



# ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΚΑΝΟΝΙΣΜΩΝ ΣΤΗΝ ΠΕΤΟΣΦΑΙΡΙΣΗ



# ΜΠΑΛΑ

- Ξεφουσκώνει η μπάλα  
(αέρας 0,30 – 0,325 κιλά ανά τετρ. εκατοστό)  
(4,26 έως 4,61 psi) (294,3 έως 318,82 mbar)
- Είναι πλέον έγχρωμη



# ΣΥΝΕΧΕΣ ΣΥΣΤΗΜΑ ΚΑΤΑΓΡΑΦΗΣ ΠΟΝΤΩΝ

- Η ομάδα που κερδίζει τη φάση, κερδίζει και πόντο.
- Όταν η ομάδα που δέχεται το σερβίς κερδίζει τη φάση, κερδίζει πόντο και το δικαίωμα να σερβίρει. Οι παίκτες της περιστρέφονται κατά μία θέση προς τα δεξιά, όπως οι δείκτες του ρολογιού.

# ΝΙΚΗΤΗΣ ΕΝΟΣ ΣΕΤ



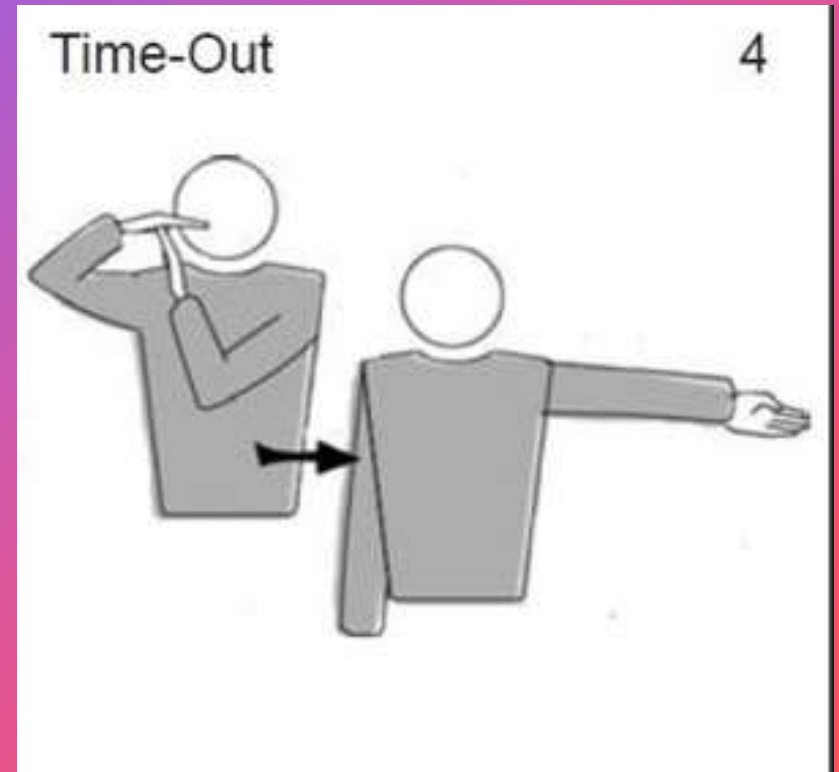
- Το σετ κερδίζεται από την ομάδα που θα πετύχει πρώτη 25 πόντους με ένα ελάχιστο προβάδισμα δυο πόντων.
- Στην περίπτωση ισοπαλίας 24-24 το παιχνίδι συνεχίζεται μέχρι να επιτευχθεί ένα προβάδισμα δυο πόντων χωρίς όριο.

# ΝΙΚΗΤΗΣ ΕΝΟΣ ΑΓΩΝΑ

- Ο αγώνας κερδίζεται από την ομάδα που θα κερδίσει τρία σετ.
- Σε περίπτωση ισοπαλίας 2-2, το πέμπτο σετ, που καθορίζει το νικητή, παίζεται στους 15 πόντους με ελάχιστο προβάδισμα 2 πόντων και χωρίς όριο.
- Σε σχολικούς αγώνες νικητής είναι η ομάδα που θα κερδίσει δύο σετ, εκτός από την τελική φάση Λυκείων.

# ΑΝΑΠΑΥΛΕΣ (TIME OUT)

- Η ανάπαυλα διαρκεί 30''.
- Για κάθε σετ 2 ανάπαυλες.



# ΚΙΝΟΥΜΕΝΟΣ ΠΡΟΠΟΝΗΤΗΣ

Ο προπονητής μπορεί να δίνει τις οδηγίες **στεκούμενος όρθιος και κινούμενος εντός της ελεύθερης ζώνης** μπροστά από τον πάγκο του και μέσα στα όρια που ορίζουν η Προέκταση της επιθετικής γραμμής ως το χώρο προθέρμανσης δεδομένου ότι αυτή η ενέργεια δεν καθυστερεί ή ενοχλεί τον αγώνα.

*( Σε όχι σχολικούς αγώνες ο προπονητής πρέπει να κατέχει ταυτότητα προπονητή αντίστοιχης κατηγορίας).*

# Ο ΠΑΙΚΤΗΣ ΛΙΜΠΕΡΟ ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΣ

- Κάθε ομάδα έχει το δικαίωμα να χαρακτηρίσει από τη λίστα των παικτών έως 2 εξειδικευμένους αμυντικά παίκτες ως Λίμπερο.
- Αν η ομάδα έχει στο φ.α. καταγεγραμμένους περισσότερους από 12 αθλητές, η καταγραφή 2 Λίμπερο είναι υποχρεωτική



# Ο ΠΑΙΚΤΗΣ ΛΙΜΠΕΡΟ

- Δεν μπορεί να είναι αρχηγός.
- Δεν μπορεί να κάνει σέρβις, μπλοκ ή προσπάθεια για μπλοκ.
- Δεν επιτίθεται ποτέ ακόμη και από την πίσω ζώνη, εάν την μπάλα τη συναντήσει πάνω από το ύψος του φιλέ κατά την επιθετική προσπάθεια. Επιθετικό χτύπημα κάτω από το ύψος του φιλέ από οπουδήποτε στο γήπεδο είναι κανονικό.

- Απαγορεύεται να κάνει πάσα ως πασαδόρος από την μπροστινή ζώνη του γηπέδου.
- Εάν αυτό συμβεί, το επιθετικό χτύπημα πρέπει να γίνει κάτω από το ύψος του φιλέ.
- Εάν πασάρει από το πίσω μέρος του γηπέδου, αυτή η μπαλιά του μπορεί να χτυπηθεί κανονικά ως επίθεση σε οποιοδήποτε σημείο του γηπέδου.



- ❶ Οι αντικαταστάσεις Λίμπερο δεν υπολογίζονται ως κανονικές αλλαγές.
- ❷ Είναι απεριόριστες, αλλά πρέπει να μεσολαβεί φάση μεταξύ δύο αλλαγών (εκτός της περίπτωσης ποινής που οδηγεί σε περιστροφή στη θέση 4 ή όταν ο ενεργός Λίμπερο αδυνατεί να συνεχίσει).
- ❸ Ο Λίμπερο αντικαθίσταται μόνο από το παίκτη που αντικατέστησε ή από το 2ο Λίμπερο.



# Η ΜΠΑΛΑ ΠΟΥ ΔΙΑΣΧΙΖΕΙ ΤΟ ΦΙΛΕ ΑΠΟ ΤΑ ΠΛΑΓΙΑ

Όταν η μπάλα έχει διασχίσει το επίπεδο του φιλέ προς την αντίπαλη ομάδα έξω από τις δυο αντένες ολικά ή μερικά, μπορεί να παιχτεί πίσω και έξω πάλι από τις αντένες με την προϋπόθεση ότι:

- Ο παίκτης δεν ακούμπησε το αντίπαλο γήπεδο.
- Η μπάλα επιστρέφει από έξω από τις αντένες με κατεύθυνση την ίδια πλευρά του γηπέδου και δεν αποτελεί την Τρίτη επαφή της ομάδας.
- Η αντίπαλη ομάδα δεν μπορεί να εμποδίσει τέτοια ενέργεια.

# ΜΠΑΛΑ ΠΟΥ ΑΚΟΥΜΠΑΕΙ ΤΟ ΔΙΧΤΥ ΣΤΟ ΣΕΡΒΙΣ

- Όταν η μπάλα διασχίζει το δίχτυ, μπορεί να το ακουμπήσει.
- Σε περίπτωση που η μπάλα αμέσως μετά ακουμπήσει στο αντίπαλο γήπεδο, είναι ένας πόντος για την ομάδα που έκανε σέρβις.
- Εάν ακουμπήσει έξω από αυτό, είναι πόντος για την ομάδα που δέχεται το σέρβις.

# ΤΙΜΩΡΙΕΣ ΓΙΑ ΚΑΘΥΣΤΕΡΗΣΕΙΣ

- Η τιμωρία της «προειδοποίησης καθυστέρησης» ή «ποινής καθυστέρησης» είναι ΟΜΑΔΙΚΗ ΤΙΜΩΡΙΑ.
- Η πρώτη καθυστέρηση από ένα μέλος της ομάδας τιμωρείται με μία «καθυστέρηση- προειδοποίηση» -κίτρινη κάρτα.
- Η δεύτερη και η επόμενη καθυστέρηση κάθε τύπου από κάθε μέλος της ίδιας ομάδας στον ίδιο αγώνα τιμωρούνται με «ποινή καθυστέρησης», χάσιμο της φάσης –πόντος (κόκκινη κάρτα).

# ΚΑΚΗ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ –ΠΟΙΝΕΣ

Σύμφωνα με την κρίση του Α΄ Διαιτητή και ΜΟΝΟ ΑΥΤΗ,  
εκτιμώντας την σοβαρότητα της κάθε συμπεριφοράς ,  
ακολουθούνται τα παρακάτω:

# ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ – ΚΙΤΡΙΝΗ ΚΑΡΤΑ



Την πρώτη φορά δίνεται μια προφορική προειδοποίηση. (ανακοινώνεται στον αρχηγό της ομάδας). Δεν είναι ποινή.

Την επόμενη φορά δίνεται κίτρινη κάρτα και αναγράφεται στο φύλλο αγώνα – χωρίς άλλη συνέπεια.



ΠΟΙΝΗ

ΚΟΚΚΙΝΗ ΚΑΡΤΑ



Η πρώτη αγενής συμπεριφορά τιμωρείται με το χάσιμο ενός πόντου και γράφεται στο φύλλο αγώνα.

# ΠΡΟΣΩΡΙΝΟΣ ΑΠΟΚΛΕΙΣΜΟΣ

## ΚΟΚΚΙΝΗ ΚΙΤΡΙΝΗ ΣΕ ΈΝΑ ΧΕΡΙ



- **Μέλος ομάδας:** δεν αγωνίζεται στο υπόλοιπο του σετ /καθισμένο στην περιοχή ποινής, χωρίς άλλες συνέπειες. (Γράφεται στο φύλλο αγώνα).  
**Προπονητής:** χάνει το δικαίωμα παρέμβασης στο σετ/παραμένει καθισμένος στην περιοχή ποινής.
- Με Προσωρινό Αποκλεισμό τιμωρείται:
  1. Η πρώτη προσβλητική συμπεριφορά.
  2. Η δεύτερη απρεπής συμπεριφορά.

# ΟΡΙΣΤΙΚΟΣ ΑΠΟΚΛΕΙΣΜΟΣ



## ΚΙΤΡΙΝΗ ΚΑΙ ΚΟΚΚΙΝΗ ΚΑΡΤΑ ΣΕ ΔΥΟ ΧΕΡΙΑ

- Πρέπει να εγκαταλείψει όλο το χώρο ελέγχου διεξαγωγής του αγώνα, για το υπόλοιπο του αγώνα χωρίς άλλες συνέπειες.
- Με Οριστικό Αποκλεισμό τιμωρείται:
  1. Η πρώτη επίθεση.
  2. Η δεύτερη προσβλητική συμπεριφορά.
  3. Η τρίτη αγενής συμπεριφορά από το ίδιο μέλος ομάδας.

# ΝΕΟΣ ΤΡΟΠΟΣ ΥΠΟΔΕΙΞΗΣ ΤΩΝ ΦΑΣΕΩΝ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΔΙΑΙΤΗΤΕΣ

Όταν τελειώσει μια φάση:

- Ο Α΄ Διαιτητής δείχνει κατά σειρά: (Αν σφυρίξει αυτός)
  - α. την ομάδα που κέρδισε τη φάση
  - β. τη φύση του λάθους.
  - γ. τον παίκτη στο λάθος (αν είναι αναγκαίο).

Ο Β΄ Διαιτητής πρέπει να ακολουθεί τα χειροσήματα του Α΄ διαιτητή επαναλαμβάνοντας αυτά.

- Ο Β΄ Διαιτητής δείχνει κατά σειρά : (Αν σφυρίξει αυτός)
  - α. τη φύση του λάθους.
  - β. τον παίκτη στο λάθος
  - γ. την ομάδα που κέρδισε την φάση.

Ο Α΄ Διαιτητής δείχνει μόνο την ομάδα που σερβίρει.

# ΓΕΝΙΚΑ

- Δεν υπάρχει πιαστό στην πρώτη μπάλα.
- Δεν υπάρχει διπλή μπαλιά στην πρώτη μπάλα, εφόσον η εκτέλεση έγινε με μια κίνηση.
- Χρόνος εκτέλεσης σέρβις 8'' μετά το σφύριγμα του Διαιτητή.
- Δεν υπάρχει προσπάθεια σέρβις.
- Επιτρέπεται το χτύπημα της μπάλας με το πόδι.

# ΚΛΗΡΩΣΗ

- Πριν την έναρξη του αγώνα , ο πρώτος διαιτητής πραγματοποιεί κλήρωση παρουσία των αρχηγών (πρώτο σερβίς και πλευρές).
- Ο νικητής της κλήρωσης επιλέγει:  
ΕΙΤΕ
  1. Το δικαίωμα να σερβίρει ή να υποδεχθεί το σερβίς.  
Ή
  2. Την πλευρά του γηπέδου.
- Ο χαμένος λαμβάνει την επιλογή που απομένει.

# ΠΕΡΑΣΜΑ ΚΑΤΩ ΑΠΟ ΤΟ ΦΙΛΕ

**Πέρασμα στο γήπεδο των αντιπάλων, πέραν της κεντρικής γραμμής:**

1. Η επαφή του γηπέδου της αντίπαλης ομάδας με το(τα) πέλμα(τα) επιτρέπεται με την προϋπόθεση ότι κάποιο μέρος του πέλματος παραμένει είτε σε επαφή, είτε είναι ακριβώς πάνω από την κεντρική γραμμή.
2. Η επαφή με το γήπεδο της αντίπαλης ομάδας με άλλα σημεία του σώματος επιτρέπεται με την προϋπόθεση ότι δεν παρενοχλεί το παιχνίδι.
3. Ένας παίκτης μπορεί να περάσει στην ελεύθερη ζώνη των αντιπάλων με την προϋπόθεση ότι δεν εμποδίζει το παιχνίδι τους.

# Η ΕΠΑΦΗ ΠΑΙΚΤΗ ΜΕ ΤΟ ΦΙΛΕ είναι σφάλμα

- **Ανάμεσα στις αντένες ή την ίδια την αντένα, κατά τη διάρκεια της ενέργειας για παίξιμο της μπάλας -το άλμα, το χτύπημα (ή η προσπάθεια), η προσγείωση αλλά και το να βρίσκεται κοντά στην μπάλα.**
- **Όταν τον χρησιμοποιεί σαν βοήθημα, για να στηριχθεί ή να σταθεροποιηθεί**
- **Όταν δημιουργεί αθέμιτο πλεονέκτημα σε βάρος του αντιπάλου**
- **Όταν κάνει ενέργειες που παρεμποδίζουν την επιτρεπόμενη προσπάθεια των αντιπάλων να παίξουν την μπάλα.**



# ΕΠΙΤΡΕΠΕΤΑΙ

- Η επαφή με το στυλοβάτη, τα σχοινιά ή οποιοδήποτε άλλο αντικείμενο έξω από τις αντένες, συμπεριλαμβανομένου του φιλέ, με την προϋπόθεση ότι αυτή η ενέργεια δεν αποτελεί παρέμβαση στο παιχνίδι.
- Όταν η μπάλα πηγαίνει στο φιλέ και προκαλεί επαφή του φιλέ με κάποιον αντίπαλο.

# ΣΥΝΘΕΣΗ ΟΜΑΔΑΣ

- Δικαίωμα για 2 Λίμπερο: 12 παίκτες /παίκτριες παρόντες /παρούσες κατά την έναρξη της επίσημης προθέρμανσης στο φιλέ
- Για 12άδα:
  - 12 παίκτες + 0 Λίμπερο
  - ή 11 παίκτες + 1 Λίμπερο
  - ή 10 παίκτες + 2 Λίμπερο

# 14άδα και 13άδα

- 14άδα:
- 12 παίκτες + 2 Λίμπερο υποχρεωτικά
  
- 13άδα:
- 11 παίκτες + 2 Λίμπερο υποχρεωτικά
  
- Υποχρεωτική ή ίδια εμφάνιση σε χρώμα και σχέδιο.

# ΕΛΑΣΤΙΚΑ ΣΥΜΠΙΕΣΗΣ και ΙΣΟΘΕΡΜΙΚΑ

- Επιτρέπονται του ίδιου χρώματος με τη στολή, αλλιώς είτε μαύρο είτε λευκό (ουδέτερα).
- Ομοιόμορφα στο χρώμα μεταξύ τους για 2 ή περισσότεροι παίκτες.
- Στον πήχη του χεριού δεν επιτρέπεται να είναι «φουσκωμένα» (πλεονέκτημα απόδοσης).



Επίσης στα Εθνικά Πρωταθλήματα, οι κάλτσες των παικτών πρέπει να είναι ομοιόμορφες σε χρώμα και μήκος.



# Κανονισμοί μίνι Πετοσφαίρισης

(από τους επίσημους κανονισμούς της Ελληνικής Ομοσπονδίας Πετοσφαίρισης)

## Σέρβις

- Το παιχνίδι αρχίζει με τη βολή (σέρβις). Αυτό σημαίνει ότι η μπάλα πρέπει να χτυπήσει με το ένα χέρι και περνώντας από το δίχτυ, να καταλήξει στο αντίπαλο γήπεδο.

## Πάσες

- Κάθε ομάδα έχει δικαίωμα να αγγίξει τη μπάλα 3 φορές (επιπλέον επαφή επιτρέπεται αν εφαρμοστεί μπλοκ) για να τη στείλει στο αντίπαλο γήπεδο.

## Αλλαγή θέσης στο γήπεδο

- Σύμφωνα με τους κανονισμούς της FIVB, εφαρμόζεται το σύστημα συνεχούς καταγραφής πόντων. Κάθε φορά που αλλάζει το δικαίωμα εκτέλεσης βολής, πρέπει όλοι οι παίκτες της ομάδας που πρόκειται να εκτελέσει βολή, να αλλάξουν τη θέση τους στο γήπεδο κατά φορά των δεικτών του ρολογιού.

## Σετ

- Μια ομάδα που επιτυγχάνει 25 πόντους ( ή και περισσότερους), με διαφορά τουλάχιστον 2 πόντων από τον αντίπαλο, κερδίζει ένα σετ.
- Νικήτρια αναδεικνύεται η ομάδα που θα κερδίσει δύο σετ.
- Σε περίπτωση που οι δύο ομάδες κερδίσουν από ένα σετ, τότε θα διεξαχθεί τρίτο σετ (τάι μπρέικ ), το οποίο τελειώνει στους 15 πόντους (ή και περισσότερους), εφόσον μία από τις δύο ομάδες έχει διαφορά δύο πόντων από την αντίπαλο της.

## Γήπεδο-εξοπλισμός

- Το γήπεδο έχει διαστάσεις 12 X 9 (κάθε πλευρά 6 X 4,5).
- Το ύψος του φιλέ είναι για τα αγόρια 2.20 μ. και για τα κορίτσια 2.10 μ.
- Το τουρνουά θα διεξαχθεί με μπάλες μίνι βόλεϊ.

## Οι ομάδες

- Κάθε ομάδα αποτελείται από τρεις (3) παίκτες γηπέδου και μπορεί να έχει μέχρι δύο (2) παίκτες αναπληρωματικούς.
- Είναι υποχρεωτικό για κάθε ομάδα να χρησιμοποιεί τους αναπληρωματικούς της σε κάθε σετ.
- Ο προπονητής και ο αρχηγός είναι οι μοναδικοί που μπορούν να ζητήσουν «τάιμ άουτ » ή αλλαγή παίκτη.
- Οι παίκτες πρέπει να φορούν ομοιόμορφες στολές με αριθμούς εμπρός και πίσω.



## Αρχικές θέσεις-Βολή-Περιστροφή

- Τη στιγμή που εκτελείται η βολή, όλοι οι παίκτες και των δύο ομάδων πρέπει να έχουν τις σωστές θέσεις περιστροφής.
- Η μπάλα εισάγεται στο παιχνίδι από τον παίκτη της πίσω γραμμής ο οποίος, πίσω από την τελική γραμμή, πρέπει να χτυπήσει τη μπάλα με το ένα χέρι και να τη στείλει στο άλλο γήπεδο. Ο παίκτης αυτός δεν επιτρέπεται να μπει στο γήπεδο πριν να χτυπήσει η μπάλα.
- Σφάλμα είναι όταν η μπάλα ακουμπήσει ένα συμπαίκτη, ή οποιοδήποτε εμπόδιο πάνω ή κοντά στο χώρο παιχνιδιού.
- Κανείς παίκτης δεν επιτρέπεται να αγγίξει το δίχτυ, ούτε να μπει στο γήπεδο των αντιπάλων.

## Διακοπές παιχνιδιού

- Κάθε ομάδα έχει δικαίωμα να ζητήσει δύο (2) τάιμ άουτ των 30 δευτερολέπτων σε κάθε σετ.
- Κάθε ομάδα μπορεί να πραγματοποιήσει από μία μέχρι τέσσερις αλλαγές ανάλογα με τους αναπληρωματικούς που διαθέτει.

## Διαιτητές

- Το παιχνίδι διευθύνεται από ένα διαιτητή, ο οποίος αρχίζει κάθε αγωνιστικό επεισόδιο με σφύριγμα και το διακόπτει όταν συμβεί κάποιο σφάλμα πάλι με σφύριγμα.

## Ειδικός κανονισμός

- Δεν επιτρέπεται η απευθείας επιστροφή της μπάλας στο άλλο γήπεδο από υποδοχή, όταν δηλαδή αυτή προέρχεται από απόκρουση σε βολή της αντίπαλης ομάδας.
- Αν συμβεί κάτι τέτοιο, αυτό υπολογίζεται σαν σφάλμα.
- Επιτρέπεται η απευθείας επιστροφή της μπάλας στο άλλο γήπεδο, όταν αυτή προέρχεται από απόκρουση επιθετικής ενέργειας του αντιπάλου (άμυνα).

**Για τα σχολικά πρωταθλήματα η ομάδα θα αποτελείται από έξι (6) μαθητές ή μαθήτριες.**

<http://odbe.gr/>



ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ