

1. U V O D

Fizička vježba i sport pojmovi su koji se ne isključuju, ali različito djeluju kao socijalna potreba i kao socijalna pojava koja se na visokom nivou organizacije ili kako se kaže, u naprednom društvu prepoznaje u trci za materijalnim dobrima, za uspjehom ili za zdravljem. U spomenutim trkama, pobjednik je neizvjestan ili se prepoznaje kad pobjeda dobija dimenziju žrtve napretka. Istorijske pretpostavke ili njihove interpretacije nastale na fragmentima iskopina, na freskama i mozaicima, nude prostor za nagađanja o tome što je nekad bilo.

Gruba stvarnost urbanih sredina, gdje je sve manje zelenih površina, a sve više asfalta, gdje su dječja igrališta pretvorena u parkinge, a u vrtovima je uništeno drveće da bi bilo mjesta za garaže, traži rješenja s kojima se čovjek mora prilagoditi vremenu koje ne smije robovati istoriji. Na istorijski pregled treba gledati kao na skakače u dalj koji vraćajući se, uzimaju zalet da bi skok bio duži. Zbog toga je, vraćanje u istoriju fizičke vježbe i sporta, na njezine početke, beskorisno i zamorno, a posebno danas, kad je humana genetika demistificirala brojne teorije koje su se predstavljale kao nauka.

Zaletište za našu budućnost, neka je vrsta odgledanog filma, u kojem je iz dana u dan jasnije, da čovjeka treba gledati kao socijalno biće, koje svoju biološku narav prilagođava uslovima njegova opstanka u društvu, koje od čovjeka traži sve više, u sve užim spoznajnim prostorima. Moderna odbojka danas postaje sve atraktivnija i dinamičnija sportska igra. Iako odbojku karakterišu opšte zakonitosti sportskih igara, ona ima svoje specifičnosti koje prolaze iz pravila (koja se neprestano modifikuju) i samog sadržaja igre.

Odbojkaška igra uslovljena je velikim brojem specifičnih tehničko-taktičkih elemenata koji sadrže različite strukture kretanja kao što su skokovi, sprintevi, padovi, udarci i kretanja s promjenom brzine i pravca. Osnovna karakteristika odbojke je izmjenjivanje aktivnosti napada i obrane prebacivanjem lopte preko mreže, a igrača da dobrim poznavanjem svih elemenata napada i univerzalnosti igre u obrani, kao i na svim pozicijama na mreži i zadnjoj liniji da svoj maksimum.

Smeč je sklop od većeg broja akcija, čiji je cilj da se loptom pogodi površina terena protivnika. Dominantna akcija je snažan udarac jednom rukom po dignutoj lopti. Agresivnost smeča je izražena mnogobrojnim karakteristikama: primjena velike snage, veliko ubrzanje lopte, pravolinijski oblik trajektorije, udarac sa velike visine, izrazite deformacije lopte, stresna situacija, velika energetska potrošnja. To je obično posljednji kontakt tima sa loptom koji slijedi poslije dizanja, a nakon toga loptu na raspolaganje dobija protivnik. Smeč predstavlja eksplozivni i dinamički pokret udaranja lopte preko mreže i u polje pod oštrim uglom. On može predstavljati najdramatičniju i najljepšu od svih akcija na terenu.