

Positioner

Inledning:

Positionssystem finns för att, i sexmannaspel, kunna anpassa spelet så att alla får göra det de är bäst på. Det finns olika typer av positionsspel - vi kommer lära oss 5-1 system. Det innebär en passare, fem övriga spelare på plan. Detta är ett mycket vanligt positionssystem, som tex. körs i elitserien!

De fem positionerna:

- **Passare** - vill **alltid** ha andra bollen och passa. Styr spelet! Göms i servmottag.
- **Högerspiker** - smashar från höger. Mycket block.
- **Vänsterspiker** - mycket smash från vänster & mottag. All-around-spelare.
- **Center** - smashar från mitten. Blockar alltid. Brukar bytas mot libero i baklinjen.
- **Libero** - mottagsspecialist. Alltid i baklinjen. Annan tröjfärg. Andrepassare på plan. Ingen serv.

En passare



En höger



Två vänstrar



Två centrar



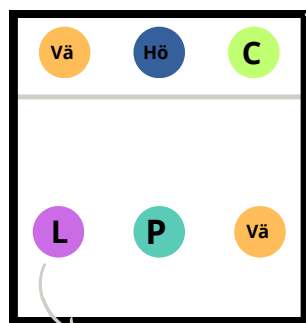
En libero



För att alla ska kunna göra det de är bäst på, behöver man hamna på rätt position - ska du anfalla från högern behöver du ju tex. "hamna" på högerkanten. Men, samtidigt finns regler för hur man ska stå i förhållande till de spelare som står närmast. Det är därför rotationer ser märkligt ut, och till synes utan struktur (vilket är fel - det finns en väldigt tydlig struktur). Står man fel när domaren blåser för serv, döms man för rotationsfel och motståndaren får poängen. Så det är viktigt att det blir rätt!

Den positionen man står i innan man ställer upp enligt rotation, kallas "base". Man ställer alltid upp i base innan en match börjar, så att sekretariatet kan skriva upp vem som står vad. Detta behövs för att hålla koll så att det är rätt servare, tex.

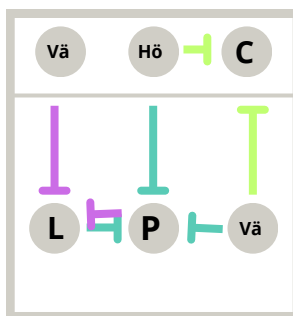
Base:



Här har libero bytt mot centern. Centern är fortfarande med i matchen, men är placerad på bänken. Libero hade likväl kunnat byta med passaren eller vänster bak, men att byta mot center är vanligast förekommande.

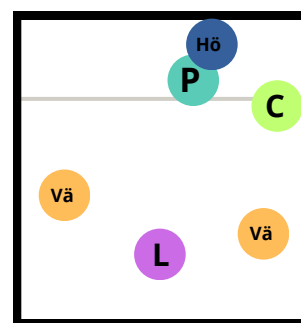
Denna linje är nätet. Den gråa linjen tvärs över plan är tremeterslinjen.

Regler:



- **Centern** måste stå framför **vänster** bak, och till höger om **högern**.
- **Passaren** måste stå mellan **vänster** bak och **liberon**, men bakom **högern**.
- **Liberon** måste stå till vänster om **passaren**, och bakom **vänster** fram.
- Osv. (dessa regler gäller för alla spelare, samtidigt, men att rita ut allt blir för rörigt). Man "styrs" av de spelare som står närmast.

Rotation:

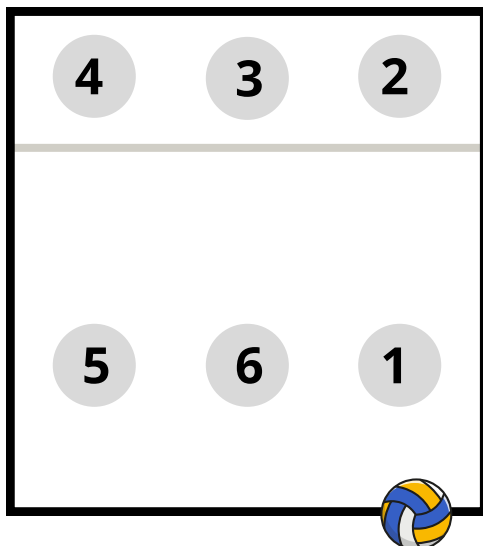


Jämför bilden ovan med "regler" bilden. Visst står **centern** fortfarande framför **vänster** bak, och till höger om **högern**? Visst står passaren fortfarande mellan **vänster** och **liberon**? Visst står **liberon** fortfarande till vänster om **passaren**, och bakom **vänster** fram?

Visst stämmer det! Det är det som gör att positionssystem är okej att använda.

Siffror:

Positionssystemet utgår alltid efter passaren, och det är hen som styr spelet och uppställningen. För att kunna prata om vem som står var, har volleybollplanens "platser" getts siffror. Position 1 är servpositionen, enligt nedan bild:



Detta innebär att om du blir tillsagd att ta mottag i position 5, så ska du ta mottag vänster bak. Positionerna på plan (siffrorna) har inget med vilken position (tex. libero/center) du är. Ska du till position 5, gå till den *platsen*.

Men hur är detta kopplat till positionerna (tex. libero/center)?

Jo, rotationerna utgår från passaren. Dvs. om passaren står i position 3, kallas rotationen P3 (som står för position 3). Utifrån vart passaren ställer sig, vet sedan alla andra var de ska stå.

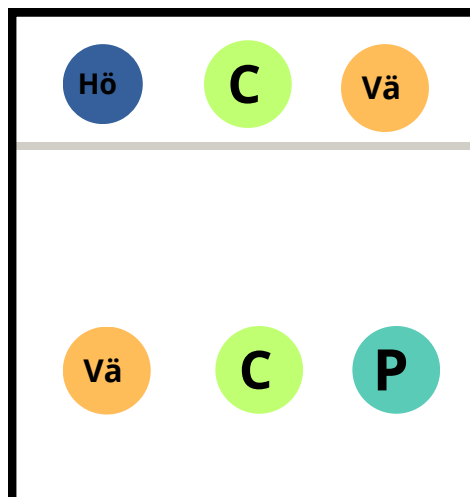
Hänger du med?

1. Coach säger: Ställ upp i P6. Du är passare. Vart ställer du dig?
2. Coach säger: "Ställ upp i P1". Du är högerspiker. Var ställer du dig? Tips: Högerspikern står alltid mitt emot passaren!
3. Coach säger: "Du måste blocka motståndarens position 4". Vilken position, på din sida, ställer du dig i då?
4. Coach säger: "Ställ upp i P3". Du är center, för tillfället i baslinjen. Var ska du stå?

Svar på sista sidan!

Så, om ni ska ställa upp i P1, kommer passaren att ställa sig på position 1, dvs. höger bak (servposition). Högerspikern vet då att hen alltid ska stå diagonalt med passaren, dvs. position 4. Den ena centern ställer sig "innan" passaren (pos. 6), på så sätt att hen hade servat innan passaren; den andra ställer sig mitt emot (pos. 3). Den ena vänstern ställer sig "efter" passaren (pos. 2), den andra ställer sig mitt emot (pos. 5).

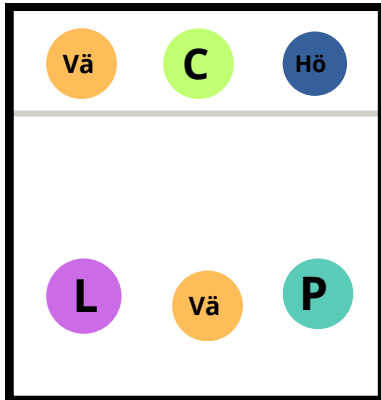
Utifrån var passaren står har vi alltså nu "byggt upp" vår base. Det innebär att alla står i rätt ordning, kommer serva i rätt följd och möjliggöra positionsspel. Center kan bytas mot libero i baklinjen.



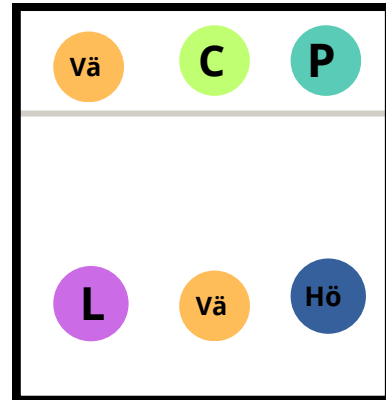
Uppställning

Som sagt är positionssystemet gjort för att alla ska kunna göra det de är bäst på. För att kunna detta krävs att man hamnar på rätt plats. I spel (dvs. när bollen är igång) finns det två sätt laget "vill hamna på". Det ena inträffar när passaren är i framlinjen (dvs. P2, P3, P4) och det andra när passaren är i baklinjen (dvs. P5, P6, P1).

Passaren i baklinjen:



Passaren i framlinjen:



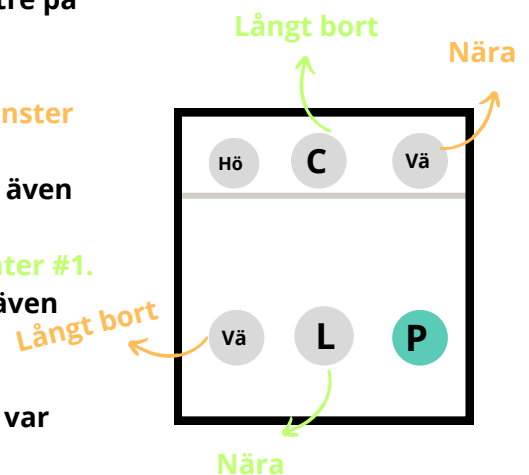
- **Vänstern** vill alltid ta mottag mitten bak och anfalla vänster fram.
- **Centern** vill anfalla mitten fram.
- **Liberon** vill alltid ta mottag vänster bak.
- **Passaren** passar oavsett om hen är i framlinjen eller baklinjen. När **passaren** är **fram** får hen hoppa och "dumpa" över bollen (lura motståndarna). Passaren har annars både **vänstern** och **centern** att passa till (utöver backspike). När **passaren** är i **bakplan** får hen inte hoppa och peta bollen över nät. Dock finns ju **högern** nu fram, vilket ger ytterligare en anfallsväg. Dvs. när **passaren** är bak kan både **vänster**, **center** och **höger** passas (utöver backspike). Tre anfallsvägar är bättre än två, och därför "gillar man" att ha passaren i bakplan.
- **Högern** vill slå höger fram, eller ta mottag höger bak.

Hur gör man med dubletterna?

Det finns ju två centrar och två vänstrar. För att skilja dessa åt kan flera olika namn användas. Enklast är "nära" och "långt bort" (låter bättre på engelska "close" or "far").

- **Vänster nära** är den som står *närmast* passaren. Kallas även **Vänster #1**.
- **Vänster långt bort** är den som står *längst ifrån* passaren. Kallas även **Vänster #2**.
- **Center nära** är den som står *närmast* passaren. Kallas även **Center #1**.
- **Center långt bort** är den som står *längst ifrån* passaren. Kallas även **Center #2**.

Rotationerna för dessa skiljer sig åt, och har lite olika fördelar - så var uppmärksam!



Rotationerna

En rotation kan beskrivas med tre bilder. Första bilden i "base", dvs. var står man egentligen någonstans? Andra bilden i serv, dvs. hur står vårt lag när vi servar? Tredje bilden i servmottag, dvs. hur står vårt lag när andra laget servar? Därtill kan ev. ytterligare bild behövas för att förklara rörelsemönster.

Det finns sex platser passaren kan vara på på plan, dvs. det finns sex rotationer att lära sig. Dessa kallas alltså P1, P2, P3, P4, P5, och P6. Vilken man börjar i bestämmer coach.

Om passaren någon gång behöver ta mottag, ska libero passa istället. Är det lämpligare att någon annan tar andrabollen - skrik JAG TAR! Annars, lämna företräde till passare, eller libero, så vi kan ha övriga redo för anfall.

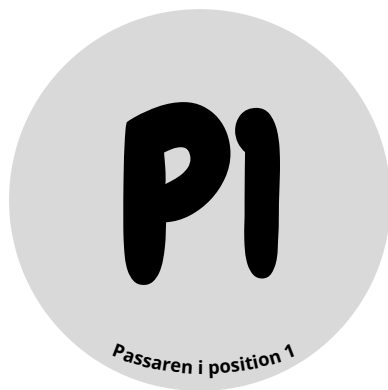
Positioner, vårt lag:

- **Libero:**
- Ev. Libero #2:
- **Passare:**
- Ev. Passare #2:
- **Höger:**
- Ev. Höger #2:
- **Vänster** (primärt Vänster "nära"):
- **Vänster** (primärt Vänster "långt bort"):
- Ev. Vänster #3:
- Ev. Vänster #4:
- **Center** (primärt Center "nära"):
- **Center** (primärt Center "långt bort"):
- Ev. Center #3:
- Ev. Center #4:

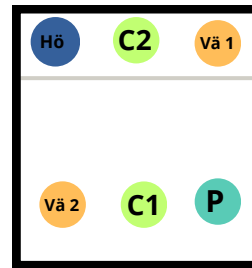
Fokusera att lära dig din egen position, men lär dig därutöver så många andra som möjligt. Att kunna fler positioner ökar chanserna till spel, och kan vara väldigt viktigt vid ev. skador eller andra oförutsedda händelser. Dessutom kommer ni behöva hjälpa varandra på plan - och ju fler som kan, desto enklare för alla!

Tips! Under varje rotation finns en Youtubelänk till en bra sida med videoförklaring. Tyvärr är de på engelska, med OH= Vänster, OP= Höger, M = Center, S=passare. Det är endast början av videosarna som är relevanta. Tricks för justeringar, som tas upp senare, ska ni inte kunna - det fixar jag!

Nu kör vi!

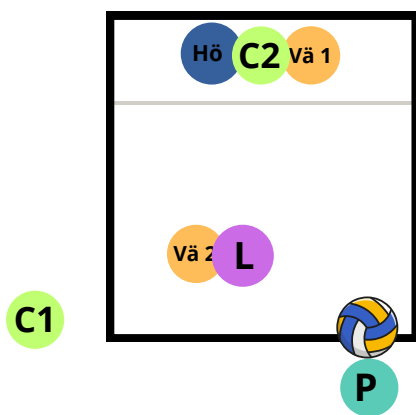


Base:

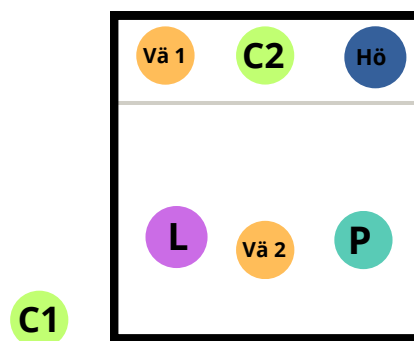
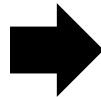


L

Serv:



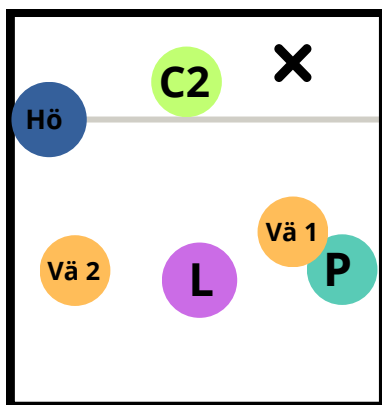
Serv



Vad har hänt?

- Bak: **Libero** & **Vä 2** har bytt.
- Fram: **Höger** och **Vä 1** har bytt.

Servmottag:



Vad händer?

Innan serv:

- **Vä 1** täcker **passaren** i servmottag.

När serven kommer:

- **Libero**, **Vä 1**, **Vä 2** har servmottaget.
- **Höger** & **Center** tar mottag om bollen kommer precis vid dem.
- **Passaren** springer direkt till passarpunkt (markerat med ett kryss i bilden).

Efter mottaget:

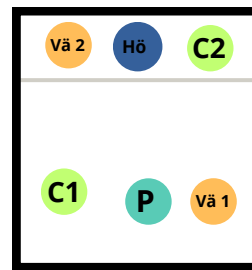
- **Passaren** passar.
- **Höger** anfaller på vänsterkanten.
- **Vä 1** anfaller på högerkanten.
- **Center** anfaller i mitten.



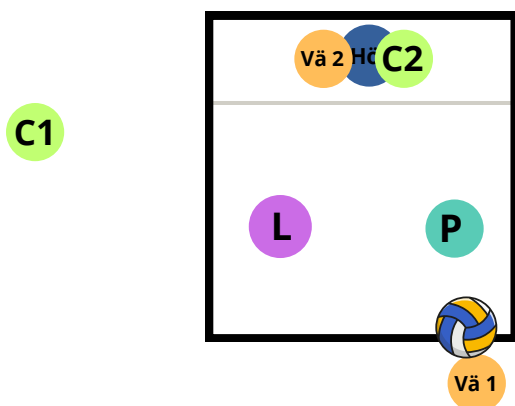
Denna rotation är ENDA gången **Höger** anfaller från vänster. I denna rotation har **Höger** och **Vä 1** "bytt plats" och den kallas för "undantaget"!



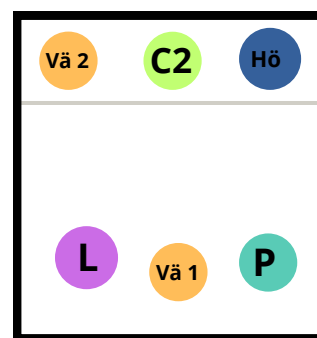
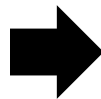
Base:



Serv:



Serv

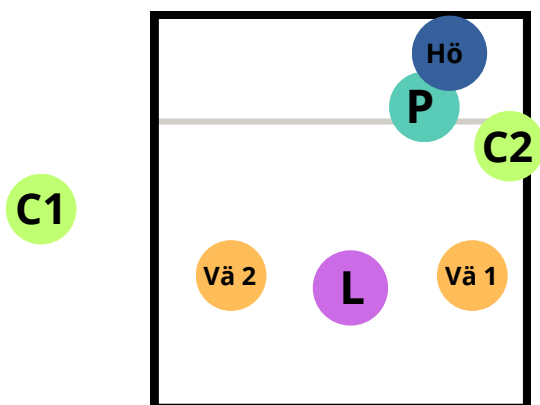


Passaren kan redan innan serven går ställa sig på sin plats då Vä1 servar, och därmed är utanför plan.

Vad har hänt?

- Bak: Vä1 springer in till pos. 6 efter serv.
- Fram: Höger och C1 har bytt.

Servmottag:



Vad händer?

Innan serv:

- Passaren står precis bakom Högern vid nät. OBS att Passaren fortfarande är i baklinjen.

När serven kommer:

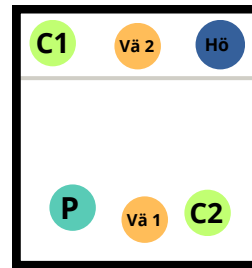
- Libero, Vä1, Vä2 har servmottaget.
- Center tar mottag om bollen kommer precis vid hen.
- Centern springer till mitten och gör sig redo för anfall.
- Höger backar till sin anfallspunkt.

Efter mottaget:

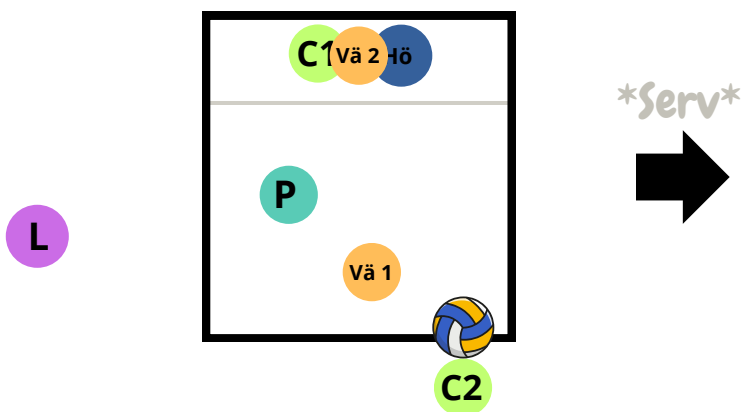
- Passaren passar.
- Vä2 anfaller på vänsterkanten.
- Center anfaller i mitten.
- Libero & Vä1 springer till sina platser.
- (Passaren backar ner till pos. 1 för mottag).



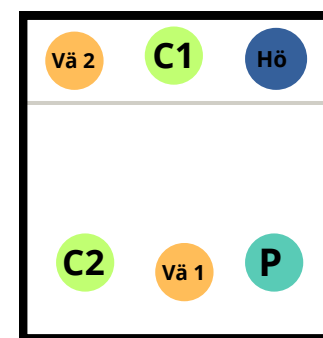
Base:



Serv:



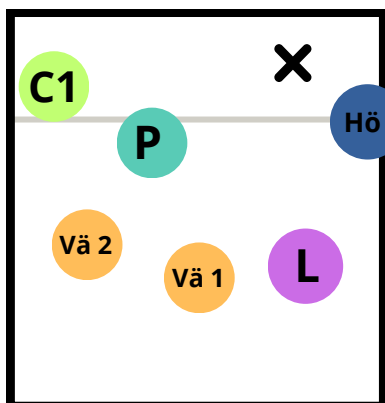
Center server = ingen Libero på plan.



Vad har hänt?

- Bak: C2 springer in till pos. 5 efter serv.
- Passaren springer till pos. 1.
- Fram: Vä2 och C1 har bytt.

Servmottag:



Vad händer?

Innan serv:

- -

När serven kommer:

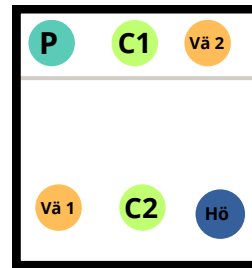
- Libero, Vä1, Vä2 har servmottaget.
- Center tar mottag om bollen kommer precis vid hen.
- Centern springer till mitten och gör sig redo för anfall.
- Passaren rusar till passarpunkt (markerat med kryss i bilden).

Efter mottaget:

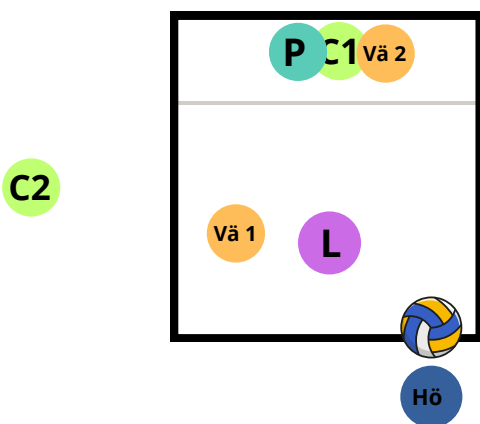
- Passaren passar.
- Vä2 anfaller på vänsterkanten.
- Höger anfaller från högerkanten.
- Center anfaller i mitten.
- Libero springer till sin plats.
- (Passaren backar ner till pos. 1 för mottag).



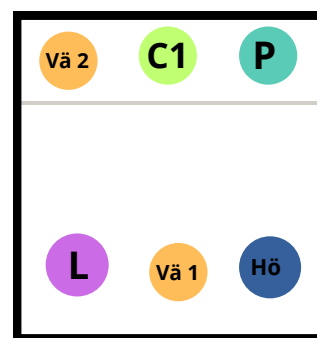
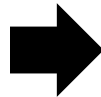
Base:



Serv:



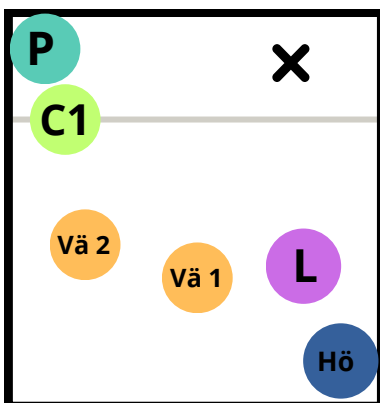
Serv



Vad har hänt?

- Bak: Höger springer in till pos. 1 efter serv. Libero och Vä1 byter.
- Fram: Vä2 och Passaren har bytt.

Servmottag:



Vad händer?

Innan serv:

- Höger "gömmar sig" snett bakom Liberon i servmottag. Passaren och centern "gömmar sig" vid nät.

När serven kommer:

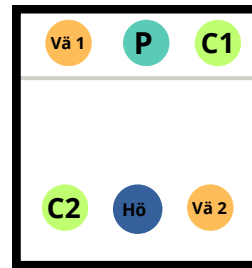
- Libero, Vä1, Vä2 har servmottaget.
- Center tar mottag om bollen kommer precis vid hen.
- Höger pratar om serven är "in/ut".
- Centern springer till mitten och gör sig redo för anfall.
- Passaren rusar till passarpunkt (markerat med kryss i bilden).

Efter mottaget:

- Passaren passar.
- Vä2 anfaller på vänsterkanten.
- Center anfaller i mitten.
- Libero springer till sin plats och Höger tar kliv in i plan.

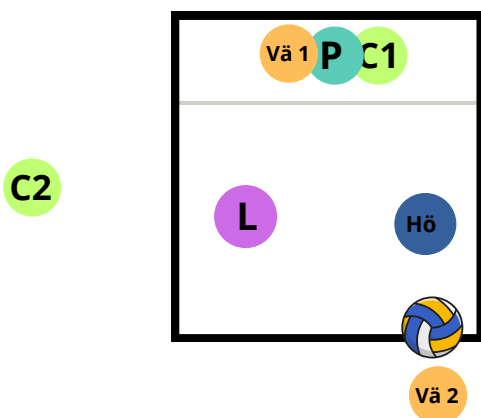


Base:

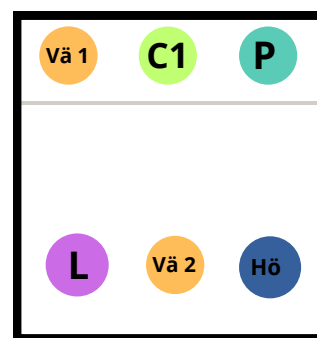
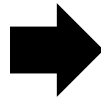


L

Serv:



Serv



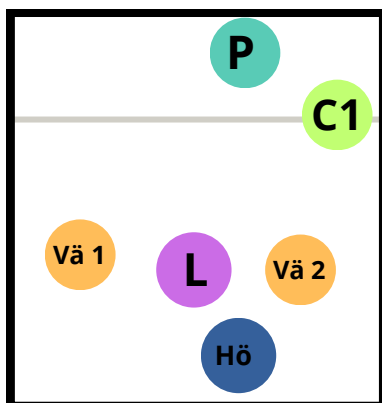
Vad har hänt?

- Bak: Vä 2 springer in till pos. 6 efter serv.
- Fram: C1 och Passaren har bytt.



Högern kan redan innan serven går ställa sig på sin plats då Vä 2 servar, och därmed är utanför plan.

Servmottag:



Vad händer?

Innan serv:

- Högern "gömmar sig" mellan Vä 2 och Libero i servmottag.

När serven kommer:

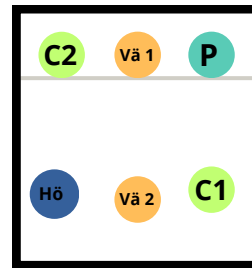
- Libero, Vä 1, Vä 2 har servmottaget.
- Passare & Center tar mottag om bollen kommer precis vid dem.
- Högern pratar om serven är "in/ut".
- Centern springer till mitten och gör sig redo för anfall.

Efter mottaget:

- Passaren passar.
- Vä 1 anfaller på vänsterkanten.
- Center anfaller i mitten.
- Vä 1 och Libero byter plats.

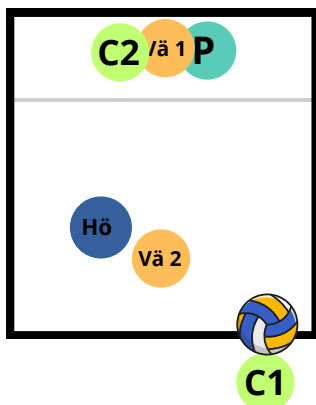


Base:

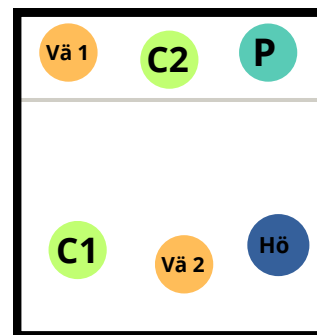
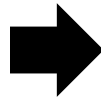


L

Serv:



Serv



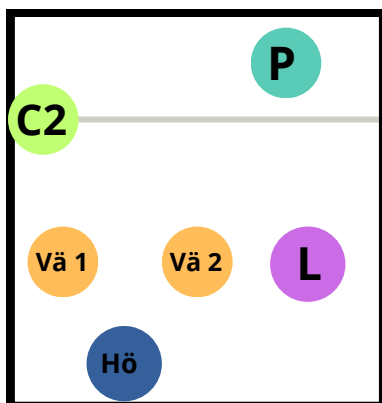
Vad har hänt?

- Bak: Höger har sprungit till pos. 1.
- Center springer in till pos. 5 efter serv.
- Fram: C2 och Vä1 har bytt.



Center server = ingen Libero på plan.

Servmottag:



C1

Vad händer?

Innan serv:

- Höger "gömmar sig" mellan vänstrarna i servmottag.

När serven kommer:

- Libero, Vä1, Vä2 har servmottaget.
- Passare & Center tar mottag om bollen kommer precis vid dem.
- Höger pratar om serven är "in/ut".
- Centern springer till mitten och gör sig redo för anfall.

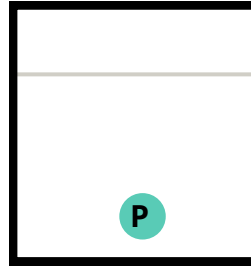
Efter mottaget:

- Passaren passar.
- Vä1 anfaller på vänsterkanten.
- Center anfaller i mitten.
- Höger och Libero byter plats.

Hänger du med – SVAR?

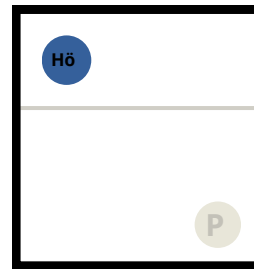
1. Coach säger: "Ställ upp i P6 - base". Du är passare. Vart ställer du dig?

Du ställer dig på position 6, dvs. mitten bak.



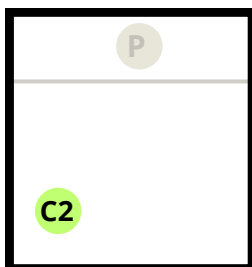
2. Coach säger: "Ställ upp i P1 - base". Du är högerspiker. Var ställer du dig? Tips: Högerspikern står alltid mitt emot passaren!

Du ställer dig på position 5, dvs. vänster fram. Högerspiker står alltid tvärs emot passaren.

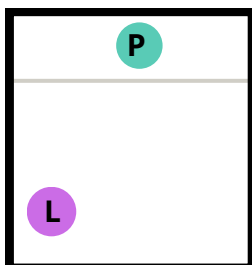


4. Coach säger: "Ställ upp i P3 - base". Du är center, för tillfället i baslinjen. Var ska du stå?

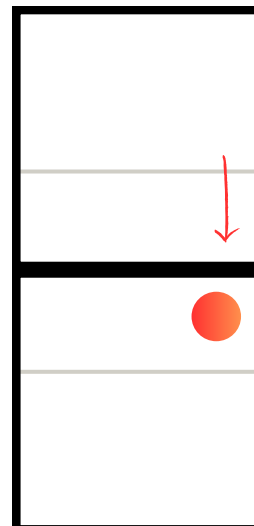
Kluring! Centerpositionen är i denna rotation är:



Men, iom att du är i baklinjen är du - troligtvis - utbytt mot liberon. Dvs. du är antagligen cheerleader.



3. Coach säger: "Du måste blocka motståndarens position 4". Vilken position, på din sida, ställer du dig i då? Motståndarens position fyra visas med röd pil i bild. Dvs. du ska ställa dig på ER pos. 2 (röd prick i bild):



C2