

Волейбол – спортивная игра, в которой участвуют две команды.

Она проводится на специальной площадке, разделенной на две части сеткой. Благодаря простым правилам и доступности инвентаря, волейбол является распространенным видом отдыха, который любят и взрослые и дети. Существуют различные варианты волейбола, появившиеся от основного вида: мини-волейбол, пляжный волейбол, пионербол и другие.

Цель игры - получить очко, забив мяч на противоположную сторону или заставить противника ошибиться.

ВОЛЕЙБОЛ

ПРАВИЛА ИГРЫ

1. Состав команды в волейболе. Сколько человек в волейболе:

В игре участвуют две команды по 6 человек. Кроме них, в каждую команду должны входить запасные игроки. Каждая команда должна состоять из 12 человек, не более.

2. Замены в волейболе:

Запасной игрок заменяет основного игрока команды. Замененный основной игрок 1 раз может вернуться на площадку вновь, вместо запасного игрока, который его заменил, но при условии, что было разыграно не менее одного мяча с участием запасного игрока.

3. Расположение игроков в волейболе:

Игроки обеих команд перед каждой подачей мяча встают по 3 человека в две ломаные линии в пределах площадки. Три игрока встают у сетки – их называют игроками передней линии, другие три игрока – игроки задней линии. Все игроки и передней и задней линии во время игры могут находиться на своей площадке в любом месте. Перед подачей мяча с задней линии, игроки должны стоять позади игроков передней линии.

4. Партия в волейболе. Сколько партий в волейболе:

Игра состоит из 3 или 5 партий. Игра из 3 партий заканчивается, когда одна из команд выиграла 2 партии; игра из 5 партий заканчивается при выигрыше одной из команд 3 партий.

5. Игра в волейбол. Смена сторон:

Перед началом игры судьей проводится жеребьевка по выбору стороны площадки или подачи. Если одна команда вытянула жребий на право выбора стороны, то другая команда выбирает подачу. После первой партии игры команды меняются сторонами и подачей. И так после каждой партии игры производится очередность подач и смена сторон.

6. Игра в волейбол. Перерывы:

Между партиями делаются *перерывы на 3 минуты*. Перед тем как начать решающую партию, обязательно делается *перерыв 5 минут*, и затем снова проводится жеребьевка на право подачи или выбора стороны. В решающей партии, если одна из команд достигла 8 очков, то смена сторон производится без перерыва. Между второй и третьей партиями перерыв может быть увеличен до 10 минут.

7. подача мяча в волейболе:

После свистка судьи производится *подача мяча*. Если подача произошла до свистка, то мяч переигрывается. Игрок, подающий мяч, встает на «место подачи» за площадкой, подбрасывает мяч и ударом руки направляет его на сторону соперника. подача засчитывается, когда игрок, коснувшись рукой мяча, если он промахнулся после подбрасывания и мяч упал на землю, то подача повторяется.

подача мяча производится игроком до тех пор, пока он или его команда не допустит ошибку.

8. Перемещения в волейболе:

При перемене подачи мяча, подачу выполняет правый игрок передней линии. Все остальные игроки перемещаются по часовой стрелке на одно место. Такое перемещение производится всегда, если команда выигрывает подачу.

9. Как отбивать мяч в волейболе, техника удара в волейболе:

Мяч в волейболе *отбивается руками* любым способом. Если мяч прикоснулся к телу выше пояса, то это приравнивается к удару.

Отбивать мяч команда должна не более чем в 3 удара, не давая мячу упасть на землю. Удары и передачи мяча производятся отрывистым касанием.

Если два игрока одной команды прикоснулись к мячу одновременно, то это считается за 2 удара, и право на третий удар не имеет ни один из этих игроков.

Если один игрок прикоснулся к мячу, а другой игрок этой же команды с ним столкнулся или ударил по рукам, но мяча не коснулся, то это считается за 1 удар.

10. Блокирование в волейболе:

Блокирование в волейболе – это попытка остановить атаку соперника или остановить прохождение мяча над сеткой. Право блокировать имеют только игроки передней линии. Если мяч коснется рук блокирующего игрока, то блокирование считается состоявшимся.

11. Волейбол. Выход мяча из игры:

Если мяч пролетел за боковую или лицевую линию площадки, то он считается *вышедшим из игры* только в том случае, когда он коснулся какого-либо предмета или земли.

Если мяч вышел из игры, то команда, которая последней сыграла мячом, проигрывает 1 очко или подачу.

НАРУШЕНИЯ В ВОЛЕЙБОЛЕ

При игре в волейбол *нарушение* правил не редкость.
Рассмотрим основные из них:

- заступ при подаче;
- подача не произведена в течение 8 секунд после свистка;
- двойное касание мяча;
- заступ на территорию противника;
- касание верха сетки;
- задержка или бросок мяча;
- неправильная расстановка игроков;
- розыгрыш более чем в три касания;
- неспортивное поведение.

ПОДСЧЁТ ОЧКОВ

Выигрывает партию та команда, которая набрала **15 очков** и имеет преимущество над соперником не менее чем в **2 очка**.

Если счет **14:14**, то игру нужно продолжать до **16 очков**, если **15:15** – игра продолжается до **17 очков** и т. д.

Приносит команде победу выигрыш 2-х партий из 3-х или 3-х партий из 5-ти в любой последовательности.

Если принимающая команда сделала ошибку, то противоположная команда получает очко.

Если подающая команда допускает ошибку, то она теряет подачу.

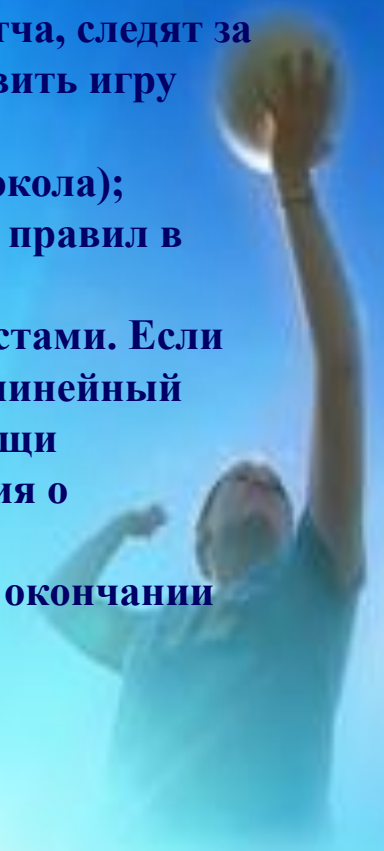
СУДЬИ И СУДЕЙСТВО

Судейство на волейбольных матчах осуществляют:

- два основных судьи (контролируют ход матча, следят за нарушениями, только они имеют право остановить игру свистком и дают сигнал к началу);
- судья-секретарь (отвечает за ведение протокола);
- линейные судьи (отвечают за соблюдением правил в поле).

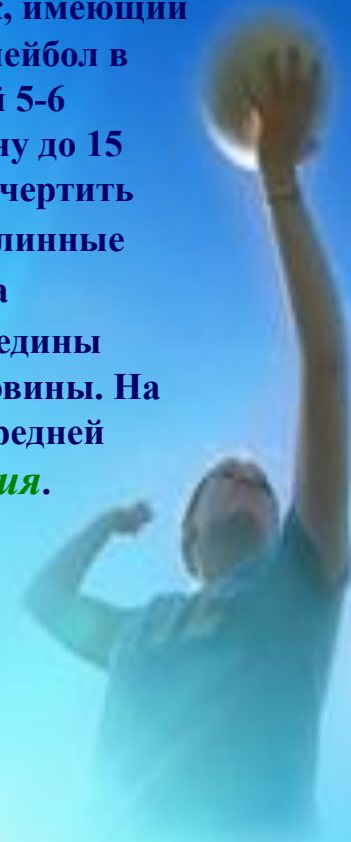
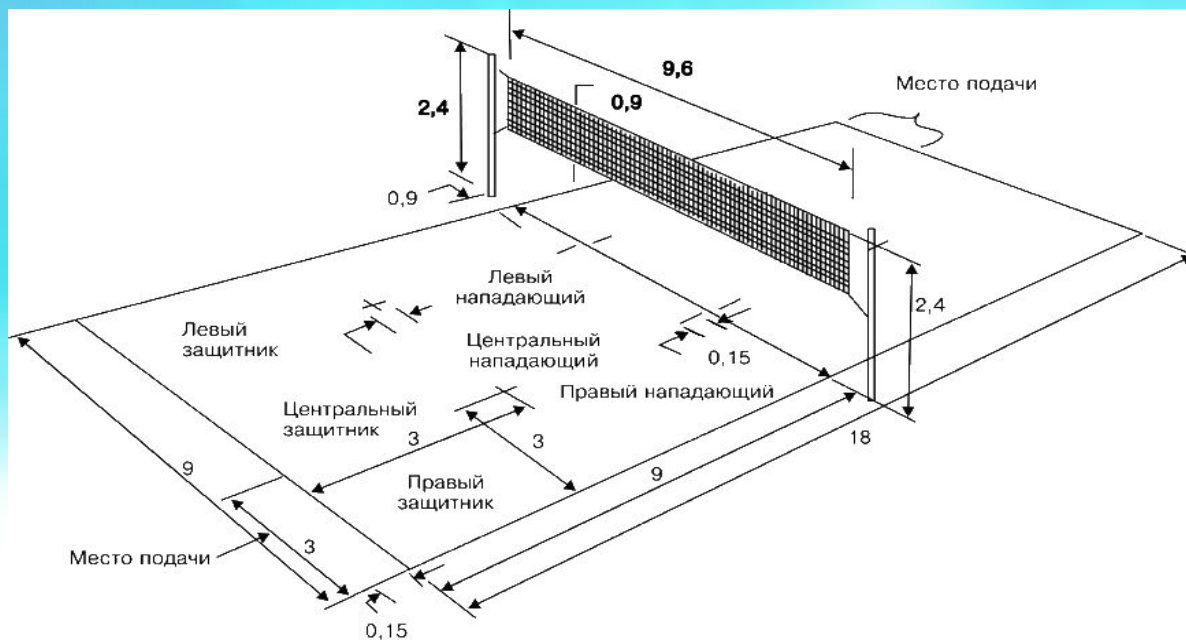
В процессе судейства все сигналы подаются жестами. Если нарушены правила во время игры в волейбол линейный судья сообщает об этом второму судье при помощи специальных сигнальных флажков. Все решения о наказании выносит первый судья.

Игрокам запрещено пререкаться с судьями. По окончании матча участники могут подать протест.



ВОЛЕЙБОЛЬНАЯ ПЛОЩАДКА

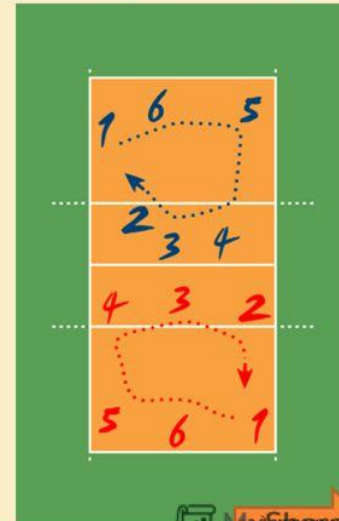
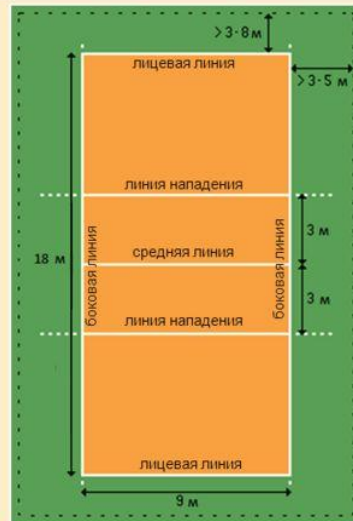
Волейбольная площадка – это прямоугольник, имеющий длину 18 метров и ширину 9 метров. При игре в волейбол в закрытом помещении, потолок должен быть высотой 5-6 метров, а размер площадки можно уменьшить в длину до 15 метров и в ширину до 7,5 метров. Площадку нужно очертить линиями: короткие линии называют **лицевыми**, а длинные линии – **боковыми**. Делается еще прямая линия, она называется **средней линией**, которая соединяет середины боковых линий и делит площадку на две равные половины. На каждой из этих половин на расстоянии 3 метров от средней линии, и параллельно ей, провести **линию нападения**.



Волейбольная площадка

Размеры и линии

«Зоны» и перемещение игроков



Площадка для одной команды условно делится на **6 зон** деятельности участников. Переход между ними делают *по часовой стрелке*. В первой зоне находится подающий игрок, он переходит в пятую, минуя среднего защитника — *либеро*. Этот игрок не может ставить блоки и проводить атаки, поскольку всегда находится на задней линии. Он не осуществляет переходы, и его форма должна отличаться по цвету от остальной сборной. Новейшие редакции правил волейбола позволяют иметь в составе двух либеро и заменять их неограниченное количество раз.

Стойки для волейбола :

Стойки, которые поддерживают сетку, нужно установить на расстоянии **0,5-1 м** за боковыми линиями, без растяжек. Они должны быть регулируемы, высотой **2,55 м**.

Волейбольный мяч :

Мяч для игры в волейбол обычно **трехцветный**. Длина окружности волейбольного мяча должна быть **65-67 см**, а вес мяча – **250-280 г**.

Сетка для волейбола :

Над средней линией поперек площадки натянуть веревочную сетку длиной **9,5 метров** и шириной **1 метр**.


Высота сетки в волейболе: для **мужчин** – **2,43 м**, для **женщин** – **2.24 м**.

Высота сетки в волейболе для **детей**:

- **11-12 лет**: для мальчиков – **2,2 м**, для девочек – **2 м**;
- **13-14 лет**: для мальчиков – **2,3 м**, для девочек – **2,1 м**;
- **15-16 лет**: для мальчиков – **2,4 м**, для девочек – **2,2 м**.

Высоту сетки нужно измерять в середине. Высота сетки по боковым линиям должна быть одинаковой и не должна превышать высоту в середине больше, чем на **2 см**.





**Презентацию
выполнила**

ученица 6 – А класса

Масляникова Светлана