



ΚΑΝΟΝΙΣΜΟΙ

ΜΙΝΙ ΒΟΛΕΪ

2013-2014

Μινι Βόλεϊ 1 (Family Game - Τρίτο επίπεδο δεξιοτήτων- Δοκιμαστικό)

Ηλικιακή κατηγορία 6-8 ετών (Α' & Β' Δημοτικού). Δεκτά είναι και τα παιδιά νηπιακής ηλικίας.

Διαστάσεις γηπέδου 4.5μ. X 4.5μ. Ύψος φιλέ 1.50-1.80 μ (εξαρτάται απο την ηλικία των παιδιών). Βάρος μπάλας (70-100γρ). Διάρκεια αγώνα 10'.

Τρόπος παιχνιδιού: 3X3 αθλητές. Οι αθλητές πριν την έναρξη του αγώνα παίρνουν απο τον εμπυχωτή τους τον αριθμό τους (1,2,3). Ξεκινά το παιχνίδι ο Νο 1 αθλητής της Α ομάδας που τοποθετεί το σώμα του ένα μέτρο μακριά απο το φιλέ (καλό είναι να υπάρχει ένα σημάδι κάτω). Κρατώντας τη μπάλα στα χέρια του απο κάτω (θέση μανσέτας) την ελευθερώνει κάθετα προς τα πάνω και την χτυπάει με το ένα χέρι προς τη ζώνη της αντίπαλης ομάδας (ομάδα Β). Η Β ομάδα κερδίζει πόντο α) αν πιάσει τη μπάλα στον αέρα ή β) αν γίνει λάθος απο την Α ομάδα (πχ πέρασμα άουτ ή κάτω από το φιλέ). Η Α ομάδα κερδίζει πόντο α) αν η μπάλα μετά την επίθεση του αθλητή 1 καταλήξει στον αγωνιστικό χώρο της ομάδας Β. Το παιχνίδι συνεχίζεται με τον ίδιο τρόπο και με τον αθλητή Νο1 της Β ομάδας. Ακολουθεί ο αθλητής Νο 2 της Α ομάδας κοκ



Σε περίπτωση παρουσίας νηπίων αλλά και παιδιών που δεν έχουν κατακτήσει τη δεξιότητα «ελευθερώνω στον εαυτό μου κάθετα προς τα πάνω και χτυπώ τη μπάλα με το ένα χέρι» υπάρχει ο εμπυχωτής που θα έχει το ρόλο της έναρξης του παιχνιδιού (θα ελευθερώνει τη μπάλα στο παιδί που έχει σειρά να επιτεθεί). Αν και αυτό είναι δύσκολο για κάποια παιδιά τότε ο εμπυχωτής θα πρέπει να κρατά τη μπάλα στον αέρα με το ένα του χέρι και το παιδί να δοκιμάζει με στημένη μπάλα που είναι πιο εύκολος στόχος

Ο εμπυχωτής σε κάθε περίπτωση είναι κοντά στους αθλητές για να υποστηρίζει τα παιδιά στη προσπάθειά τους, να μετράει το σκορ αλλά και το χρόνο διάρκειας του αγώνα (10 λεπτά).

Μινι Βόλεϊ 2 (Δεύτερο επίπεδο δεξιοτήτων)

- Ηλικιακή κατηγορία 9-10 ετών (Γ' & Δ' Δημοτικού). Δεκτά είναι και τα παιδιά 8 ετών (Β' Δημοτικού) αν οι δεξιότητές τους δικαιολογούν τη συμμετοχή τους σε αυτό το επίπεδο.
- Διαστάσεις γηπέδου 4.5μ. X 4.5μ.
- Ύψος φιλέ 2.00μ.
- Βάρος μπάλας (180-210γρ) ή 230 γρ.
- 1 Σετ στους 25 πόντους ή 2 νικηφόρα σετ στους 15 πόντους.
- Τρόπος παιχνιδιού: 3X3 αθλητές. Πιάσιμο/πέταγμα (πάσα από επάνω) της μπάλας (χωρίς βήματα) ή πιάσιμο/πέταγμα (πάσα από επάνω) μόνο της 1ης μπάλας.
- Υποχρεωτική αλλαγή παίκτη σε κάθε περιστροφή στη θέση του σέρβις (δηλαδή να μπαίνει με τη σειρά ένας/μια αναπληρωματικός/ή με σκοπό



να συμμετέχουν εξίσου όλα τα παιδιά καθ' όλη τη διάρκεια του παιχνιδιού).

- Σέρβις μόνο από κάτω.

Μινι Βόλεϊ 3 (καλύτερο επίπεδο δεξιοτήτων)

- Ηλικιακή κατηγορία 11-12 ετών (Ε' & ΣΤ' Δημοτικού). Δεκτά είναι και μικρότερα παιδιά 10 ετών αν οι δεξιότητές τους δικαιολογούν τη συμμετοχή τους σε αυτό το επίπεδο.
- Διαστάσεις γηπέδου: 4,5μ. X 6μ. Ύψος φιλέ: 2.10μ.
- Βάρος μπάλας 230 γρ. ή κανονικό (280γρ) αν δεν υπάρχει η πρώτη κατηγορία μπάλας.
- 2 νικηφόρα σετ 25 πόντων.
- Τρόπος παιχνιδιού: 3X3 Αγόρια/Κορίτσια
- Ισχύουν οι κανονισμοί του αγωνιστικού Βόλεϊ (περιστροφή αθλητών).
- Σέρβις: Μόνο από κάτω ή εναλλάξ από πάνω και από κάτω.
- Αναλυτικά για το εναλλάξ σέρβις:
 - Ο/η αθλητής/τρια που πραγματοποιεί σέρβις από πάνω και η ομάδα του/της κερδίζει πόντο (με οποιονδήποτε τρόπο), εκτελεί το επόμενο σερβίς του/της από κάτω.
 - Η εναλλαγή στο είδος σέρβις (από πάνω και από κάτω) συνεχίζεται όσο σερβίρει ο ίδιος/α αθλητής/τρια.