

ATATÜRK MESLEKİ ve TEKNİK ANADOLU LİSESİ 2019-2020
2.DÖNEM UZAKTAN EĞİTİM BEDEN EĞİTİMİ
ve SPOR DERSİ VOLEYBOL
TEORİK DERS NOTLARI

VOLEYBOL SAHASI



Oyun alanı, 18x9 m ölçülerinde bir dikdörtgendir ve her yönde en az 3 m genişliğinde olan bir serbest bölge ile çevrilmiştir. Oyun sahasının üzerinde bulunan serbest oyun boşluğu, her türlü engelden arındırılmış olmalıdır. Serbest oyun boşluğu, oyun sahası yüzeyinden ölçüldüğünde en az 7 m yüksekliğinde olmalıdır. File erkekler için 2,43 metre, bayanlar için 2,24 metre yüksekliğindedir. 1 m genişliğinde, 9,50 ila 10 m uzunluğundadır (yan bantların her bir yanındaki 25 ila 50 cm dahil) ve 10 cm'lik karelerden oluşan siyah iplerden yapılmıştır. Filenin üst kısmında 7 cm genişliğinde, iki kat beyaz çadır bezinden yapılmış yatay bir bant file boyunca dikilmiştir.

Hakemler

Voleybol maçlarında 8 hakem görev yapar. Bunlar;
1 Başhakem,
1 Yardımcı hakem, 1
Yazı hakemi,
1 Skor hakemi
4 Çizgi hakemidir.

VOLEYBOL OYUN KURALLARI

- File ile ikiye bölünmüş bir oyun alanı üzerinde iki takım tarafından oynanan bir spordur.
- *Oyunun amacı topu filenin üzerinden geçirerek rakip alana göndermek ve aynı amacı güden rakibin eylemini önlemektir.*
- Oyun servis atışıyla başlar ve;
 - *topun oyun alanına değmesi
 - *topun harice (dışarı) gitmesi yada
 - *bir takımın hata yapmasına kadar devam eder.





- Oyun servis atışıyla başlar, geçerli bir servis atışı tek kol yada elle topu fileye değdirerek/ değdirmeden filenin üzerinden rakip sahaya geçmesi şeklindedir.
- Hakemin düdüğünden sonra oyuncu 8 sn. içinde servisini atmak zorundadır.
- Bir oyuncu topa ard arda 2 kez vuramaz.
- Takımlar sadece (blok hariç) 3 pas yapabilir.



- Oyuncular topa vücudunun herhangi bir yeriyle temas edebilir.
- Servis atışı sırasında arka hat oyuncuları, ön hat oyuncularının önüne geçemez.
- Oyun, sayı sistemine göre oynanır.
- Setler (uzatma seti hariç) en az 2 sayı farkla 25 sayıya ulaşıncaya kadar oynanır.
(uzatma seti 15 sayı oynanır)



BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENİ

SERCAN FIRAT