

STRUČNÁ PRAVIDLA HRY PLÁŽOVÝ VOLEJBAL URČENÁ PRO ZAČÁTEČNÍKY

1. Družstvo tvoří dva hráči.
2. Všechny zápasy se hrají na dva vítězné sety bez ztrát do 21 bodů. V případě nerozhodného stavu se hraje set třetí do 15-ti bodů. Vždy musí být konečný rozdíl minimálně dvou bodů a není limitován. Strany se střídají po dosažení v součtu sedmi bodů a jejich násobků v prvních dvou setech a pěti bodů a jejich násobků ve třetím setu. Při střídání stran není povolen žádný oddech. Přestávka mezi sety je 1 minuta
3. Před zahájením každého zápasu probíhá losování, při kterém si vítěz losu volí z možností: strana, servis nebo příjem. Před zahájením druhého setu se nelosuje, ale právo výběru z uvedených tří možností má poražený z losování před prvním setem. Před případným třetím setem je nový los.
4. Hráči musí hrát bosí-
5. Každé družstvo má možnost tří úderů, přičemž blok je považován za úder.
6. Na podání se hráči pravidelně střídají a každý hráč má pouze 1 pokus. Při podání nesmí podávající hráč přešlápnout ani podšlápnout koncovou čáru. Za pořadí na podání si zodpovídají sami hráči – chyba (po provedeném podání) v pořadí je trestána ztrátou roze hry, tj. bodem. Při podání se míč může dotknout sítě. Za podání se považuje i nadhození a upuštění míče bez dotyku hráče. Podání se nesmí blokovat.
7. Spoluhráč podávajícího musí stát na takovém místě, aby svým postavením nebránil ve výhledu přijímajícím hráčům. V případě, že svým postavením ve výhledu brání, může přijímající hráč při zvednuté ruce požádat clonícího hráče o změnu jeho postavení. Takto požádaný hráč musí své postavení změnit.
8. Příjem podání, pokud je brán prsty, musí být čistý
9. Útočný úder musí být zahrán nataženými nebo pokrčenými prsty (kobra) nebo být udeřen dlaní. Útočící hráč nesmí použít tzv. ulívky.
10. Útok hraný obouruč vrchem (prsty) smí být poslán do pole soupeře pouze ve směru kolmém na osu ramen útočícího hráče. Povoleno je i odbití míče přes hlavu útočícího hráče, ale také za předpokladu, že dráha letu je kolmá na osu ramen. Chyba nastává v momentě, kdy míč přejde celým svým objemem svislou rovinu sítě nebo se dotkne bloku. Jde-li nahrávka neúmyslně přes síť mimo kolmici, nebo míč z toho směru odfoukne vítr, není to považováno za chybu.
11. Při smeči, při níž je míč odehrán tvrdým úderem, může bránící družstvo použít ke zpracování i neurčité údery (tažené míče, dvojdotečky, „bagr prsty“ apod.). Tečuje-li smeč síť nebo se dotkne bloku, musí být následující úder zahrán čistě, nejedná-li se o reflexivní zákrok. Jestliže je útok zahrán tak, že míč je odehrán měkce nebo je lobován, musí být následující úder čistý.
12. Blok je považován za první úder. Po bloku je tedy možno hrát pouze dvakrát. Hráč, který blokoval může však po akci u sítě zahrát ještě jeden úder.
13. Hráč při odehrání míče může překročit pomyslnou čáru pod sítí, nesmí však při tom překážet ve hře soupeři. Chybou je, pokud míč celým objemem překročí pomyslnou čáru pod sítí. Překročení této čáry za účelem zjištění otisku míče po dopadu na zem je považováno za porušení pravidel a míč je automaticky připsán druhé straně bez ohledu na to, zda dopadl do hřiště nebo mimo něj.
14. Při dopadu míče k postranní nebo koncové čáře rozhoduje o tom, jestli je míč dobrý nebo v autu, dotek čáry. Dojde-li k posunutí čáry během akce, čára se nejprve narovná a teprve podle otisku míče se určí, jedná-li se o dobrý míč nebo aut.
15. Mírné potažení míče při nahrávce je povoleno
16. Je povoleno přetlačování míče nad sítí. Mužstvo, na jehož straně míč zůstane ve hře má právo na další tři odbití. Letí-li takový míč „mimo“, je to chyba družstva na opačné straně.
17. Pokud se dvou nebo více chyb dopustí oba soupeři současně (např. dotek sítě), jedná se o oboustrannou chybu a roze hra se opakuje
18. Podání se provádí jednou rukou. Příjem, nahrávka a útok musí být čisté, ale může být provedeno kteroukoliv částí těla (nesmí se jednat o dvojdotek nebo tažený míč).
19. V případě, že se hráč(ka) dotkne v průběhu roze hry sítě vlasy, nesmí to být považováno za chybu.
20. Výška sítě: muži a junioři - 2,43 m, ženy a juniorky – 2,24 m, 14-16 let – 2,24 m, 12–14 let - 2,12 m, do 12 let – 2,00 m.