na útočícího hráče a útok na stranu soupeře. Blok se nepočítá jako první odbítí, proto hráč, který blokoval, může zahrát znovu první úder, aniž by se to počítalo jako dvojdotek. Při podání musí být všichni hráči na hřišti postavení v pořadí, jaké se nahlásilo před začátkem setu – mimo podávajícího hráče. Po odbítí podání se mohou hráči na hřišti libovolně pohybovat.

#### 3.1 Základní údery

Dvě nejzákladnější herní činnosti ve volejbale jsou odbítí obouruč vrchem (odbití prsty) a odbítí obouruč spodem (bagr).

##### 3.1.1 Odbítí prsty

Jsou nejstarší herní činnosti ve volejbale. Zároveň je to nejpřesnější možný úder, proto se (když je to možné) nejčastěji používá jako nahrávka na útok. K čistému odbítí prsty je potřeba vytvořit dlaněmi tzv. volejbalový košíček.



Obr. 5 Volejbalový košíček

### 3.1.2 Odbití bagrem

Druhým nejzákladnějším úderem je poměrně mladé odbití obouruč spodem, tzv. bagr. Používá se zejména v situacích, kdy z důvodů udržení potřebné kontroly nad míčem není možné použít prsty (míč je příliš blízko nebo nízko, má moc velkou rychlost..). Hráč spojí před sebou natažené ruce, míč přichází do kontaktu s předloktím, které spojené vytváří nejlépe rovnou plochu.



Obr. 6 Volejbalový bagr

## 3.2 Posty

### 3.2.1 Smečář

Smečář je útočník, který se snaží přehrát míč k soupeři tak, aby jej již nebyl schopen dál hrát. Nejčastějším úderem smečáře je smeč. Smeč je prudké odbití míče jednou rukou nad hlavou ve výskoku. Dalším možným útokem smečáře je dobře umístěná úlivka. Je to míč, umístěný těsně za síť, odehrán konečky prstů. Může způsobit překvapení obrany soupeře, který čeká tvrdý umístěný smeč a nestihne na ni zareagovat. Ulití je nejsnadnější volejbalový úder, však jeho chytré umístění záleží na citu a prostorové orientaci hráče.



Obr. 7 Jeden z nejlepších hráčů planety - Gilberto Amaury de Godoy Filho (Giba) při smeči.

### 3.2.2 Nahravač

Nahravač je hráč, který hraje většinou druhý úder. Po příjmu nahrává vysoký oblouk na útočníka, který se jej snaží přehrát. Když je to možné, nahravač používá k odbití prsty.



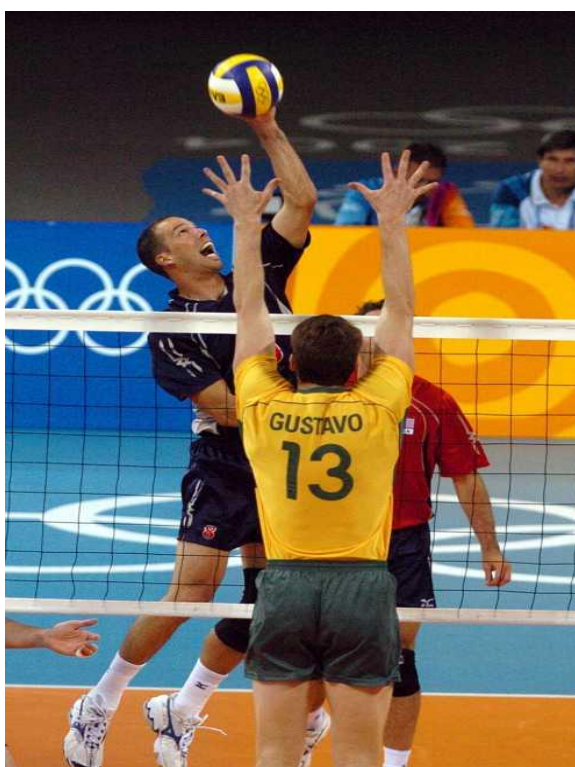
Obr. 8 Michal Sládeček při nahrávce

### 3.2.3 Blokař

Blokaři bývají zpravidla nejvyšší členové týmu. Jejich úkolem je blokovat jakýkoliv útok soupeře. Blokování je herní činnost, při níž se přehrazuje určitý prostor nad sítí s cílem:

- Zabránit přeletu míče do vlastního pole
- Srazit míč do pole soupeře
- Odrazit míč vzhůru a dozadu do vlastního pole
- Vykrytí určitý prostor vlastního pole ve směru útoku soupeře

Funkce bloku jsou také dát přímý bod, nebo donutit útočníka chybovat a útočit pouze do určitých míst. Blokování je asi nejnáročnější herní činností.



Obr. 9 Gustavo Endres na bloku.

### 3.2.4 Univerzál

Univerzál je hráč, který útočí i nahrává. Útočí ze zón 1 a 2 (vedlejší kůl a doskok). Zpravidla nepřijímá podání.





Obr. 10 Jakub Novotný při bloku

### 3.2.5 Libero

Libero je specializovaný bránící hráč. Na kurtě smí být pouze jedno libero. Tento hráč musí mít barevně odlišený dres a smí střídat jakéhokoliv zadního hráče kdykoliv při přerušení. Libero však nesmí podávat ani útočit v přední zóně nebo blokovat (pokoušet se o blok). V přední zóně také nesmí nahrát prsty na smeč.





Obr. 11 Libero (Sandra Steinerová) přijímá podání

### 3.3 Taktiky

Ve volejbale je několik způsobů hry. Mladší hráči hrají tzv. „W“, nahrávající hráč stojí uprostřed a útočí 2 hráči (z obou koulů). „W“ je založeno na systému „všichni všechno“. V pozdějším věku hrají hráči systém 2 nahrávači, 2 blokaři, 2 smečáři – vždy jeden vzadu a jeden vpředu. Ve věkové kategorii, ve které se hraje tento systém, však nesmí hrát libero. Starší a profesionální hráči již hrají systém 2 smečáři, 2 blokaři, 1 nahráváč a 1 univerzál, přičemž tento nahráváč nahrává každý míč, i když je zadní – každý míč vběhne nahrát. V tomto systému je výhoda tří předních útočníků.



Obr. 12 Naznačování taktiky při hře

## 4 FIVB

(Fédération Internationale de Volleyball) je mezinárodní volejbalová federace, založená v dubnu roku 1947, kdy se zástupci 14 zemí (Belgie, Brazílie, Československo, Egypt, Francie, Nizozemí, Německo, Itálie, Polsko, Portugalsko, Uruguay, USA, Jugoslávie) setkali v Paříži, aby tuto organizaci založili. Jejich prvním prezidentem se stal Paul Libaud. V Paříži byla také na prvních 37 let umístěna centrála, dokud byl prezidentem Libaud. Nyní je ústředí v Lausanne (Švýcarsko). První mistrovství se konalo nejdříve pro muže, v roce 1949. Pro ženy se konalo až o tři roky později v roce 1952. Tyto šampionáty a samotná FIVB zařídily rapidní postup v oblíbenosti volejbalu po celém světě.

## 5 Volejbalová móda

Mimo specifickou volejbalovou módu, jsou i trošku odlišné potřeby například oproti basketbalu a házené. Nepovinné, ale velmi praktické jsou nákolienky. Jednoduché a nijak nepřekážející vycpávky, které ochrání kolena před nespočtem odřenin a spálenin. Jsou oblíbené hlavně u žen, které méně skáčou takzvané „rybičky“, a proto jsou jejich kolena více ohrožena těmito odřeninami.

Mužská volejbalová móda není tak odlišná od ostatních, volejbalisti nosí volné dresy s krátkým rukávem a kraťasy podobné těm basketbalovým, jsou jen o něco kratší. Boty nosí muži většinou kotníkové, z důvodu snížení rizika vyvrtnutého kotníku a výronu.



Obr. 13 Možná varianta oblečení na mužský zápas

Ženská volejbalová móda je jiná, dresy jsou různě, většinou však bývají uplejší a s kratšími rukávy. Kraťasy jsou pak extra krátké a uplé, bývá to častým poznávacím znamením volejbalistek. Tyto kraťasy nosí i na tréninky, místo dresů jsou však nevhodnější volná pánská trička. Boty jsou většinou nízké, ale pevné. Oblíbená značka bot je Mizuno.



Obr. 14 Ukázka oblečení na ženském zápase

## 6 Plážový volejbal

„Beach volleyball“ se vyvinul z klasického šestkového volejbalu. Hraje se venku na písku a díky jeho popularitě je zařazen i na letních olympijských hrách.

Většina pravidel je stejná jako u šestkového volejbalu, jsou zde ale i nějaké odlišnosti:

- Družstvo je tvořeno pouze dvěma hráči
- Velikost hřiště je 8 x 16 metrů
- Hráči hrají bez bot
- První a poslední míč se nesmí brát obouruč vrchem.
- Odbití prsty při druhém dotyku je posuzováno přísněji, musí být provedeno naprosto čistě. (Proto hráči preferují nahrávku odbitím tzv. bagrem)
- Teč na bloku se počítá jako úder.
- Blokovat se smí jen před sebe, ne do stran.



Obr. 15 Reprezentantka Brazílie padá pro míč



## 7 Má volejbalová kariéra

Začala jsem s volejbalem v září roku 2007. Asi jsem se trošku opičila po mé mamě, která volejbal hrála jako mladá a vlastně hraje i teď. Přihlásila mě tedy do oddílu SK UP Olomouc. Od té doby jsem mu podlehla. Volejbal hraji nyní pět let a budu ho hrát jak to jen má výška a dovednosti dovolí. Na volejbale se mi líbí ten kolektiv, který si utváříme a to, že na to prostě nejsem sama.

Můj největší volejbalový úspěch a asi i úspěch celého volejbalového oddílu olomouckých starších žaček za posledních několik let bylo letošní Mistrovství republiky, které se konalo v Přerově. Jsme vicemistrině republiky a to pouze o dva body za prvním Prostějovem.



Obr. 16 Družstvo SK UP Olomouc na MČR v Přerově

## **Závěr**

Jsem moc ráda, že jsem si zvolila právě toto téma, protože fakt, že volejbal miluji a zdá se mi velmi zajímavý, mi tuto práci velmi ulehčil. Vyhledávání informací mě bavilo, stejně jako spolupráce s jedním z mých volejbalových trenérů a zároveň učitelem „patronem“ Mgr. Jakubem Škulavíkem, kterému tímto také moc děkuji za pomoc.

Doufám, že se Vám práce nebude zdát zbytečná a třeba Vám také přinese něco nového, zajímavého. Také Vám přeji, abyste s tímto sportem zažili spoustu krásných zážitků, tak jako já. Ať už je to dobrý pocit z těžce vydřeného vítězství, či příjemně strávené chvíle s přáteli na dovolené.

*Prohlašuji, že na celé práci jsem pracovala samostatně a uvedla jsem použitou literaturu.*

*V Olomouci, červen 2012*

---

*podpis*

## Literatura

### knihy:

Václav Císař. *Volejbal*. Praha: Grada Publishing, 2005

### webové stránky:

<http://cs.wikipedia.org/wiki/Volejbal> [2012-05-31]

<http://en.wikipedia.org/wiki/Volleyball> [2012-05-27]

<http://pravidla.volejbal-metodika.cz/historie-pravidla/> [2010-09-15]

<http://teorie.volejbal-metodika.cz/teorie-blok/> [2010-10-07]

[http://en.wikipedia.org/wiki/William\\_G.\\_Morgan](http://en.wikipedia.org/wiki/William_G._Morgan) [2012-04-21]

[http://cs.wikipedia.org/wiki/William\\_G.\\_Morgan](http://cs.wikipedia.org/wiki/William_G._Morgan) [2012-02-09]

<http://en.wikipedia.org/wiki/FIVB> [2012-06-09]

<http://cs.wikipedia.org/wiki/Libero> [2012-03-28]

NAIK, A. <http://www.buzzle.com/articles/volleyball-court-diagram.html> [2011-09-23]

<http://www.volleyball-training-ground.com/mikasa-volleyball.html> Obr. 3

<http://www.sportex.cz/volejbalovy-mic-gala-pro-line-bv-5091-s/> Obr. 4

<http://www.vballworld.com/fivb-asian-women%E2%80%99s-championships-preview/> [2011-09-06]

<http://www.rcgov.org/> Obr. 7

[www.sportovninoviny.cz](http://www.sportovninoviny.cz)

[www.sport.idnes.cz](http://www.sport.idnes.cz)

[www.volleycountry.com](http://www.volleycountry.com)

[www.volejbalolomouc.blogspot.com](http://www.volejbalolomouc.blogspot.com)