**VOLEIBOL **

**¿QUÉ ES?:**

El **voleibol**, o simplemente **vóley**, es un [deporte](http://es.wikipedia.org/wiki/Deporte) donde dos equipos se enfrentan sobre un terreno de juego liso separados por una red central, tratando de pasar el balón por encima de la red hacia el suelo del campo contrario. El balón puede ser tocado o impulsado con golpes limpios, pero no puede ser parado, sujetado, retenido o acompañado. Cada equipo dispone de un número limitado de toques para devolver el balón hacia el campo contrario. Habitualmente el balón se golpea con manos y brazos, pero también con cualquier otra parte del cuerpo. Una de las características más peculiares del voleibol es que los jugadores tienen que ir [rotando](http://es.wikipedia.org/wiki/Voleibol#Las_rotaciones) sus posiciones a medida que van consiguiendo puntos.

El voleibol es uno de los deportes donde mayor es la igualdad entre las competiciones femeninas y masculinas, tanto por el nivel de la competencia como por la popularidad, presencia en los medios y público que sigue a los equipos.

**CAMPO DE JUEGO y MATERIAL:**

**El campo de juego**

El campo donde se juega al voleibol es un rectángulo de 18 [m](http://es.wikipedia.org/wiki/Metro) de largo por 9 m de ancho, dividido en su línea central por una red que separa a los dos equipos. En realidad el juego se desarrolla también en el exterior, en la *zona libre*, a condición de que el balón no toque suelo ni ningún otro elemento. La *zona libre* debe tener al menos 3 m, medida que en [competiciones internacionales](http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Competiciones_internacionales_de_voleibol&action=edit&redlink=1) se aumenta a 5 m sobre las *líneas laterales* y a 8 m para las *líneas de fondo*. El *espacio libre* sobre la pista debe tener una altura mínima de 7 m que en competiciones internacionales sube a 12,5 m.

A 3 m de la red, una línea delimita en cada campo la *zona de ataque*, zona donde se encuentran restringidas las acciones de los jugadores que se encuentran en ese momento en papeles defensivos (*zagueros* y [*líbero*](http://es.wikipedia.org/wiki/Voleibol#L.C3.ADbero)). Estas líneas, se extienden al exterior del campo con trazos discontinuos, y la limitación que representan se proyecta igualmente en toda la línea, incluso más allá de los trazos dibujados. Todas las líneas tienen 5 [cm](http://es.wikipedia.org/wiki/Cent%C3%ADmetro) de ancho.

El contacto de los jugadores con el suelo es continuo, utilizando habitualmente protecciones en las articulaciones. La superficie no puede ser rugosa ni deslizante.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **La pista de voleibol** | | |
| [http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/c/cd/VolleyballCourt.svg/220px-VolleyballCourt.svg.png](http://commons.wikimedia.org/wiki/File:VolleyballCourt.svg)  Dimensiones | [http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/4/44/VolleyballCourtNum.png/220px-VolleyballCourtNum.png](http://commons.wikimedia.org/wiki/File:VolleyballCourtNum.png)  Zonas | 1. Zona libre 2. Línea central 3. Línea de fondo 4. Línea lateral 5. Línea de ataque 6. Zona de saque 7. Zona defensiva 8. Zona de ataque 9. Primer árbitro 10. Segundo árbitro 11. Anotador 12. Banquillo |
| [http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/8/89/VolleyballNet.png/300px-VolleyballNet.png](http://commons.wikimedia.org/wiki/File:VolleyballNet.png)  Red | |

**La red**

En el eje central del campo se sitúa una red de 1 m de ancho y sobre 9,5 a 10 m de largo, con dos bandas en los bordes superior e inferior y dos varillas verticales sobresalientes sobre la línea lateral del campo. El borde superior de la red, las varillas y el propio techo del pabellón delimitan el espacio por el que se debe pasar el balón a campo contrario.

La altura superior de la red puede variar en distintas categorías, siendo en las categorías adultas de 2,43 m para hombres y 2,24 m para mujeres.

**El balón**

El [balón](http://es.wikipedia.org/wiki/Pelota) es esférico y flexible; 65-67 [cm](http://es.wikipedia.org/wiki/Cent%C3%ADmetro) de circunferencia, 260-280 [g](http://es.wikipedia.org/wiki/Gramo) de peso y [presión](http://es.wikipedia.org/wiki/Presi%C3%B3n) interior entre 0,300 y 0,325 kg/cm². Es más pequeño y ligero que los balones de [baloncesto](http://es.wikipedia.org/wiki/Baloncesto) o [fútbol](http://es.wikipedia.org/wiki/F%C3%BAtbol). Puede estar hecho de varios materiales aunque el más cómodo y utilizado es el de cuero. También hay balones de plástico que ocasionalmente se pueden utilizar en entrenamientos.

**REGLAS BÁSICAS:**

Se consigue punto cuando el equipo contrario comete alguna de las siguientes faltas o infracciones:

* Si el balón toca el suelo dentro del propio campo, tanto si el último toque corresponde a un jugador propio como a uno del equipo contrario.
* Si el balón acaba fuera de la pista de juego, sea por un ataque desacertado sobre el campo contrario o por un error al tratar de defender. La falta corresponde al jugador y al equipo que tocó el balón por última vez, y se anota punto el contrario. Se considera *fuera* el contacto con el techo, público o cualquier elemento del pabellón, o los mismos colegiados. El contacto con la red, postes o varillas por la parte exterior a las bandas laterales es también *fuera*.
* Si se supera el número de tres toques permitidos sin haberlo pasado al campo contrario, o si un mismo jugador toca dos veces de forma consecutiva el balón. Como excepción, en caso de toque del [bloqueo](http://es.wikipedia.org/wiki/Voleibol#Bloqueo), ese primer toque no se contabiliza para la falta de los *cuatro toques* de equipo ni para el *doble* individual.
* Si en el momento del saque los jugadores están situados de forma incorrecta, o sea, que no está ajustada a la [rotación](http://es.wikipedia.org/wiki/Voleibol#Rotaciones) correspondiente.
* Si el toque del balón es incorrecto y hay *retención* o *acompañamiento* (dobles en este caso).
* Si un jugador *zaguero* ataca más allá de la línea de ataque. El [líbero](http://es.wikipedia.org/wiki/Voleibol#L.C3.ADbero) no puede participar de ningún modo en el bloqueo y tiene restringido el ataque, como ya se ha visto.
* Si un jugador penetra el campo contrario por debajo de la red interfiriendo con el juego del contrario, o si un pie traspasa completamente la línea central.
* Si se obstaculiza al contrario tocando la red, o bien se toca la banda superior o la parte superior de las varillas al jugar el balón. Está permitido el contacto con la red siempre que no interfiera con el juego.
* Se realiza una recepción con los dedos en falta (dobles en el contacto).