

Schematy gry w siatkówce

Twój system i schematy na papierze: skład wyjściowy, przyjęcie w każdej rotacji, kombinacje ataku, obrona i sygnały. Wypełniaj otówką, żeby łatwo nanosić zmiany.

Drużyna

Sezon

Trener

Aktualizacja

System

☐ 5-1

☐ 4-2

☐ 6-2

☐ Inny

Rozgrywający

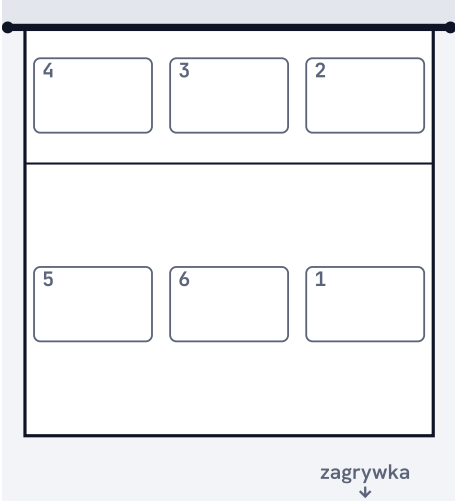
Libero

Kapitan

Liczba zawodników w przyjęciu

System obrony

Skład wyjściowy



Ustaw zawodników w kolejności rotacji: pozycja 1 to miejsce zagrywki. To nie jest ustawienie do przyjęcia.

Zawodnicy i pozycje

Nr	Imię i nazwisko	Pozycja	Może też grać jako	Uwagi

Pozycje: Rozgrywający · Przyjmujący · Środkowy · Atakujący · Libero

Przyjęcie w każdej rotacji

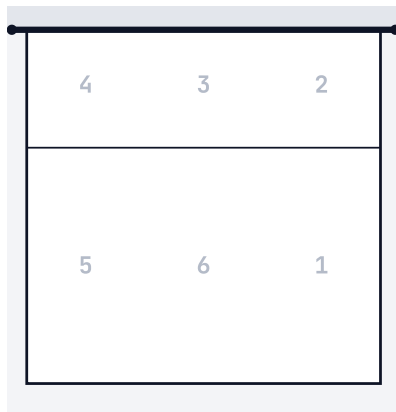
Narysuj ustawienie przy zagrywce przeciwnika. Rotacja 1 to skład ze strony 1; potem wszyscy przesuwać się o pozycję zgodnie z ruchem wskazówek zegara.

Aktualizacja _____

⑦ zawodnik (z numerem na koszulce) → ruch zawodnika - - - - -> piłka —●— siatka

Rotacja 1

Rozgrywający na pozycji _____

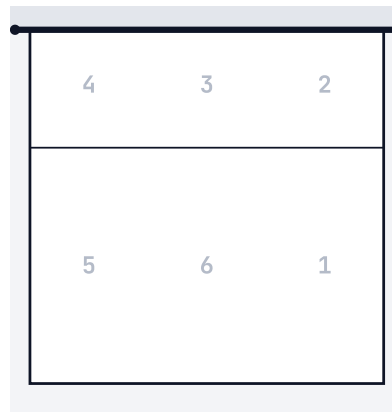


Kto przyjmuje

Uwagi

Rotacja 2

Rozgrywający na pozycji _____

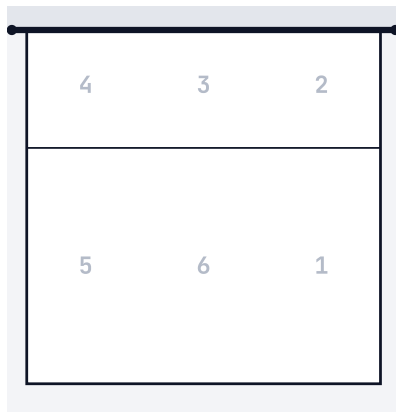


Kto przyjmuje

Uwagi

Rotacja 3

Rozgrywający na pozycji _____

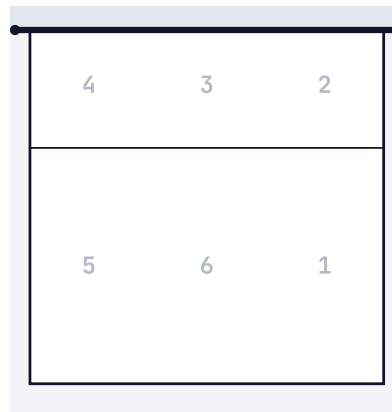


Kto przyjmuje

Uwagi

Rotacja 4

Rozgrywający na pozycji _____

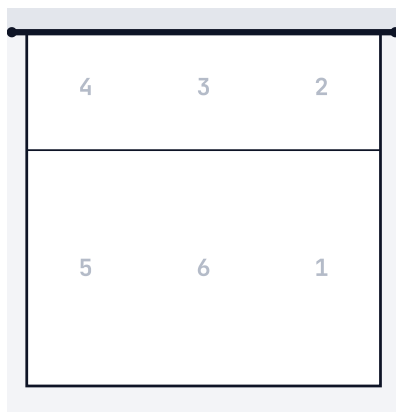


Kto przyjmuje

Uwagi

Rotacja 5

Rozgrywający na pozycji _____

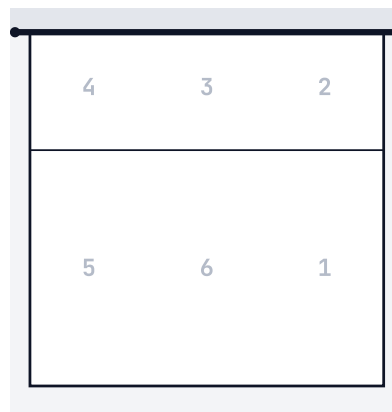


Kto przyjmuje

Uwagi

Rotacja 6

Rozgrywający na pozycji _____



Kto przyjmuje

Uwagi

Kombinacje ataku

Jedna kombinacja na pole: kto biegnie dokąd, gdzie leci piłka i jakim sygnałem się ją zapowiada. Kreski przy siatce są co metr.

Aktualizacja _____

⑦ zawodnik (z numerem na koszulce) → ruch zawodnika ----> piłka ● —●— siatka

Kombinacja 1 Nazwa _____

			Sygnal _____ Kiedy _____ Uwagi _____ _____ _____
--	--	--	--

Kombinacja 2 Nazwa _____

			Sygnal _____ Kiedy _____ Uwagi _____ _____ _____
--	--	--	--

Kombinacja 3 Nazwa _____

			Sygnal _____ Kiedy _____ Uwagi _____ _____ _____
--	--	--	--

Kombinacja 4 Nazwa _____

			Sygnal _____ Kiedy _____ Uwagi _____ _____ _____
--	--	--	--

Kombinacja 5 Nazwa _____

			Sygnal _____ Kiedy _____ Uwagi _____ _____ _____
--	--	--	--

Kombinacja 6 Nazwa _____

			Sygnal _____ Kiedy _____ Uwagi _____ _____ _____
--	--	--	--

Obrona

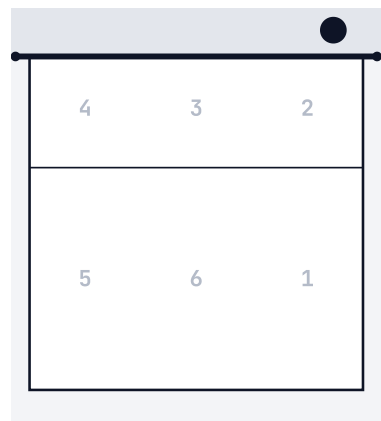
Narysuj w każdej sytuacji blok i miejsce każdego obrońcy. Czarna kropka za siatką to zawodnik przeciwnika, który atakuje.

Aktualizacja _____

⑦ zawodnik (z numerem na koszulce) → ruch zawodnika - - - - -> piłka — siatka ● zawodnik przeciwnika w ataku

Atak z ich pozycji 4

naprzeciw naszej pozycji 2

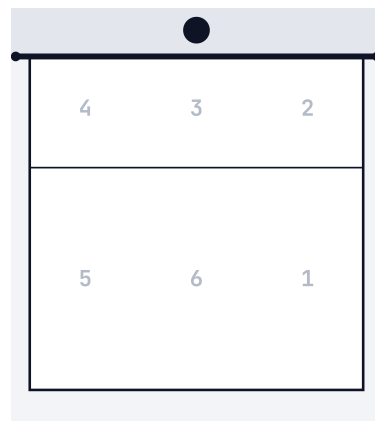


Blok

Uwagi

Atak z ich pozycji 3

środkiem

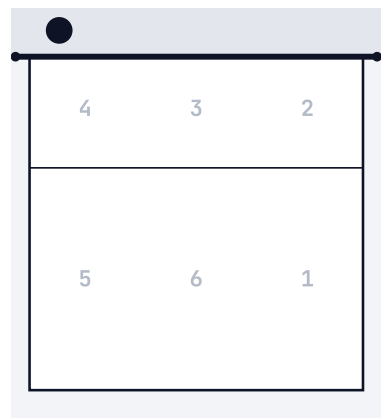


Blok

Uwagi

Atak z ich pozycji 2

naprzeciw naszej pozycji 4

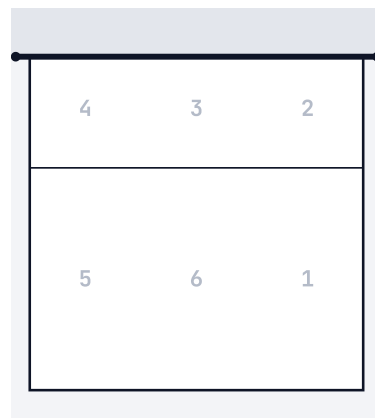


Blok

Uwagi

Atak z drugiej linii

z za ich linii 3 m

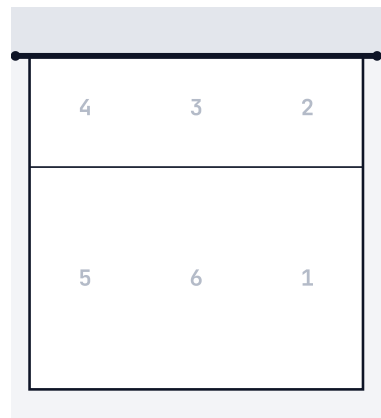


Blok

Uwagi

Wolna piłka

łatwa piłka bez ataku

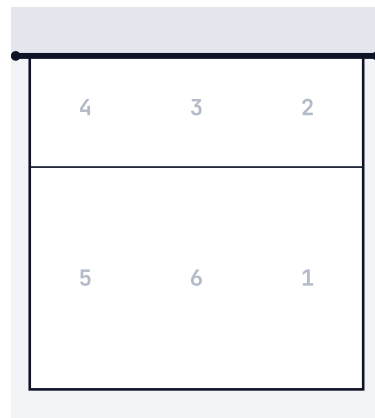


Kto odbiera

Uwagi

Asekuracja własnego ataku

wokół naszego zawodnika w ataku



Kto asekuruje

Uwagi

Sygnały i ustalenia

Co wołacie lub pokazujecie ręką, i ustalenia, które zna cała drużyna.

Aktualizacja _____

	Sygnał lub zawołanie	Znaczenie	Kto go daje
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			

Plan zagrywki

Inne ustalenia (przerwy na żądanie, zmiany)

Jak korzystać z tych schematów

1. Wypełnij stronę 1: system, zawodników i skład wyjściowy w kolejności rotacji.

2. Narysuj przyjęcie w każdej rotacji i przeciwicz każdą rotację spokojnie na treningu.

3. Zacznij od kilku kombinacji ataku i dodaj nową dopiero wtedy, gdy wychodzi na treningu.

4. Gdy coś się zmienia, popraw stronę i wpisz datę w polu Aktualizacja.

W Koach zapisujesz skład wyjściowy w **Zapisane składy**, a ustawienia i kombinacje rysujesz na tablicy (**Tablica taktyczna**), którą udostępniasz przyciskiem **Udostępnij jako obraz**.

Możesz swobodnie używać, kopiować i zmieniać ten szablon.