

Základní pravidla dodgeballu pro děti



Dodgeball je hra, kterou si oblíbí prakticky každý, kdo si jej zkusí zahrát.

Stejně jako vybíjená rozvíjí fyzickou i mentální stránku hráče. Do fyzické oblasti bychom zařadili zejména silovou přípravu a kvalitní rozvoj motoriky, jako je hbitost, obratnost, rychlost, pružnost, vytrvalost a přesnost.

Do mentálního rozvoje bychom řadili smysl pro fair play, prohlubování taktického uvažování a reagování v rychlosti pod tlakem.

Hřiště

Hraje se na volejbalovém hřišti s rozměry 9x18 metrů. Čáry mají pět cm a dotyk čáry kteroukoliv částí těla nebo úboru znamená přešlap jak pro hráče, tak pro podavače. Na půlící čáře jsou vyznačeny značky pro míče, jedna uprostřed, a pak 1,5 m a 3 m od ní na obě strany.

3 metry na obě strany od půlící čáry je útočná čára. Mezi nimi je neutrální zóna, zbytek hřiště jsou 2 týmové zóny. Kolem kurtu musí být ze všech stran alespoň 1 m místa. Na jedné straně stojí hlavní rozhodčí, naproti němu asistent rozhodčího. Alespoň dva čároví rozhodčí stojí v protějších rozích hřiště a hlídají přešlapy a vybití. Hraje se s 5 míči určenými pro dodgeball.

Družstva

Družstvo tvoří dvanáct hráčů. Šest z nich hraje, dva mají rozlišovací dres jako podavači a čtyři jsou náhradníci. Každé družstvo má kapitána, který má na ruce pásku, a který může mezi sety hovořit s rozhodčím.

Zahájení hry neboli Úvodní rush

Kapitáni losují o výběr strany. Poté se týmy seřadí na základní čáře a na začátku každého setu nastává úvodní rush. Po povelch „Teams line up“ a „Teams ready“ vyběhají směrem k polovině pro své dva levé míče a pro společný míč prostřední, který se snaží získat na svou stranu. Hráči běžící pro své dva levé míče mohou jednou nohou překročit půlící čáru. Hráči běžící pro prostřední míč se nesmějí dotknout čáry ani se úmyslně dotknout soupeře. Ostatní hráči musejí vstoupit do hřiště před první dotykem míče kteréhokoliv hráče a musejí čekat ve své týmové zóně na náhrávku nebo na nabíjení jejich míčů. Poté se mohou pohybovat v celé své týmové a neutrální zóně. V případě **chybného startu** dostává tým, který se jej dopustil, upozornění a úvodní rush se opakuje. Při druhém chybném startu tohoto týmu je hráč běžící pro prostřední míč vyřazen, a tento tým tak může běžet pouze pro své dva levé míče. Se třetím a čtvrtým startem bude vždy vyřazen jeden další hráč a při pátém chybném startu dojde ke kontumaci setu.

Trvání hry a její hodnocení

Hraje se na dva poločasy, každý poločas se skládá ze tří setů, z nichž každý trvá až tři minuty. Pokud dojde k vybití všech hráčů, set končí. Za vyhraný set se připisují dva body, pokud je po uplynutí tří minut na obou stranách stejný počet hráčů, každý tým získá jeden bod. Vítězí tým, který má po šesti setech více bodů za vyhrané sety. Pokud zápas skončí remízou, v závislosti na povaze soutěže může dojít k nastavenému setu a případně náhlé smrti.

Průběh hry

Po úvodním rushi musejí týmy dostat získané míče do své týmové zóny tak, že je má pod kontrolou hráč, který v ní stojí oběma nohama. Tím se míče nabijí a může jimi být vybit protivník. Pokud hráč trefí více soupeřových hráčů a míč spadne na zem nebo se dotkne cokoliv jiného, vybití jsou všichni hráči, kterých se míč dotkl. Pokud hráč chytí soupeřem hozený míč, **tzv. catch**, pak soupeř, který míč hodil, vypadává, a pokud má tým, který míč chytil, vyřazeného hráče, ten se vrací do hry. **Hráči se vracejí v pořadí, ve kterém byli vybití.**

Pokud dojde ke catchi až poté, co e míč dotkl více hráčů, všichni hráči, kterých se míč dotkl, jsou vybiti a až následně se počítá catch.

Míče lze využít k **blokování**. Ruce od prstů po zápěstí, které se při bloku dotýkají míče, jsou považovány za míč. Pokud si ale hráč srazí míč do jiné části těla (včetně svého předloktí) a tento míč nechytí, pak je vyřazen. Pokud hráč při bloku ztratí kontrolu nad svým blokujícím míčem a ten mu spadne na zem, je vyřazen. Pokud hráč odblokuje míč, a ten chytí spoluhráč/soupeř, jde o catch.

V případě vyřazení hráč co nejdříve zvedá ruku nad hlavu a s takto zvednutou rukou odchází z hřiště přes bližší postranní čáru nebo přes základní čáru. **Hráč opouštějící hřiště nesmí úmyslně zasáhnout do hry a musí se snažit odejít tak, aby do ní nezasáhl vůbec.**

Tým, který má většinu míčů nebo je má na dosah, má povinnost do pěti vteřin útočit tak, aby mu zbylo 2 a méně míčů. Pokud takový útok nevykoná, rozhodčí vyhlásí „Play n balls“ v závislosti na počtu hráčů. Pokud je hráčů méně než míčů

tak, se n rovná počtu hráčů (5 míčů+3 hráči=play 3 balls), pokud je počet hráčů vyšší, pak se n rovná počtu míčů minus jedna (4 hráči+4 míče=play 3 balls). Účelem tohoto pravidla není hnát týmy co nejdříve do útoku, ale zabránit zdržování. Proto není nutné držet dokonale pět vteřin, ale zajišťovat tímto pravidlem, aby hra plynula. Všechny hody musejí být účelné, tedy hráči nesmějí házet jen, aby „odevzdali míč“ soupeři. Střídat se může jen mezi sety nebo v případě zranění během setu.

Podavači

Podavači musejí mít dres odlišný od hráčů ve hřišti. Běhají kolem své poloviny hřiště, nesmějí do něj vstoupit a mohou podávat pouze **míče, které jsou v zámezí jejich vlastní poloviny**. Nesmějí tedy sáhnout ani do hřiště, ani do zámezí soupeřových podavačů a nesmějí se takový nedostupný míč ani snažit ovlivnit jimi podávaným míčem. Podavači musejí vracet míče co nejrychleji. Pokud podavač vstoupí na polovinu soupeře nebo na jeho polovinu úmyslně přesune míč, soupeř si může vybrat, jakým způsobem rozdělit míče.

Tresty

Upozornění – V případě menších přestupků se rozhodčí může rozhodnout tým nejprve upozornit, že udělal chybu.

Modrá karta – Modrá karta neboli trestný set se uděluje při menších přestupcích, když varování není dostatečné nebo již proběhlo. V takovém případě hráč odstupuje ze setu a jeho tým hraje i následující set v počtu o jedna nižším.

Žlutá karta – Při opakovaných přestupcích nebo při těch závažnějších se uděluje žlutá karta. Hráč, který dostane žlutou kartu, je vyloučen na pět minut. Pokud zbývá do konce poločasu/zápasu méně než pět minut, zbytek trestu se přesouvá do druhého poločasu/následujícího zápasu stejného turnaje.

Červená karta – Při druhé žluté kartě nebo obzvláště hrubém porušení pravidel hráč dostane červenou kartu, je vyloučen ze zbytku zápasu a z dvou následujících soutěžních zápasů, a přenáší se do následujícího turnaje.