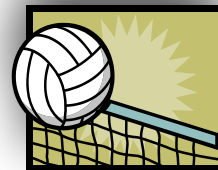


KANONEΣ VOLLEY-TENNIS



ΤΟ ΠΑΙΓΝΙΔΙ:

1. Το Volley Tennis είναι ένας συνδυασμός του tennis και του volley ball. Έτσι λοιπόν συνδυάζει την μια αναπήδηση max της μπάλας από το τένις και τα 3 χτυπήματα max του βόλλευ με τα χέρια! Σε ένα play δηλ στο ένα γήπεδο μπορούμε να έχουμε μια αναπήδηση max της μπάλας και 3 χτυπήματα βόλλευ max πριν η μπάλα πάει στο άλλο γήπεδο. Μπορούμε όμως να έχουμε και συνδυασμούς με λιγότερα χτυπήματα ή χωρίς αναπήδηση (εξαιρείται το σερβίς).
2. Κάθε γήπεδο χωρίζεται σε δύο ζώνες, την επιθετική και την αμυντική με 2-3 παίκτες η καθεμιά τους. Χρησιμοποιούμε συνήθως γήπεδο 6X12 μέτρα στο δημοτικό σχολείο, πολύ ελαφριά μπάλα βόλλευ και φιλέ τένις ή μπάντμιντον στο 1 μέτρο ύψος. Οι δύο ζώνες χωρίζονται με σχοινί ή χαρτοταινία και έχουν το ίδιο πλάτος (3 μέτρα).
3. Στο σχολείο χρησιμοποιούμε συνήθως ομάδες των 4 ή το πολύ 5 ατόμων.
4. Μετά το σερβίς που γίνεται από την μια ομάδα πάνω από έναν φιλέ ή ένα σχοινί ύψους 1 μέτρου, η μπάλα πρέπει να χτυπηθεί και να πάει πίσω στο άλλο γήπεδο και από κει πάλι πίσω στο άλλο ώσπου μια από τις δυο ομάδες να μην μπορεί να επιστρέψει την μπάλα.

ΤΟ ΣΕΡΒΙΣ

1. Ο server είναι ο κεντρικός πίσω παίκτης (CB) ο οποίος στέκεται πίσω από την τελική γραμμή του γηπέδου (εκτός αν το παίζουμε με την Δ τάξη πχ όπου δεν φτάνουν το σερβίς τόσο μακριά οπότε βάζουμε τον server μέσα στο γήπεδο και τόσο κοντά όσο χρειάζεται για να βάλει την μπάλα στο άλλο γήπεδο).
2. Ο server (CB) χτυπάει την μπάλα με σερβίς βόλλευ από κάτω ή άφημα της μπάλας κάτω και μετά το αναπήδημα της μπάλας την χτυπάει με σερβίς βόλλευ από κάτω αν είναι σε μεγάλη τάξη πχ 5η ή 6η ή περνάει την μπάλα με δύο χέρια και χτύπημα κουτάλα στο άλλο γήπεδο.
3. Ο server στέλνει την μπάλα στην μπροστινή ζώνη του αντίπαλου γηπέδου και συγκεκριμένα στον κεντρικό μπροστινό (CF) παίκτη αν παίζουν οι μεγάλες τάξεις ή και στους 2 -3 μπροστινούς παίκτες αν παίζουν οι μικρές τάξεις. Αυτός ή αυτοί, αφού η μπάλα χτυπήσει μια φορά κάτω την χτυπάει/νε κατευθείαν ή σε συνεργασία με τους άλλους συμπαίκτες τους, ώστε να πάει στο άλλο γήπεδο (αυτή είναι και η μόνη φορά που η μπάλα πρέπει να χτυπήσει υποχρεωτικά κάτω).
4. Η μπάλα πρέπει να παιχτεί μόνο από τον κεντρικό μπροστινό παίκτη - CF - (το πρώτο χτύπημα μετά το σερβίς) αν παίζει η 5η ή η 6η τάξη.

ROTATION (ΠΕΡΙΣΤΡΟΦΗ)

1. Όλοι οι παίκτες περιστρέφονται σύμφωνα με τον κανόνα του βόλλευ (ρολόι).
2. Όταν μια ομάδα χάνει το σερβίς της, ο διαιτητής φωνάζει "αλλαγή σερβίς".

61ο Δημ Σχ Θεσσαλονίκης / Μακρής Νικόλαος Ε.Φ.Α.

3. Μια ομάδα περιστρέφεται όταν οι παίκτες της κερδίζουν τον πόντο και παίρνουν πάλι το σερβίς πίσω. Στην περίπτωση αυτή δεν παίρνει ή παίρνει πόντο ανάλογα με το πως το θέλουν οι μαθητές σας. Μπορούμε να παίρνουμε πόντους σαν το βόλλευ ή να παίρνουν πόντους μόνο όταν σερβίρει η ομάδα τους.
4. Αν η ομάδα δεν καταφέρει για κάποιο λόγο να περιστραφεί, χάνει το σερβίς.

ΣΚΟΡ

1. Ένας πόντος κερδίζεται από την ομάδα που σερβίρει όταν η άλλη ομάδα αποτύχει να επιστρέψει την μπάλα πάνω από το φιλέ στο αντίπαλο γήπεδο ή αν κάνει αντικανονικό χτύπημα ή αν χρησιμοποιήσει περισσότερα από 3 χτυπήματα ή αναπηδήσει η μπάλα στο γήπεδο της 2 ή και περισσότερες φορές ή χτυπήσει στο γήπεδο της και μετά προσγειωθεί και ακουμπήσει έξω από τα όρια του γηπέδου.
2. Το παιχνίδι παίζεται στους 15 πόντους με διαφορά τουλάχιστον 2 πόντων από την άλλη ομάδα (πχ:15-13, 16-14).

ΠΑΙΖΟΝΤΑΣ ΤΗ ΜΠΑΛΑ

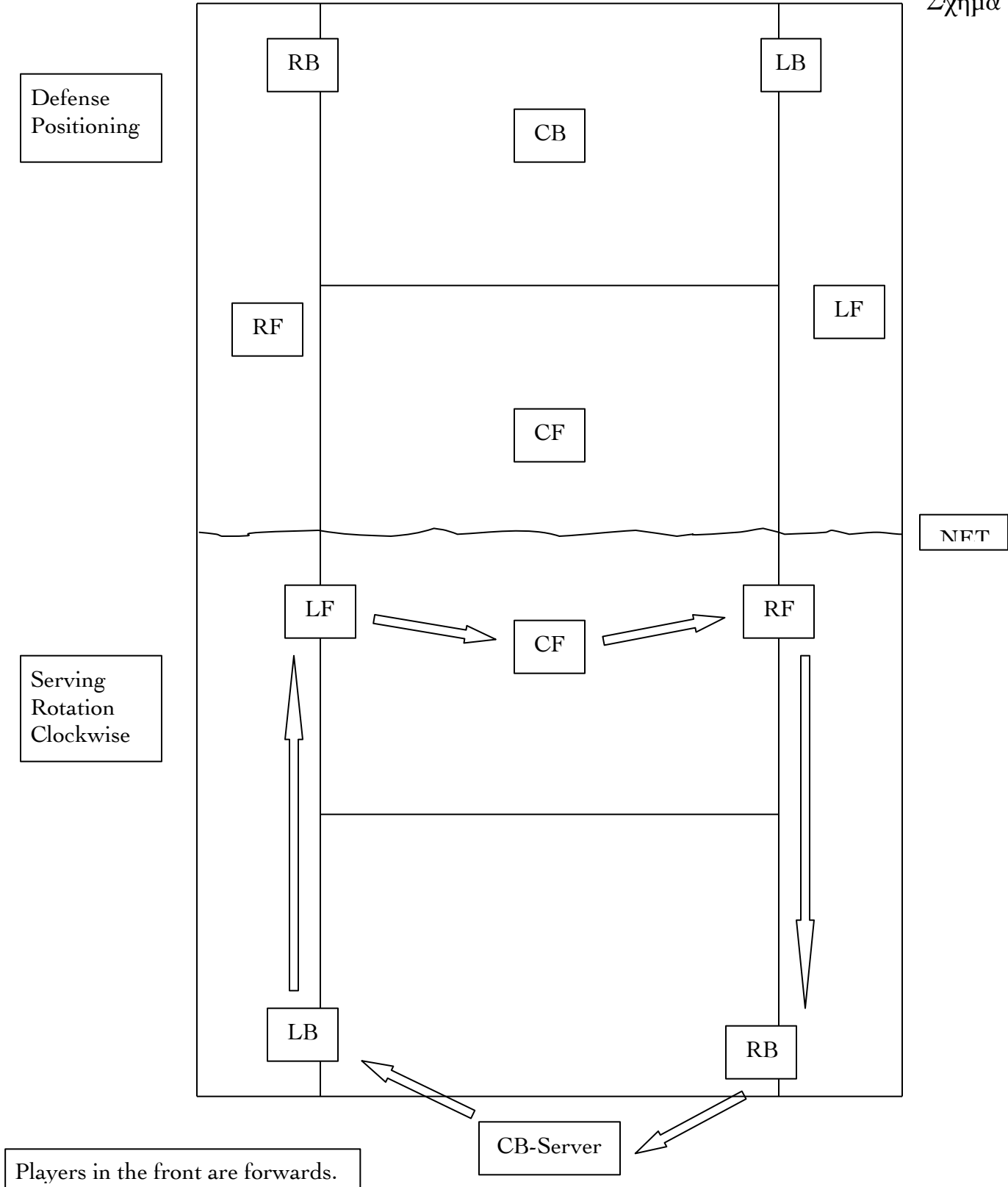
1. Η μπάλα πρέπει να χτυπηθεί καθαρά και να μην πιαστεί και πεταχτεί (πιαστό σαν το βόλλευ. Χρησιμοποιούμε πάσα δάκτυλα, μανσέτα, πλασέ καρφί, καρφί και σερβίς από κάτω).
2. Η μπάλα μπορεί να ακουμπήσει μια μόνο φορά κάτω πριν την χτυπήσουμε ή μπορεί να χτυπηθεί από εμάς στον αέρα (χωρίς αναπήδηση πριν) πάνω από τον φιλέ ή να δοθεί σε συμπαίκτη. Αν δεν έχει ακουμπήσει κάτω νωρίτερα η μπάλα, μπορώ να κάνω πάσα με δάκτυλα πχ σε συμπαίκτη, αυτός να αφήσει την μπάλα να χτυπήσει μια φορά κάτω (αφού επιτρέπεται μια αναπήδηση σε κάθε play) και μετά να χτυπήσει την μπάλα όπως αυτός θέλει.
3. 3 χτυπήματα βόλλευ max επιτρέπονται σε κάθε play σε κάθε γήπεδο εκατέρωθεν του φιλέ.
4. Αν ένας παίκτης χτυπήσει την μπάλα κανονικά και αυτή αναπηδήσει και μετά περάσει στο άλλο γήπεδο είναι οκ αλλά στο σερβίς όπου έχει ήδη χτυπήσει μια φορά κάτω πιο πριν από τον αντίπαλο αυτό δεν ισχύει.
5. Ένας παίκτης δεν μπορεί να χτυπήσει την μπάλα 2 φορές συνεχόμενα.
6. Αν η μπάλα χτυπήσει παίκτη από τα γόνατα και πάνω και πέσει κάτω, το παιχνίδι συνεχίζεται κανονικά.
7. Αν η μπάλα όμως χτυπήσει παίκτη κάτω από τα γόνατα, το παιχνίδι σταματάει και η άλλη ομάδα παίρνει πόντο ή το σερβίς, ανάλογα.
8. Οι παίκτες δεν μπορούν να κάνουν υπέρβαση πάνω από τον φιλέ για να φτάσουν την μπάλα.
9. Οι παίκτες δεν μπορούν να ακουμπήσουν τον φιλέ όταν παίζεται η μπάλα, είναι παράβαση.
10. Το παιχνίδι συνεχίζεται αν η μπάλα ακουμπήσει τον φιλέ και έχει ακουμπήσει μόνο μια φορά κάτω είτε πριν χτυπήσει το φιλέ είτε μετά.
11. Οι γραμμές είναι μέρος του γηπέδου και αν η μπάλα ακουμπήσει πάνω τους, το παιχνίδι συνεχίζεται κανονικά.
12. Η μπάλα που είναι εκτός γηπέδου μπορεί να παιχτεί αν δεν έχει ακουμπήσει το έδαφος εκτός του γηπέδου.

61ο Δημ Σχ Θεσσαλονίκης / Μακρής Νικόλαος Ε.Φ.Α.

13. Όταν 2 παίκτες χτυπάνε την μπάλα μαζί και αυτό θεωρείται ένα χτύπημα οπότε όποιος από τους δύο θέλει μπορεί να συνεχίσει με το επόμενο χτύπημα (αν η ομάδα έχει δικαίωμα για άλλο χτύπημα).

(προσαρμογή κανόνων από το διαδίκτυο)

Σχήμα 1



Σχήμα 2



Μπορείτε να πάρετε μια ιδέα για το παιχνίδι στα παρακάτω links:

<https://www.youtube.com/watch?v=gDqbRN-Hhf4&t=46s>

<https://www.youtube.com/watch?v=4gGn2sRJoiv>

* Αυτό το παιχνίδι καλό είναι να το εισάγουμε μετά την εκμάθηση των 4 τετραγώνων από τα παιδιά (για να εξοικειωθούν με τα χτυπήματα).