

Πετοσφαίριση επί άμμου (Απ-195επ)

Θεματική ενότητα 2

Κανονισμοί του αθλήματος
Διαφορές με την Πετοσφαίριση
Αγωνιστικές μορφές της
Πετοσφαίρισης επί άμμου

Κανονισμοί του αθλήματος

- Πλήρες βιβλίο κανονισμών (<https://odbe.gr/regulations/official-regulations-beach-volleyball/>)
- Βασικοί κανονισμοί
 - Διαστάσεις γηπέδου 8X16μ.
 - Ανδρικό φιλέ στα 2,43μ.
 - Γυναικείο φιλέ στα 2,24μ.
 - Η νίκη κατοχυρώνεται με 2 νικηφόρα σετ – τα 2 πρώτα σετ στους 21 πόντους (με αλλαγή γηπέδου κάθε 7 πόντους) και το τρίτο σετ στους 15 πόντους (με αλλαγή γηπέδου κάθε 5 πόντους).
 - Η περιφέρεια της μπάλας είναι 0,65-0,67μ., Το βάρος της είναι 260-280γραμ. και η πίεση είναι 171-221mbar (0,175-0,225 Kg/cm²)

Κανονισμοί του αθλήματος

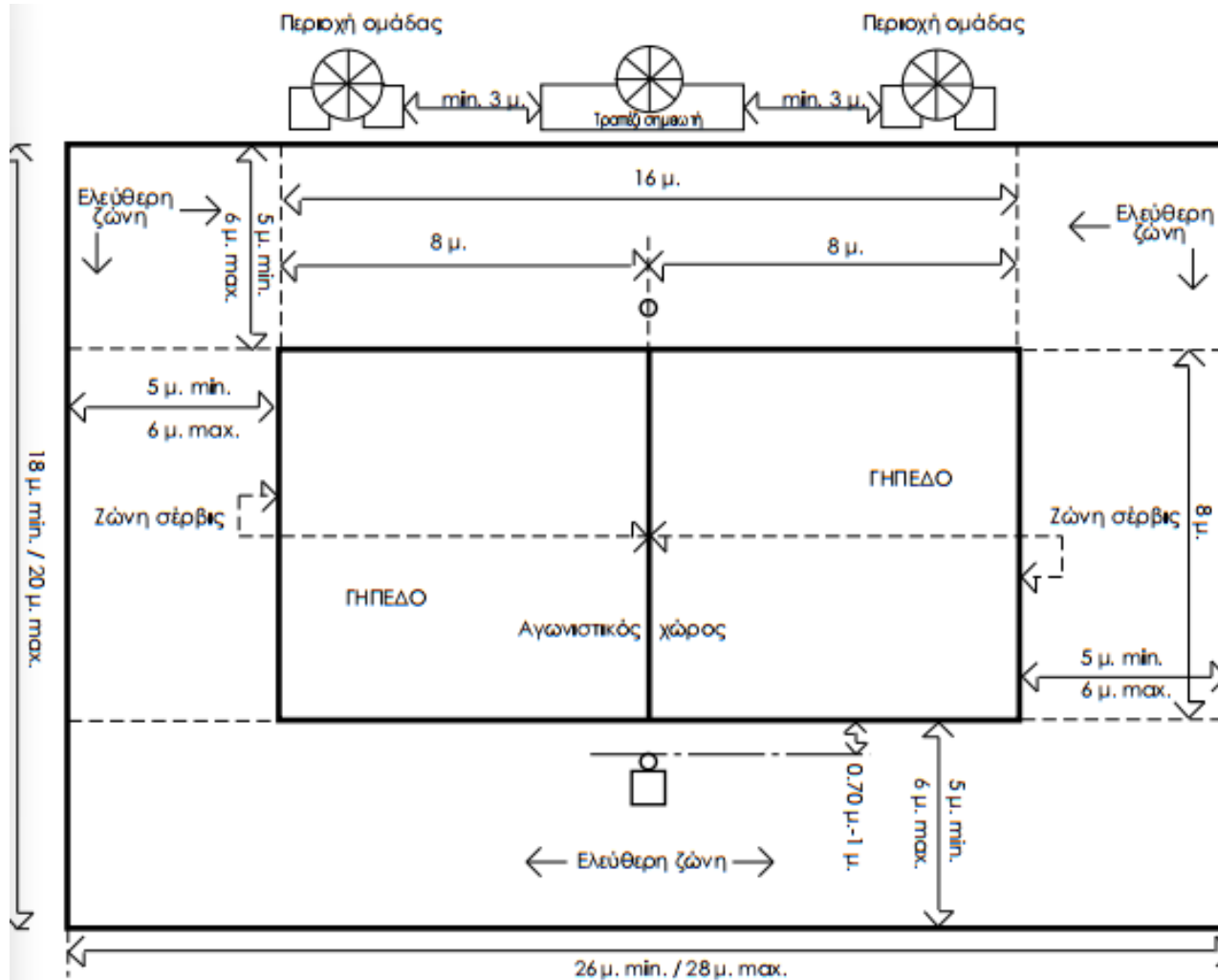
- Βασικοί κανονισμοί
 - Η πλάγια πάσα προς τον συμπαίκτη επιτρέπεται, ενώ η πλάγια πάσα πέρασμα πάνω από το φιλέ και προς τον αντίπαλο απαγορεύεται
 - Η μπάλα μπορεί να περάσει στην αντίπαλη ομάδα χρησιμοποιώντας την πάσα με δάκτυλα, αλλά μόνο όταν οι ώμοι του παίκτη που κάνει την πάσα είναι κάθετοι στην τροχιά της μπάλας
 - Το πλασέ με δάκτυλα απαγορεύεται
 - Η επαφή της μπάλας στο μπλοκ μετράει σαν πρώτη επαφή, ενώ ο παίκτης που έκανε μπλοκ μπορεί να ξαναχτυπήσει την μπάλα
 - Κάθε ομάδα έχει δικαίωμα 1 time-out των 30''/σετ. Τα time-outs των 2 ομάδων μπορεί να ζητηθούν και διαδοχικά
 - Το διάλειμμα μεταξύ των σετ διαρκεί 1'

Κανονισμοί του αθλήματος

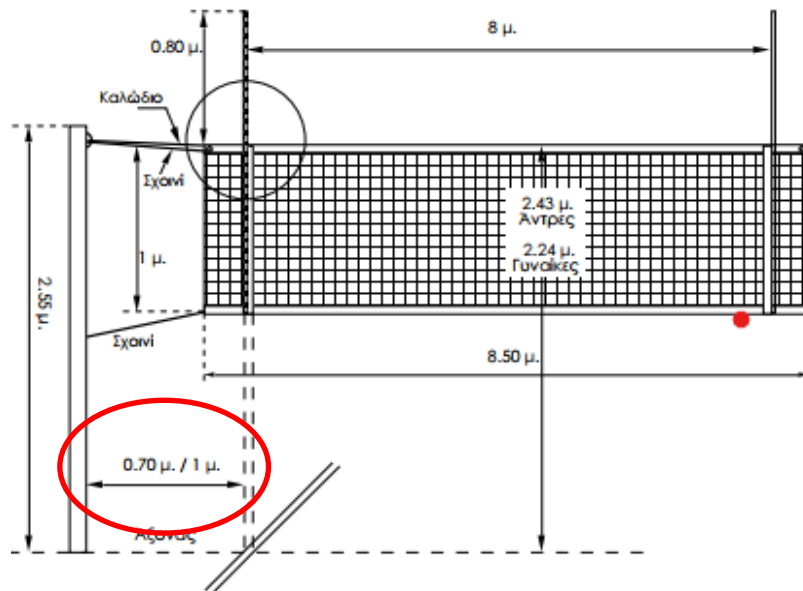
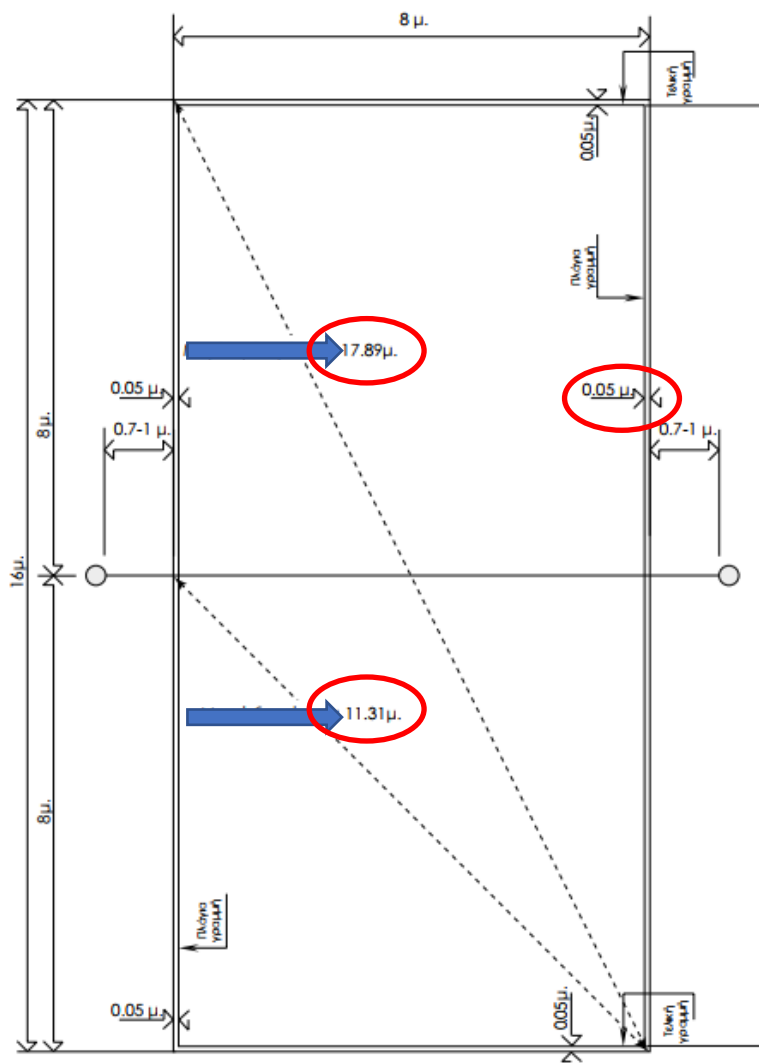
- Βασικοί κανονισμοί

- Οι ομάδες αποτελούνται από 2 παίκτες που δεν μπορούν να αντικατασταθούν ούτε κατά τη διάρκεια του παιχνιδιού αλλά ούτε και κατά τη διάρκεια του τουρνουά
- Ο κάθε παίκτης μπορεί να αλλάζει θέση οποιαδήποτε στιγμή πριν ή μετά το σέρβις. Με κάθε αλλαγή (δικαίωμα σερβίς) που κερδίζεται, υπάρχει και υποχρεωτική εναλλαγή στον παίκτη που σερβίρει
- Η επαφή με την μπάλα κατά το σέρβις πρέπει να είναι σωστή, δηλαδή η μπάλα δεν μπορεί να κρατηθεί, να μεταφερθεί ή να ριχτεί
- Κατά τη διάρκεια του σέρβις, ο παίκτης που δεν σερβίρει, δεν επιτρέπεται να κινείται. Επιπλέον δεν επιτρέπεται να εμποδίζει με κανέναν τρόπο το οπτικό πεδίο της ομάδας που κάνει υποδοχή

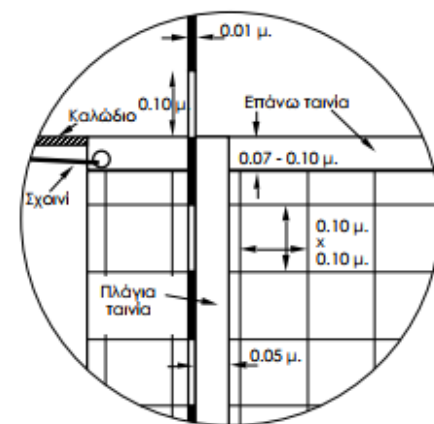
Διαστάσεις γηπέδου



Διαστάσεις γηπέδου και φιλέ



Για Παγκόσμιες Διοργανώσεις της FIVB, το φιλέ μπορεί να προσαρμόζεται σύμφωνα με τον κανονισμό 2.1.



Διαφορές με την Πετοσφαίριση¹

	Πετοσφαίριση	Πετοσφαίριση επί άμμου
Αριθμός παικτών	6	2
Διαστάσεις αγωνιστικού χώρου	18X9μ.	16X8μ.
Νίκη	3 σετ	2 σετ
μ ² /παίκτη	13,5μ ²	32μ ²
Πόντοι/σετ (tie-break)	25 (15)	21 (15)
Επιφάνεια (FIVB)	Παρκέ ή συνθετικό	Άμμος

Διαφορές με την Πετοσφαίριση¹

	Πετοσφαίριση	Πετοσφαίριση επί άμμου
Ελάχιστη θερμοκρασία	16 °C	Δεν υπάρχει ρήτρα. Ο καιρός δεν πρέπει να απειλεί τη σωματική ακεραιότητα των αθλητών/τριών
Μέγιστη θερμοκρασία	26 °C	
Παρουσία προπονητή κατά τη διάρκεια του αγώνα	Ναι	Όχι
Σερβίς (χρόνος εκτέλεσης)	8''	5''
Υποδοχή σερβίς	Πάσα με δάχτυλα Μανσέτα	Κυρίως μανσέτα
Επίθεση	Επιτρέπεται με επαφή δάχτυλα	Δεν επιτρέπεται με επαφή δάχτυλα (1 χέρι)

Διαφορές με την Πετοσφαίριση¹

	Πετοσφαίριση	Πετοσφαίριση επί άμμου
Μπάλα/υλικό	Δέρμα ή συνθετικό δέρμα	Δέρμα ή συνθετικό δέρμα που δεν απορροφά υγρασία
Μπάλα/διαστάσεις	65-67 εκ.	66-68 εκ.
Μπάλα/βάρος	260-280 γραμ.	260-280 γραμ.
Μπάλα/πίεση	0,3-0,325 kg/cm ²	0,175-0,225 kg/cm ²

Διαφορές με την Πετοσφαίριση¹

	Πετοσφαίριση	Πετοσφαίριση επί άμμου
Διάρκεια αγώνα (ΜΟ)	100'	51'
Διάρκεια ΑΕ	5,54''	5,82''
Διάρκεια ΑΕ (χωρίς ψευδο ΑΕ)	7,11''	6,62''
Μπάλα στον αέρα	15,62%	19,50%
% ψευδο ΑΕ	25,63%	14,65%
Επαφές/ ΑΕ	6,76	5,81
Active/non active	1:5,52- 1:5,81	1:4

¹Durkovic, T.; Babok, D.; Rešetar, T. Differences in Game Dynamics between High-Level Volleyball and Beach Volleyball Matches. *J. Funct. Morphol. Kinesiol.* 2024,9, 28. <https://doi.org/10.3390/jfmk9010028>

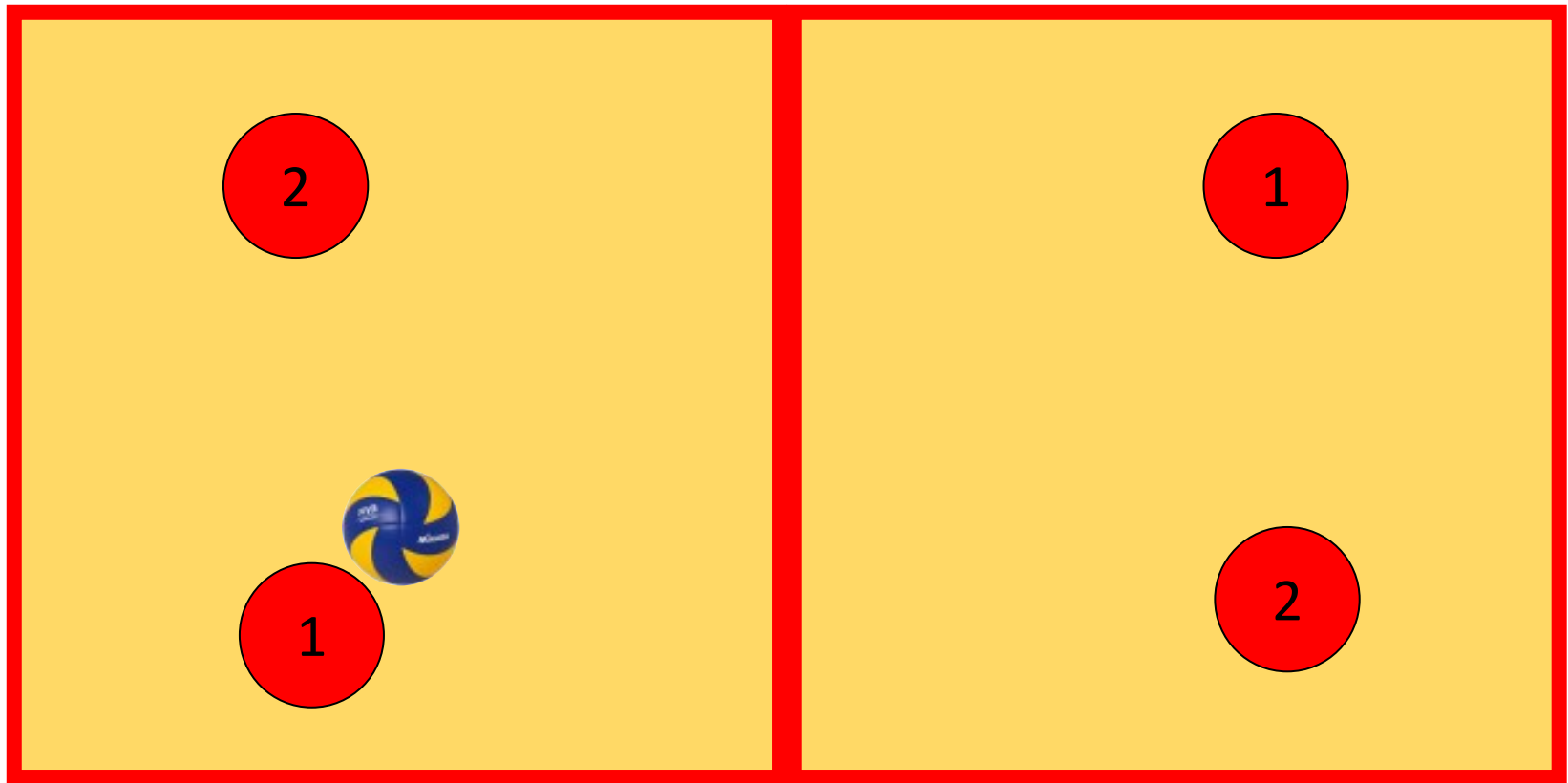
Αγωνιστικές μορφές (υβριδικές)

- Σε γήπεδο 8Χ8
 - 2vs2
 - 3vs3
 - Μικτό
- Σε γήπεδο 9Χ9
 - 6vs6 (outdoors grass volley)
 - 4vs4 (καλή προετοιμασία για παίκτες της σάλας προτού παίξουν στην άμμο)
 - 3vs3
 - Μικτό

Αγωνιστική δομή (απλό μοντέλο)

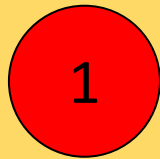
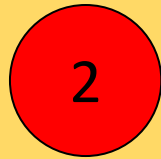
Φάση Επίθεσης

Φάση Άμυνας

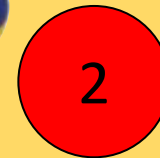
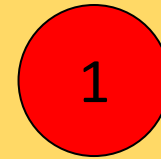


Αγωνιστική δομή (απλό μοντέλο)

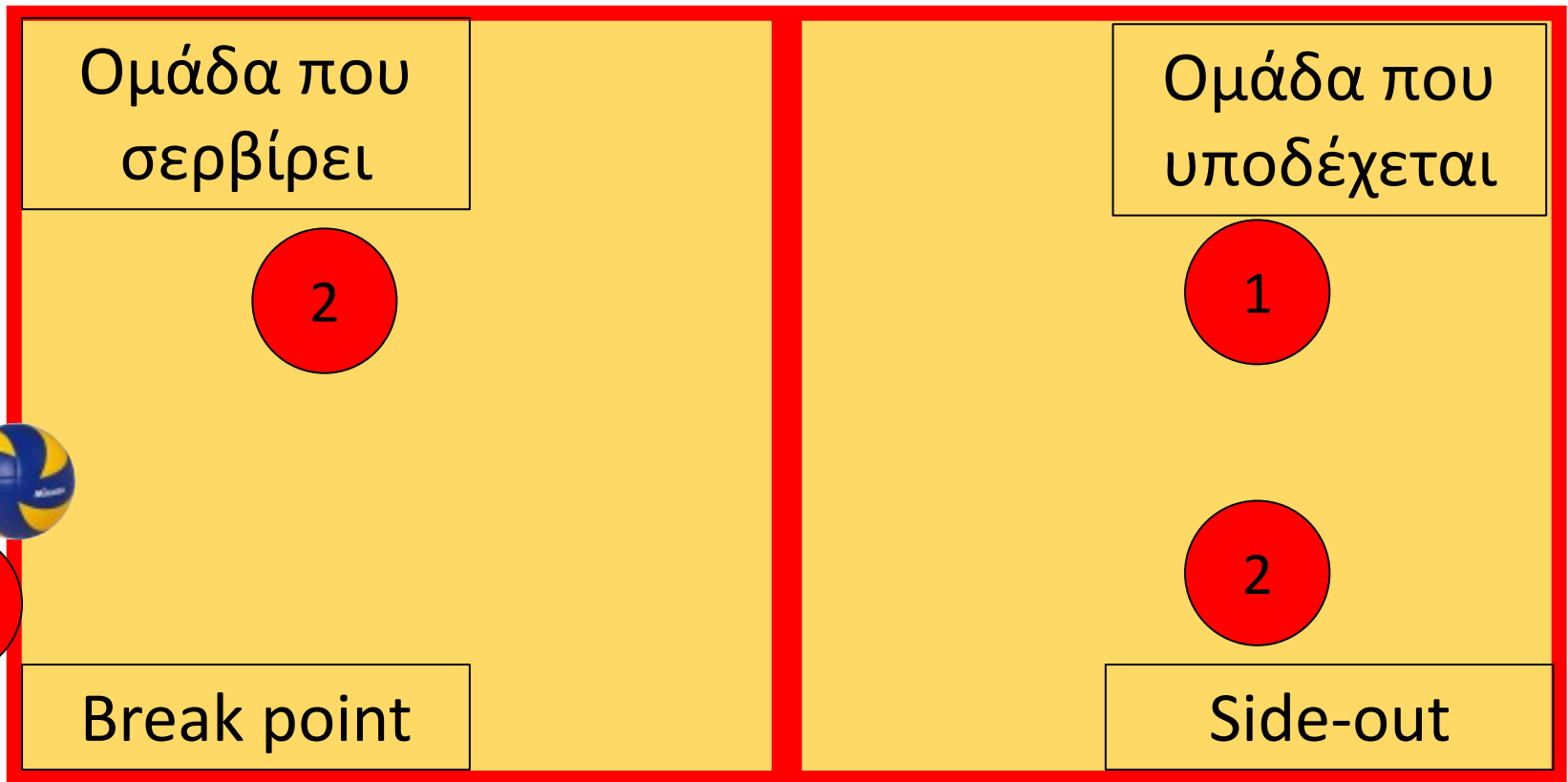
Φάση Άμυνας



Φάση Επίθεσης



Αγωνιστικές καταστάσεις (έναρξη Α.Ε.)



Παρουσίες Θεωρία

