

Volleybal

Teams

Je staat met 6 spelers in het speelveld tijdens de wedstrijd. Het team mag maximaal uit 12 spelers bestaan..

Duur

Een wedstrijd bestaat uit vier of vijf sets. De wedstrijd wordt gewonnen door het team dat minstens drie sets wint.

Basisregels

Wedstrijd

- Je wint de set als je als eerste 25 punten behaalt, met een voorsprong van minstens 2 punten. De wedstrijd wordt gewonnen door het team dat minstens 3 sets wint.
- Bij een gelijke stand van 2-2 in sets, wordt er een beslissende vijfde set gespeeld. Deze vijfde set (en dus de wedstrijd) win je wanneer je als eerste bij 15 punten bent, met een voorsprong van minstens 2 punten.

Posities

Op het moment dat de serveerder de bal serveert, staan alle spelers van beide teams in hun servicevolgorde op hun eigen helft. De drie spelers aan het net staan opgesteld als voorspelers, zijn de linksvoor, midvoor en rechtsvoor. De andere drie spelers zijn de achterspelers; linksachter, midachter en rechtsachter.

Typen spelers

- **Blokkeerder**; onderschept de bal (dit mogen alleen voorspelers zijn).
- **Aanvaller**; maakt de aanval af door de bal snel en hard over het net te slaan, dit is meestal het 3^e balcontact.
- **Spelverdeler**; ontvangt de ballen vanuit de achterzone en voorziet de aanvallers van goede ballen om een punt te kunnen scoren.
- **Libero's**; specialist in het ontvangen van de service en aanval. De libero mag alleen als achterspeler optreden en mag alleen aanvallen als hij niet boven de netrand uitkomt.

Elke keer als de service naar het andere team gaat, draait het team dat de service krijgt één positie door, met de klok mee. Zodra de bal is opgeslagen mogen de spelers zich verplaatsen en elke positie in hun eigen speelheft en vrije zone innemen.

Punten scoren

- De bal wordt in het veld van de tegenstander op de grond gespeeld.
- De tegenstander maakt een fout.
- De tegenstander krijgt een bestraffing.
- De bal is in als hij het speelveld van de tegenstander raakt, dus ook als de bal op de zijlijnen of op de achterlijn van het veld terecht komt.

Een achterspeler mag alleen van achter de voorzone (3-meterlijn of aanvalslijn) een punt scoren.

Spelen van de bal

- Ieder team mag de bal maximaal drie keer aanraken om deze over het net te spelen (het aanraken door een blok telt niet mee).
- Je mag de bal **niet** twee keer achter elkaar aanraken (tenzij je de bal de eerste keer aanraakt door middel van een blok!).
- De twee speeltechnieken zijn boven- en onderhands.

Serveren

- Je staat buiten het veld en je staat in de servicezone.
- Je mag tijdens je service **niet** in het veld of op de achterlijn komen (voetfout).

Algemeen

- De bal mag het net **altijd** raken.
- Een speler mag het net **niet** aanraken.
- Een speler mag **niet** met een voet (of voeten) in het speelveld van de tegenstander komen (voetfout). Daarnaast mag je een tegenstander niet hinderen.

Veld

