



---

FRANJO MAČUS:

**ODBOJKA**

---

---

---

---

---

---

**VOLLEY BALL**



**V LJUBLJANI 1931**

---

ZALOŽILA JUGOSLOVENSKA SOKOLSKA  
MATICA V LJUBLJANI

---

TISK UČITELJSKE TISKARNE V LJUBLJANI

Franjo Mačus:

# Odbojka

(Igra odbijanja lopte, Volley ball)

Službena svetska pravila,  
njihovo tumačenje i uputstva za igru



U Ljubljani 1931

---

Naklada Jugoslovenske Sokolske Matice u Ljubljani  
Tisak Učiteljske tiskarne u Ljubljani (prestavnik Francé Strukei)

Franjo Mačus:

# Odbojka

(Igra odbijanja žoge, Volley ball)

Uradna svetovna pravila,  
njih razlaga in navodila k igri



V Ljubljani 1931

---

Založila Jugoslovenska Sokolska Matica v Ljubljani  
Tisk Učiteljske tiskarne v Ljubljani (prestavnik Francé Strukei)

Ova pravila i uputstva za »Odbojku« važe za sve utakmice, koje se održavaju u društvima, župama i Savezu Sokola kraljevine Jugoslavije. Odobrena su od načelnikstva Saveza SKJ.

U Ljubljani, dne 1. maja 1931.

Načelnik:

Bajželj, s. r.

Ta pravila in navodila za »Odbojko« so veljavna za vse tekme, ki se vrsijo v društvih, župah in Savezu Sokola kraljevine Jugoslavije. Odobrena so po načelnikstvu Saveza SKJ.

V Ljubljani, dne 1. maja 1931.

Načelnik:

Bajželj, l. r.

Igra razvodi čoveka duševno i telesno. Nju je lako shvatiti i svakome je pristupačna grana telesnog uzgoja, te je zato ovaj način vežbanja raširen i obljubljen po celom svetu. Među sredstvima sokolskog uzgoja moraju igre zauzimati važan i značajan položaj. Posle ozbiljnog vežbanja na spravama, posle prostih i redovnih vežaba, igra je veselje i smeh.

Sokolska društva, koja iz svojih programa ispuštaju igre, zanemaruju važno uzgojno sredstvo i neka se ne čude, ako omladina odlazi drugamo.

U sledećem podajem sokolskim društvima opis i uputstva za igru odbojku. Držim, da je ova igra za sokolska društva prikladnija od svih drugih. Potreban je mali prostor; može igrati i veći broj igrača; obe strane su iza mreže; u igri nalazi zadovoljstvo i dostatan telesnog rada isto tako i početnik, kao i izvežbani vežbač, koji svoju spretnost može razviti do visokog stupnja. Igra je također i za telo od velike koristi.

U težnji, da upotpunim poznavanje grana sokolskog telesnog uzgoja, napisao sam ovu knjižicu, želeći joj mnogo prijaznih čitalaca i rasturača.

Maribor, dne 1. maja 1931.

Mačus Franjo.

Igra razvedri čoveka duševno in telesno. Ona je lahko razumljiva in vsakomur dostopna panoga telesne vzgoje, zato je ta način telovadbe razširjen in priljubljen po vsem svetu. Med sredstvi sokolske vzgoje morajo igre zavzeti važen in upoštevan položaj. Po resni orodni telovadbi, po prostih in redovnih vajah je igra veselje in smeh. Sokolska društva, ki izpuščajo iz svojih načrtov igre, zanemarljivo važno vzgojno sredstvo in naj se ne čudijo, če odhaja mladina drugam.

V nastopnem podajam sokolskim društvom opis in navodila za igro »Odbojko«. Smatram, da je ta igra za sokolska društva najprimernejša izmed važnejših iger. Potreben je majhen prostor; igra lahko tudi večje število igralcev; obe stranki sta za »mrežo«; v igri dobi zadovoljstvo in dovolj telesnega dela tako začetnik kakor tudi izvežban telovadec, ki lahko razvija svojo spretnost do visoke stopnje. Igra je tudi za telo precej izdatna.

V težnji, da spopolnim poznavanje panog sokolske telesne vzgoje, sem napisal to knjižico, ki ji želim prijaznih čitateljev in razširjevalcev.

Maribor, dne 1. maja 1931.

Mačus Franjo.

# Pravila

## I.

### Igralište

1. Površina igrališta je pravokotnik, koji ne sme biti duži od 27.5 m, ni širi od 13.75 m, a nikako manji od 18.30 m, odnosno 9.10 m.
2. Igralište treba da bude označeno s dobro vidljivim međašnjim crtama, 5 cm širokim, i svaka njihova tačka mora biti udaljena barem 1 m od zida ili drugog predmeta. Crte na kraćim stranama zovu se »granice«, a crte na dužim stranama »mede«.
3. Srednja crta, 5 cm široka, mora biti tačno ispod mreže. Stupovi, na kojima se pričvršćuju mreže, moraju biti udaljeni najmanje 1 m od međašnjih crta.

## II.

### Lopta

Kožnata lopta s gumenom dušom mora biti potpuno okrugla; njezin opseg ne sme iznašati manje od 63.5 cm, a niti više od 68.5 cm. Težina ne sme biti manja od 198 g i nikako veća od 283 g. Na igralištu neka bude lopta teža, a u vežbaonici lakša.

## III.

### Mreža

Mreža mora biti 1 m široka, a duga toliko da seže od mede do mede. Mora biti barem tako gusto pletena, da kroz nju ne može proći lopta; mora biti preko igrališta na sva svoja četiri ugla čvrsto napeta, raspolavljajući udaljenost među gra-

# Pravila

## I.

### Igrišće

1. Ploskev igrišća je pravokotnik, ki ne sme biti večji nego 27.5 m v dolžino in 13.75 m v širino ter ne manjši nego 18.30 m, oziroma 9.10 m.
2. Igrišče naj bo označeno z dobro vidnimi mejnimi črtami, 5 cm širokimi, vsaka njih točka mora biti vsaj 1 m oddaljena od stene ali drugega predmeta. Črte na krajsih straneh imenujemo »granice«, črte na daljših straneh pa »meje«.
3. Srednja črta, 5 cm široka, mora biti ravno pod mrežo. Stojala za pritrditev mreže morajo biti najmanj 1 m od mejnih črt.

## II.

### Žoga

Usnjena žoga z gumijevo dušo mora biti popolnoma okrogla; njen obod ne sme biti manjši kakor 63.5 cm in ne večji kakor 68.5 cm. Teža ne sme biti manjša od 198 g in nikakor višja od 283 g. Za igrišče naj bo žoga težja, za telovadnico pa lažja.

## III.

### Mreža

Mreža mora biti 1 m široka in tako dolga, da sega od meje do meje. Pletena mora biti vsaj tako gosto, da ne propušča žoge. Mreža mora biti trdno napeta na svojih štirih koncih preko ko igrišča, razpolavljajoč razdaljo med granicama, vzporedno

### Protesti

1. Odluke sudaca su pravovaljane u svim pitanjima.
2. Odluke sudaca, koje se tiču tumačenja pravila, mogu kritizirati samo vode vrsta.
3. Ako kakvo pitanje, koje je u vezi s tumačenjem pravila, nije bilo definitivno rešeno, nego je bilo izručeno nekom većem auktoritetu na rešenje, igra se nastavlja.

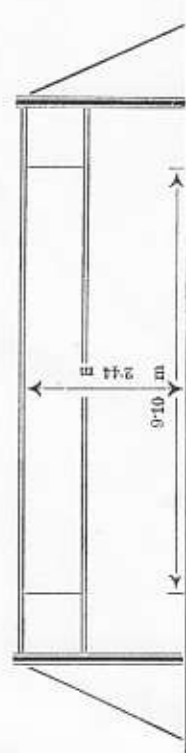
Sudac mora protest tačno zabeležiti.

## Tumačenje pravila

I. Načrt igrališta



II. Mreža



### Ugovori (Protesti)

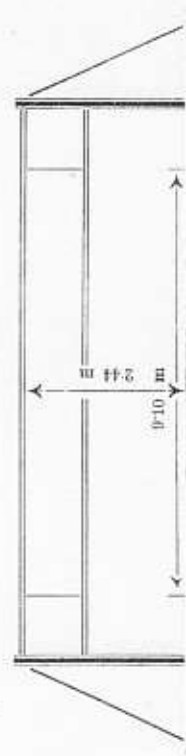
1. Odlučbe razsodnikov so končnoveljavne v vseh vprašanjih.
2. Odlučbe razsodnikov, tičoč se razlage pravil, smejo kritikovati samo vodniki vrst.
3. Ako kako vprašanje, ki je v zvezi z razlago pravil, ni bilo definitivno rešeno, temveč je bilo izročeno kaki višji avtoriteti v odločitev, se igra nadaljuje. Sodnik mora protest tačno zabeležiti.

## Pojasnila k pravilom

I. Načrt igrišča



II. Mreža



## Uređenje igrališta i lopta

### Prostor za igralište.

Pravila poznaju veća i manja igrališta. Kod nas se najobičnije igra na igralištu dugom 18-30 m i širokom 9-10 m. Teren igrališta mora biti potpuno ravan. Udubine i izbočine ne daju nozi onako tvrdu podlogu, kakva je potrebna igraču u brznoj igri za različite skokove i trčanje. Igralište, pokriveno niskom travom, dobro je kad je suho vreme, ali po kiši trava je klizava i opasno je. Visoka trava je za igralište neprikladna. Ni kamenja ne sme biti na igralištu, pogotovo ako su igrači bosí. Po mogućnosti treba da izaberemo takav teren, sa kojega posle kiše voda brzo otiče. Teško je naći teren koji je prikladan za igralište, a da ga uopće ne treba uređivati. Najzgodniji je kakav teren starog tenis-igrališta, koji ima već pripravljen temelj. Obično moramo teren sami urediti i zemlju poravnati. Sama zemlja je za temelj neprikladna, jer je posle kiše meka i teško se osuši. Ako prilike dopuštaju, preporuča se n. pr. ovakav način: temelj naspemo debelim kamenjem, starim građevnim materijalom ili sličnim, i to zbijemo da bude čvršće. Na taj sloj naspemo zatim 10 do 20 cm šljunka ili zdrobljenog građevnog materijala od zidova. Ovaj sloj treba namočiti i dobro stlačiti. Na takav temelj treba nasuti još nekoliko centimetara obične zemlje pomešane peskom ili pilotinom. Sve to moramo više puta namočiti i jako stlačiti, te potpuno ravno povaljati. Kad je toplo, treba igralište više puta poskropiti, da ne bude previše praha. Ovakvo uređenje igrališta zahteva dosta truda i novčanih sredstava, ali zato imamo dobar i uvek uporabiv teren.

### Međašnje crte.

Kod utakmice međašnje crte su važne i mnogo puta radi njih nastane nesporazum. Radi toga teren mora biti tačno i

## Ureditev igrišča in žoga

### Prostor za igrišče.

Pravila poznajo večja in manjša igrišča. Pri nas je največ v navadi prostor dolg 18-30 m in širok 9-10 m. Na igrišču morajo biti tla popolnoma ravna. Udrtine in vzbokline ne dajejo nogi one trdne podlage, ki jo potrebuje igralec pri hitri igri za različne skoke in teke. Igrišče, poraslo z nizko travo, je ob suhem vremenu dobro rabljivo, po dežju pa je trava opolzka, zato nevarna. Visoka trava je za igrišče neprimerna. Tudi kamenja ne sme biti na igrišču, zlasti če so igralci bosí. Prostor izberemo po možnosti tak, kjer voda po dežju hitro odteče. Teško je dobiti prostor, ki bi bil brz vsake preureditve takoj uporabljiv. Najprimernejši bi bil kak star prostor za tenis, ki ima podlago že pripravljeno. Navadno pa moramo prostor sami pripraviti in tla izravnati. Sama zemlja je za podlago neprimerna, ker je po vsakem dežju mehka in se težko suši. Če razmere dopuščajo, je na pr. priporočljiv tale način: Na podlago navozimo debelo kamenje, star stavbni material ali slično. To povaljamo, da ne leži prerahlo na podlagi. Na to plast nasujemo potem 10 do 20 cm grušča ali zdrobljenega stavbnega materiala od zidov. To plast namočimo in dobro stlačimo. Na tako podlago nasujemo še nekaj centimetrov navadne zemlje, pomešane s peskom ali žaganjem. Vse to moramo večkrat namočiti in krepko stlačiti ter popolnoma ravno zvaljati. V vročini poskropimo večkrat igrišče, da ni preveč prahu. Taka ureditev igrišča zahteva sicer precej truda in gmočnih sredstev, imamo pa zato dober in vedno uporabljiv prostor.

### Mejne črte.

Pri tekmah so mejne črte važne in mnogokrat nastane zaradi njih nesporazum. Zato mora biti prostor točno in vidno omejen.

### Lopta.

Lopta je po obliku jednaka rukometnim. Po pravilima ne sme biti teža od 283 grama, a niti lakša od 198 grama. Za igranje je najprikladnija težina iznad 250 grama. A i veći opseg je za igru prikladniji. Dobra lopta, pravilnog oblika i težine, u našim društvima je vrlo redak pojav. Za loptu se moramo brinuti, posle svake igre moramo je spremiti, ne ostavljati je vani — naročito ne na mokrome. Kožu moramo s vremena na vreme namazati vazelinom, jer tako koža ostaje meka i lopta mnogo duže vremena traje. Ako je ne mažemo vazelinom ili kojom drugom mašću, koža postaje tvrda, puca i lopta postane uskoro neupotrebljiva.

## Uputstva za igru

### O duhu igre.

Takoder i igra, koja ima oštiji značaj napadanja, kao n. pr. hazena, više puta nije zanimljiva. A kako je pak to s bojkom, ako dode u ruke ljudi koji se ne znaju u igri uživeti! Jasno je, da je u igru teško uvesti dobar stil i živahnost, ako igrači ne znaju igrati ili ne poznaju pravila. Zato je mnogo bolje, da vežbamo više puta pojedine delove igre i takmičimo se tek onda, kad smo postali već malo spretni. Za izvežbane igrače je bolji utakmičarski način vežbanja. E da se može doći puna izvežbanost, dobro je, ako s vremena na vreme igramo sa četiri igrača na svakoj strani. Četiri igrača imaju mnogo više posla i izvežbaju se loviti i braniti skoro nemoguće lopte. Naglašujem, s vremena na vreme, jer se inače odviknu i u službenim utakmicama sa šest igrača ne mogu se snaći. Bezuslovno moramo zahtevati, da se sve utakmice pa i neoficijelne odigraju u duhu pravila. Kod ovoga upozoravam na pravilno igranje, mrežu i osobito još na loptu. Obično su lopte preteške i zato onemogućuju brzu i finu igru: mora se odbijati većom snagom i takva lopta ne leti tako opasno po igralištu iz jednog kuta u drugi, kao lopta pravilne težine. Posledice takve lopte možemo lako opaziti na utakmicama. Momčad, koja je naučena

### Žoga.

Žoga je po obliki enaka rukometnim. Po pravilih ne sme biti teža kakor 283 gramov in ne lažja kakor 198 gramov. Za igranje je najprimernejša teža nad 250 gramov. Tudi večji obod je za igro primernejši. Dobra žoga pravilne oblike in teže je v naših društvih jako redek pojav. Za žogo moramo skrbeti, po vsaki igri jo moramo spraviti, ne je puščati zunaj — v mo-krofi še posebe ne! Usnje moramo od časa do časa namazati z vazelino, ker ostane usnje mehko in žoga mnogo dalje časa vzdrží. Če je ne mažemo z vazelino ali z drugo masijo, postane usnje trdo, poka in žoga je kmalu nerabna.

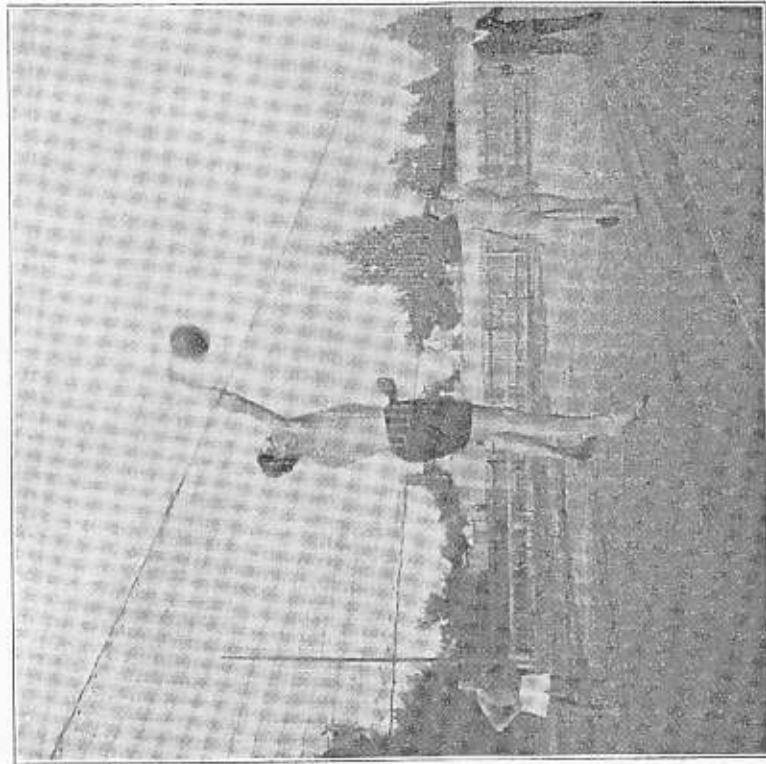
## Navodila k igri

### O duhu igre.

Tudi igra, ki je bolj ostrega napadalnega značaja kakor n. pr. hazena, trpi mnogokrat na nezanimivosti. Kaj šele volley-ball, če pride v roke ljudi, ki se v igro ne znajo uživeti! Jasno je, da je težko spraviti dober stil in živahnost v igro, če igralci ne obvladajo igranja ali pravil. Mnogo bolje je zato, da vadimo večkrat posamezne dele igre in tekmujejo šele takrat, ko imamo vsaj nekaj spretnosti. Za dosego skrajne izvežbanosti je dobro, če vadbe primernejši. Za dosego skrajne izvežbanosti je dobro, če igramo od časa do časa s po štirimi igralci na vsaki strani. Štirje igralci imajo mnogo več posla in se navadijo loviti in braniti skoro nemogoče žoge. Poudarjam: od časa do časa, ker se sicer razvadijo in se v oficijelnih tekmah s šestimi igralci ne morejo znajti. Brezpogojno moramo zahtevati, da so vse tekme, tudi neoficijalne, v duhu pravil. Zadevno opozarjam na pravilno igranje, mrežo in posebe še na žoge. Navadno so žoge preteške, zato onemogočajo hitro in fino igro; odbijanje se mora vršiti z večjo silo in taka žoga ne pleše tako nevarno po igrišču iz enega kuta v drugi, kakor pa žoga pravilne teže. Posledice take žoge lahko opažamo na tekmah. Moštvo, ki je vajeno



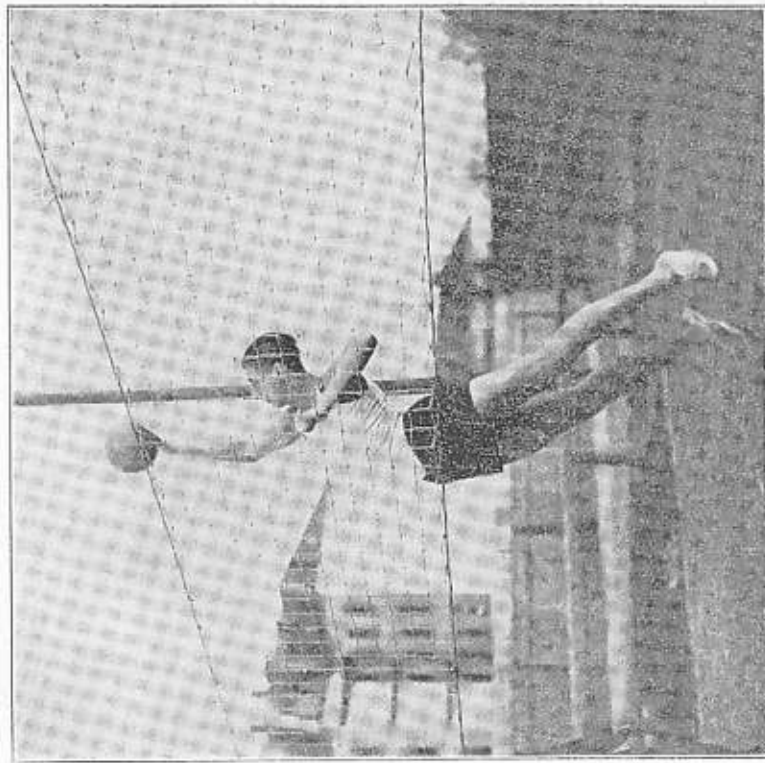
ciju. Kod donjeg dodavanja držimo loptu na dlanu leve ruke uz desni pojas. Desnom rukom zamahnemo više ili manje i zatim udarimo loptu u protivnikovo polje. Lopta mora ostati toliko dugo na dlanu leve ruke, dok je ne udarimo desnicom. Donje odbijanje je lako i dužim vežbanjem dolazimo do različitih na-



**Dobro odbijena lopta (Dobro zbita žoga)**

čina, koji omogućuju sve finese odbijanja, koje su za neprijatelje opasne. Kod gornjeg odbijanja moramo loptu baciti u zrak, i kad pada prema zemlji udariti je šakom ili dlanom desnice u protivnikovo polje. Ovakvo serviranje zahteva dosta izvežbanosti.

roke ob desnom pasu. Z desno roko zaračimo već ali manj in nato udarimo žogo v nasprotnikovo polje. Žoga mora ostati tako dolgo na dlani leve roke, dokler ni udarjena z desnico. Spodnje podajanje je lahko, z daljšo vadbo prihajamo do različnih načinov, ki omogočajo vse finese nasprotnikom nevar-



**Mekan, ali opasen udarac (Mehak, a nevaren strel)**

nega podajanja. Pri gornjem podajanju moramo žogo zagnati navzgor in jo, ko pada k tlom, udarimo s pesjo ali dlanjo desnice v nasprotnikovo polje. Ta servacija zahteva precejšnjo izvežbanost.