

ODBOJKA

TEHNIČNI ELEMENTI

- *spodnji odboj (sprejem servisa in sprejem udarca)*
- *zgornji odboj – zgornja podaja*
- *varanje – šik*
- *napadalni udarec v coni 2 in 4,*
- *napadalni udarec iz druge linije*
- *spodnji servis*
- *zgornji servis*
- *enojni, dvojni in trojni blok*
- *sun, povaljka, riba*

IGRIŠČE

- *prednji del je napadalni del*
- *razdeljen je v cone 2- desna stran igrišča, 3 srednji del in 4- levi del igrišča*
- *zadnji del je obrambni del*
- *desno je cona 1 za servis, v sredini je cona 6 in levo je cona 5.*

IGRA

- *Mini odbojka do 5. razreda*
- *Mala odbojka 6. in 7. razred*
- *Odbojka*

SISTEMI IGRE

- **6:6** je najosnovnejši sistem, v katerem je 6 napadalcev in 6 podajalcev, vsak igralec je podajalec, ko se nahaja v coni 3, napadalca sta igralca v C2 in C4. Značilna zanj je W postavitev pri sprejemu servisa.
- **4:2** je naprednejši igralni sistem, v katerem so 4 napadalci in 2 podajalca. Tudi tukaj najpogosteje izberemo W sistem sprejeme servisa.
- **Kompleks 1** – obsega organizacijo napada po sprejemu servisa.
V kompleks spadajo sprejem servisa, podaja napadalni udarec in njegova zaščita.
- **Kompleks 2** – obsega servis, blok, sprejem napadalnega udarca in izvedbo protinapada in njegovo zaščito.