

Doc.dr Danilo Bojanić

ODBOJKA - TAKTIKA

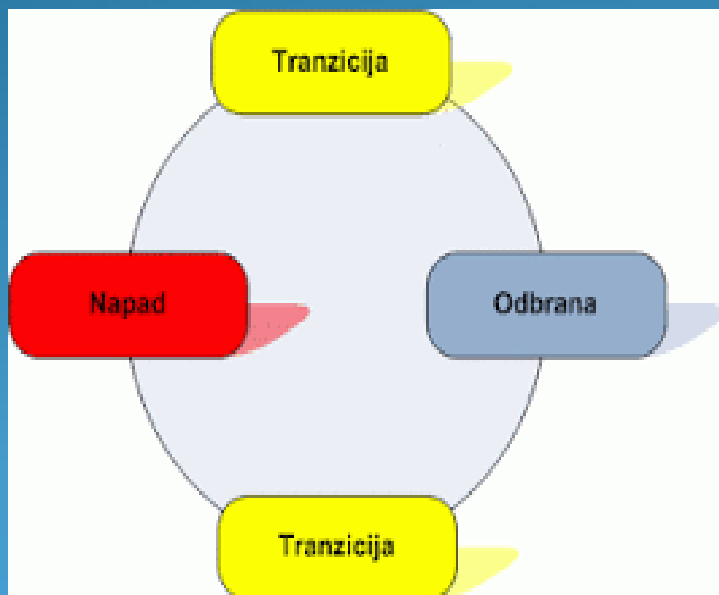
Osnovne studije - Fizička kultura i zdravi stilovi života

Fakultet za sport i fizičko vaspitanje

UCG

Taktika odbojke

Doc.dr Danilo Bojanić



- Tokom igre svih šest igrača se u polju rotiraju u smjeru kazaljke na satu, nakon osvojenog servisa.
- To je glavni ključ dvoranske odbojke - ne može se cijelo vrijeme igrati s najboljim napadačima na mreži ili najboljim odbrambenim igračima u drugoj liniji.



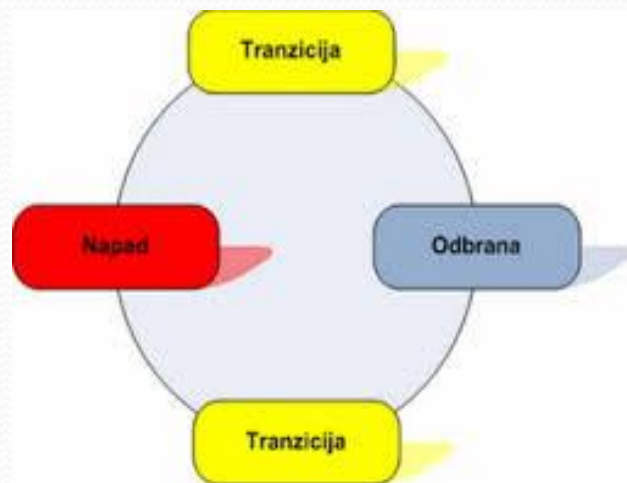
- Prije servisa igrači moraju biti na mjestima koje im redom pripada,
- a nakon servisa mogu zamijeniti mjesta, ali igrači iz odbrane ne smiju mijenjati igrače na mreži.
- Oni takođe smiju sudjelovati u napadu, ali mogu smečirati samo iza napadačke linije (linije tri metra)



- Pravilo rotiranja objašnjava zašto tehničar ponekad izgleda kao da se "skriva" iza igrača.
- Prije servisa, kao i ostali, i on mora biti na svom mjestu, a nakon servisa može trčati na mrežu kako bi organizirao napad.
- Ako dotrči na mrežu prije nego je protivnik odservirao, poen se daje protivniku.



- Taktika igre zavisi prije svega od nivoa tehničkog znanja igrača, ali i od motoričkih i intelektualnih sposobnosti
- Taktika se mijenja i prilagođava u odnosu na protivnika, i sistema u igri
- Svaka se akcija u aktivnoj fazi igre može podijeliti na akcije bez lopte i akcije sa loptom.



- Obzirom na broj igrača koji sudjeluju u pojedinoj akciji razlikujemo:
- Individualne akcije – gdje pojedini igrač samostalno rješava određene taktičke zadatke,
- Ekipne akcije – su one u kojima sudjeluje cijela ekipa i u sklopu njih timske taktike.
- Pri ekipnim akcijama zadatak jednog igrača je organizacija igre kontakt sa loptom, dok drugi igrači u tom trenutku izvode prateće akcije (zaštita polja, priprema za smeč, lažno kretanje)

- Obzirom na strukturu odbojkaške igre taktiku dijelimo na:
- Taktika u procesu napada (faze: prijem servisa, dizanje u procesu napada i smeč u procesu napada)
- Taktika u procesu kontranapada (faze: servis, blok, odbrana polja, dizanje u procesu kontranapada i smeč u procesu kontranapada)



Individualna taktika faze prijema servisa

- Osnovni cilj individualne taktike je primiti servis tako da se lopta tačno uputi u zonu dizanja, što će omogućiti dobar napad,
- Prijem servisa zavisi sa jedne strane od protivničkog servisa, a sa druge strane od taktike napada, I naravno od primača
- Ako igrač nije siguran u prijemu tada je bolje odigrati loptu dalje od mreže, dok ako je igrač siguran u prijemu i još imamo dizača u prednjoj zoni lopta se upućuje na gornju ivicu mreže, što omogućuje veliki broj kombinacija u fazi napada

- Svaki igrač tokom faze prijema je zadužen za određeni prostor u polju,
- U vrhunskoj odbojci dva igrača su zadužena za prijem lelujavog servisa, odnosno tri igrača kada imamo smeč servis,
- Svaki od njih mora znati svoje zone odgovornosti, i imati dobru procjenu za protivnički servis i u skladu sa tim odabrati taktiku



- Individualna taktika faze dizanja u procesu napada
- Dizač je po mnogim trenerima najvažniji igrač ekipe, i često se naziva i “mozak ekipe”, jer je zadužen za organizaciju napada.
- Dizači su često i kapiteni ekipe, i oni će najbolje primijeniti taktičke zamisli trenera na terenu
- Dizač sudjeluje u svim akcijama napada i njegova uloga u organizaciji je ključna za uspjeh u igri
- Treneri poseban akcenat stavljaju upravo na taktiku dizanja jer je ona ključna za uspjeh ekipe

- Mjesto koje zauzima dizač nalazi se udaljeno od mreže 1m i oko 3m sa lijeve i desne strane terena od bočnih linija,

Dizač svojim utrčavanjem na mrežu ne smije ometati prijem servisa,

Dizač se iz zone za dizanje ne treba brzo kretati, dok prethodno ne odredi putanju i smjer leta lopte,

Mora da prati akcije svojih i protivničkih igrača,

Mora biti što precizniji prilikom dizanja lopte,

Treba da zna raspored i kvalitet protivničkih blokera,

Koji od smečera se nalazi u najboljoj poziciji za smeč

Individualna taktika faze smeča u procesu napada

- Osnovni cilj igre je uspješno završiti akciju i postići poen,
- Da bi se taj cilj realizovao nužno je da smečer ima visok nivo procjene situacije u igri i dobru realizaciju,
- Taktičko znanje smečera u izbjegavanju protivničkog bloka je ključ uspjeha u postizanju poena,
- U takvim situacijama nužno je da smečer primjenjuje razne kombinacije i tehnike smeča kako bi pronašao put za poentiranje.

- Pri izboru početne pozicije za smeč npr. napad sa lijeve strane mreže, smečer se postavlja iza linije 3m i malo u aut tako da pravac zaleta bude pod uglom od 45 u odnosu na mrežu,
- Kada se napad izvodi sa desne strane smeč kreće sa desne bočne linije udaljen oko 4m od mreže,
- smečer iz pozicije 3 može imati različite početne pozicije zavisno od taktike ali uglavnom kreće u napad sa oko 3 – 3,5 m.



- Smečer mora u svakoj poziciji biti spreman za napad,
- Da se čak više od 50 % akcija završavaju smečom i poentiranjem,
- Da smečer mora sve više poznavati izvođenje brzih i iznenadnih udaraca radi narušavanja pravovremene odbrane protivnika na mreži i zadnjoj liniji,
- Da smečer mora iskazati svoje taktičke prednosti u igri svoje ekipe,
- Jako je važno za uspješnu taktiku smeča znati kada pojedini način smeča može biti najefikasniji

Individualna taktika faze servisa

- Pravilna taktička realizacija i kvalitetan servis često mogu biti presudan faktor u ishodu utakmice,
- U taktici servisa jako je važno izabrati najbolji način i efikasno ga primijeniti u igri,
- Servis može poslužiti i kao taktička varijanta u slučaju kada želimo ubrzati tempo igre ili u slučajevima kada nam je cilj usporiti tempo utakmice pa igrač koristi svih 8 sek predviđenih za servis

- Cilj individualne taktike servisa može biti:
- Da se postigne poen, (primarni cilj)
- Da se oteža mogućnost brzog i kvalitetnog napada protivnika, odnosno prijema
- Da se izvede siguran servis bez greške i tako stvori preduslov za uspješnu realizaciju i poentiranje,



Servis nije poželjno pogriješiti:

- Na početku seta,
- kad je prethodni igrač server pogriješio,
- kada protivnik uzastopno gubi poene,
- nakon prekida igre (time out, zamjena igrača)
- Nakon dugog teškog poena,
- Igrači bi trebali uvijek servirati tako da naprave “as”, posebno kada protivnik ima znatno bolji rezultat

Izbor zone za servis

- Zone iz kojih je najkompleksniji prijem zone 5 i 4, i prema zonama 2 i 3,
- U zone koje zbog nedostatka pravilnog rasporeda su najmanje branjene,
- Izbjeći zone koje su najbolje branjene(najbolji primači),
- U zone kuda utrčava dizač kada se nalazi u zadnjoj liniji,
- U zone između dva primača

Izbor protivničkog igrača za servis

- Servis na igrača koji je loš u prijemu,
- Ispred – iza –u stranu primača, prisiliti ga na kretanje,
- Na igrača koji je u prednjoj zoni a izvlači se na prijem,
- Na igrača koji je prethodno pogriješio,
- Na igrača koji je tek ušao i još nije zagrijan za igru,
- Na dizača koji je u rotacijiu zoni napada (4,3,2)



Individualna taktika faze bloka

- Blok je temelj cijele odbrane i na osnovu bloku se formira odbrana polja,
- Blok ima pasivnu i aktivnu varijantu i često služi za osvajanje poena,
- Zadatak bloka je da se onemogući kvalitetan napad protivnika na mreži,
- Zaštita određenog dijela terena kako bi igrači odbrane bili uspješniji u prijemu.

- Uspjeh individualne taktike bloka zavisi od:
- Taktičkog znanja blokera,
- Dobru procjenu i pravovremenu reakciju,
- Praćenje zone u kojoj dizač izvodi akciju,
- praćenje protivničkog napadača u zoni za napad,
- Predviđanje smjera smečiranja,
- Poznavanje individualnih karakteristika igrača koji izvodi smeč (analiza, informacije)
- Pri blokiranju ruke treba pružiti iznad mreže u posljednjem trenutku smeča, da se ne bi otkrivala pozicija

Individualna taktika faze odbrane polja

- Osnovni cilj individualne taktike odbrane pravilan izbor mjesta gdje se predviđa pad lopte nakon akcije protivnika,
- Takođe neophodno je predvidjeti smjer lopte i način prijema lopte u odbrani



Primjena individualne taktike odbrane polja primjenjuje se:

- Kada blok nije uspio zaustaviti loptu na samoj mreži,
- Kada se lopta odbije od bloka u teren,
- Kada “kuvana” lopta pada iza bloka blizu mreže



Taktička načela individualne taktike odbrane

- Analiza smeća različitih napadača
- Procjena udaljenosti, brzine i visine dignute lopte od mreže
- Kontinuirano praćenje, predviđanje smjera udarca u pripremnim akcijama protivnika,
- Brz prelaz iz praćenja pripreme napada protivnika u akciju,



Individualna taktika smeča u napadu

- Smeč je tehnika kojom se u oba procesa igre osvaja najveći broj poena,
- Bitno je razlikovati smeč nakon prijema servisa i smeč nakon odbrane polja,
- Napad nakon prijema servisa moguće je znatno više uigrati, u odnosu na napad nakon odbrane polja
- Razlika je u tome što se u procesu napada nakon prijema servisa, dizači i smečeri mogu više dogovarati,
- Dok je to u trenutku kada se ekipa brani od smeča dosta teže ostvariti, i znatno je teže odbraniti se od smeča nego od servisa

- U procesu napada dizač nikada ne prima servis,
- Dok u procesu kontranapada njegov zadatak je prvo blokirati i odbraniti polje,
- Nerijetko se dizač nalazi u teškoj poziciji za dizanje, pa njegovu ulogu preuzimaju i drugi igrači, koji ne dižu loptu baš precizno
- Pa tako smečer u procesu kontranapada više puta smećira visoke lopte,
- Uspješnost u smeću u najvećem dijelu zavisi od odabira individualne taktike smećera i tehnike usvojenosti smeča

- Prema statističkim podacima broj idealnih prijema servisa upućenih dizaču dostiže i do 70%, od ukupnog broja prijema servisa,
- Ovakva realizacija napada kod pobjedničkih ekipa dostiže vrijednost i do 60%, u realizaciji poena
- U modernoj odbojci danas se smatra uspješnim smečer koji ostvari oko 40% poena smečom u kontranapadu,
- Razlog tome je što smečer napada iz teških pozicija nakon odbrane polja, kada protivnik može na vrijeme da formira dvojni ili trojni blok.

Ekipna taktika postava

- Trener mora izbalansirati svoju ekipu ne samo birajući 12 igrača, već i birajući svakom igraču ulogu koja mu najviše odgovara,
- Takođe trener mora izbalansirati ekipu u svih 6 rotacija prve postave, kako bi u svakom trenutku kvalitet igrača po pozicijama bio kvalitetan,
- Pravilne odluke trenera i odabir pozicija igrača u postavi mogu u mnogome povećati efikasnost ekipe,
- Trener mora uzeti u obzir kvalitet svakog igrača, njegove psiho-fizičke i tehničko-taktičke sposobnosti, i na osnovu toga formirati sastav ekipe

- Prema Selingeru postoje tri osnovna načina optimalnog rasporeda igrača:

- Raspored u odnosu na visinu igrača
- Raspored u odnosu na kvalitet igrača
- Raspored u odnosu na efikasnost igrača u igri



- Usavršavanjem pravila odbojke razvija se taktika igre
- Tri odigravanja su omogućila i usavršavanje elemenata igre.
- Poseban značaj je dobilo dizanje lopte za napad.
- U početku su svi igrači vršili funkciju dodavanja na smeč, tj. dizača, ali i napadača, primača i blokera
- Međutim, razvojem odbojke dolazi do podjela uloga u timu, specijalizacije.

Poznato je nekoliko kompozicija igre:

- 6 : 0 - najstarija, gore pomenuta kombinacija gdje svih šest igrača diže, smečira i blokira.
- 3 : 3 - takođe stara kombinacija gdje svaki smečer ima svog dizača tj. dizači i smečeri staju u " trougao".
- 4 : 2 - kombinacija u kojoj dva dizača stoje u "dijagonali" i diže onaj koji je u zoni napada.
- 5 : 1 - najmodernija kompozicija igre sa tri krajnja smečera, srednjim blokerom, liberom i dizačem.

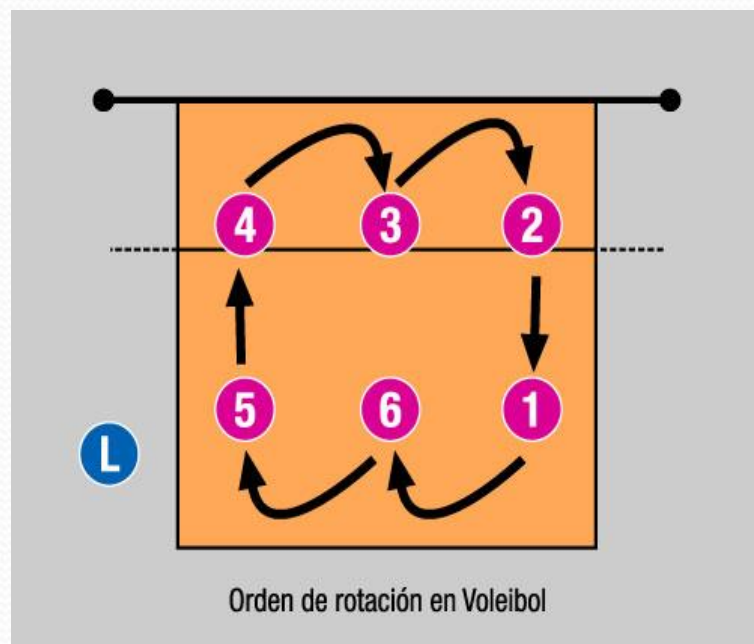
- 5 : 1 - najmodernija kompozicija igre sa tri krajnja smečera, srednjim blokerom, liberom i dizačem.
- Odbojka je sportska igra, koja obiluje raznovrsnim motoričkim formama.
- Složenost odbojke se ogleda i u tome, da jedan element igre, sam za sebe, ne znači mnogo u odnosu na krajnji ishod utakmice.
- Vladanje kompletnom tehnikom je već određena prednost, odnosno baza za dalju nadgradnju i povećanje efikasnosti u igri.

- U okviru svakog sistema mora se ispoštovati sistem dvije linije, prve i druge linije.
- Prvu liniju čine igrači zona 2, 3 i 4 (zone napada) a drugu liniju igrači zone odbrane 5,6 i 1(zone odbrane)
- Sistem se označava sa dva broja. Prvi broj označava broj igrača koji mogu da napadaju (primači, srednji blokeri i korektor) dok drugi broj označava broj dizača
- Sistemi koji se koriste u odbojci su :
- Sistem 6:0
- Sistem 3:3
- Sistem 4:2
- Sistem 5:1

Metodika učenja sistema 6:0

- U radu sa djecom najsvrsishodniji sistem bi trebalo da bude sistem 6:0.
- Pogodan u radu sa djecom jer je jedan od prostijih sistema i ne iziskuje preranu specijalizaciju, odnosno omogućuje svestraniji razvoj pojedinca
- Ovaj sistem koristimo kao bazu za učenje ostalih sistema, i preko njega učimo djecu zone u terenu,
- rotaciju i osnovna pravila odbojkaške igre.
- Sistem u kome svi igraju sve.

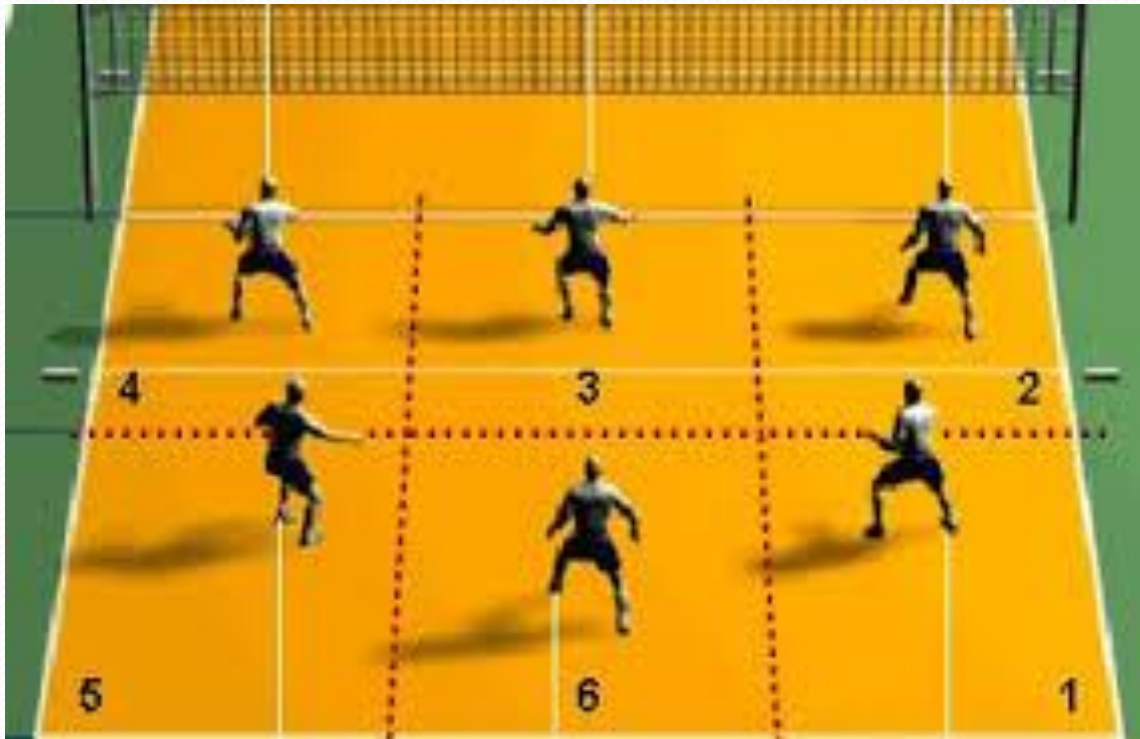
- Vrhunske ekipe karakteriše visoko efikasna i brza tranzicija u igri,
- što omogućuje efikasnije sprovođenje faze napada i faze odbrane.
- Učenjem ovog sistema već pripremamo igrače za sve naredne sisteme



Metodika učenja sistema 3:3

- Ovaj sistem se sastoji od tri dizača i tri smečera (napadača), gdje svaki smečer ima svoga dizača.
- Postavka je takva da su dizači i smečer u dijagonali, odnosno dizači i smečeri su naizmjenično raspoređeni po zonama.
- Da bi se koristio ovaj sistem treba imati dobre smečere, jer postoje dvije karakteristične postavke igrača.
- Prva kada su dva dizača u zoni napada i druga kada je samo jedan

- U odbojkaškoj igri rijetko primjenljiv, sistem sa velikim brojem nedostataka pogotovu u fazi napada kada su dva dizača u prednjoj liniji.
- Jedna od prednosti ovog sistema može biti veliki broj kuvanih i smečiranih takozvanih “drugih” lopti,
- Ovaj sistem može imati veliku primjenu u mlađim takmičarskim kategorijama u utakmicama gdje je donji servis obavezan, pa je nedostatak sistema kod prijema neznan.
- Prednost korišćenja ovog sistema u igri je i rad sa većim brojem djece na poziciji dizača



Metodika učenja sistema 4:2

- U ovom sistemu imamo četiri smečera i dva dizača dijagonalno raspoređena.
- Prvo učimo najjednostavniju varijantu sa dizačem u sredini; zatim varijante dizač sa desne, pa sa lijeve strane.
- Sve kretnje u određenim postavkama rade se prvo bez lopte, naredna varijanta je uz hvatanje lopte u svaku poziciju u koju dođe,
- Dizač može ući iz zadnje linije na mrežu iz sve tri zone zadnje linije (5, 6 i 1).

- Kada dizač ulazi iz zone 5 (drugi dizač se nalazi u zoni 2), ovo je situacija kada je ekipa najopasnija po protivnika prvom loptom,
- gdje dizači pri idealnom prijemu ka zoni dva mogu odmah riješiti ovu situaciju kivanjem ili smečiranjem
- To znaci da dizači svakog trenutka mogu postati napadači

- Prednosti sistema su da dva dizača u igri imaju prednost u odnosu na sistem sa jednim dizačem,
- jer ako jedan nije raspoložen, drugi preuzima većinu organizovanja napada

- Kako će se izvršiti napad zavisi od prijema servisa, od mjesta gdje je upućena lopta posle prijema.
- Kada dizač ulazi iz zone 6, on najčešće ulazi prema zoni 2, a dizač na mreži se pomjera prema zoni 4.
- Poslednja situacija je kada dizač ulazi iz zone 1, on ulazi prema zoni 3 kako bi omogućio napade iz sve tri zone prve liije.
- Dok u sistemu 5:1 treneri najčešće pribjegavaju zamjeni dizača.

- Još jedna od značajnih prednosti sistema 4:2 a pogotovu u mlađim kategorijama se krije u kontranapadu
- kada može dizati dizač iz prve linije a ne ulazi dizač iz zone odbrane samim tim odbrana je kompletnija.
- Mane ovog sistema se ogledaju u tome da je nedostatak dobrih dizača u savremenoj odbojci, a pogotovo da budu i dobri napadači
- Sa povećanjem značaja servisa smanjen je broj idealnih prijema, a samim tim potreba za vrhunskim smečerima je veća

Metodika učenja sistema 5:1

- Zbog složenosti i uske specijalizacije igrača ovom sistemu većina trenera u svome radu djecu uči sto kasnije.
- U modernoj odbojci prevladava sistem 5-1, za koji je karakteristično da ima samo jednog dizača koji obavlja funkciju dizanja,
- igra i u prvoj i u drugoj liniji, iz koje utrčava u zonu za dizanje,
- 4 napadača i libera (srednji bloker) u zavisnosti od situacije

Kod

sistema 5:1 javljaju se sljedeće pozicije igrača, odnosno specijalizovane uloge:

- **Dizač** - “Mozak” ekipe (organizator napada)
- Zadužen za dizanje lopte, ali takođe blokira i ima ulogu u odbrani polja, zaštiti smečera i servisu, ali ne učestvuje u prijemu
- Igrač koji ima najviše kretanja u tranziciji, te stoga zahtijeva najveću aerobnu pripremljenost u poređenju sa drugim pozicijama

Srednji bloker

- Specijalista za blokiranje (u sredini)
- Neophodno izuzetno čitanje igre (protivničkog dizača i smečera), te organizovanje bloka
- Igra brzi napad, servira i tada igra u drugoj liniji, te takođe mora da učestvuje u odbrani,
- Kada prelazi u drugu liniju (posle servisa) zamjenjuje se sa liberom
- U zavisnosti od dogovorenog sistema preuzima ulogu dizača kada dizač nije u stanju da dođe do lopte

Primač

- Najsvestraniji igrač u ekipi
- Napada (smeč) iz prve i druge linije,
- Prijem servisa,
- Odbrana polja,
- Blokiranje (spoljni)
- i servis

Korektor

- Najbolji smečer u ekipi,
- igra u dijagonali sa dizačem,
- i najčešće napada iz pozicije 2 i pozicije 1
- Blokira,
- servira,
- učestvuje u odbrani,
- ali ne učestvuje u prijemu servisa

Libero

- Specijalista za odbranu polja
- Prijem servisa,
- odbrana i u nekim slučajevima dizanje i prebacivanje
- lopte (slobodna lopta)
- Ne smije da napada i ne smije da servira
- Kada prelazi u prvu liniju po rotaciji, mijenja se za srednjim blokerom