

VOLEIBOL

–Es un deport disputat entre dos equips que es llançant la pilota per sobre de una xarxa divisòria del terreny de joc, de manera que el equip que la rep la te que tornar en tres o menys cops sense que toqui el terra.

Historia:

El voleibol va néixer el mateix lloc que el bàsquet el estat dels Estats Units. I aquests dos esports encara tenen un espectacle més en comú ja que el voleibol va ser ideat i desenvolupat per un professor d'educació física de la Young Men's Christian Association, YMCA (Associació cristiana de joves), William G. Morgan. Quan el bàsquet es va difondre ràpidament per les diferents seus de la YMCA, Morgan es va adonar que els seus alumnes no s'hi adaptaven. Va començar aleshores a buscar un joc més recreatiu. Després d'haver descartat el tennis perquè era un joc individual que no satisfia la necessitat que tenia d'un esport col·lectiu, va concebre una idea que incloïa la xarxa com a element de separació que impedia el contacte físic entre els adversaris. Aquesta xarxa, elevada a gairebé dos metres d'alçada, dividia el terreny de joc en dues parts iguals. Cada equip n'ocupava una i havia de passar una pilota (de cuir amb una cambra de cautxú) per sobre de la xarxa, procurant fer-la botar en el camp contrari.

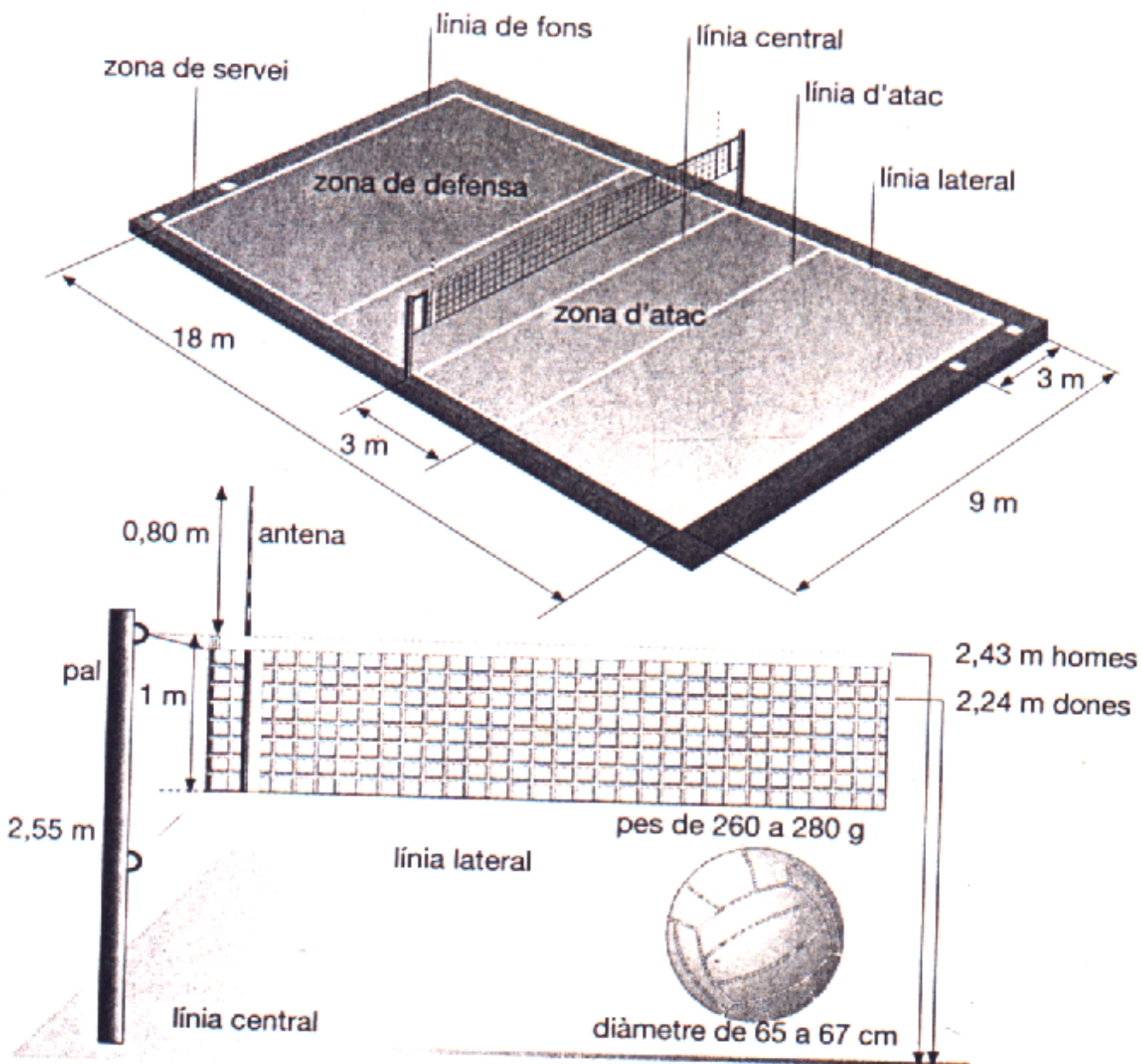
L'esport, esbossat en un encontre de directors d'educació física de la YMCA, es va poder observar en una demostració de dos equips de cinc jugadors cadascun, en un partit que va marcar el començament del voleibol i el nom que se li va posar. El 1896 se'n va conèixer el primer reglament i des d'aleshores ençà es va començar a difondre per països d'orient occidental, sobretot a Europa, durant les primeres dècades del segle XX. Actualment és un esport que té tant adeptes de pràctica professional com expansió entre la població, que el considera un joc recreatiu al aire lliure, sobretot a les platges i amb diferents modalitats i quantitat de jugadors. A Espanya es va conèixer el 1920 i va tenir una gran difusió inicial juntament amb el joc d'entreteniment a les platges de Catalunya.

Eva admetre com a esport olímpic al principi de la dècada dels seixanta i va participar per primera vegada en un programa olímpic als Jocs de Tòquio el 1964.

Pista y equip

La pista de voleibol té una superfície de 9 per 18 metres. Està dividida en dos costats de 9 metres separats per una xarxa més alta que el cap de els jugadors. Les regles per jugar en un recinte interior recomanen que hi hagi al menys 8 metres d'altura sense cap obstacle en tota la pista. La xarxa té 9'50 metres de llarg per 1 metre d'ample i està confeccionada amb fil de bramant negre formant una malla de quadres de 10,2 cm de costat que es mantenen a través de la pista tensa i subjectada per les seves quatre cantonades. La altura del borda superior de la xarxa és de 2,50 m per als homes, 2,29 metres per a les dones i 2,13 metres o menys per als nens. Una línia de 5,1 centímetres d'amplada s'extén a través de cada una de les dos àrees de joc, des de un costat fins a l'altre, paral·lela a la línia de centre o de xarxa, i a una distància de 3,05 metres de la mateixa.

La pilota és una esfera de un material inflat recobert de cuir. Més petita i lleugera que la de bàsquet, té una circumferència entre 63,5 i 68,6 cm i pesa entre 255 i 283 grams.



Reglas

Els sis jugadors d'un equip de voleibol comprenen tres atacants, que estan alhora de la xarxa, i tres defensors. El jugador que comença servir se situa dreta del terç dret de la línia traser del seu camp i serveix per dalt de la xarxa al camp contrari, llançant la pilota al aire i colpejant-la amb la seva mà o munyeca. En el servei només està permès un intent. Colpegen la pilota enrera i endavant per dalt de la xarxa, amb les mans, munyecas, avantbraços, cap, o qualsevol part del cos per dalt de la cintura, el joc continua fins que un equip falli. La pilota deu ser tornada per un dels equips per dalt de la xarxa després d'un màxim de tres tocs i cap jugador pot colpejar la pilota dos cops successius. La devolució sobre la xarxa deu fer-se sense agafar, empanyar o subjectar la pilota, sense que cap jugador toqui la xarxa i sense entrar en l'espai del equip rival. Només pot anotar un punt l'equip que està servant; un jugador té el servei mentre que el seu equip anoti punts; en cas contrari, el privilegi de servir canvia a l'altre. En un canvi de sac tots els membres del equip que li toca servir roten una posició movent-se a favor de les agulles del rellotge, passant el jugador que estava en la posició delantera dreta a la part traser dreta o posició de servei.

El primer equip que anoti quinze punts guanya el set, sempre que la diferència sigui de al menys dos punts. Un partit de voleibol es juga al millor de cinc sets. Si hi ha empat a catorze punts, es continua jugant fins que un equip saqui dos punts de ventatja. Els partits són controlats per un àrbit principal, un ajudant, un cronometrador, un anotador y jutges de línies.

El Camp de Joc: Es una pista que fa 18 metres d'allargada per 9 d'amplada, amb dos metres de marge lliure d'obstacles en el perímetre si es coberta i de tres metres si es descoberta una línia central divideix la pista en dues parts iguals; a 3 metres i a l'interior de cada camp de la línia divisòria d'ambdós terrenys, es troba la línia d'atac. El rectangle que formen totes dues línies, de 9 per 3 metres, es diu zona d'atac. La zona de servei se situa 20 centímetres per redere de la línia de fons.

La xarxa: Es l'element que uneix els laterals a la part central del camp, fa 9,50 metres de llarg per 1 d'amplada i està situada a 2,43 metres de terra en competicions masculines, i a 2,24 en partits femenins i a 2,14 amb competicions juvenils.

La pilota: Té forma esfèrica, pesa 270 grams i fa 66 centímetres de circumferència. En l'interior i té una cambra de cautxú o d'un material similar i externament està coberta per cuir flexible.

Els equips: Cadascun està compost per un màxim de 12 jugadors dels quals només sis poden entrar a la pista. S'atmeten sis substitucions per equip i joc que es disputa.

Els partits: Es juguen a tres o cinc sets (jocs), de manera que no existeix una durada exacta del partit sinó que depèn del desenvolupament del joc. Cada set es disputa a 15 punts i guanya l'equip que aconseguix aquesta marca amb dos punts d'avanatge sobre el rival. Per aconseguir un punt, l'equip ha d'estar en possessió del servei; sino es així allò que guanya es guanya aquella possessió.

Substitucions: Un jugador només pot ser substituït dos cops durant un joc, excepta si es retira lesionat i l'equip es queda en menys jugadors dels reglamentaris. Quan es reincorpora el joc, o a de fer en el mateix joc que ocupava abans però si es lesiona i l'equip ja a exaurit la quota de canvis, qualsevol jugador el pot reemplaçar en compte la possessió que hagi tingut durant el joc.

La rotació: Tots els jugadors han de guardar la possessió en el camp, la base de la qual és la posició de rotació, un sistema que descriu els canvis posicionals obligatoris dels jugadors durant tot el transcurs del joc.