**KATEGORIA: ogolne  
KEYWORDS: ewolucja przepisów, historia siatkówki, William G. Morgan, mintonette, FIVB**

**7 Historia siatkówki**

Prezentując siatkówkę, należy zacząć od jej genezy i rozwoju. Zamiast omawiać historyczne turnieje, zwycięzców i wybitnych graczy, skupimy się na ewolucji przepisów tej dyscypliny. Takie podejście pozwoli lepiej zrozumieć złożoność siatkówki i ukaże, jak znacząco zmieniła się ona na przestrzeni zaledwie trzydziestu lat.

Historia siatkówki, będącej tematem tego e-booka, rozpoczęła się w 1885 roku. Jej twórcą był nauczyciel, William G. Morgan, który opracował pierwsze zasady. Pierwotnie gra miała być podobna do koszykówki, lecz mniej wymagająca fizycznie, aby umożliwić uczestnictwo również osobom starszym w grach zespołowych. Morgan nazwał swoją grę „mintonette”. Nazwa ta została zmieniona na „volley ball” (latająca piłka) w 1896 roku, podczas pierwszego turnieju, nawiązując do toru lotu piłki nad siatką.

Siatkówka jest dyscypliną, w której często testowano różnorodne rozwiązania, choć nie wszystkie zostały finalnie wprowadzone do przepisów, jak np. pomysł atakowania wyłącznie zza linii trzeciego metra podczas Klubowych Mistrzostw Świata. Nierzadko te same zasady były dodawane, a następnie usuwane. Niemniej jednak, istnieje kilkanaście kluczowych zmian, które na stałe zrewolucjonizowały grę. Początkowo w siatkówkę mogła grać dowolna liczba zawodników podzielonych na dwie drużyny, a siatka wisiała na wysokości 198 centymetrów. Boisko miało wymiary 7,6 x 15,2 metra. Przepisy nie precyzowały maksymalnej liczby dotknięć piłki. Co ciekawe, zagrywający, który popełnił błąd, miał prawo do drugiej próby zagrywki. Dotknięcie siatki przez piłkę było błędem, z wyjątkiem pierwszego serwisu.

Pierwsze poważne zmiany wprowadzono już w 1900 roku. Siatkę podwyższono o 30 cm, osiągając wysokość 228 centymetrów, a set kończył się po zdobyciu przez drużynę 21 punktów. W tym okresie siatkówka rozwijała się dwutorowo: w USA i Europie zasady były podobne, natomiast w Azji, gdzie dyscyplina dopiero się pojawiała, przepisy były bardziej archaiczne, zezwalając na przykład na grę 16 zawodników w drużynie.

W 1912 roku zmieniono wymiary boiska na prostokąt o rozmiarach 10,67 m na 18,29 m. Wprowadzono także modyfikacje w ustawieniach graczy i ograniczono liczbę zawodników na boisku do sześciu. Co interesujące, w 1915 roku przywrócono zmienną liczbę graczy (od dwóch do sześciu), a drużyna przegrywająca seta otrzymywała prawo do rozpoczęcia kolejnego od zagrywki.

W latach 1916-1922 nastąpiło wiele istotnych zmian, choć dokładne daty są rozbieżne w źródłach:

* Zmniejszono liczbę punktów do wygrania seta do 15.
* Ustalono, że mecz wygrywa drużyna, która zwycięży w trzech setach.
* Wprowadzono możliwość odbicia piłki dowolną częścią ciała, co później wycofano, by zasada ta powróciła po wielu dekadach.
* Siatkę ponownie podniesiono, tym razem do obecnej wysokości 243 cm.
* Zbyt długie przetrzymanie piłki w rękach uznano za błąd.
* Wprowadzono zakaz dwukrotnego dotknięcia piłki przez tego samego gracza z rzędu.
* Graczom znajdującym się w linii obrony zakazano atakowania piłek.

W tym okresie najbardziej dynamiczną zmianą była liczba graczy w drużynie. W 1918 roku ustalono, że na boisku może znajdować się sześciu zawodników, jednak już rok później w Chinach dopuszczono dwunastu. W 1927 roku zmieniono zasady, pozwalając na grę dziewięciu osobom. Około drugiej dekady XX wieku zmieniono również szerokość boisk amerykańskich i europejskich na 9,14 m, wprowadzono zakaz odbijania piłki poniżej pasa oraz pojawiły się pierwsze próby blokowania przeciwnika.

W 1922 roku wprowadzono obowiązujący do dziś sposób rotacji zawodników, zgodny z ruchem wskazówek zegara. Dotknięcie boiska przeciwnika zaczęto uznawać za błąd, a zagrywającym został gracz stojący w pierwszej strefie, znanej nam obecnie. Ostatnią zmianą w latach dwudziestych było ustalenie, że do wygrania seta potrzeba 15 punktów, z zastrzeżeniem dwupunktowej przewagi.

Lata 30. XX wieku charakteryzowały się debatami na temat umiejscowienia graczy na boisku. Początkowo zezwalano na wychodzenie poza boisko, pod warunkiem zachowania początkowego porządku ustawienia. Po trzech latach zasadę tę zmieniono, nakładając na graczy obowiązek pozostawania na boisku, dopóki piłka znajdowała się po ich stronie. W 1938 roku oficjalnie wprowadzono do przepisów zasadę blokowania, zezwalając na jego wykonanie maksymalnie przez dwóch graczy.

Lata 40. XX wieku były przełomowe dla siatkówki. Testowano wówczas rozwiązania dotyczące gry na czas: początkowo rozważano dwa dwudziestominutowe sety z dogrywką w razie remisu, a następnie grę do 15 punktów lub 8 minut. Ostatecznie te koncepcje porzucono z powodu ich nieskuteczności. Po dwudziestu latach zakazu ponownie zezwolono na uderzanie piłki każdą częścią ciała, ale tylko powyżej kolan. W 1947 roku zdecydowano, że jedynie gracze pierwszej linii mogą zmieniać pozycję w celu blokowania lub atakowania piłki.

Autor tekstu uważa rok 1947 za najważniejszy od czasu wynalezienia mintonette. Wówczas powstała Międzynarodowa Federacja Piłki Siatkowej (FIVB - Fédération Internationale de Volleyball), funkcjonująca do dziś, która początkowo zrzeszała kraje amerykańskie i europejskie. W tym roku ustalono również wymiary boiska oraz wysokość siatki, które są znane do dziś. W latach 1948-1949 wprowadzono zasadę, że jednoczesne dotknięcie piłki przez dwóch graczy liczy się jako jedno odbicie. Testowano także koncepcję gry rozgrywającego w drugiej linii, co miało umożliwić atakowanie trzema graczami w strefie ataku.

Kongres FIVB w 1951 roku wprowadził istotne zmiany: zawodnik linii obrony mógł atakować, pod warunkiem, że znajdował się w strefie obrony. Ponadto, dotychczas blokujący musieli trzymać ręce po swojej stronie siatki, ale od tego momentu dozwolono przełożenie rąk na stronę przeciwnika, gdy atak był już wykonywany. W tym okresie uformował się szkielet współczesnej siatkówki, a późniejsze zmiany następowały znacznie wolniej.

W 1958 roku reprezentacja Czech po raz pierwszy zaprezentowała odbicie sposobem dolnym. Rok później zabroniono zasłaniania zawodnika serwującego, co jest zasadą obowiązującą do dziś. 1968 rok przyniósł wprowadzenie antenek, które początkowo były oddalone od siebie o 9,4 metra, a następnie ich dystans zmniejszono do obecnych 9 metrów. Ustalono również, że blok nie wlicza się do regulaminowych trzech odbić. Igrzyska Olimpijskie w Los Angeles (1984) były pierwszym wydarzeniem, na którym zakazano blokowania zagrywki przeciwnika. Cztery lata później limit punktów w tie-breaku określono na 17.

Kongres FIVB w 1994 roku wprowadził szereg zmian:

* Umożliwiono odbicia piłki każdą częścią ciała.
* Dozwolono zagrywanie z całej szerokości boiska.
* Usunięto błąd podwójnego odbicia przy pierwszym kontakcie z piłką.
* Usunięto zapis o błędzie przypadkowego dotknięcia siatki.

Cztery lata później, w 1998 roku, wprowadzono kolejne, obowiązujące do dziś modyfikacje:

* Zezwolono na użycie niejednolitych piłek.
* Wprowadzono do gry pozycję libero.
* Punkt jest przyznawany po każdej akcji, a nie tylko po własnej zagrywce.
* Sety wygrywa się po zdobyciu 25 punktów (lub 15 w piątym secie), z zachowaniem dwupunktowej przewagi.

Najnowsze zmiany wprowadzono w 2015 roku:

* Każde dotknięcie siatki stanowi błąd i skutkuje przyznaniem punktu przeciwnikowi.
* Do protokołu meczowego można zgłosić czternastu zawodników (zamiast dotychczasowych dwunastu), w tym dwóch libero.
* Wprowadzono zasadę, że nakolanniki, stabilizatory i odzież termoaktywna muszą być w tym samym kolorze co oficjalny strój.

W ciągu 135 lat istnienia siatkówki wprowadzono wiele innych zmian; niektóre z nich przetrwały do dziś, inne zostały trwale usunięte. Dyscyplina ta stale ewoluuje, czego dowodem jest choćby rozbudowa sztabów szkoleniowych o statystyków, fizjoterapeutów, asystentów, a w przyszłości być może również psychologów i skautów. Sposób gry sto lat temu diametralnie różni się od współczesnych meczów, czyniąc porównanie mistrzów z różnych epok niemożliwym, gdyż były to "dwie różne siatkówki". Po przedstawieniu historycznego tła, tekst zaprasza do świata współczesnej siatkówki, dochodząc do roku 2020.

**===NEXT SECTION===**

**KATEGORIA: przepisy  
KEYWORDS: wymiary boiska, wysokość siatki, strefa wolna, antenki, pole gry**

**Boisko**

Boisko do halowej piłki siatkowej jest symetryczne i podzielone siatką na dwie równe połowy, zapewniając obu drużynom identyczne pola gry. Całe boisko ma kształt prostokąta o wymiarach 18 x 9 metrów. Wokół boiska znajduje się strefa wolna o szerokości minimum 3 metrów, co pozwala zawodnikom na swobodne poruszanie się za piłką również poza liniami boiska. Przepisy gry w siatkówkę wymagają, aby wolna przestrzeń nad boiskiem miała minimum 7 metrów wysokości od podłoża i była wolna od wszelkich przeszkód. Należy jednak pamiętać, że regulaminy poszczególnych rozgrywek mogą przewidywać większe wolne przestrzenie wokół i nad boiskiem.

Z powyższego wynika, że pole gry każdej drużyny to kwadrat o bokach 9 x 9 metrów, co daje 81 metrów kwadratowych do obrony dla sześciu graczy. Ważne jest, że linie boiska są częścią pola gry. W odległości 3 metrów od siatki biegnie równoległa do niej linia ataku, która wydziela strefę ataku.

Siatka dzieli boisko na dwie połowy, a jej wysokość jest zmienna, zależna od płci i wieku grających drużyn. Siatka ma 1 metr wysokości i 9,5-10 metrów długości. Poniżej przedstawiono standardowe wysokości siatki:

* Kobiety Senior: 2,24 m
* Mężczyźni Senior: 2,43 m
* Kobiety Młodzik: 2,15 m
* Mężczyźni Młodzik: 2,35 m

Dodatkowym elementem są antenki, mocowane do siatki nad końcami linii środkowej boiska. Zazwyczaj wykonane są z włókna szklanego, co zapewnia im elastyczność. Antenki to pręty o długości 180 cm i średnicy 1 cm, wystające 80 cm ponad siatkę. Najczęściej są pomalowane w białe i czerwone paski o wysokości 10 cm. Ich główną funkcją jest ograniczenie przestrzeni przejścia piłki, co oznacza, że piłka musi przelecieć nad siatką wyłącznie między nimi.

**===NEXT SECTION===**

**KATEGORIA: ogólne  
KEYWORDS: strefy boiska, analiza taktyczna, podstrefy, numeracja stref, zagrywka**

**Kolejność stref**

Boisko siatkarskie jest symetrycznie podzielone siatką na dwie połowy, tworząc pola gry dla każdej drużyny. Każda połówka boiska jest dalej podzielona na 6 stref. Strefy te są ułożone od 1 do 6 w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara. Upraszczając, stojąc za linią końcową boiska, pierwsza strefa znajduje się po prawej stronie, za nią druga itd..

Znajomość stref na boisku jest wiedzą fundamentalną. Umożliwia ona szybkie określenie prawidłowego ustawienia zawodnika oraz służy do szczegółowej analizy przeciwnika, w tym zagrywek, ataków i innych elementów taktycznych.

Wielu trenerów i statystyków stosuje również strefy 7, 8 i 9. Ta koncepcja, prawdopodobnie wywodząca się z programów statystycznych, pozwala na bardziej szczegółową analizę gry. Zgodnie z nią, strefa 9 znajduje się między strefami 1 i 2 (czyli po prawej stronie boiska), strefa 8 w centrum (między strefami 3 i 6), a strefa 7 między strefami 4 i 5.

Zazwyczaj, silne zagrywki skierowane są do stref 1, 6 lub 5. Natomiast zagrywki skrócone, tuż za siatkę, oceniane są jako zagrywki do stref 2, 3, 4. W sytuacji, gdy piłka ląduje w okolicach 5. metra i nie jest jasne, czy to skrót, czy długa zagrywka, używa się stref 9, 8, 7. Takie zagrywki są sygnałem dla przyjmujących, aby byli szczególnie czujni i ewentualnie przesunęli się bliżej siatki.

Istnieje również metoda dalszego uszczegółowienia stref poprzez podział każdej z nich na cztery podstrefy: A, B, C i D. Podstrefy te zmieniają się w kierunku przeciwnym do ruchu wskazówek zegara. Przykładowo, w pierwszej strefie, w dolnym prawym narożniku boiska znajduje się podstrefa A, nad nią B, następnie C, a na końcu D, która sąsiaduje z A.

Podstrefy mogą być stosowane zarówno z podziałem na 6, jak i 9 stref. W ekstremalnym przypadku, czyli połączeniu 9 stref z podstrefami, uzyskujemy 36 precyzyjnych miejsc po jednej stronie siatki, co pozwala na bardzo dokładny opis każdej lokalizacji na boisku. Umożliwia to łatwe operowanie prostymi oznaczeniami w analizie, np. 1A i 5D wskazują narożniki boiska, a przyjęcie do strefy 3B (centralnie przy siatce) może być uznane za idealne.

Wielu zawodników nie jest świadomych tak szczegółowego podziału boiska. Te podstrefy stanowią kluczową bazę wiedzy dla sztabów szkoleniowych. Precyzyjny podział służy np. do analizy zagrywek: jeśli gracz zagrywa do stref 1A lub 1B, oznacza to zagrywanie do linii bocznej w pierwszej strefie. Jeśli brakuje tam zagrywek, można zasugerować przyjmującemu, aby zaryzykował przesunięcie się o krok w kierunku środka boiska.

**===NEXT SECTION===**

**KATEGORIA: ustawienia  
KEYWORDS: strefa ataku, strefa obrony, linia trzeciego metra, blokowanie, libero**

**Linie ataku i obrony**

W kontekście stref na boisku kluczowe są dwie linie związane z ofensywą i defensywą: strefa ataku i strefa obrony. Strefę ataku tworzą gracze znajdujący się pod siatką, czyli w strefach drugiej, trzeciej i czwartej. Mają oni swobodę w wykonywaniu ofensywnych zagrań z dowolnego miejsca w tej strefie, a także prawo do blokowania przeciwników.

Strefę obrony stanowią gracze znajdujący się w strefach pierwszej, szóstej i piątej, czyli z dala od siatki. Zawodnicy w tej strefie napotykają dwie istotne restrykcje: po pierwsze, wykonując atak, nie mogą przekroczyć ani dotknąć stopą linii trzeciego metra. Po drugie, obowiązuje ich bezwzględny zakaz blokowania ataków przeciwnika. Z tego powodu najliczniejszy blok składa się z trzech zawodników. Te ograniczenia dotyczą również libero, który może grać wyłącznie w strefie obrony.

**===NEXT SECTION===**

**KATEGORIA: ogólne  
KEYWORDS: fazy gry, break point, side-out, system punktowania, analiza taktyczna**

**Fazy gry**

W siatkówce wyróżnia się dwie fazy gry drużyny:

* Faza zagrywki (break point): Drużyna wykonuje zagrywkę i zdobywa punkty, przełamując atak przeciwnika.
* Faza przyjęcia (side-out): Drużyna przyjmuje zagrywkę przeciwnika.  
  Należy zauważyć, że gdy jedna drużyna jest w fazie zagrywki, przeciwnik znajduje się w fazie przyjęcia.

W przeszłości punkty w siatkówce można było zdobywać wyłącznie w fazie break-point, co sprawiało, że mecze były znacznie dłuższe i wymagały długotrwałej koncentracji. W 1998 roku przepisy zmieniono, wprowadzając zasadę, że każda akcja jest punktowana. Sety wygrywano po zdobyciu 25 punktów (lub 15 w piątym secie), zawsze z dwupunktową przewagą. Współczesna siatkówka nadal korzysta z podziału na te fazy, ponieważ ułatwia to rozróżnianie i analizowanie ustawień taktycznych.

**===NEXT SECTION===**

**KATEGORIA: ogólne  
KEYWORDS: pozycje, role na boisku, zadania zawodników, asekuracja, blok**

**Pozycje na boisku**

Podczas każdej akcji meczu na boisku może przebywać sześciu graczy. Zawodników tych dzieli się na pięć pozycji, z różnymi zadaniami:

* Rozgrywający
* Przyjmujący
* Atakujący
* Środkowy
* Libero

Przed szczegółowym opisem ról, należy zaznaczyć, że wszyscy siatkarze są zobowiązani do bronienia ataków przeciwników oraz wystawiania piłek, gdy wyznaczeni do tego gracze nie mogą wykonać zadania. Wszyscy, z wyjątkiem libero, biorą udział w zagrywce i bloku. Rzadko wspominanym, lecz uniwersalnym elementem jest również asekuracja.

**===NEXT SECTION===**

**KATEGORIA: ogólne  
KEYWORDS: rozgrywający, setter, mózg drużyny, kreowanie gry, inteligencja taktyczna**

**Rozgrywający**

Rozgrywający (ang. „setter”, wł. „palleggiatore”) to kluczowy gracz na boisku, często określany mianem „mózgu drużyny. Do rozgrywającego powinny trafiać wszystkie piłki po przyjęciu i obronie.

Rozgrywający kreuje grę ofensywną całej drużyny i decyduje, który zawodnik otrzyma piłkę do ataku po jego rozegraniu. Ma wiele opcji: może podać do atakującego, przyjmującego, środkowego, a nawet samemu mocno zaatakować lub delikatnie kiwnąć. Podstawowym zadaniem rozgrywającego jest dostarczenie dokładnej piłki atakującemu, dostosowanej do jego potrzeb pod względem trajektorii, szybkości oraz odległości od siatki i antenki.

Rozgrywający powinien również działać w celu zmylenia przeciwnika i rozproszenia bloku. Idealna sytuacja ma miejsce, gdy atakujący nie napotyka żadnego bloku po drugiej stronie siatki.

Wyróżnia się dwa typy rozgrywających: ci z naturalnymi, miękkimi odbiciami oraz ci, którzy opanowali tę umiejętność dzięki tysiącom treningów. W praktyce, pierwsza grupa ma znacznie mniejsze problemy z jakością odbicia w sytuacjach stresowych, ponieważ ich kontakty z piłką są intuicyjne. Druga grupa, pod wpływem wysokiego napięcia mięśniowego lub zachwianej równowagi, często odbija piłkę bardzo niedokładnie, co może prowadzić do nieprecyzyjnego rozegrania, a w najgorszym wypadku do błędu podwójnego dotknięcia.

Kiedy rozgrywający jest w linii ataku, zazwyczaj zajmuje drugą strefę, natomiast w linii obrony ustawia się w pierwszej strefie. Oprócz uniwersalnych cech siatkarza, rozgrywający powinien posiadać dodatkowe atrybuty:

* Inteligencja taktyczna: Pomaga w analizowaniu przebiegu gry, identyfikowaniu najgroźniejszych i najmniej groźnych zawodników, ocenie efektywności graczy w danym momencie meczu oraz łączeniu wielu informacji w spójną całość.
* Kreatywność: Najlepsi rozgrywający są nieprzewidywalni, posyłając piłki w miejsca, których nikt się nie spodziewa. Tworzą w ten sposób korzystne warunki dla atakujących i zaskakują przeciwnika.
* Wizja gry: Przygotowując się do meczu, rozgrywający powinien stworzyć wizję gry zawierającą informacje o mocnych i słabych stronach przeciwnika. Należy dokładnie przeanalizować każdego rywala, uwzględniając jego skuteczność w bloku oraz preferowany kierunek przemieszczania się.

**===NEXT SECTION===**

**KATEGORIA: atak  
KEYWORDS: atakujący, prawoskrzydłowy, zdobywanie punktów, wysokie piłki, analiza statystyczna**

**Atakujący**

Atakujący jest często nazywany prawoskrzydłowym. W ustawieniach 4, 3, 2 znajduje się po prawej stronie za linią trzeciego metra, natomiast w ustawieniach 6 i 5 gra po prawej stronie w strefie ataku. Tym samym, w pięciu ustawieniach jest zawodnikiem prawoskrzydłowym. Wyjątek stanowi ustawienie pierwsze, gdzie większość drużyn umieszcza go na lewym skrzydle, aby uniknąć konieczności przebiegania 9 metrów wzdłuż siatki, a następnie wykonywania nabiegu do ataku po zagrywce przeciwnika. W przypadku zagrywki z wyskoku, taki bieg często powodowałby spóźnienie i wykluczenie atakującego z akcji ofensywnej.

Atakujący gra po przekątnej z rozgrywającym. Oznacza to, że gdy rozgrywający jest pod siatką, atakujący znajduje się w obronie, a gdy rozgrywający jest w linii obrony, atakujący stoi przed nim w linii ataku.

Atakujący są często postrzegani jako zawodnicy, którzy powinni zdobywać najwięcej punktów dla swojej drużyny, co wynika z ich głównego zadania – ataku. Analiza ataków punktowych z meczów o Mistrzostwo Polski w sezonie 2019/2020 (gdzie wykresy przedstawiają dane od drużyny z pierwszego miejsca do ostatniego) pokazuje, że atakujący z czołowych zespołów ligi zdobywają poniżej 30% punktów swojej drużyny w ataku. Widoczna jest rosnąca tendencja: im niższe miejsce w tabeli, tym większy procent punktów zdobywają atakujący.  
Wykres sumujący dane ze wszystkich drużyn (omawianych wcześniej) wskazuje na stosunek ataków punktowych atakujących do pozostałych graczy w całej lidze. Wynika z niego, że atakujący zdobywają średnio 30% punktów, co jest znaczącym wynikiem, biorąc pod uwagę, że o punkty walczy jeszcze czterech innych zawodników: dwóch środkowych i dwóch przyjmujących.

Trenerzy często oczekują, że atakujący będą najbardziej efektywni w trudnych sytuacjach, np. po negatywnym przyjęciu lub niedokładnej obronie. Analiza ataków wysokich piłek w całej lidze pokazuje, że atakujący są w nich częściej wykorzystywani, stanowiąc 37% wszystkich ataków wysokich piłek. Należy pamiętać, że tylko atakujący i przyjmujący są w stanie atakować wysokie piłki. Wynika z tego, że atakujący odpowiadają za 37% punktów zdobytych z ataków wysokich piłek, a przyjmujący za 31,5%. Mimo pozornie niewielkiej różnicy, w sumie atakujący zdobyli 909 punktów, podczas gdy przyjmujący 783 punkty w całej lidze.

W celu sprawdzenia, czy polska liga jest wyjątkiem, autor przeprowadził analizy trzech najlepszych drużyn z dwóch wiodących lig – rosyjskiej i włoskiej. W tych ligach atakujący zdobywali średnio 28% punktów w ataku, z wyjątkiem atakującego z Lokomotivu Nowosybirsk, który osiągnął 33%. Analiza punktowych ataków wysokich piłek w tych samych drużynach wykazała wzrost wykorzystania atakujących o sześć procent. Potwierdza to regułę, że im trudniejsza sytuacja, tym częściej wykorzystuje się atakujących.

**===NEXT SECTION===**

**KATEGORIA: obrona  
KEYWORDS: libero, obrona, przyjęcie zagrywki, specjalne przepisy, defensywa**

**Libero**

Nazwa pozycji „libero” pochodzi z języka włoskiego i oznacza „wolny”, w sensie samodzielności. Libero może swobodnie zmieniać się z innymi graczami bez konieczności wcześniejszego sygnalizowania zmian. Co interesujące, może zastępować każdego zawodnika znajdującego się w strefie obrony, nie tylko środkowych, jak to jest powszechnie praktykowane. Ponadto, przepisy gry w siatkówkę określają, że libero:

* Nie może pełnić funkcji kapitana na boisku.
* Jego strój musi kontrastować z ubiorami pozostałych zawodników drużyny.
* Nie może atakować, gdy piłka znajduje się całkowicie ponad górną krawędzią siatki.
* Nie może wystawiać piłek sposobem górnym, będąc w strefie ataku.
* Nie może blokować.
* Może zostać zmieniony wyłącznie przez drugiego libero; jeśli taka opcja nie istnieje, inny zawodnik musi zostać desygnowany jako libero, a zmieniony gracz nie może powrócić na boisko do końca meczu.

Libero jest kluczową postacią w dwóch elementach gry: przyjęciu zagrywki i obronie. W przypadku przyjęcia to on zarządza całą formacją, decydując o jej ruchach i priorytetach.

Ponieważ libero koncentruje się wyłącznie na defensywie, oczekuje się od niego, że będzie najlepszym graczem drużyny w przyjęciu i obronie. Taka sytuacja ma miejsce w większości zespołów, chyba że w składzie znajduje się wyjątkowy przyjmujący. Co interesujące, libero przyjmują w strefach 6 i 1, nigdy w 5. Po przyjęciu, libero przechodzi do obrony, najczęściej utrzymując się w strefie 5. Stąd może wynikać wrażenie chaosu na boisku, jednak w rzeczywistości ruchy graczy są zaplanowane i wyćwiczone, co eliminuje wzajemne przeszkadzanie. Libero powinien być również najlepszy w obronie, a także może wpływać na ustawienie gry całej drużyny i sugerować przesunięcia innym zawodnikom.

Wyróżnia się dwa typy libero, co ma wpływ na ich grę w przyjęciu i obronie:

* Libero dostosowujący się do systemu: Jest to gracz, który potrafi doskonale realizować taktykę narzuconą przez trenera, osiągając maksymalne korzyści z zajmowanej pozycji.
* Libero indywidualista: Ufa bardziej własnej intuicji niż taktycznym założeniom sztabu szkoleniowego. Od takiego zawodnika trudno oczekiwać ścisłego przestrzegania instrukcji trenera; jeśli coś mu się „wydaje”, podejmuje działania na własną rękę.

Libero zazwyczaj bronią piłki w 5. strefie. Jednakże, gdy blok zasłania linię boczną lub atakujący nie może wykonać ataku po prostej, libero może zamienić się miejscami z zawodnikiem broniącym w 6. strefie. Aby taka zmiana nastąpiła, drużyna musi mieć dużą pewność, że to właśnie ten gracz otrzyma piłkę do ataku. Libero jest również najczęściej odpowiedzialny za obronę wszystkich miękko przebijanych piłek za blok, czyli tzw. kiwek i plasów.

Ponadto, jeśli przeciwnik zagrywa piłkę w bardzo łatwy sposób, np. z wysoką parabolą (tzw. free ball), libero ma za zadanie idealnie dostarczyć ją do rozgrywającego, stając się w takiej sytuacji odpowiedzialnym za całe boisko.

Libero bywa również odpowiedzialny za wystawianie piłek do skrzydłowych. Dzieje się tak w dwóch sytuacjach: po negatywnym przyjęciu lub obronie zbyt daleko od siatki, uniemożliwiającej rozgrywającemu dobiegnięcie do piłki, lub gdy sam rozgrywający broni piłkę. Libero musi wówczas wystawić piłkę, pamiętając, że w strefie ataku nie może używać sposobu górnego. Często, by zmylić przeciwnika lub skrócić czas reakcji, libero próbuje wystawiać szybsze piłki, odbijając je sposobem górnym (palcami) jeszcze w strefie obrony. Jednak statystyki pokazują, że takie zagrania są mniej korzystne niż spokojna wystawa z wysoką parabolą, gdyż piłki wystawiane z wyskoku przez libero są często mniej dokładne, co ogranicza możliwości ataku i wymusza miękkie rozwiązania, takie jak kiwki czy plasy.

Chociaż libero nie jest zbytnio zaangażowany w ofensywę zespołu, analiza najlepszych graczy na tej pozycji prowadzi do wniosku, że ich wkład w grę drużyny jest ogromny i trudny do zmierzenia. Libero często są energicznymi zawodnikami, którzy pobudzają i motywują zespół, co jest szczególnie ważne w trudnych momentach meczu, gdy drużyna traci punkty. Z obserwacji autora wynika, że libero pełni również funkcję najważniejszego łącznika między trenerem a drużyną podczas meczu.

**===NEXT SECTION===**

**KATEGORIA: ogolne  
KEYWORDS: przyjmujący, lewoskrzydłowy, przyjęcie, atak, pipe**

**Przyjmujący**

Na boisku grają dwaj przyjmujący, umiejscowieni po przekątnej. Obaj są nazywani lewoskrzydłowymi, ponieważ głównie atakują z lewego skrzydła siatki (w pięciu z sześciu ustawień). Przyjmujący mają dwa główne cele: wspólnie z libero tworzyć formację defensywną (przyjmowanie zagrywek) oraz atakować, aby zdobywać punkty dla drużyny. Dla rozróżnienia, przyjmującego grającego blisko rozgrywającego oznaczono jako P1, a tego grającego dalej jako P2.

Przyjmujący P1 znajduje się pod siatką (w strefie ataku) w ustawieniach 3 i 2. Wówczas przyjmuje zagrywki w 5. strefie i atakuje z lewego skrzydła. Pod siatką jest również w ustawieniu pierwszym, gdzie przyjmuje i atakuje po prawej stronie boiska jako zawodnik prawoskrzydłowy; jest to jedyne ustawienie, w którym inny gracz niż atakujący pełni rolę ofensywną w tej strefie. Kiedy P1 jest w strefie obrony, raz przyjmuje na prawym skrzydle, a następnie dwukrotnie na środku boiska. W tych trzech ustawieniach P1 wykonuje również atak typu "pipe", czyli atak z szóstej strefy zza linii trzeciego metra.

Analiza rozkładu ataków przyjmujących po dobrym przyjęciu piłki (na podstawie trzech najlepszych zespołów PlusLigi sezonu 2019/2020) wykazała, że P1, będąc w linii ataku na lewym skrzydle (ustawienia trzecie i drugie), atakuje aż 46% wszystkich swoich piłek. 31% jego ataków to "pipe" (ataki z 6. strefy, gdy jest w strefie obrony). W pierwszym ustawieniu, P1 atakuje z prawego skrzydła, odpowiadając za 22% wszystkich swoich ataków.

Przyjmujący P2, grający po przekątnej z P1, znajduje się w strefie ataku w ustawieniach 6, 5, 4. Jego pozycja jest prostsza, ponieważ w tych ustawieniach zawsze przyjmuje i atakuje na lewej stronie boiska. W pozostałych trzech ustawieniach przyjmuje raz na lewym skrzydle, raz na prawym i raz na środku linii przyjęcia. Będąc w strefie ataku, jest wyłącznie na lewym skrzydle, a w strefie obrony atakuje "pipe'a" z szóstej strefy. Stąd, na wykresie obejmującym jego ataki, 77% stanowią ataki ze strefy 4, a pozostałe 23% z strefy 6.

Analiza wykresów ujawnia różnicę w liczbie ataków wykonanych przez P1 i P2. Może się wydawać, że P1 jest częściej wykorzystywany, jednak należy uwzględnić, że zawodnik w linii ataku jest znacznie częściej angażowany niż ten w linii obrony. Ponadto, początkowe ustawienia drużyn mogą sprawić, że P1 miał po prostu więcej okazji do ataku.

**===NEXT SECTION===**

**KATEGORIA: ogólne  
KEYWORDS: środkowy, blok, atak ze środka, krótka, rotacja**

**Środkowy**

Ostatnią pozycją na boisku jest środkowy bloku. Podobnie jak przyjmujących, na boisku jest dwóch środkowych, ustawionych po przekątnej. Ich dwa podstawowe zadania to blokowanie i atakowanie na środku siatki. W tekście przyjmuje się, że środkowy znajdujący się blisko rozgrywającego to Ś1, a ten po przekątnej to Ś2.

Środkowy Ś1 zajmuje pozycję pod siatką (w strefie ataku) w ustawieniach 5, 4, 3, a następnie w ustawieniu 2 udaje się na zagrywkę. Po jej wykonaniu i przegraniu akcji przez jego drużynę, Ś1 zmienia się z libero. Kiedy Ś1 idzie zagrywać, Ś2 zmienia się z libero i wchodzi pod siatkę, znajdując się w strefie ataku w ustawieniach 2, 1 i 6. Po wygranej akcji w szóstym ustawieniu, Ś2 udaje się na zagrywkę w ustawieniu piątym. W tym momencie Ś1 ponownie zmienia się z libero i wchodzi do strefy ataku, zamykając tym samym cykl rotacji środkowych.

System ataku środkowych zakłada, że w zależności od ustawienia, wykonują oni różne nabiegi do ataku po przyjęciu:

* W ustawieniach 5 i 2 znajdują się w czwartej strefie.
* W ustawieniach 4 i 1 stoją na środku szerokości boiska, w okolicach linii 3 metra.
* W ustawieniach 3 i 6 znajdują się w drugiej strefie i wykonują nabieg zza pleców rozgrywającego.

Większość zawodników uzależnia rodzaj ataku od typu nabiegu. W ustawieniach, gdzie środkowi są w 4. strefie, drużyny często wykorzystują ataki z większym dystansem między rozgrywającym a środkowym; środkowy wykonuje wtedy mniej ruchów, ale rozgrywający musi być bardzo precyzyjny. Gdy środkowi stoją na środku siatki podczas zagrywki, zazwyczaj atakują blisko rozgrywającego, wymagając jedynie prostopadłego nabiegu do siatki. W tych ustawieniach panuje największa swoboda w wyborze rodzaju ataku, ponieważ pozycja startowa środkowego jest najbardziej neutralna.

W ustawieniach 3 i 6, gdy środkowi znajdują się za plecami rozgrywającego, również wykorzystuje się ataki bliżej rozgrywającego. W tych ustawieniach znacznie częściej występuje tzw. krótka z tyłu. Problemem dla rozgrywającego jest wówczas brak widoczności środkowego wbiegającego zza pleców po przyjęciu piłki.

Z tego powodu trening zespołowy jest niezwykle istotny. W opisanej sytuacji kluczową rolę odgrywa zgranie rozgrywającego ze środkowymi. Po wielu godzinach wspólnych ćwiczeń, rozgrywający intuicyjnie wie, gdzie znajduje się jego kolega i czy może do niego podać, nawet bez kontaktu wzrokowego z sylwetką środkowego.

Specyfika ataków środkowych zależy od kilku czynników, z których najważniejsze jest tempo ataku. Szybkość i niewielki dystans między rozgrywającym a środkowym stwarzają trudne warunki dla blokujących przeciwników, którzy nie mają czasu na przemyślaną reakcję i muszą działać instynktownie. Taki typ ataku rozprasza blok rywali, co często skutkuje pojedynczym lub nieszczelnym blokiem dla atakujących na skrzydłach.

Blokowanie to drugie, a dla niektórych najważniejsze, zadanie środkowych. W porozumieniu z trenerem to właśnie oni są odpowiedzialni za większość ruchów taktycznych bloku. Wielu trenerów zezwala środkowym na tzw. „skakanie w ciemno” lub „w opcji”, czyli wyskakiwanie do bloku zanim jeszcze jest pewne, w którą stronę rozgrywający pośle piłkę. Jest to rodzaj "gry w ruletkę", ponieważ środkowi muszą podejmować decyzje, nie znając ostatecznego kierunku rozegrania piłki.

**===NEXT SECTION===**

**KATEGORIA: ustawienia  
KEYWORDS: ustawienia, rotacja, analiza gry, P1, pozycje zawodników**

**Ustawienia**

Oficjalne przepisy gry w siatkówkę nie definiują ustawień w przedstawionym poniżej sensie. Podział na sześć ustawień został wprowadzony w celu analizy gry. Numer ustawienia odpowiada strefie, w której znajduje się rozgrywający: jeśli wykonuje zagrywkę, drużyna jest w ustawieniu pierwszym; jeśli jest w szóstej strefie, drużyna jest w ustawieniu szóstym.

Podział gry na ustawienia umożliwia rozróżnianie sytuacji, analizowanie przeciwników i wspieranie graczy w wygrywaniu akcji. Jest szczególnie przydatny do analizy rozgrywającego, ponieważ każdy z nich ma swoje preferencje co do współpracy z konkretnymi zawodnikami w określonych ustawieniach. Ustawienia te pomagają w zbieraniu i przekazywaniu informacji, np. zawodnikom łatwiej jest zapamiętać, że w ustawieniu pierwszym głównym atakującym jest gracz X, niż bardziej złożone zależności.

Każde ustawienie charakteryzuje się unikalną kombinacją graczy w strefie ataku i obrony. Poniżej zostaną przedstawione poszczególne ustawienia, z podziałem na fazę przyjęcia i fazę zagrywki, ze względu na potencjalne różnice w sposobach ataku. W środowisku siatkarskim dla uproszczenia stosuje się skróty, np. R1 (rozgrywający w 1. strefie) lub P1 (od włoskiego „palleggiatore” – rozgrywający).

Przepisy gry w siatkówkę precyzują „zależności między pozycjami zawodników”:

* Każdy zawodnik linii obrony musi znajdować się dalej od linii środkowej niż odpowiadający mu zawodnik linii ataku.
* Zawodnicy linii ataku i obrony muszą zajmować odpowiednie pozycje zgodnie z ustalonym porządkiem.

Należy podkreślić, że ustawienie graczy jest określane na podstawie kontaktu stóp z podłożem. Przepisy nie precyzują odległości między zawodnikami, wskazując jedynie, że „tylko część stopy zawodnika linii ataku powinna znajdować się bliżej linii środkowej niż stopy odpowiadającego mu zawodnika linii obrony”.

**===NEXT SECTION===**

**KATEGORIA: ustawienia  
KEYWORDS: ustawienie pierwsze, P1, faza zagrywki, faza przyjęcia, rotacja**

**Ustawienie pierwsze (P1)**

* Faza zagrywki: Pod siatką, od 2. strefy, znajdują się kolejno: przyjmujący P1, środkowy Ś2 oraz atakujący (A). Podczas zagrywki rozgrywającego (R), atakujący i przyjmujący zamieniają się pozycjami tak, że atakujący staje się prawoskrzydłowym, a przyjmujący lewoskrzydłowym. W strefie obrony libero (L) przechodzi z 6. do 5. strefy, zamieniając się z przyjmującym P2. Dzięki temu manewrowi, wszyscy gracze drużyny zagrywającej, w momencie przyjęcia zagrywki przez przeciwnika, są już na swoich wyznaczonych pozycjach i mogą swobodnie realizować swoje zadania.
* Faza przyjęcia: Pierwsze ustawienie jest bardzo specyficzne, gdyż jest to jedyne, w którym atakujący w fazie przyjęcia jest graczem lewoskrzydłowym. Pozycje graczy przed zagrywką są takie same jak w fazie zagrywki, ale po przyjęciu występują różnice: atakujący i przyjmujący pod siatką nie zamieniają się pozycjami, lecz każdy wykonuje nabieg do ataku w strefie, w której stał przed zagrywką przeciwnika.  
  Istnieje również możliwość, że atakujący i przyjmujący spróbują zamienić się strefami. Wówczas, w momencie zagrywki, atakujący musi przebiec 9 metrów wzdłuż siatki, a następnie wykonać kilkumetrowy nabieg do ataku. Przy zagrywce typu float ma na to nieco ponad dwie sekundy, a przy zagrywce z wyskoku czas ten jest jeszcze krótszy.  
  Jeżeli w ustawieniu pierwszym drużyna zdobędzie punkt po przyjęciu zagrywki, przechodzi do kolejnego, szóstego ustawienia.

**===NEXT SECTION===**

**KATEGORIA: ustawienia  
KEYWORDS: ustawienie szóste, P6, faza zagrywki, faza przyjęcia, pipe**

**Ustawienie szóste (P6)**

* Faza zagrywki: W szóstym ustawieniu zagrywa przyjmujący P1. Po zagrywce wbiega on do 6. strefy, a rozgrywający przemieszcza się do 1. strefy. Pod siatką następuje zamiana: atakujący przechodzi z 3. strefy do 2., gdzie jest środkowy Ś2. Libero w polu obrony znajduje się w 5. strefie.
* Faza przyjęcia: Pod siatką znajdują się atakujący w 3. strefie, przyjmujący P2 oraz środkowy Ś1. W linii obrony stoją rozgrywający, przyjmujący P1 i libero. W momencie zagrywki, rozgrywający wbiega z 6. strefy pod siatkę. Atakujący oddala się od siatki, aby wykonać odpowiedni nabieg do ataku w strefie 2. Środkowy Ś2 biegnie do ataku z drugiej strefy w kierunku środka boiska. Po przyjęciu zagrywki, przyjmujący P2 zmierza do ataku z lewej strony boiska (strefa 4), a przyjmujący P1 wykonuje nabieg do ataku z drugiej linii (tzw. pipe) w szóstej strefie. W tym czasie libero przemieszcza się, aby asekurować atakującego na wypadek powrotu piłki po bloku. Po zdobyciu punktu drużyna przechodzi do piątego ustawienia.

**===NEXT SECTION===**

**KATEGORIA: ustawienia  
KEYWORDS: ustawienie piąte, P5, zmiana z libero, pipe, faza przyjęcia**

**Ustawienie piąte (P5)**

* Faza zagrywki: Wchodząc w piąte ustawienie, libero (wcześniej w 5. strefie) schodzi z boiska, a na jego miejsce do 4. strefy wchodzi środkowy Ś1. Przed zagrywką rozgrywający przechodzi do 1. strefy, a środkowy Ś2, po wykonaniu zagrywki, wchodzi do 5. strefy. Pod siatką środkowy Ś1 zamienia się pozycjami z przyjmującym P2. Jest to jedno z dwóch ustawień, w których obaj środkowi jednocześnie znajdują się na boisku.
* Faza przyjęcia: Po przegraniu akcji po zagrywce, środkowy Ś2 schodzi z boiska, zmieniając się z libero. Jest to kluczowa różnica w stosunku do fazy zagrywki. W linii obrony, oprócz libero, znajdują się rozgrywający oraz przyjmujący P1. Pod siatką stoją atakujący, środkowy Ś1 i przyjmujący P2. Atakujący jest gotowy do ataku w 2. strefie. Środkowy Ś1 zbiega z 4. strefy, aby atakować na środku siatki. Po przyjęciu zagrywki, przyjmujący P2 biegnie do 4. strefy, aby tam atakować, a przyjmujący P1 kieruje się do 6. strefy, skąd będzie atakował "pipe'a". Libero, jak zawsze, przemieszcza się do asekuracji ataku, a w przypadku kontrataku przeciwnika, ustawia się do obrony w 5. strefie. Po wygranej akcji w tej fazie, drużyna przechodzi do ustawienia czwartego.

**===NEXT SECTION===**

**KATEGORIA: ustawienia  
KEYWORDS: ustawienie czwarte, P4, rozgrywający pod siatką, atak z drugiej linii, rotacja**

**Ustawienie czwarte (P4)**

* Faza zagrywki: W czwartym ustawieniu rozgrywający wchodzi pod siatkę. W polu zagrywki znajduje się atakujący, który po jej wykonaniu ustawia się w 1. strefie. Libero i przyjmujący P1 zamieniają się miejscami. Pod siatką rozgrywający przechodzi z 4. strefy do 2., a z niej przyjmujący P2 udaje się na jego lewe skrzydło.
* Faza przyjęcia: W linii ataku znajdują się dwaj gracze ofensywni: środkowy Ś1 (wbiegający z 3. strefy), przyjmujący P2 (przyjmujący piłkę na lewej stronie boiska i gotowy do ataku z lewego skrzydła) oraz rozgrywający (wbiegający z 4. strefy w momencie zagrywki). W linii obrony przyjmujący P1 może atakować "pipe'a", a atakujący jest prawoskrzydłowym. Obaj muszą jednak pamiętać, że atak musi być wykonany zza linii 3 metra. Po wygraniu akcji drużyna przechodzi do ustawienia trzeciego.

**===NEXT SECTION===**

**KATEGORIA: ustawienia  
KEYWORDS: ustawienie trzecie, P3, rozgrywający na środku, linia przyjęcia, pipe**

**Ustawienie trzecie (P3)**

* Faza zagrywki: Tym razem pod siatkę wchodzi przyjmujący P1 i zajmuje pozycję na lewym skrzydle. Z linii ataku do linii obrony przechodzi przyjmujący P2 i to on wykonuje zagrywkę. W linii obrony stoją również atakujący i libero. Pod siatką znajdują się rozgrywający i środkowy Ś1, którzy w momencie zagrywki zamieniają się pozycjami tak, aby rozgrywający blokował w 2. strefie, a środkowy był na środku siatki.
* Faza przyjęcia: Rozgrywający znajduje się już na środku siatki i nie musi się przemieszczać. Z drugiej strefy do ataku biegnie środkowy Ś1. Na prawym skrzydle w drugiej linii znajduje się atakujący, który biegnie z 6. strefy. Linia przyjmujących składa się z P1 przyjmującego na lewym skrzydle (a następnie atakującego z 4. strefy), libero przyjmującego na środku oraz P2 na prawej stronie, skąd może wbiec do 6. strefy, atakując "pipe'a". Po wygranej akcji drużyna przechodzi do ostatniego ustawienia – drugiego.

**===NEXT SECTION===**

**KATEGORIA: ustawienia  
KEYWORDS: ustawienie drugie, P2, najdłuższa droga atakującego, cykl rotacji, faza przyjęcia**

**Ustawienie drugie (P2)**

* Faza zagrywki: Przed akcją libero (będący w 5. strefie) schodzi z boiska, a na jego miejsce do 4. strefy wchodzi środkowy Ś2. Zagrywkę wykonuje środkowy Ś1, a po jej wykonaniu wchodzi do 5. strefy. Pod siatką, w 2. strefie stoi rozgrywający, a przyjmujący P1 na środku siatki; P1 i Ś2 zamieniają się pozycjami. W linii obrony atakujący przechodzi z 5. do 1. strefy.
* Faza przyjęcia: W linii przyjęcia na lewej stronie boiska stoi przyjmujący P1, na środku P2, a po prawej stronie libero. Po przyjęciu P1 przechodzi do ataku z 4. strefy. Środkowy Ś2 wbiega z 4. strefy do ataku na środku siatki. Atakujący z lewego narożnika boiska biegnie do ataku z prawego skrzydła, zza linii 3 metra. W tym ustawieniu atakujący ma najdłuższą drogę do pokonania, dlatego jeśli często się spóźnia, jest ostatnią opcją ataku dla rozgrywającego. Po wygranej akcji drużyna wraca do ustawienia pierwszego, zamykając cykl rotacji.

**===NEXT SECTION===**

**KATEGORIA: ustawienia  
KEYWORDS: kombinacje ustawień, analiza taktyczna, zależności w grze, taktyka, strategia**

**Kombinacje ustawień**

W poprzednim rozdziale omówiono ogólnie ustawienia i ich zastosowanie. Ten rozdział zgłębia temat kombinacji ustawień, które można stworzyć z sześciu podstawowych konfiguracji. Kombinacje te dotyczą sytuacji, gdy:

* Konkretny gracz występuje na danej pozycji w określonej strefie.
* Gracze na danej pozycji wbiegają do wykonywania swoich działań z konkretnego kierunku.

Kombinacje ustawień służą ułatwieniu analizy. Łącząc kilka ustawień w jedną kombinację, można łatwo zweryfikować zależności w grze drużyny przeciwnej. Spostrzeżenia z analizy kombinacji pozwalają w prosty sposób przekazać graczom taktykę.

**===NEXT SECTION===**

**KATEGORIA: ustawienia  
KEYWORDS: rozgrywający pod siatką, P4-P3-P2, atak z drugiej linii, taktyka bloku, analiza**

**Rozgrywający pod siatką (P4-P3-P2)**

Ta kombinacja obejmuje ustawienia czwarte, trzecie i drugie, charakteryzujące się tym, że rozgrywający znajduje się w strefie ataku. Ponieważ atakujący gra po przekątnej z rozgrywającym, w tych ustawieniach może on wykonywać ataki zza linii 3 metra. Analiza tej kombinacji często wskazuje na mniejsze wykorzystanie atakującego niż przyjmującego grającego na lewym skrzydle. W tych ustawieniach na lewym skrzydle raz gra przyjmujący P2 i dwa razy przyjmujący P1.  
Analiza trzech ustawień ujawniła zależność, że gdy rozgrywający znajdował się pod siatką, nie wykorzystywał atakującego z drugiej linii do ataku po przyjęciu. Taktyka zakładała zatem przesunięcie bloku w taki sposób, aby skupiał się bardziej na atakach przeciwnika ze stref trzeciej i czwartej.

**===NEXT SECTION===**

**KATEGORIA: ustawienia  
KEYWORDS: atakujący pod siatką, P6-P5, prawe skrzydło, rozgrywający w obronie, dystrybucja ataku**

**Atakujący pod siatką (P6-P5)**

Kombinacja szóstego i piątego ustawienia stanowi dopełnienie poprzednich. Charakteryzuje się tym, że atakujący znajduje się w strefie ataku na prawym skrzydle siatki, natomiast rozgrywający jest w linii obrony. Na tej pozycji, czyli w ataku z drugiej strefy, większość atakujących zdobywa najwięcej punktów dla swojej drużyny. Wspólną cechą tych dwóch ustawień jest również to, że na lewym skrzydle gra przyjmujący P2, a środkowi dzielą się po jednym ustawieniu.  
Można zastanawiać się, dlaczego pierwsze ustawienie nie zostało uwzględnione. Chociaż atakujący również znajduje się w nim w linii ataku, jest wtedy graczem lewoskrzydłowym. Gra na lewym skrzydle nie jest jego typową rolą i często jest pomijany w ataku w tej sytuacji. Jest to na tyle specyficzne ustawienie, że w dalszych analizach zostanie ono wyłączone z kombinacji.  
Inną wspólną zasadą dla tych dwóch ustawień jest to, że rozgrywający wbiega z lewej części boiska. Chociaż nie jest to częste, zdarzają się rozgrywający, dla których taki sposób przemieszczania się stanowi problem, co skłania ich do częstszego wykorzystywania lub unikania określonych stref.

**===NEXT SECTION===**

**KATEGORIA: ustawienia  
KEYWORDS: nominalne pozycje, rozkład ataku, specyfika gry, analiza drużyny, kombinacja pięciu ustawień**

**Bez pierwszego ustawienia (P6-P5-P4-P3-P2)**

Jak już wspomniano, pierwsze ustawienie jest specyficzne, ponieważ zawodnicy skrzydłowi grają na nietypowych dla siebie pozycjach. Ta kombinacja pięciu ustawień odzwierciedla nominalne pozycje dla wszystkich graczy, gdzie atakujący zawsze znajduje się na prawym skrzydle, a przyjmujący na lewym. Dzięki temu ta kombinacja lepiej oddaje specyfikę i rozkład ataku drużyny niż wszystkie sześć ustawień razem.

**===NEXT SECTION===**

**KATEGORIA: ustawienia  
KEYWORDS: przyjmujący P2, lewe skrzydło, P6-P5-P4, atak z czwartej strefy, analiza**

**Przyjmujący P2 pod siatką (P6-P5-P4)**

W tej kombinacji ustawień charakterystyczną cechą jest to, że przyjmujący P2 przyjmuje zagrywki na lewym skrzydle, a następnie atakuje ze strefy czwartej, pełniąc funkcję lewoskrzydłowego atakującego. Z kolei przyjmujący P1 wykonuje swój atak z szóstej strefy.

**===NEXT SECTION===**

**KATEGORIA: ustawienia  
KEYWORDS: przyjmujący P1, P3-P2, analiza ofensywy, dystrybucja rozgrywającego, porównanie graczy**

**Przyjmujący P1 pod siatką (P3-P2)**

Ta kombinacja jest naturalną kontynuacją poprzedniej i obejmuje ustawienia trzecie oraz drugie. Odwrotnie niż wcześniej, w tych ustawieniach pod siatką znajduje się przyjmujący P1, a w drugiej linii przyjmujący P2. Podobnie jak w poprzednich analizach, pierwsze ustawienie jest pomijane, ponieważ w nim przyjmujący P1 jest prawoskrzydłowym. Porównanie tych kombinacji, gdy P1 i P2 są pod siatką, stanowi idealne źródło informacji o tym, czy któryś z tych graczy jest ofensywnie ważniejszy dla drużyny, co staje się jasne przy analizie procentowej dystrybucji rozgrywającego w obu przypadkach.

**===NEXT SECTION===**

**KATEGORIA: ustawienia  
KEYWORDS: środkowy Ś1, P2-P1-P6, rola ofensywna, rola defensywna, analiza środkowych**

**Środkowy Ś1 pod siatką (P2-P1-P6)**

Istnieją dwie kombinacje rozróżniające, który ze środkowych znajduje się pod siatką. W drugim, pierwszym i szóstym ustawieniu, w linii ataku znajduje się środkowy Ś1. Wykorzystanie środkowych jest interesujące, ponieważ często drużyny są tak konstruowane, że jeden środkowy jest graczem ofensywnym, mającym zdobywać punkty w ataku, a drugi defensywnym, koncentrującym się na bloku i niewymagającym wysokiej efektywności w ataku. W takiej sytuacji kombinacja ustawień pozwala zidentyfikować, który środkowy jest bardziej ofensywny i może stanowić większe zagrożenie atakiem.

**===NEXT SECTION===**

**KATEGORIA: ustawienia  
KEYWORDS: środkowy Ś2, P5-P4-P3, analiza drużyny, kombinacje, charakterystyka gry**

**Środkowy Ś2 pod siatką (P5-P4-P3)**

Te trzy ustawienia stanowią dopełnienie poprzedniej kombinacji. Charakteryzują się tym, że środkowy Ś2 znajduje się pod siatką. W połączeniu z poprzednią analizą, pozwala to na kompleksowe zrozumienie charakterystyki drużyny.

**===NEXT SECTION===**

**KATEGORIA: ustawienia  
KEYWORDS: nabieg środkowych, P3-P6, zgranie z rozgrywającym, atak ze środka, taktyka**

**Nabieg środkowych (P3-P6)**

Istnieją dwa specyficzne ustawienia dla środkowych, w których zawodnicy na tej pozycji, w momencie zagrywki przeciwnika, stoją w drugiej strefie i rozpoczynają nabieg do ataku z prawej strony, z okolic linii trzeciego metra.  
Jednocześnie rozgrywający znajduje się w okolicach środka szerokości siatki. Kiedy musi obserwować piłkę, a zagrywka skierowana jest do strefy piątej lub szóstej, nie widzi środkowego ani jego ruchów. W tych dwóch ustawieniach, jak już wspomniano w rozdziale o środkowych, kluczowe jest zgranie rozgrywającego i środkowego. Po wielu powtórzeniach na treningach, rozgrywający intuicyjnie wie, jak zachowa się kolega, nawet bez kontaktu wzrokowego.  
Te dwa ustawienia są szczególnie interesujące, ponieważ większość rozgrywających gra w nich znacznie częściej środkiem siatki niż w innych konfiguracjach.

**===NEXT SECTION===**

**KATEGORIA: ustawienia  
KEYWORDS: ustawienie początkowe, taktyka meczowa, protokół meczowy, strategia, trener**

**Ustawienia początkowe**

W kontekście ustawień, nie można pominąć ustawienia początkowego, które jest ważnym elementem taktyki obu drużyn. Ustawienie początkowe określa porządek rotacji zawodników na boisku i musi pozostać niezmienione przez cały set. Nawet zmiennik wchodzi na miejsce konkretnego zawodnika i musi zachować ten sam porządek.

Trener zespołu ustala ustawienie początkowe przed każdym setem, zapisując je na kartce lub tablecie i przekazując sędziemu. Następnie jest ono wpisywane do protokołu meczowego, a drugi sędzia weryfikuje zgodność ustawienia graczy na boisku z deklaracją trenera.

Swoboda w wyborze ustawienia początkowego wynika przede wszystkim z tego, że trener, dysponując więcej niż sześcioma zawodnikami, może zdecydować, kto rozpocznie seta na boisku, a kto znajdzie się na ławce rezerwowych. Wybór ten stanowi niewiadomą dla przeciwnika, szczególnie w kwestii strefy, w której rozpocznie rozgrywający. Analizując ostatnie mecze rywala i znając jego początkowe ustawienie, można z dużym prawdopodobieństwem przewidzieć dystrybucję ataku i zidentyfikować największe zagrożenia. Dzięki temu można strategicznie ustalić własne ustawienie początkowe, np. tak, aby często używany przyjmujący mierzył się z najgroźniejszym blokiem przeciwnika.

Znajomość ustawienia początkowego przeciwnika pozwala również na prognozowanie, kto i kiedy będzie zagrywał. Można to wykorzystać strategicznie, np. ustawiając własnych najlepszych przyjmujących w kierunku najmocniejszych zagrywek rywala lub, odwrotnie, swoich najlepszych zagrywających przeciwko słabszym przyjmującym.

Należy jednak pamiętać, że takie planowanie taktyczne jest praktykowane przez obie drużyny. Wyróżnia się dwa typy trenerów:

* Preferujący stałe ustawienia: Ci trenerzy zazwyczaj rozpoczynają w tym samym ustawieniu, kierując się efektywnością własnej drużyny i wybierając konfiguracje, w których częściej zdobywają punkty.
* Preferujący grę taktyczną: Ta grupa trenerów, mając wyrównaną efektywność w różnych ustawieniach lub preferując bardziej złożoną strategię, wykorzystuje opisaną wcześniej grę taktyczną.  
  Gdy spotykają się drużyny prowadzone przez trenerów z tej drugiej grupy, osiągnięcie zamierzonego celu jest trudne, ponieważ obaj starają się strategicznie przechytrzyć rywala .