

154.

**LATVIJAS SPORTA PEDAGOĢIJAS AKADEMIJA**  
Sporta spēļu katedra



**DAINA KREPŠA**

# **VOLEJBOLA TAKTIKA**

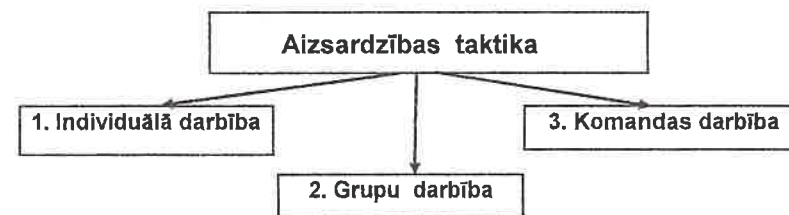
**2.daļa**  
**AIZSARDZĪBAS TAKTIKA**

Rīga - 2003

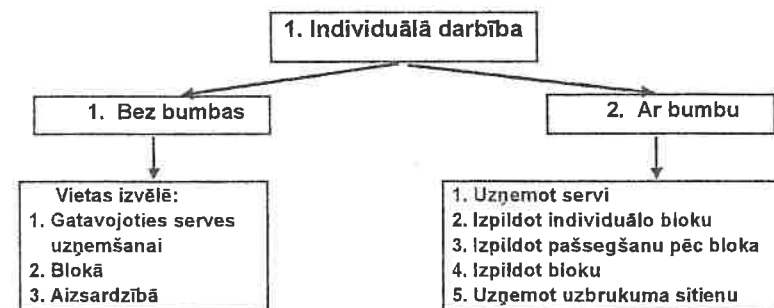
## 1. AIZSARDZĪBAS TAKTIKAS KLASIFIKĀCIJA

Pret jebkuru uzbrukumu tiek veidota aizsardzības taktika un volejbolā katra darbība aizsardzībā ir uzbrukuma veidošana.

Tālāk tekstā izmantota profesora J. N. Kleščova un docenta A.G. Airijanča aizsardzības taktikas klasifikācijas modelis (15., 53 lpp.).



1. att. Aizsardzības taktikas klasifikācija galvenajās grupās



2. att. Individuālās aizsardzības taktikas klasifikācija

*RUS no aetores  
Dmitri*

## APZĪMĒJUMI

- ② - laukuma spēlētāji
- ①\* - serves izpildītājs - servētājs  
spēlētājs ar bumbu
- - bumbas lidojuma trajektorija
- - spēlētāju kustības virziens
- b - spēlētāji blokā - bloķētāji
- ②\* - cēlājs
-  - cēlāja piespēle
-  - uzbrucēja māņu palēciens  
( uzbrucēja ieskrējiena virziena maiņa)

## AIZSARDZĪBAS TAKTIKA

Volejbola aizsardzības taktikas uzdevums ir ne tikai sekmīgi aizsargāties pret pretinieka uzbrukumu t.i. sekmīgi uzņemt pretinieka serves, piespēles, gremdes, bet arī nodrošināt pāreju no aizsardzības uz uzbrukumu.

Jo vājāka komandas aizsardzība, jo grūtāk organizēt uzbrukumu.

**Labākā aizsardzība ir uzbrukums.**

Aizsardzības un uzbrukuma taktikas savstarpējā mijiedarbība viena otru nosaka, sekmē un papildina. Aizsardzības taktikai ir zināmas noteiktas raksturīgas īpatnības. Starp uzbrukumu un aizsardzību ir zināms starplaiks, kas ļauj sagatavoties aizsardzības darbībām. Aizsardzībā spēlētāju iespējas tehnisko paņēmieni izpildē ir ierobežotas. Aizsardzībā praktiski var izmantot tikai piespēles un galveno aizsardzības paņēmieni - bloku.

### 1. Individuālā aizsardzības taktika

Individuālā aizsardzības taktika ir komandas aizsardzības neatņemama sastāvdaļa. Aizsardzībā spēlētāju individuālajai taktikai ir noteicošā nozīme. Individuālās taktikas darbības apjoms ievērojumi mazāks kā uzbrukumā, tas izpaužas:

- vietas izvēlē;
- mākā bumbu uzņemt vai bloķēt.

Spēlētāju darbība aizsardzībā stingri pakļauta visas komandas aizsardzības taktikai. Spēlētāju sadarbībai aizsardzībā jābūt saskaņotai. Komandas taktika nosaka arī spēlētāju sadarbības vietu un uzdevumus, bet individuālā spēlētāju taktika ir mērķtiecīga darbība aizsardzībā pretinieka uzbrukuma atvairīšanā. Katram spēlētājam jāveic zināmi uzdevumi atbilstoši vietai, kurā viņš atrodas attiecīgajā spēles situācijā.

Neskatoties uz to, ka aizsardzības organizēšanai vienmēr ir zināms laiks, spēlēt aizsardzībā ir grūtāk nekā uzbrukumā lai aizsardzības taktika būtu efektīva, tai jāvelta ne mazāk pūļu kā uzbrukuma taktikai.

Mainoties volejbola noteikumiem, tagad volejbolā arī aizsardzības pastiprināšanai ir speciāls spēlētājs „libero”, kuram jābūt apveltītam ar vislabākajām ātruma, veiklības un izturības īpašībām. Viņam tāpat kā „cēlājam” jābūt ļoti labam stratēģim. Praktiski šis spēlētājs uzņem serves, māņu sitienus un gremdes, tātad ir **serve uzņemšanas** un **pirmo** piespēļu izpildītājs. Pasaules vadošajās komandās „libero” spēlētāji parasti ir spēlētāji ar zināmu pieredzi, jo no viņu veiksmīgās darbības ir atkarīga komandas uzbrukuma taktika un tātad arī visa spēle.

## 2. Komandas aizsardzības taktika pret servi

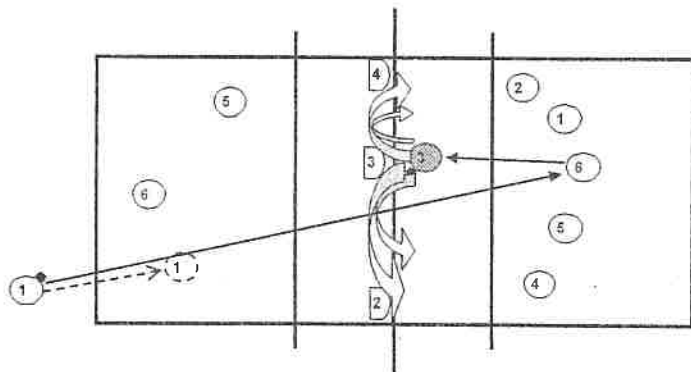
Tā ir viena no noteicošajām veiksmīga uzbrukuma organizēšanā. Tagad komandā ir speciāls spēlētājs - „libero”, kas ir galvenais serves uzņēmējs. Šim spēlētājam ir jābūt tehniski un fiziski labi sagatavotam.

No kā ir atkarīga serves uzņemšanas individuālā taktika:

- spēlētāja tehniskā sagatavotība;
- komandā pielietotā uzbrukuma sistēma;
- pretinieka serves īpatnības.

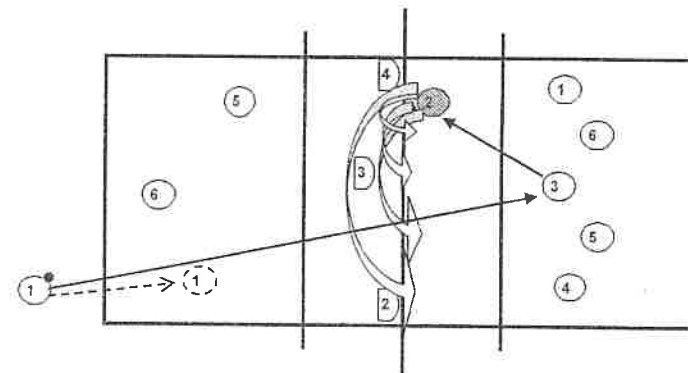
### 2.1. Komanda izmanto uzbrukuma sistēmu 2 + 4 un uzbrukumu no otrās piespēles

Svarīgs ir spēlētāju novietojums laukumā, apskatam pirmo variantu, kad cēlājs atrodas 3. zonā (5. att.).



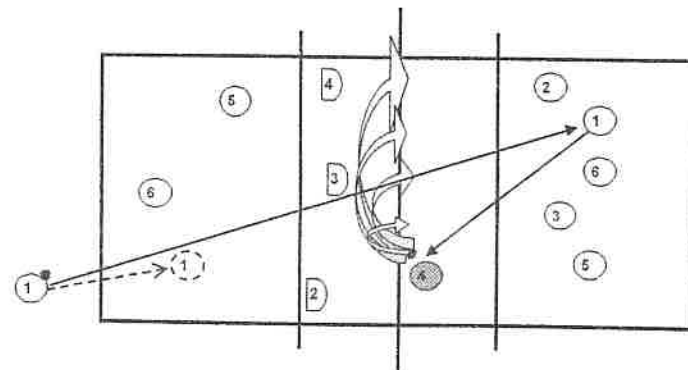
5. att. Servju uzņemšanas taktika, ja komanda izmanto uzbrukuma sistēmu 2 + 4, „cēlājs” 3. zonā

5. zonas un 2. zonas spēlētājs atrodas vismaz 4 m attālumā no tīkla un apmēram 1 m attālumā no sānu līnijām. 3. zonas spēlētājs pie tīkla, 6. zonas spēlētājs atrodas laukuma vidū apmēram 1,5 – 2 m attālumā no uzbrukuma līnijas. 1. un 5. zonas spēlētāji novietojas drusku tālāk aiz 6. zonas spēlētāja, kas ir otrs „cēlājs”. Viņiem visiem jābūt gandrīz vienā līnijā. Uzņemot servi visiem spēlētājiem jānovietojas laukumā tā, lai tie nestāvētu viens otram priekšā, tas nepieciešams, lai novērtētu bumbas lidojumu un sagatavotos tās uzņemšanai. Blakus spēlējošiem spēlētājiem jāpiesedz serves uzņēmējs un jābūt gatavam izpildīt serves uzņemšanu vai labot uzņēmēja kļūdu.



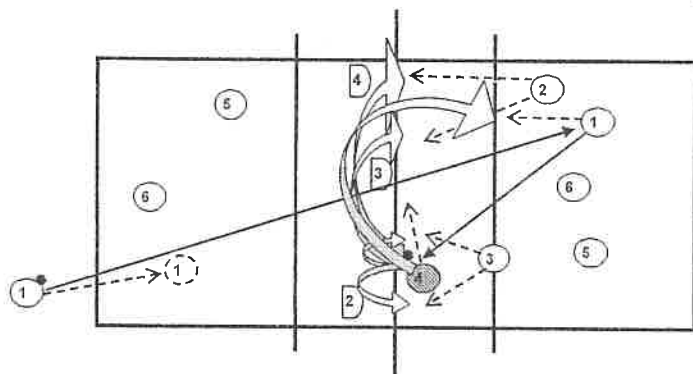
6. att. Servju uzņemšanas taktika, ja komanda izmanto uzbrukuma sistēmu 2 + 4, „cēlājs” 2. zonā

Novietojums līdzīgs kā iepriekšējā reizē, cēlājs atrodas 2. zonā pie tīkla, 3. zonas spēlētājs nedaudz aiz 3 m līnijas un apmēram 1 – 1,5 m attālumā no 3. zonas spēlētāja atrodas 6. zonas spēlētājs (6. att.).



7. att. Servju uzņemšanas taktika, ja komanda izmanto uzbrukuma sistēmu 2 + 4, „cēlājs” 4. zonā

„Cēlājs” atrodas 4. zonā pie tīkla, pārējie spēlētāji ļoti līdzīgi kā iepriekšējā zīmējumā, tūlīt pēc serves cēlājs pārvietojas 3. zonā (7. att.). Var būt variants, kad 3. zonas spēlētājs, jau pirms serves izpildes atrodas 4. zonā, bet nepaējot garām 4. zonas spēlētājam, tāpat 5. zonas spēlētājs nedrīkst pāriet garām 4. zonas spēlētājam (8. att.).



8. att. Servju uzņemšanas taktika, ja komanda izmanto uzbrukuma sistēmu 2 + 4, „cēlājs” 4. zonā, 3. zonas spēlētājs nepiedalās serves uzņemšanā

Ja komanda spēlē pēc sistēmas 2 + 4, tad jebkurā situācijā pie tīkla būs kāds no „cēlājiem”. Tehniski sagatavotas komandas uzņemot servi novietojas tā saucamā „līnijā” spēlētāji koncentrējas laukuma vidusdaļā, tas rada labus apstākļus serves uzņemšanai un „cēlāja” iziešanai pie tīkla no 2. līnijas, tad uzbrukuma kombināciju veidošanā piedalās arī pirmās līnijas „cēlājs”.

Uzbrukuma sistēmas 2 + 4 priekšrocības serves uzņemšanā un uzbrukuma veidošanā ir:

- pie tīkla vienmēr ir kāds no „cēlājiem”;
- visos novietojumos no pirmās līnijas var uzbrukt 3 spēlētāji.

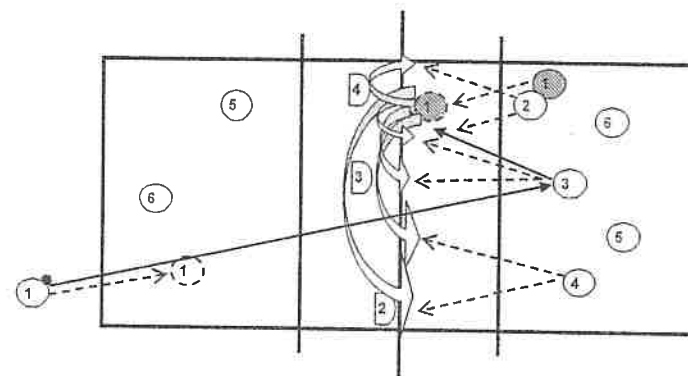
Servju uzņemšanas taktika, kad komanda izmanto uzbrukuma sistēmu 2 + 4, viens no „cēlājiem” iziet pie tīkla no 2. līnijas, ir analogiska kā uzbrukuma sistēmai 1 + 5 un to apskatīsim turpmāk.

Uzņemot planējošās serves 2. līnijas spēlētāji novietojas vairāk aiz mugurē pie gala līnijas, izveidojot it kā divas līnijas, priekšējo laukuma daļu sedz pirmās līnijas spēlētāji un aiz mugures līniju nosedz otrās līnijas spēlētāji. Šajā gadījumā jābūt ļoti labai spēlētāju sadarbībai, ja kāds no pirmās līnijas spēlētājiem „pārļaiž” bumbu par galvu, aiz mugures līnijas spēlētāji praktiski to vairs nevar uzņemt. Uzņemot gremdservi spēlētāju

novietojums laukumā ir tuvāk tīklam un spēlētāju stāja ir dziļāka (vairāk iesēdušies ceļos).

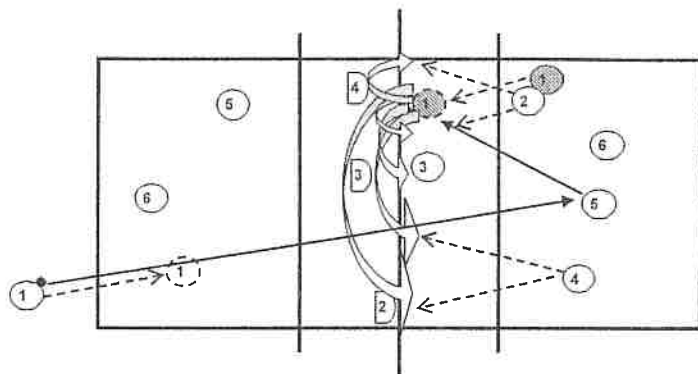
## 2.2. Komanda izmanto uzbrukuma sistēmu 1 + 5 un uzbrukums no otrās piespēles

Serves uzņemšanas taktika, kad „cēlājs” atrodas pirmajā līnijā ir tāda pat kā pie uzbrukuma sistēmas 2 + 4 (skatīt no 5. līdz 8. att.). Kad vienīgais „cēlājs” atrodas otrajā līnijā vai arī pie uzbrukuma sistēmas 2 + 4 pie tīkla iziet otrās līnijas „cēlājs”, lai pastiprinātu uzbrukumu, spēlētāju novietojums laukumā ir šāds (skatīt no 9. līdz 12. att.):



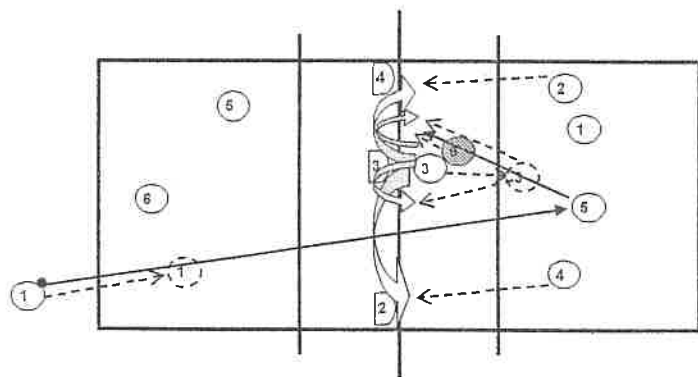
9. att. Servju uzņemšanas taktika, ja komanda izmanto uzbrukuma sistēmu 1 + 5, „cēlājs” 1. zonā

Šajā gadījumā serves uzņemšanā nekad nepiedalās 1. zonas „cēlājs”. Viena no vajāmajām vietām laukumā ir 2. zona, kad aiz 2. zonas spēlētāja iziet „cēlājs”. Vēl ir variants, kad serves uzņemšanā nepiedalās arī 3. zonas spēlētājs, kas gatavojas pirmā tempa uzbrukumam (10. att.).



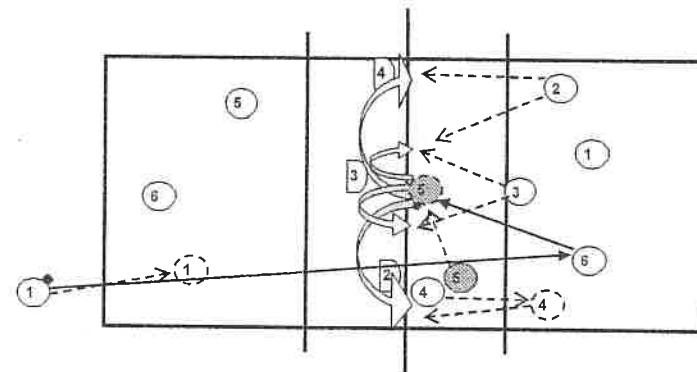
10. att. Servju uzņemšanas taktika, ja komanda izmanto uzbrukuma sistēmu 1 + 5, „cēlājs” 1. zonā, servju uzņemšanā nepiedalās 3. zonas spēlētājs

Ja „cēlājs” iziet no 6. zonas, novietojums laukumā nedaudz mainās, serves uzņemšanā piedalās 4 spēlētāji, jo 3. zonas spēlētājs parasti serves uzņemšanā nepiedalās, abi spēlētāji atrodas pie tīkla (11. att.). Šeit uzmanīgi jāseko spēlētāju novietojumam, jo ļoti bieži serves uzņemšanas sākuma novietojumā 1. zonas spēlētājs „paiet garām” 6. zonas spēlētājam un tā ir novietojuma kļūda. Šajā novietojumā grūtāk uzņemt servi, kas tiek servēta starp 1. un 5. zonas spēlētājiem, bet ja kāds no viņiem ir „libero”, tad servi uzņem viņš, vai arī spēlētājs, kura virzienā lido bumba.



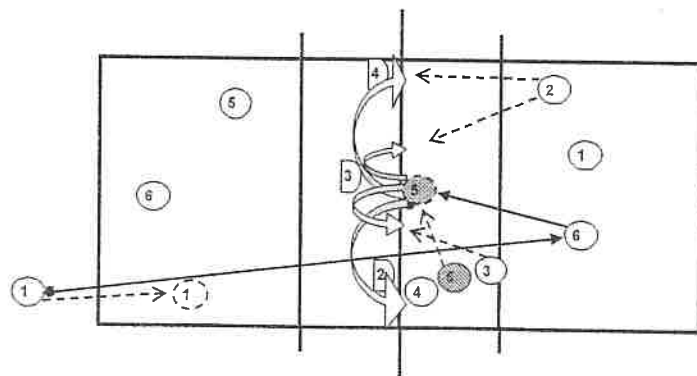
11. att. Servju uzņemšanas taktika, ja komanda izmanto uzbrukuma sistēmu 1 + 5, „cēlājs” iziet no 6. zonas, 3. un 6. zonas spēlētāji atrodas tuvu pie tīkla 3. zonā

„Cēlājs” atrodas 5. zonā un iziet pie tīkla, jau pirms serves uzņemšanas 4. un 5. zonas spēlētāji atrodas pie tīkla, 6. zonas spēlētājs atrodas nedaudz aiz 3. zonas spēlētāja, tuvāk laukuma sānu līnijai (12. att.).



12. att. Servju uzņemšanas taktika, ja komanda izmanto uzbrukuma sistēmu 1 + 5, „cēlājs” iziet no 5. zonas un kopā ar 4. zonas spēlētāju atrodas pie tīkla 4. zonā

Variantā, kad 4., 3., 5. zonas spēlētāji atrodas 4. zonā pie tīkla, 5. zonas spēlētājs atrodas starp 4. un 3. zonas spēlētājiem. 3., 5. un 4. zonas spēlētāji nepiedalās serves uzņemšanā, servi uzņem tikai 3 spēlētāji (13. att.). „Cēlājs” atrodas pie tīkla un pēc serves izpildes pārvietojas uz 3. zonu un pēc tam uz 2. un spēles gaitā pēc savas komandas uzbrukuma uz 1. zonu.



13. att. Servju uzņemšanas taktika, ja komanda izmanto uzbrukuma sistēmu 1 + 5, „cēlājs” iziet no 5. zonas un atrodas pie tīkla starp 4. un 3. zonas spēlētājiem

Šajā variantā visgrūtāk uzņemt spēcīgu servi, kas servēta pa līniju uz 5. zonu uz laukuma stūri. Te arī var viegli veidoties novietojuma kļūdas:

- 3. zonas spēlētājs nedrīkst pāriet garām 4. zonas spēlētājam;
- 6. zonas spēlētājs garām 5. zonas spēlētājam.

Visi spēlētāji vienādi neuzņem sevi, dažiem tā padodas sliktāk un tāpēc pārējie komandas biedri cenšas piesegt šo spēlētāju, sevišķi ja viņš jau vienreiz ir kļūdījies. Tāpat vajadzētu piesegt tikko uzmainītu spēlētāju. Mācot servju uzņemšanu katram spēlētājam jāiziet visi novietojumi laukumā. Liela nozīme te ir katra spēlētāja individuālajai teknikai, kā arī emocionālai un psiholoģiskai sagatavotībai. Mācot aizsardzības taktiku pret servi liela nozīme ir teorētiskajai sagatavotībai. Katram spēlētājam jāizprot savi uzdevumi konkrētā spēles situācijā, konkrētā laukuma zonā, dažādu servju izpildes laikā.

Serves uzņemšanā svarīga nozīme ir katra individuālā spēlētāja:

- operatīvai domāšanai;
- mācai novērtēt un atšifrēt pretinieka darbību;
- pareizi reaģēt un pareizi izvēlēties izpildījuma taktiku.

Serves uzņēmējiem jāatšifrē bumbas lidojuma trajektoriju, bet daudzos gadījumos augstas klases spēlētāji serves uzņemšanu izpilda refleksīvi.

Praktiskajās nodarbībās serves uzņemšanas taktiku māca pakāpeniski katrā zonā. Mācīšanas laikā aizsardzība pret servi jāsaista ar pirmās piespēles pilnveidošanu, kad katrs spēlētājs apguvis darbību atsevišķās zonās, to māca vienlaicīgi visai komandai, sākumā izpildot vieglākas serves un pakāpeniski pārejot uz spēcīgākām. Pirmā piespēle jāizpilda ar noteiktu uzdevumu, kas atbilst komandas uzbrukuma taktikai. Serves uzņemšana ir jātrenē katru treniņu, jo tā ir viena no galvenajām uzbrukuma veidošanas sastāvdaļām.

### 3. Aizsardzības taktika pret gremdi

- 3.1. Aizsardzības taktika pret gremdi bez bloka.
- 3.2. Bloķēšanas taktika.
- 3.3. Komandas aizsardzības sistēmas.
- 3.4. Sava uzbrukēja segšana.

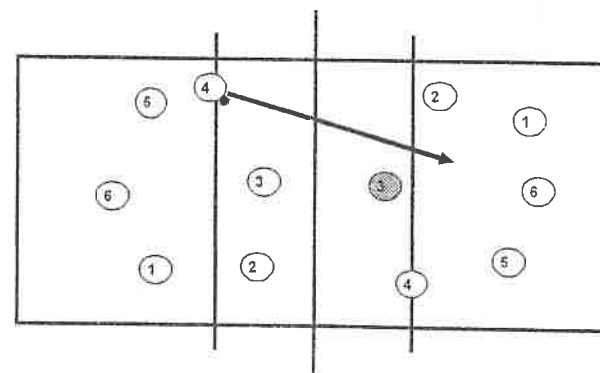
### 3.1. Aizsardzības taktika pret gremdi bez bloka

Šādu sistēmu pielieto iesācēju komandas un vēl:

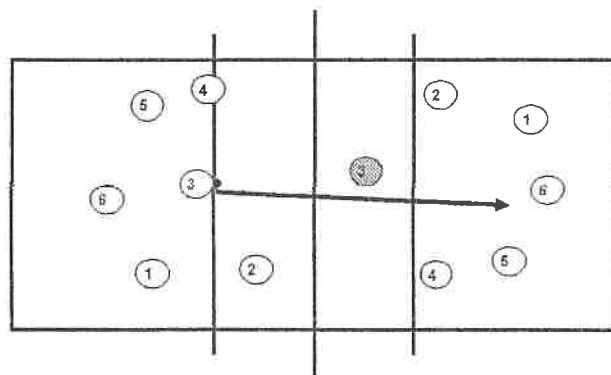
- ja bumba gremdēta tālu no tīkla, to jāaskata arī bloķētājam;
- ja gremde no pretinieka puses nav spēcīga (nav izdevies), vai pretinieks vēl pilnībā nav apguvis gremdes tehniku.

Bloku neliek un bumbu uzņem laukuma spēlētāji. Ja bumbas lidojuma ātrums nav tik liels, tad to var uzņemt aizsardzības spēlētāji. Aizsargājoties pret gremdi bez bloka spēlētāji izvietojas laukumā, lai vienmērīgi nosegtu visu laukumu, atkarībā no kuras laukuma vietas notiek uzbrukums (skatīt no 14. līdz 16. att.). Pretiniekam uzbrūkot no 4., 3. vai 2. zonas pie tīkla, vai pareizāk sakot, tuvāk tīklam novietoas attiecīgais pirmās līnijas spēlētājs, lai uzņemtu bumbu, kas krīt pie tīkla, pārējie spēlētāji novietoas puslūkā pret zonu no kuras notiek uzbrukums, lai segtu laukumu līdz gala līnijai. Gremdes uzņēmēju obligāti "piesedz" viens no tuvākajiem otrās līnijas spēlētājiem, vai pirmās līnijas spēlētājs. Pirmās līnijas spēlētājiem, kuri nepiedalās gremdes uzņemšanā, nekavējoši jāieņem izdevīgākā vieta uzbrukuma organizēšanai.

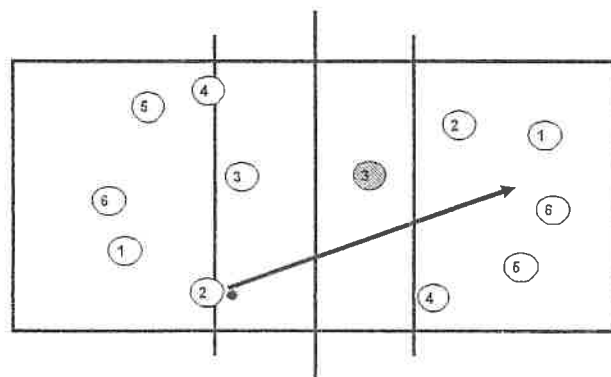
**Mācīšana:** Sākumā parāda uz maketa un tad ar spēlētāju novietojumu laukumā, sāk no vienas zonas, apgūstot šo novietojumu un izspēlējot bumbu, tā izejot visus iespējamus uzbrukuma virzienus un aizsardzības novietojumus laukumā. Iemaņu nostiprināšana notiek treniņu spēlēs un sacensībās.



14. att. Pretinieks gremdē no savas 4. zonas – tāls sitiens no tīkla, laukuma segšana bez bloka



15. att. Pretinieks gremdē no savas 3. zonas – tāls sitiens no tīkla, laukuma segšana bez bloka



16. att. Pretinieks gremdē no savas 2. zonas – tāls sitiens no tīkla, laukuma segšana bez bloka

### 3.2. Bloķēšanas taktika

Mūsdienu volejbols nav iedomājams bez bloka. Bloks ir visefektīvākais aizsardzības paņēmieni, kam aizsardzības taktikā pret gremdi ir noteicošā nozīme uzvaras izcīnīšanai. Uzņemot gremdi pret kuru nav likts bloks, praktiski ir ļoti grūti pat neiespējami, tādēļ lai aizsargātos pret spēcīgām gremdēm noteicošā nozīme ir precīzai bloķēšanas tehnikai un taktikai un laukuma segšanas sistēmām.

Bloks nav tikai aizsardzība tas ir arī uzbrukums.

Atkarībā no spēlētāju skaita, kuri piedalās blokā, to iedala:

- individuālajā;
- grupu blokā.

Atkarībā no bloka tehniskajām iespējām un taktiskā uzdevuma tas iedalās:

- zonas blokā;
- kustīgajā blokā.

Vēl bloka darbību varētu klasificēt kā:

- aizsardzības bloku;
- uzbrūkošo bloku.

Lai runātu par jebkuru no šiem bloka izpildes taktiskajiem variantiem, noteicošā nozīme ir individuālajam - viena spēlētāja blokam un tā izpilde ir atkarīga no daudziem faktoriem. Galvenais ir katra spēlētāja individuālās fiziskās īpašības, tā tehniskais sagatavošanas līmenis, taktiskā un arī psiholoģiskā sagatavotība.

#### 3.2.1. Individuālais bloks

Viena spēlētāja bloks – to pielieto pret uzbrucēju, kas uzbrūk ar gremdi pēc pirmās piespēles un atcelšanas, kā arī pret sarežģītām un ātrām uzbrukuma kombinācijām. Palielinoties uzbrucēju tehnikai, spēlētāju fiziskai sagatavotībai, viena spēlētāja bloka nozīme palielinās. Sekmīgi apiet labi izpildītu viena spēlētāja bloku nemaz nav vienkārši. Tātad liela nozīme ir individuālajam blokam. Labs individuālais bloks ir priekšnoteikums jebkuram veiksmīgam grupu blokam.

##### Individuālās bloķēšanas pamatā ir:

1. Noteikt, kur bumbu cels „cēlājs”, ātra reaģēšana uz „cēlāja” darbību (pārvietošanās vajadzīgajā virzienā).
2. Savlaicīgs lēcieni attiecībā pret uzbrucēju, novērtējot bumbas lidojuma trajektoriju, ātrumu un uzbrucēja stāvokli, tā kustības un atrašanās vietu u.t.t.

3. Svarīgs ir roku novietojums virs tīkla, bezatbalsta fāzē. Šeit ir iespēja, ka nepieciešams ne tikai pareiza pozīcijas (vietas) izvēle attiecībā pret uzbrucēju, bet arī roku pārņemšana uz kreiso vai labo pusi nosedzot tieši sitienu virzienu. Tādēļ bloķētāja darbība ir vesela kompleksa darbība, ko jāapgūst labam bloķētājam ļoti īsā laika sprīdī analizējot daudzus faktorus. Pirms lēciena, atspēriena brīdī, bloķētājs nosaka sitienu momentu pa bumbu un tad izpilda lēcieni, viņa skatienam jāvērsas uz bumbu un uzbrucēju, atkarībā no uzbrucēja darbības jānoliek rokas vajadzīgajā virzienā. Kļūdaini ir visu laiku uzmanību koncentrēt tikai uz bumbu, tā no uzmanības loka izzūd uzbrucējs un praktiski neiespējami tad noteikt uzbrukuma virzienu, piemēram, bumba uzcelta aiz antenas.

Organizējot bloku ļoti svarīgi laikā saskaņot savu darbību blokā ar uzbrucēja darbību, lai nenokavētu, vai neizlektu priekšlaicīgi. Izpildot bloku pie vienkāršām augstām „cēlāja” piespēlēm uzbrucējam, bloķētājam lēcieni jāizpilda nedaudz vēlāk kā uzbrucējam, izņēmums ir īso piespēju bloķēšana, kad bloķētājam jālec vienlaicīgi ar uzbrucēju.

### 3.2.2. Grupas bloks

#### Divu spēlētāju bloks – grupas bloks

Tas ir dominējošais volejbolā un ir visefektīvākais aizsardzības paņēmiens pret gremdi. Šo bloku var veidot jebkurā vietā pie tīkla, to izmanto pret gremdi pēc otrās piespēles. Divu spēlētāju bloks pret gremdi no augstas pirmās piespēles un ja gremdi izpilda spēcīgs uzbrucējs.

#### Trīs spēlētāju bloks – grupas bloks

Šis bloks ir visefektīvākais, jo praktiski pie pareizi izpildīta bloka, nav iespējama spēcīga gremde. To parasti veido tīkla vidusdaļā un pēc otrās piespēles, izmantojot šo bloku apgrūtināta ir laukuma segšana, jo tajā piedalās tikai 3 laukuma spēlētāji.

Organizējot grupu bloku tajā var piedalīties visi pirmās līnijas spēlētāji, pārsvarā tomēr blokā piedalās divi spēlētāji, trešais parasti piedalās segšanā. 3 - spēlētāju bloku izmanto trešajā zonā pret pretinieka 3. zonas uzbrucēju, citā vietā pie tīkla šo bloku var izmantot, ja „cēlājs” uzbrucējam piespēlē ļoti augstu piespēli. Spēles laikā gremdi no 1. piespēles jābloķē vienam bloķētājam, tas pats attiecas arī kad bloķē īsās un ātrās – „šautās” piespēles, lai neļautu organizēt uzbrukumu bez bloka. Volejbolistiem jāatrodas savās zonās pret savu uzbrucēju, neizlaižot to no sava redzes loka.

Liela dažādība uzbrukuma veidošanā: dažāda augstuma un ātruma piespēles, dažādās laukuma vietās (uzbrukuma līnijas „izstiepšana”), māņu sitienu un piespēju pielietošana, dažādu individuālo uzbrukumu veidu pielietošana, kombināciju veidošana uzbrukumā, apgrūtināta grupu bloka veidošana. Tādēļ ļoti lielu nozīmi iegūst centrālais bloķētājs, kas ir galvenais saistošais posms grupas blokā, tāpēc l a b ā k a i s ir kustīgais bloks, ja arī tas attiecīgajā novietojumā atrodas 2. vai 4. zonā, tad pēc serves vienmēr pārvietojas 3. zonā.

Veiksmīgs grupas bloks ir atkarīgs no partneru saspēles un funkciju sadalījuma. Ir svarīgi noteikt galveno un palīgbloķētāju. Vadoties no savas personīgās pieredzes, daudzus gadus spēlējot meistarkomandā „Aurora”, varētu raksturot šos bloķētājus šādi:

**Galvenais bloķētājs** ir tas, kura bloks ir labāks, kurš atrodas tuvāk uzbrukuma izpildes vietai, viņam visprecīzāk ir jānosaka uzbrukuma izpildes virziens un tas jānobloķē.

**Palīgbloķētājs** – tas ir spēlētājs, kas spiests pārvietoties uz uzbrukuma vietu, tā uzdevums „pielikt” savas rokas pie galvenā bloķētāja rokām un nasegt lielāku sava aizsargājamā laukuma daļu. Galvenais bloķētājs sāk savu darbību nedaudz ātrāk kā palīgbloķētājs. Palīgbloķētājs pieliek savas rokas pēdējā brīdī. Šāda uzdevuma sadalīšana līdz minimumam izslēdz variantus, kad uzbrucējs izsit bumbu starp bloķētāju rokām (šādu bumbu aizsardzībā praktiski nav iespējams paņemt). Kļūdas rodas, ja novērtē situāciju dažādi un katrs spēlētājs liek bloku individuāli. Šo sadalījumu vadošais un palīgbloķētājs praksē pielieto ļoti elastīgi, jo var būt dažādas spēles situācijas. Tā, piemēram, uzbrūkot no 2. un 4. zonas pēc garām piespēlēm galvenais bloķētājs vienmēr būs 2. vai 4. zonas uzbrucējs, ja uzbrukums ir 3. zonā, tad 3. zonas spēlētājs ir galvenais bloķētājs.

Lai nobloķētu uzbrucējus, kad tiek izmantota uzbrukuma sistēma, izejot pie tīkla „cēlājam” no otrās līnijas, bloķētāju uzdevums kļūst sarežģītāks, jo pārējie 3 uzbrucēji izpilda arī uzbrukuma imitāciju, kas apgrūtināta bloķētāju uzdevumu.

1. Aizsardzības – grupu bloka organizēšana pret gremdi, kad pretinieka komanda organizē uzbrukumu izmantojot „izejošo” spēlētāju. Uzbrukumā piedalās 3 uzbrucēji. Uzbrukums notiek no 3. zonas (1. temps) un no 2. un 4. zonas (tīkla galiem). Šajā gadījumā visiem trim pirmās līnijas spēlētājiem jāstāv pretī saviem uzbrucējiem, tad tiem ir iespējams nobloķēt uzbrukumu visās zonās, kas tiek izpildīts no „pusšautām” un „šautām” piespēlēm. Pretī uzbrucējam ir viens bloķētājs, ja piespēle uzbrucējam ir augsta, tad iespējams organizēt divu spēlētāju bloku un augstas klases vīriešu komandās pat trīs spēlētāju bloku. Ja gremde notiek no 3. zonas, tad blokā piedalās 3. un 4. zonas spēlētāji, tādēļ, ka šajās zonās parasti

spēlē spēcīgākie bloķētāji. 2. zonā parasti atrodas „cēlājs”, kura uzdevums ir izpildīt otrās piespēles. Bloka veidošanu ( spēli blokā) atvieglo pretinieka komandas uzbrukuma taktikas zināšana un katra uzbrucēja individuālās uzbrukuma manieres zināšana.

2. Aizsardzības organizēšana – bloķēšana pret gremdi no pirmās piespēles.

Bloķēt šādu gremdi ir samērā grūti, tas prasa spēlētāju individuālo meistarību un grupu bloka savienojumu.

#### Individuālo bloku jāpielieto sekojošos gadījumos:

- 2.1. Kad pirmā piespēle ir neprecīza un uzbrucējs nevar izpildīt spēcīgu gremdi.
- 2.2. Kad spēlētājs, kuram domāta piespēle, neizpilda spēcīgas gremdes ( otrais „cēlājs” ). Organizējot grupu bloku pret gremdi no pirmās piespēles jā atceras, ja notiek atcēliens, gremde notiks no citas zonas un bloķētājam pēc pieņemšanās ļoti ātri jāpārvietojas uz šo zonu un bieži vien tur vairs nevar paspēt.

#### Grupu bloks pirmās piespēles uzbrukumam ir lietderīgs tad, kad:

- piespēlēts ir pretinieka komandas spēcīgākajam uzbrucējam;
- kad pirmā piespēle raidīta uz tīklu tā, ka „atcēliens” nav iespējams;
- kad zināms, ka uzbrucējs slikti izpilda „atcēlienu” un praktiski izpilda tikai gremdi.

#### Spēles gaitā pie jebkuras spēles sistēmas ir momenti, kad bloku nevajadzētu likt, tas notiek tādos gadījumos:

- piespēle uzbrucējam iedota ļoti tālu no tīkla;
- spēlētājs lec ne sevišķi augstu, ir maza auguma;
- spēlētājs „stiepjas” pēc bumbas un praktiski nevar izpildīt gremdi.

Ja komandā ir viens uzbrukuma līderis, kas atbildīgos brīžos izpilda spēcīgu gremdi, ir lietderīgi pret to veidot 3- spēlētāju bloku.

Mācot bloku un to izpildot, svarīgs moments ir arī paša bloka piesegšana, tas obligāti jātrenē kopā ar bloka mācīšanu un pilnveidošanu. Bieži vien pēc māņu sitiena vai pēc gremdes bumba krīt turpat aiz bloka. Spēlētājiem, kas atrodas blokā, jau gaisā jākontrolē savu laukumu un bumbas atrašanās vietu, lai jau uzreiz pēc un dažreiz arī pirms pieņemšanās uzņemtu aiz bloka krītošu bumbu.

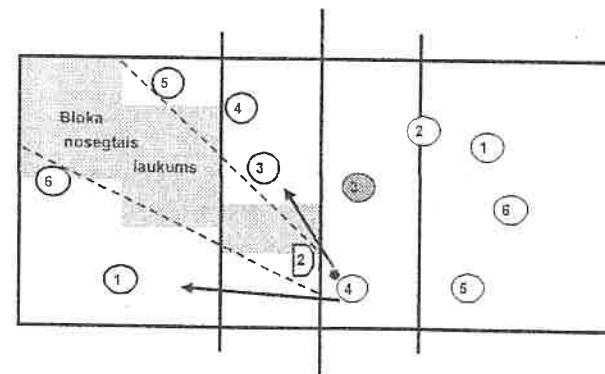
### 3.2.3. Zonas bloks

Par zonas bloku sauc tādu bloku, kurš nosedz zināmu laukuma daļu neatkarīgi no gremdes virziena.

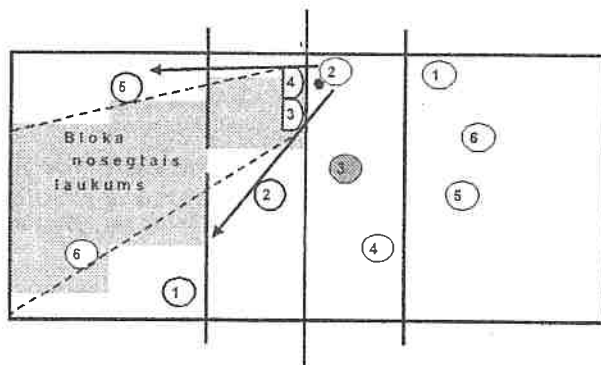
Viena spēlētāja bloks nosedz gremdi tā spēcīgākā uzbrukuma virzienā, parasti tas ir pa diagonāli – uzbrucēja ieskrējiena virzienā ( 17. att.)

Divu spēlētāju blokā, jeb tā sauktajā grupu blokā, galvenais bloķētājs parasti ir 3. zonas spēlētājs ( 18. att. ), kas nosedz gremdi uzbrucēja kustības virzienā. Tomēr ir spēles situācijas, kad šīs funkcijas izpilda 2. vai 4. zonas spēlētāji. To var noteikt gan treneris, gan arī paši spēlētāji, kuri ir sasnieguši augstu taktiskās sagatavotības līmeni. 2. un 4. zonas spēlētāji var būt palīgbloķētāji un pieliek rokas kreisajā un labajā pusē pie galvenā bloķētāja rokām. Malējie bloķētāji pie tam vēl nedaudz iegriež malējo roku, lai nelautu uzbrucējam „izgriezt” bumbu autā.

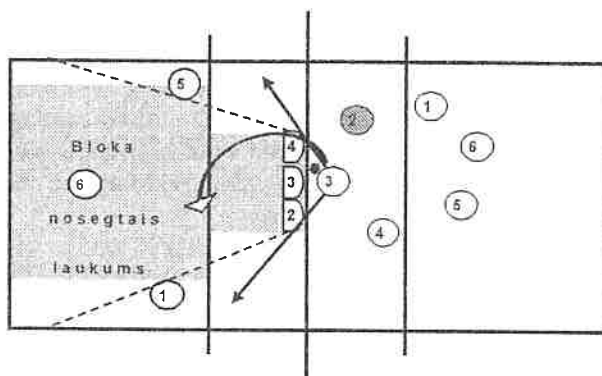
Trīs spēlētāju bloku pielieto tikai kā zonas bloku, jo trīs spēlētāji nosedz laukuma lielāko daļu. Zonas bloku pielieto pret gremdētāju, kas pārsvarā gremdē spēcīgi vienā noteiktā virzienā. Pielietojot zonas bloku pārējiem laukuma spēlētājiem vieglāk izvēlēties pareizo vietu aizsardzībā (19. att. ).



17. att. Viena bloķētāja zonai bloks, gremde no labā laukuma 4. zonas



18. att. Divu bloķētāju zonas bloks, gremde no labā laukuma 2.zonas



19. att. Triju bloķētāju zonas bloks, gremde no labā laukuma 3.zonas

### 3.2.4. Kustīgais bloks

Kustīgais bloks ir tāds bloks, kurā bloķētāji cenšas nosegt bumbas lidojuma trajektoriju, jebkurā bumbas lidojuma virzienā.

Šo bloka veidu pielieto tikai augstas klases volejbolisti, kas redz bumbas lidojuma trajektoriju, vai to paredz, kas tehniski un fiziski ir sagatavoti šāda bloka izpildei. Spēlētājiem, kas nepiedalās bloka veidošanā ir daudz grūtāk nosegt laukumu – spēlēt aizsardzībā, jo tikai gremdes izpildes momentā ir iespējams noteikt, kuru laukuma daļu nosedz bloks. Tas prasa no laukuma spēlētājiem labu reakciju, ātrumu un meistarību aizsardzībā.

## 4. Komandas aizsardzības taktika

Volejbolā komandas aizsardzības taktikas pamatā ir d i v a s aizsardzības sistēmas. Šo sistēmu nosaukumos nav vienota pieņēmuma, viena daļa speciālistu izvēlas nosaukumu:

- ar “stūri” uz priekšu;
- ar “stūri” atpakaļ.

Citu speciālistu skatījumā šo sistēmu nosaukums ir :

- ar „pievilkto” centru vai centru uz priekšu;
- ar „atvilkto” centru vai centru atpakaļ.

Mūsu darbā paliksim pie nosaukuma – ar “stūri” uz priekšu un ar “stūri” atpakaļ.

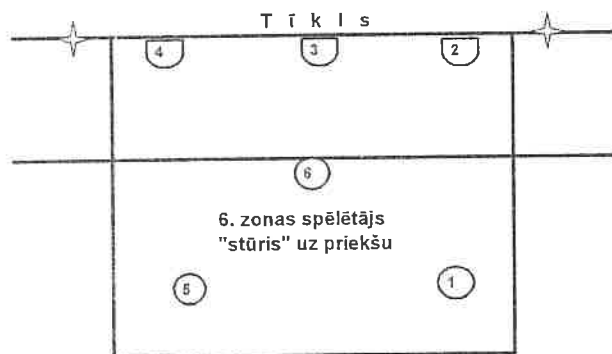
Šīs abas sistēmas ir pamats visu komandas aizsardzības modeļu veidošanai, katras komandas aizsardzība tiek organizēta atkarībā komandas spēlētāju individuālajām, fiziskajām īpašībām un tehniskās sagatavotības. Tā ir atkarīga no pretinieka komandas uzbrukuma sistēmas un arī katra spēlētāja, sevišķi uzbrucēju individuālajām īpatnībām, fiziskajai, tehniskajai sagatavotībai. Vienas spēles laikā var izmantot abas šīs sistēmas, lai efektīvi darbotos pret pretinieka uzbrukumu. Aizsardzības sistēmas izvēle ir atkarīga arī no komandas uzbrukuma sistēmas, jo jebkura aizsardzība ir sākums komandas uzbrukumam.

Tālāk apskatīsim katras sistēmas priekšrocības un trūkumus.

### 4.1. Aizsardzības sistēma ar stūri uz priekšu

Šo sistēmu pārsvarā izmanto jauniešu komandās, kad komandu tehniskais un fiziskais sagatavotības līmenis nav augsts. Kaut gan tagad to izmanto arī augstas klases komandās, kad komandu spēlē ir parādījies jauns spēlētājs – „libero”. Joti bieži tas ir augsti fiziski un tehniski sagatavots aizsardzības spēlētājs, kas piesedz savu bloku un uzbrucējus un praktiski uzņem visas bumbas pirmajā līnijā. Šī spēlētāja uzdevums ir uzņemt mēģinātās bumbas aiz bloka un tieši tā tuvumā.

Aizsardzības sistēmās nosauktais „stūris” ir aizsardzības līnijas vai otrās līnijas spēlētājs, kas spēlē 6. zonā.



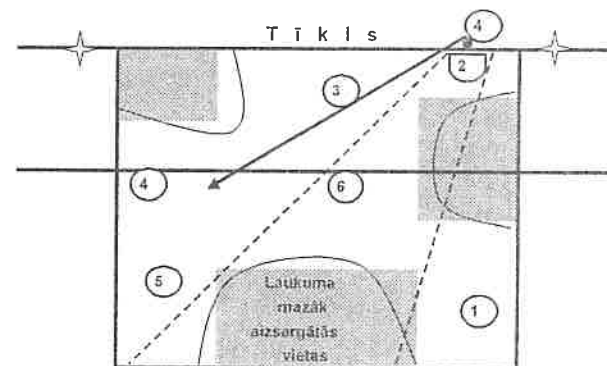
20. att. Spēlētāju shematiskais novietojums aizsardzības sistēmā ar „stūri” uz priekšu

Tālāk apskatīsim šīs sistēmas darbību atkarībā no pirmās līnijas spēlētāju darbības:

- kad blokā darbojas viens spēlētājs;
- blokā ir divi pirmās līnijas spēlētāji;
- blokā ir 3 pirmās līnijas spēlētāji.

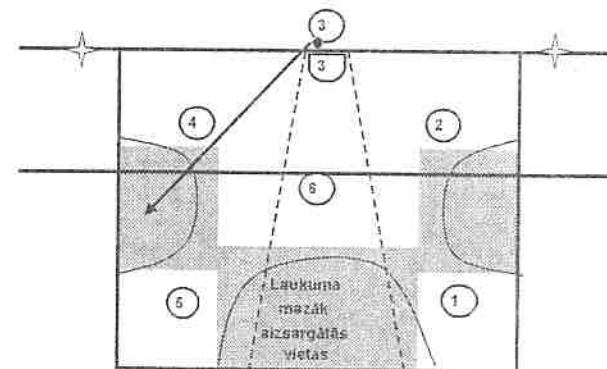
#### 4.1.1. Aizsardzības sistēma ar „stūri” uz priekšu un pret pretinieka uzbrucēju blokā ir viens spēlētājs

Laukuma spēlētāju novietojums būs atkarīgs no tā kādu bloku veido blokētājs, parasti viens blokētājs izpilda zonas bloku, nosedzot uzbrucēja galveno sitienu virzienu un tas ir diagonālais, bet var būt arī uzbrucēji, kas pārsvarā un ļoti spēcīgi uzbrūk tieši pa līniju, tad bloka uzdevums būtu nosēgt līniju un līdz ar to pārējo spēlētāju novietojums laukumā būtu drusku citāds. Gatavojot komandu sacensībām treniņos būtu jāizspēlē visi iespējamie varianti, lai spēlētājiem atkarībā no konkrētās situācijas būtu skaidra atrašanās vieta laukumā. Mēs apskatīsim pamatvariantus, kad bloks nosedz laukumu, uzbrucējam izpildot sitienu pa diagonāli.



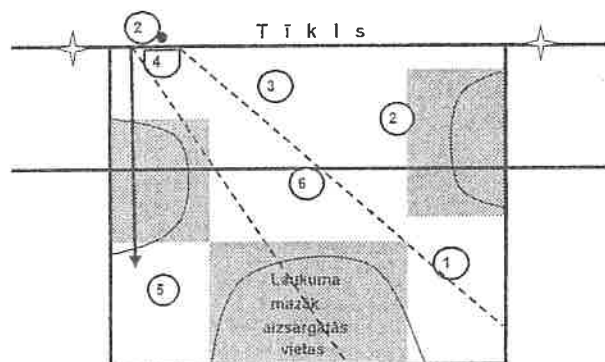
21. att. Spēlētāju shematiskais novietojums aizsardzības sistēmā ar „stūri” uz priekšu, gremde no pretinieka 4. zonas blokā 2. zonas spēlētājs

Bloku liek 2. zonas spēlētājs, nosedzot uzbrucēja sitienu pa diagonāli, pārējo spēlētāju novietojums ir atkarīgs no šīs situācijas: 6. zonas spēlētājs atrodas pie 3. metru līnijas un piesedz laukumu aiz bloka (mānītās bumbas), 3. zonas spēlētājs arī atkāpies no tīkla un tuvu piesedz savu blokētāju, 4. zonas pie sānu līnijas drusku aiz 3. metru līnijas. 5. un 1. zonas spēlētāji atrodas aizsardzībā otrajā līnijā (21. att.).



22. att. Spēlētāju shematiskais novietojums aizsardzības sistēmā ar „stūri” uz priekšu, gremde no pretinieka 3. zonas, blokā 3. zonas spēlētājs

Ja blokā atrodas 3. zonas spēlētājs, 4., 6. un 2. zonas spēlētāji atrodas tuvu pie 3. metru līnijas, nosedzot visu laukumu, apmēram 4 m no tīkla. Aizmuguri sedz 5. un 1. zonas spēlētāji (22. att.).

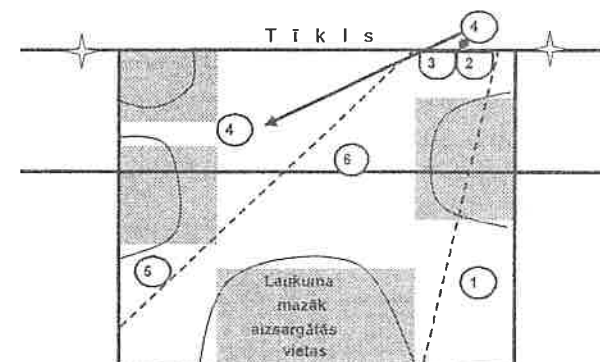


23. att. Spēlētāju shematisks novietojums aizsardzības sistēmā ar „stūri” uz priekšu, gremde no pretinieka 2. zonas blokā 4. zonas spēlētājs

Šeit novietojums laukumā analogisks novietojumam kāds bija pie gremdes no 4. zonas. 6. zonas spēlētājs atrodas pie 3. metru līnijas, tāpat arī 3. zonas spēlētājs ir atkāpies no tīkla, bet tuvu savam blokētājam, 2. zonas spēlētājs pie 3. metru līnijas un 5. un 1. zonas spēlētāji otrajā līnijā – aizmugurē (23. att.).

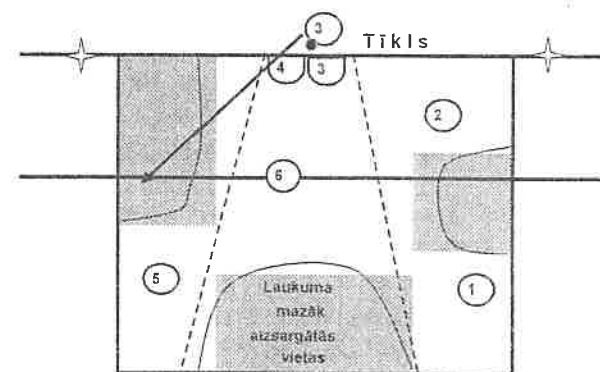
#### 4.1.2. Aizsardzības sistēma ar „stūri” uz priekšu un pret pretinieka uzbrucēju blokā ir divi spēlētāji

Šāda aizsardzība jau tiek izmantota pārsvarā visās komandās, kas ir sasniegušas zināmu sagatavotības līmeni. Spēlētāju novietojums laukumā arī šajās shēmās ir nosacīts, jo katrai komandai tas var būt nedaudz savādāks, bet princips tiek saglabāts. Atkarībā no spēlētāju individuālās sagatavotības dažādās spēles situācijās galvenais blokētājs var būt gan malējais blokētājs, gan arī 3. zonas spēlētājs. Mūsu variantā galvenais blokētājs ir 3. zonas spēlētājs un malējie blokētāji pieliek rokas pie centra blokētāja, iegriežot malējo roku, tā neļaujot uzbrucējam „izgriezt” bumbu pa bloku autā.



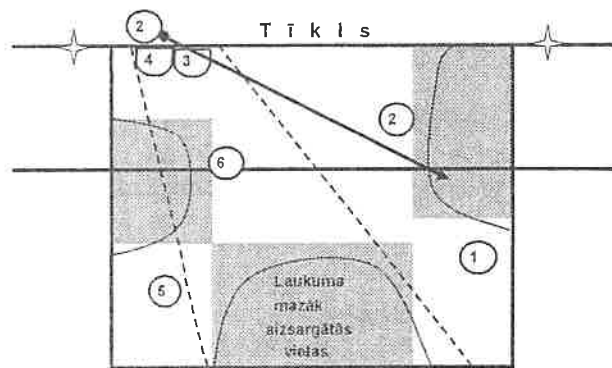
24. att. Spēlētāju shematisks novietojums aizsardzības sistēmā ar „stūri” uz priekšu, gremde no pretinieka 4. zonas blokā 3. un 2. zonas spēlētāji

Tūlīt pie 3. metru līnijas gandrīz laukuma centrā atrodas 6. zonas spēlētājs, kam būtu jānosiedz gandrīz viss laukums aiz bloka apmēram 4 metru attālumā no tīkla, pārējie spēlētāji ir novietojusies aiz bloka nosēgtā laukuma malām (pielietots zonālais bloks): 4. zonas spēlētājs apmēram 1,5 metru attālumā no 3 metru līnijas nedaudz laukumā vairāk uz vidū, 5. zonas spēlētājs slīpi otrajā līnijā tuvāk sānu līnijai, un 1. zonās spēlētājs aizmugurē pa līniju, nosedzot laukumu gar bloka malu, lai uzņemtu bumbas, kas ir mānītas vai sistas pa līniju uz 1. zonu (24. att.).



25. att. Spēlētāju shematisks novietojums aizsardzības sistēmā ar „stūri” uz priekšu, gremde no pretinieka 3. zonas, blokā 3. un 4. zonas spēlētāji

Situācijā, kad gremde notiek no 3. zonas blokā var atrasties gan 4. gan 2. zonas spēlētāji, apskatīsim vienu situāciju, jo otra ir līdzīga tikai spēlētāju novietojums ir attiecīgi uz otru pusi. Galvenais blokētājs ir 3. zonas spēlētājs, attiecīgi 6. zonas spēlētājs novietojas aiz bloka pie 3. metru līnijas vairāk uz to pusi, kuras zonas 4. vai 2. zonas spēlētājs piedalās blokā. 2. zonas spēlētājs atrodas pie 3. metru līnijas, 5. un 1. zonas spēlētāji aizmugurē nosedzot laukumu gar bloka malu (25. att.).



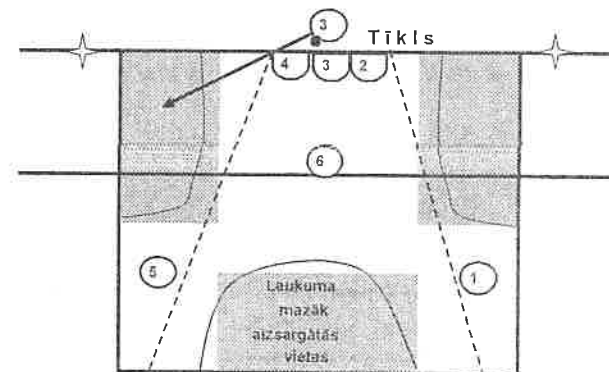
26. att. Spēlētāju shematiskais novietojums aizsardzības sistēmā ar „stūri” uz priekšu, gremde no pretinieka 2. zonas, blokā 3. un 4. zonas spēlētāji

Šis novietojums analogisks kā, ja gremde notiek no 4. zonas, tikai pagriezts uz otru pusi. 6. zonas spēlētājs piesedz laukumu aiz bloka pie 3. metru līnijas, 2. zonas spēlētājs gar bloka malu ieslīpi drusku aiz 3. metru līnijas, 5. zonas spēlētājs pa līniju gar bloka malu un 1. zonas spēlētājs aizmugurē arī gar otru bloka malu pa slīpo pie laukuma sānu līnijas (26. att.). Tumšāk iekrāsotais laukums mazāk aizsargātais laukums, kur iespējami uzbrucēja mānu sitienu.

#### 4.1.3. Aizsardzības sistēma ar stūri uz priekšu un pret pretinieka uzbrucēju blokā ir trīs spēlētāji

Šajā novietojumā visu laukumu sedz praktiski 3 spēlētāji, 6. zonas spēlētājam jāuzņem visas bumbas, kas krīt aiz bloka 1. un 5. zonas spēlētāji spēlē aizsardzībā otrajā līnijā nosedzot laukumu gar trīs spēlētāju bloku

(27. att.). Augsta līmeņa volejbola komandās trīs – spēlētāju bloku liek arī 2. un 4. zonas uzbrucējiem, ja šie uzbrucēji spēlē no augsti uzceltām bumbām, visiem trim blokētājiem jāpaspēj kvalitatīvi salikt rokas pret uzbrucēja sisto bumbu.



27. att. Spēlētāju shematiskais novietojums aizsardzības sistēmā ar „stūri” uz priekšu, gremde no pretinieka 3. zonas, blokā 3., 2. un 4. zonas spēlētāji

#### Kādas ir šīs sistēmas priekšrocības:

- Labāk tiek nosegt laukums aiz bloka, uzņemtas mēnītās bumbas.
- Labāk organizēta savu uzbrucēju segšana.
- Parasti mūsdienu volejbolā 6. zonā spēlē „libero” spēlētājs, kas ir pietiekoši labi sagatavots gan tehniski, gan taktiski, jo no viņa darbības ir atkarīgs uzbrukums.

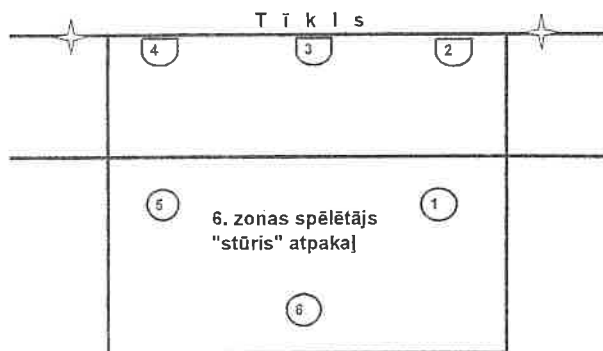
#### Kādi ir šīs sistēmas trūkumi:

- Bīstamās vietas laukumā, kur vieglāk iemānīt vai uzbrukt ir laukuma aizmugure 6. zonas rajonā.
- Tāpat grūtāk piesedzamais laukums ir laukums pie sānu līnijām starp 4. un 5. zonas spēlētājiem un starp 2. un 1. zonas spēlētājiem.

Aizsardzības sistēmu ar „stūri” uz priekšu lietderīgāk izmantot pret komandām kurās ir augumā mazāki uzbrucēji attiecībā pret aizsargājošās komandas blokētājiem.

## 4.2. Aizsardzības sistēma ar „stūri” atpakaļ

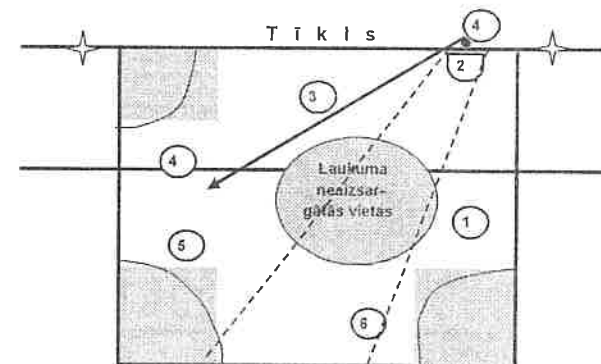
Šī ir otrā aizsardzības sistēma kuru izmanto spēlē pret uzbrukumu. Tā ir viena no vairāk pielietotajām, bet katrai no tām ir savi plusi un mīnusi. Mācot komandas aizsardzības taktiku jāprot izmantot tās abas, jo vienas spēles laikā var izmantot abas šīs taktiskās sistēmas (28. att.).



28. att. Aizsardzības sistēmas ar „stūri” atpakaļ spēlētāju shematiskais novietojums

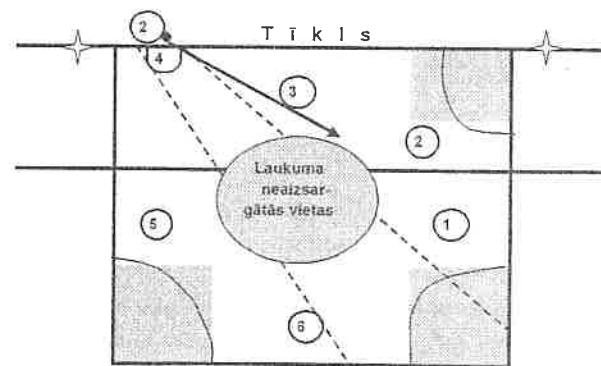
### 4.2.1. Aizsardzības sistēma ar „stūri” atpakaļ, ja pret uzbrucēju viens blokētājs

Pretinieka uzbrucējs gremdē no 4. zonas, aizsargājošā komanda organizē viena spēlētāja bloku, tas ir 2. zonas spēlētājs, laukumu aiz bloka piesedz tuvākais pirmās līnijas spēlētājs, tas ir 3. zonas spēlētājs, 4. zonas spēlētājs nosedz laukumu gar bloka malu apmēram 1 metru aiz uzbrukuma līnijas, 5., 6. un 1. zonas spēlētāji aizmugurē (30. att.).



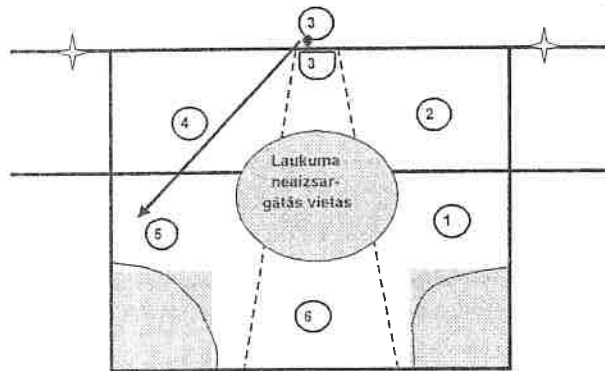
30. att. Spēlētāju shematiskais novietojums aizsardzības sistēmā ar „stūri” atpakaļ, gremde no pretinieka 4. zonas, blokā ir 2. zonas spēlētājs

Līdzīgi spēlētāju novietojums ir kad gremde notiek no 2. zonas, tad aizsardzības spēlētāju novietojums ir attiecīgi uz otru pusi: tūlīt aiz bloka laukumu piesedz 3. zonas spēlētājs, apmēram 1,5 metru attālumā no 3- metru līnijas atrodas 2. zonas spēlētājs un attiecīgi aizmugurē gar bloka malu novietojušies 5. un 1. zonas spēlētāji. 6. zonas spēlētājs ieslēpi aiz bloka laukuma aizmugurē (30. att.).



31. att. Spēlētāju shematiskais novietojums aizsardzības sistēmā ar „stūri” atpakaļ, gremde no pretinieka 2. zonas, blokā ir 4. zonas spēlētājs

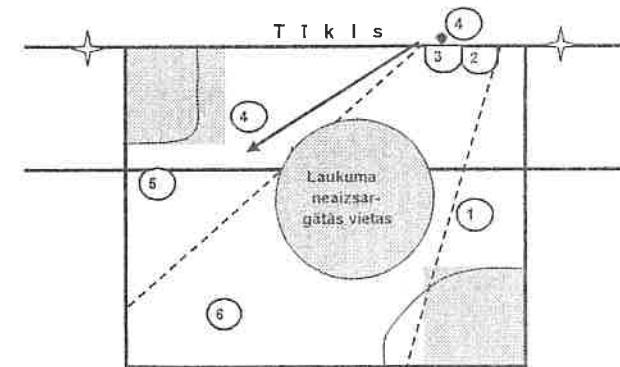
Pretinieka komanda gremdē no 3. zonas pretī blokā 3. zonas spēlētājs aiz bloka laukumu pie 3-metru līnijas piesedz 4. un 2. zonas spēlētāji, aizmugurē pusaplī attiecīgi novietojušies 5., 6. un 1. zonas spēlētāji ( 32. att. ).



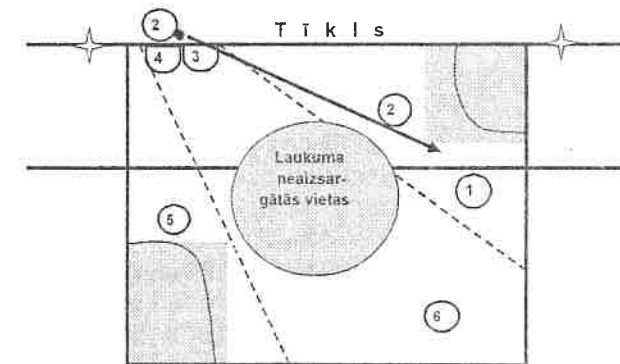
32. att. Spēlētāju shematiskais novietojums aizsardzības sistēmā ar "stūri" atpakaļ, gremde no pretinieka 3. zonas, blokā ir 3. zonas spēlētājs

#### 4.2.2. Aizsardzības sistēma ar "stūri" atpakaļ, ja pret uzbrucēju divi bloketāji

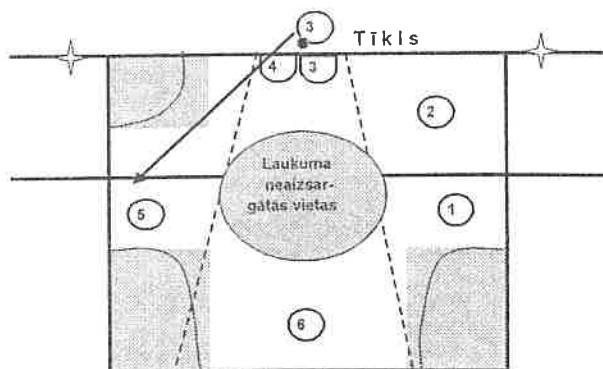
Arī šajā situācijā apskatām spēlētāju novietojumu, kad pret gremdi veido zonas bloku, tātad nosedzot konkrētu laukuma zonu ar bloku un tad attiecīgais spēlētāju novietojums laukumā. Spēlētāju novietojums ir līdzīgs kā bloķējot vienam spēlētājam, tikai te vienīgais brīvais pirmās līnijas spēlētājs piesedz laukumu aiz bloka un attiecīgi gar bloka nosegtā laukuma malām novietojas aizsardzības līnijas spēlētāji. Vistālāk aizsardzībā, tuvāk gala līnijai atrodas 6. zonas spēlētājs, daudzās komandās tas ir „libero” spēlētājs ( 33., 34. un 35. att. ).



33. att. Spēlētāju shematiskais novietojums aizsardzības sistēmā ar "stūri" atpakaļ, gremde no pretinieka 4. zonas, blokā ir 3. un 2. zonas spēlētāji



34. att. Spēlētāju shematiskais novietojums aizsardzības sistēmā ar „stūri” atpakaļ, gremde no pretinieka 2. zonas blokā ir 3. un 4. zonas spēlētāji

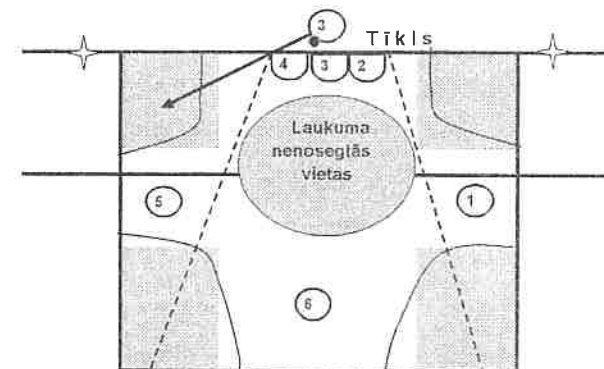


35. att. Spēlētāju shematisks novietojums aizsardzības sistēmā ar „stūri” atpakaļ, gremde no pretinieka 3. zonas blokā ir 4. un 3. zonas spēlētāji

#### 4.2.3. Aizsardzības sistēma ar stūri atpakaļ, ja pret uzbrucēju trīs blokētāji

Trīs spēlētāju bloku izmanto pret galveno, spēcīgāko pirmā tempa uzbrucēju, kuram visvairāk tiek uzticēta uzbrukuma veidošana. Parasti tas notiek 3. zonā, blokā piedalās visi trīs pirmās līnijas spēlētāji. Blokam būtu jābūt bez „caurumiem”, tas ir bumba nedrīkstētu tikt izsista starp rokām, jo tādu bumbu praktiski aizsardzībā gandrīz nav iespējams uzņemt. Tas pats attiecas arī uz divu spēlētāju bloku.

Aizsardzībā laukumā piedalās 3 spēlētāji tie praktiski novietojusies puslokā. Bumbas aiz bloka bieži vien uzņem arī paši blokētāji, ja bumba tiek mērīta pāri ar pietiekoši augstu trajektoriju. Tātad šiem spēlētājiem jābūt labi tehniski sagatavotiem un ar ļoti labu koordināciju (31. att.).



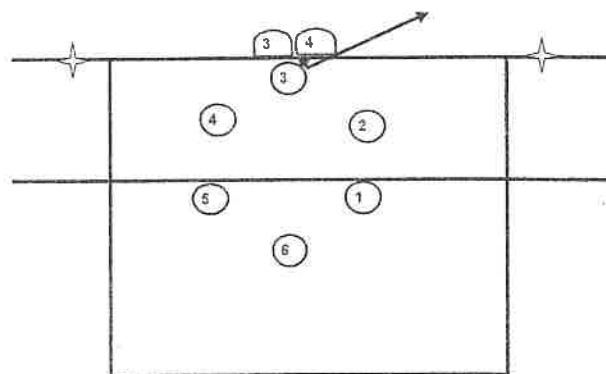
36. att. Spēlētāju shematisks novietojums aizsardzības sistēmā ar „stūri” atpakaļ, gremde no pretinieka 3. zonas blokā ir 4., 2. un 3. zonas spēlētāji

#### Aizsardzības sistēmas ar „stūri” atpakaļ priekšrocības:

- Vairāk tie nosegt laukuma aizmugure.
- Aizsardzības zonā atrodas trīs spēlētāji.
- Pirmās līnijas spēlētājiem vieglāk organizēt uzbrukumu.

#### Aizsardzības sistēmas „ar stūri atpakaļ” trūkumi:

- Bīstamākās vietas laukumā, kur varētu iemānīt vai iesist bumbu ir laukuma vidus. Tas ir bīstams visu līmeņu volejbola komandām. Bieži redzam situāciju, kad laukuma vidū saskrien 3-4 spēlētāji, bet neviens tā arī bumbu neuzņem.
- Vēl nenosargātās vietas ir laukuma stūri, 1. un 5. zonas aizmugurē.
- Ja komandā ir „izejošais” un tas iziet no 1. zonas, tad parasti šīs zonas aizmugure ir tukša, jo izejošais par ātru cenšas ieiet uzbrukuma zonā, lai izpildītu cēlienu.



40. att. Spēlētāju shematisks novietojums aizsardzības sistēmā ar „stūri” atpakaļ, gremde no 3. zonas, gremdētāja segšana

Ja uzbrucējs gremdē no 2. zonas, tad segšana ir analogiska kā no 4. zonas tikai pagriezta uz otru laukuma pusi.

Visas apskatītās aizsardzības sistēmas varianti ir tikai shematiski, katrā komandā atkarībā no komandas spēlētāju individuālajām īpašībām, fiziskās un tehniskās sagatavotības šajos novietojumos var būt korekcijas, tas atkarīgs arī no pretinieka un katras konkrētās situācijas spēlē.

## LITERATŪRAS SARAKSTS

1. Grigoļunovičs Z. Vingrinājumi volejbolistu taktiskajā sagatavošanā. Rīga, LVFKI, 1985. 26 lpp.
2. Grigoļunovičs Z. Vingrinājumi volejbola tehnikas pilnveidošanai. Rīga: LVFKI, 1985., 36 lpp.
3. Kortmans O. Pasaules labāko spēlētāju tehnika. Metodisks materiāls reģistrēts un noformēts Latvijas skolu sporta federācijā. Rīga: LSSF, 2003., 17 lpp.
4. Lapiņš V. Servju uzņemšanas taktika. Rīga: LSPA, 1995. lpp.
5. Lapiņš V. Volejbols. Mācīšanas metodika. Rīga: Izglītības soli, 2002., 133 lpp.
6. Lapiņš V. Servju uzņemšanas tehnikas pilnveidošana. Rīga: LSPA, 1995. 30 lpp.
7. Lapiņš V. Viena spēlētāja bloķēšanas pamati volejbolā. Rīga: LSPA, 1994., 27 lpp.
8. Misiņš I. Volejbols. Rīga: “Liesma”, 1976., 162 lpp.
9. Misiņš I. Vingrinājumi volejbolistiem. Rīga: “Liesma”, 1972., 113 lpp.
10. Misiņš I. Volejbols. Lekciju konspekti pamatkursam. Rīga: LVFKI, 1972., 80 lpp.
11. Volejbolistu taktiskā sagatavošana. Rīga: LVFKI, 1984., lpp. 23 lpp.
12. Železnaks J., Kleščovs I., Čehovs O. Jauno volejbolistu apmācība. (Tulkots no 2. izlabotā un papildinātā izdevuma.) Rīga: “Liesma”, 1969., 230 lpp.
13. Fronher B, Radde K., Doring F. Volleyball. Berlin: Sportferlag, 1974, 160.
14. Kortmans O. Pasaules labāko spēlētāju tehnika. Metodisks materiāls reģistrēts un noformēts Latvijas skolu sporta federācijā. – Rīga: LSSF, 2003., 17 lpp.
15. Айриянц Г. Вoleyбол. Москва: ФИС, 1968, 211 с.
16. Голомазов В. А. Вoleyбол. Москва: ФИС, 1954, 153 с.
17. Железняк Ю. Д., Кунянский В.А., Чачин А.В. Вoleyбол. Методическое пособие по обучению игре. – Пушкино, Московская область: издательский Дом «Грааль», 2002, 75 с.
18. Железняк Ю.Д., Кунянский В.А. Вoleyбол у истоков мастерства. Москва: Издательство торговый дом «ГРАНД», 1999. 75 стр.

19. Железняк Ю. Д., Ивойлов А. В. Волейбол. Учебник для институтов физической культуры. Москва: ФИС, 1991, 239 с.
20. Железняк Ю. Д., Швец К.А., Долинская И.В., Борисенко Е.А., Подольская Т.В., Буйлин Ю.Ф. Волейбол. Поурочная программа для детско – юношеских спортивных школ олимпийского резерва. Москва: 1983, 150 с.
21. Железняк Ю. Д. Юный волейболист. Москва: ФИС, 1988, 192 с.
22. Ивойлов А.В. Волейбол. Очерки по биомеханике и методике тренировки. Москва: ФИС, 1981, 152 с.
23. Ивойлов А.В. Волейбол. Минск, Высшая школа. 1985, 261 с.
24. Фурманов А.Ф. Студенческий волейбол. Минск: Высшая школа. 1983, 175 с.
25. Клещева Ю.И., Айриянца А.Г. Волейбол. Москва, ФИС. 1985, 270 с.
26. Платонов В. А. Уравнение шестью известными. Москва: « Молодая гвардия» 1983, 237 с.

## SATURS

Lpp.

|                                                             |    |
|-------------------------------------------------------------|----|
| 1. AIZSARDZĪBAS TAKTIKAS KLASIFIKACIJA                      | 3  |
| Apzīmējumi                                                  | 6  |
| 2. AIZSARDZĪBAS TAKTIKA                                     | 7  |
| 2.1. Individuālā aizsardzības taktika                       | 7  |
| 2.2. Komandas aizsardzības taktika pret servi               | 8  |
| 2.2.1. Uzbrukuma sistēma 2 + 4 un gremde no otrās piespēles | 8  |
| 2.2.2. Uzbrukuma sistēma 1 + 5 un gremde no otrās piespēles | 11 |
| 2.3. Aizsardzības taktika pret gremdi                       | 14 |
| 2.3.1. Aizsardzības taktika ar gremdi bez bloka             | 15 |
| 2.3.2. Bloķēšanas taktika                                   | 17 |
| 2.4. Komandas aizsardzības taktika                          | 23 |
| 2.4.1. Aizsardzības sistēma ar „stūri” uz priekšu           | 23 |
| 2.4.2. Aizsardzības sistēma ar „stūri” atpakaļ              | 30 |
| 2.5. Uzbrukuma aizsardzība                                  | 36 |
| LITERATŪRAS SARAKSTS                                        | 39 |

**Daina KREPŠA**

## **VOLEJBOLA TAKTIKA**

**2.daļa**

**AIZSARDZĪBAS TAKTIKA**

Mācību līdzeklis LSPA studentiem un sporta speciālistiem

Latvijas Sporta pedagogijas akadēmija  
Latviešu valodā  
Rīga - 2003

© Krepša, 2003

Mācību līdzeklis tiek publicēts ar  
LSPA Mācību līdzekļu un metodisko darbu izdošanas komisijas atļauju,  
protokols Nr. 18 2003.gada 20.oktobrī

**Recenzenti : asoc.prof. Igors Ķīsis, doc. Vladimirs Lapiņš**

Par izdevumu atbild **D.KREPŠA**

---

Parakstīts iespiešanai 11.12.2003. Formāts 60 x 84/16  
1,8 iesp.loksnes. Metiens 100 eks.  
Pasūtāmā. Pasūtījums Nr. 16  
Latvijas Sporta pedagogijas akadēmija  
Brīvības gatvē 333, Rīga, LV 1006