



VOLEYBOLDA SERVİS TEKNIĞİ VE TAKTİĞİ (2)

Doç. Dr. Hakan Sunay

TAKTİK KURALLAR

- 1-Servis atmadan önce konsantre olunmalı. Bu sırada;
- ◆ Rakibe dikkat edilmeli,
 - ◆ Hedef saptanmalı,
 - ◆ Atılacak servis için konsantre olunmalı.

TAKTİK KURALLAR

2-Servis çizgisinin gerisinden, garanti servis atılmalı.

3-Servis;

- ◆ setin başlangıcında ve sonunda,
- ◆ moladan sonra,
- ◆ oyuncu değişikliğinden sonra,
- ◆ olağanüstü zihinsel yüklenme altında kalındığı zamanlarda asla kaçırılmamalıdır.

TAKTİK KURALLAR

- ◆ 4-Genellikle isabetli servisler, risk almayı gerektiren sert servislerden daha iyidir. Riskli servislerden, taktik gereği olmadıkça kaçınılmalıdır. **Kesinlik, riskten önce gelir.**

TAKTİK KURALLAR




- ◆ 5-Rakip takımın özel oyuncularına top atılmalı (Özel oyuncular derken; karşılaşması zayıf oyuncular, oyuna giren yeni oyuncular, hata yapan oyuncular vb. kastedilmektedir).

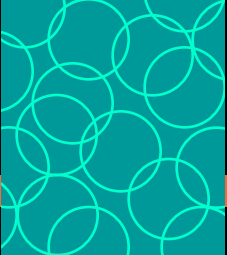
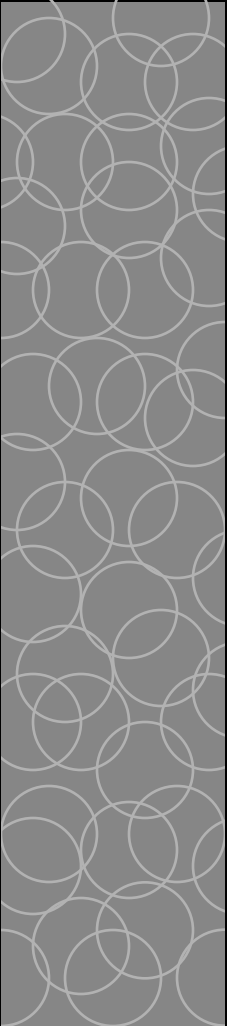
TAKTİK KURALLAR


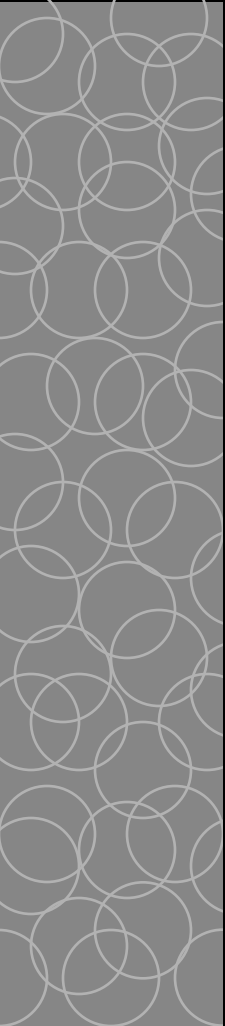

- ◆ 6-Servisi iyi karşılayan takımlara karşı top, sahanın açık bölgelerine ve oyuncuların arasına atılmalı.
- ◆ 7-Rakibin servis karışılama dizisindeki boşluklardan ve hatalı dizilmeden yararlanılmalı. Ayrıca arkadaki oyuncuların koşu yoluna servis atılmalı.



SERVİS ATIŞI İLE İLGİLİ OYUN KURALLARI

- ◆ Birinci ile beşinci sette ilk servis, kura atışıyla belirlenen takım tarafından atılır.
- ◆ Diğer setler bir önceki sette ilk servisi kullanmamış olan takımın atacağı servisle başlatılacaktır.

- 
- 
- 
- ◆ Oyuncular pozisyon kağıdına kaydedilen servis sırasını takip etmek zorundadır.

- 
- 
- ◆ Bir setteki ilk servisten sonra servis kullanılacak oyuncu řu şekilde belirlenir;
 - ◆ servis kullanan takım rally'yi kazandığında servis kullanan oyuncu (veya yerine geçen oyuncu) tekrar servis atar.
 - ◆ Servis karşılayan takım rally'yi kazandığında servis atma hakkını kazanır ve servis atmadan önce bir dönüş yapar. Sağ n pozisyondan sağ arka pozisyona gelen oyuncu servis kullanır.

- 
- 
- 
- ◆ Servis atan oyuncu vuruşu anında ya da sıçrayarak atılan bir servis için sıçradığında ne oyun alanına (dip çizgi dahil) ne de servis bölgesi dışındaki zemine temas etmelidir. Bu oyuncu servis vuruşundan sonra servis bölgesinin dışına ve oyun alanının içine basabilir veya düşebilir.

- 
- 
- ◆ Başhakemin servis atışına izin ve düdüğünden sonra servis, 8 saniye içinde atılmalıdır.
 - ◆ Başhakemin düdüğünden önce atılan servis iptal edilir ve tekrarlatılır.
 - ◆ Servis atışında top, fileye temas ederek rakip sahaya geçtiği takdirde oyun devam eder (Servis hatası olarak değerlendirilmez).

ALTTAN SERVİS

- ◆ Voleybola yeni başlayanlara (küçük yaş gruplarına) genel olarak alttan servis ile başlatılır. Çünkü kas ve eklem grupları tam olarak gelişmediğinden diğer servislerin uygulanması zordur.

KADEMELİ ÖĞRETİM

1-Topa Vurmadan Önceki Pozisyon

- ◆ Ayaklar omuz genişliğinde açık, bir ayak diğer ayağa göre yarım ayak boyu öndedir (sağ el - sol ayak önde.)

1-Topa Vurmadan Önceki Pozisyon

- Top sol elde, kalça yüksekliğinde tutulur.
- Bacaklar dizlerden bükülüdür.
- Topu tutan el ne gövdeye çok yakın, ne de uzaktır.
- ◆ Vuruş yapacak elin parmakları kapalı ve kol gergindir

2-Topa Vuracağı Sıradaki Pozisyon

- Vuruş kolu bir doğrultu üzerinde geriye doğru yürütülür (vücut ağırlığı sağ ayak üzerinde).
- Top, vuruş kolunun 20-25 cm önüne doğru atılır.

3-Topa Vuruş Anındaki Pozisyon:

- Vuruş kolu gövdeye paralel sallanır ve topa alttan, aşağıdan gergin uzatılmış ve iç bükey şekildele vurulur.
- Aynı anda vücut ağırlığı sağ ayaktan sol ayağa aktarılır.
- Burada vuruş yapacak elin topa doğru getiriliş hızının, servisin fileyi geçebilecek bir hızda olmasına dikkat etmek önemlidir.

4-Topa Vurduktan Sonraki Pozisyon:

- Kol, topun arkasından topu takip edecek şekilde yukarıya doğru kalkar.
- Bu arada vücutta topun arkasından bir uzanma yapar.
- Arkadaki ayakla öne bir adım alınabilir

TEMEL HATALAR VE DÜZELTME YARDIMLARI

- ◆ Temel Hata : auta giden top
- ◆ Hatanın Nedeni : Tüm vücudun kullanılması
- ◆ Düzeltme Yardımları :
- ◆ topa vurduktan sonra vücudun dönmeme çalışması

TEMEL HATALAR VE DÜZELTME YARDIMLARI

- ◆ Temel Hata :
- ◆ Çok yukarıdan giden top
- ◆ Hatanın Nedeni :Gövdenin yukarıya ve geriye doğru yükseltilmesi
- ◆ Düzeltme yardımları :
- ◆ Top elden çıkar çıkmaz vücut topun arkasından hareketi tamamlamalıdır.

TEMEL HATALAR VE DÜZELTME YARDIMLARI

- ◆ Temel Hata :
- ◆ Topun oldukça yüksekte tutulması ve file üzerinden geçmemesi
- ◆ Düzeltme yardımları :
- ◆ Top bel hizasında veya altında tutulmalıdır.Topa merkezinin hemen altından vurulur ve kol fileye (ileri) doğru sallanır. Bu arada vücut ağırlığı öndeki ayağa aktarılır.

TEMEL HATALAR VE DÜZELTME YARDIMLARI

- ◆ Temel Hata :
- ◆ Top filenin üzerinden geçmek için yeterince hızlı değil
- ◆ Düzeltme yardımları :
- ◆ Topu tutan el, vuruştan önce aşağı yukarı hareket ettirilmeli, sabit olmamalıdır. Topa temas avuç içi ile yapılmalı, vuruş kolu geriden yeterli süratte getirilmelidir.

TEMEL HATALAR VE DÜZELTME YARDIMLARI

- ◆ Temel Hata :
- ◆ Vücut ağırlığı arkadaki ayakta ve topun yörüngesi oldukça yüksek
- ◆ Düzeltme yardımları :
- ◆ Topa vuruş yapılırken öne doğru bir adım alınmalıdır.

TEKNİK SERVİS

- ◆ Voleybolda en sık kullanılan servis çeşitlerinden birisidir. Hareket 3 aşamadan oluşur. Hazırlık devresi, vuruş devresi ve bitiriştir.

Hazırlık Devresi

- ◆ Yüz fileye dönük sol ayak önde adım vaziyetinde durulur. Top başın üzerine dikey olarak yukarıya atılırken sağ kol aşağıdan yukarı ve geriye doğru gergin olarak götürülür. Servisin sertlik durumu ve atılmak istenen mesafe dikkate alınarak gövde ve kol geriye doğru yay vaziyetine geçer. Yana bükülmelerden sakınılarak topa geniş yüzeyiyle vurulur. Topa vuruncaya kadar gövdede yaratılan gerginlik muhafaza edilir.

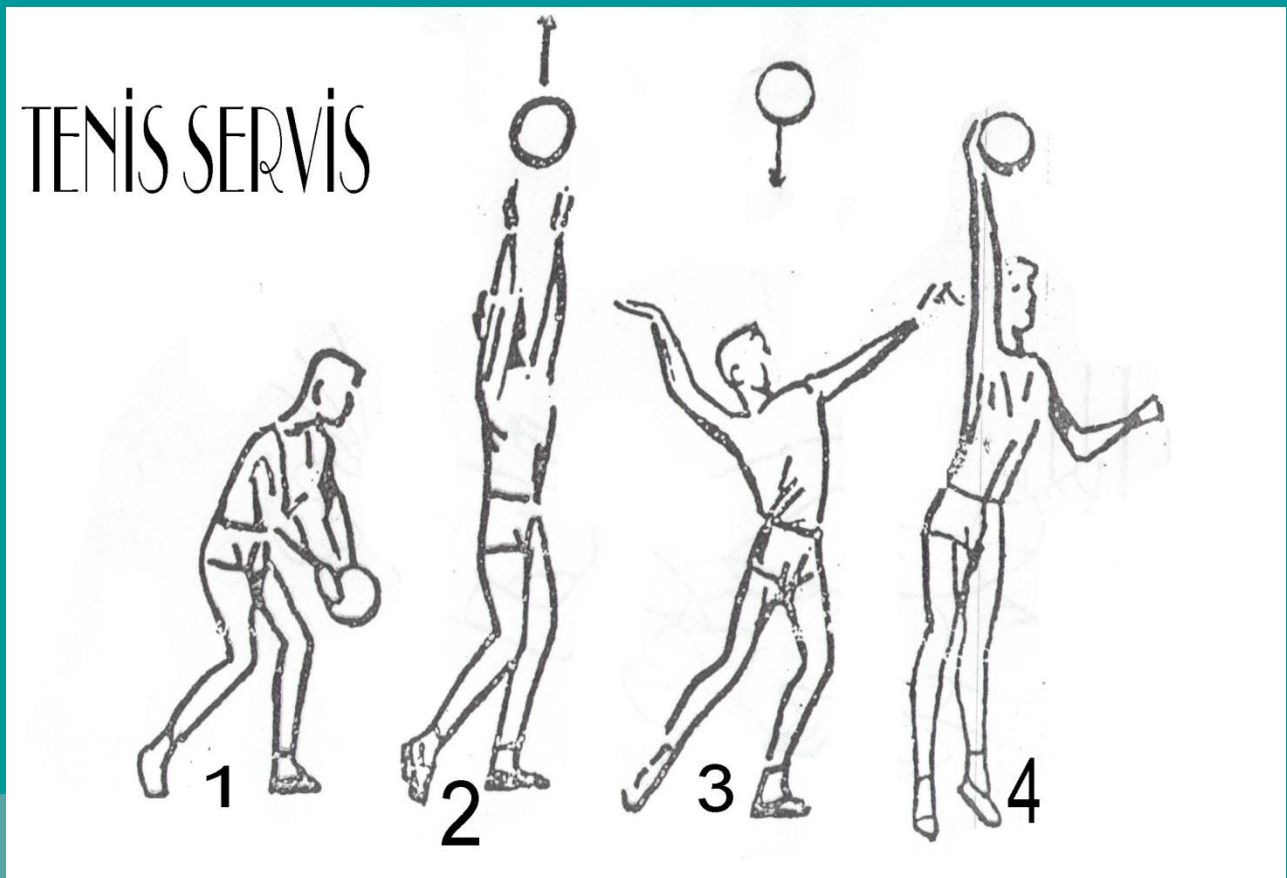
Vuruş Devresi

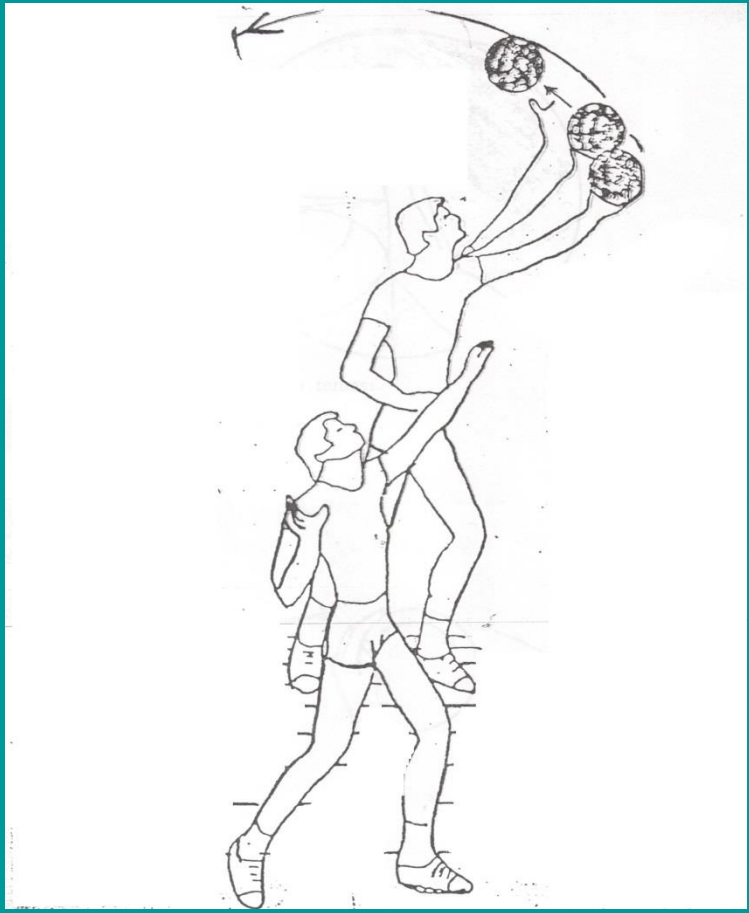
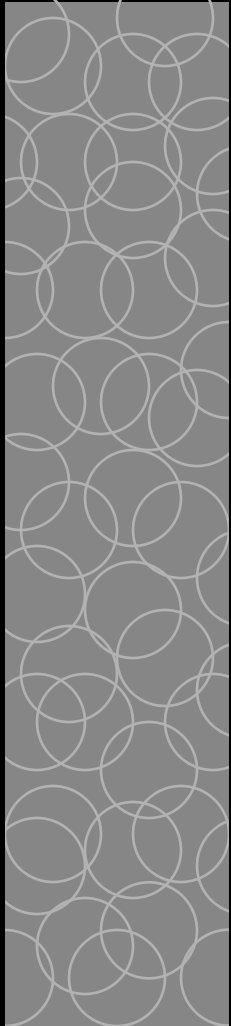
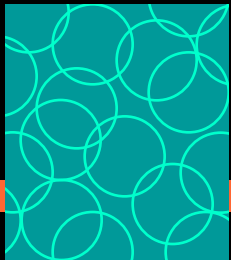
- ◆ Gvde gergin ve dik olduėu halde topa ani olarak vurulur. Kol tamamen gergin fakat el bilekten gevşektir.

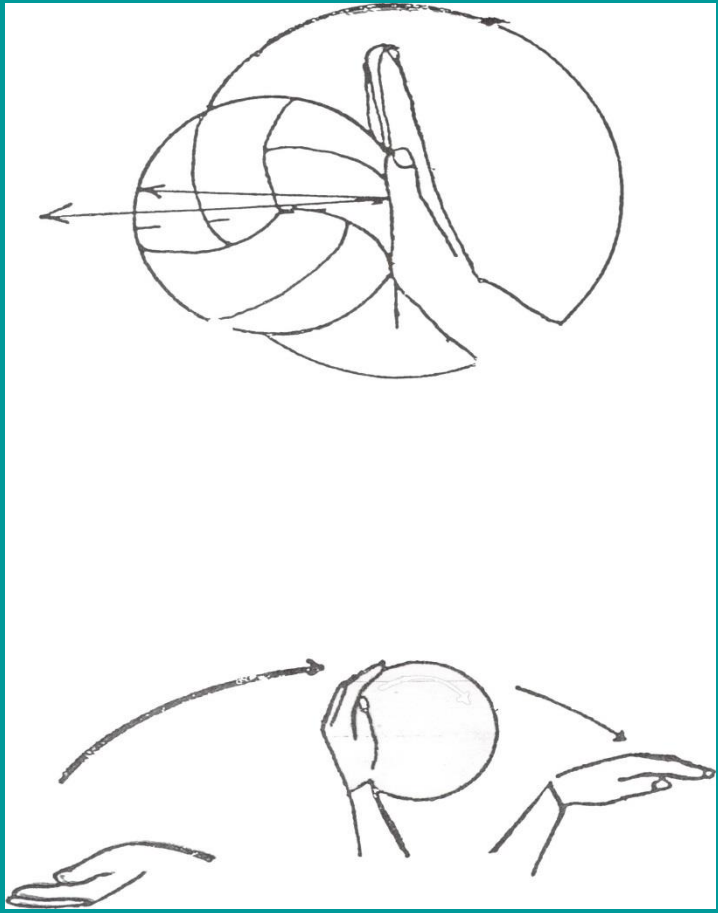
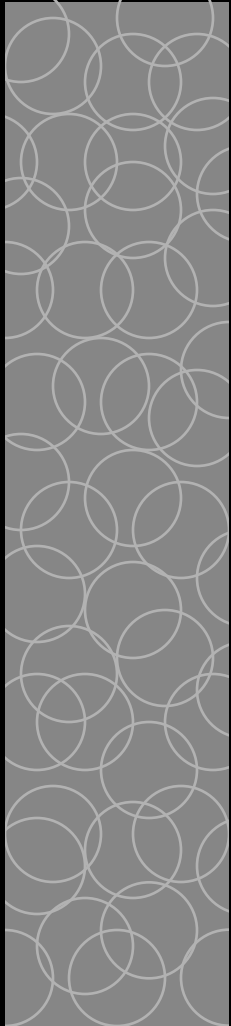
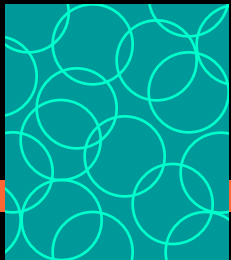
Bitiriř

- ◆ Bilek topun üzerine kapatılır ve kol gevşek olarak uzun süre topu izler, geride bulunan sağ ayak ne getirilerek sahaya girilir.

TENIS SERVIS







TENİS SERVİSİ

- Bu servise oyuncu güçlendiği ve topu rakip sahaya geçirebileceğine inandığı zaman başlamalıdır.

KADEMELİ ÖĞRETİM

– Topa Vurmadan Önceki Pozisyon:

- ◆ Yüz fileye dönük (omuzlar fileye paralel) ve adım pozisyonunda durulur (sağ el - sol ayak önde).
- ◆ Top vuruş yapmayacak elde (bazen top iki elle de tutulabilir) tutulurken, bu kol dirsekten hafif bükülü şekilde vuruş yapan elin omzu önüne uzatılır.

KADEMELİ ÖĞRETİM

– Topa Vuracağı Sıradaki Pozisyon:

- ◆ Top vuruş yapacak omzun 80 cm üzerine ve önüne atılır.
- ◆ Vuruş kolu dirsekten bükülü bir şekilde geriye doğru çekilir (kalça öne doğru hafif bir şekilde esnetilirken belden de geriye doğru bir yay oluşturulur).

KADEMELİ ÖĞRETİM

– Topa Vuruş Anındaki Pozisyon:

- ◆ Vuruş, belin öne doğru hareketi ve atış kolunun hızlanması ile başlar.
- ◆ Topa gergin kolla mümkün olan en yüksek noktada vurulur.
- ◆ Vücut ağırlığı öndeki bacağa aktarılır.

KADEMELİ ÖĞRETİM

- **Topa Vurduktan Sonraki Pozisyon:**
 - ◆ El bileđi düşürölür.
 - ◆ Vücut topun gittiđi yöne doğru bir izleme hareketi yapar.
 - ◆ Arkadaki ayakla öne bir adım atılabilir. (1).

TEMEL HATALAR VE DÜZELTME YARDIMLARI

- Temel Hata :Topun dönmesi
- Hatanın nedeni :Topun tam merkezine elin tabanının temas etmemesi, el bileğinin gevşek olması
- Düzeltme yardımları :Topu, vuruş kolunun üzerine atarak gergin bilekle servis çalışması

TEMEL HATALAR VE DÜZELTME YARDIMLARI

- Temel hata :Topun rakip sahanın gerisine düşmesi ya da fileye çarpması
- Hatanın nedeni :Topun omuzun gerisine ya da önüne atılması
- Düzeltme yardımları :Esas hareketi uzun süre yapmadan topa vurmaya ve doğru top atmaya çalışma

TEMEL HATALAR VE DÜZELTME YARDIMLARI

- Temel hata :Topun yere paralel gitmesi
- Hatanın nedeni :Topun elden çıkışında istenilen yüksekliğe atılmaması, topa omuz hizasında düz vurulması
- Düzeltme yardımları :Topu gerekli yüksekliğe atma ve düşmekte olan topa en üst noktada vurmaya çalışma

TEMEL HATALAR VE DÜZELTME YARDIMLARI

- Topu yere doğru gönderme
- Topun düşüşü sırasında topa alın hizasında ve topun üzerinde vurma
- Karşılıklı çalışmada topun yukarıya atış mesafesini giderek artırma,
- Özellikle vuruş pozisyonu için kolu doğru ve düzgün bir şekilde kaldırma çalışması