



История создания И развития волейбола в мире

**Выполнил:
Решетников А.Ю.**

Волейбол – это игровой вид спорта, пользующийся немалой популярностью. Занятия этим видом спорта способствуют развитию многих физических данных: силы рук и плечевого пояса, прыгучести, быстроты реакции, координации движений в пространстве и во времени.

История игры в волейбол.

Изобретателем волейбола считается Вильям Дж. Морган, преподаватель физического воспитания колледжа Ассоциации молодых христиан в городе Холиоке (штат Массачусетс, США). 9 февраля 1895 г. в спортивном зале он подвесил теннисную сетку на высоте 197 см., и его ученики, число которых на площадке не ограничивалось, стали перебрасывать через неё баскетбольную камеру. Морган назвал новую игру "минтонет". Год спустя на конференции колледжей ассоциации молодых христиан в Спрингфилде по предложению профессора Альфреда Т. Хальстеда игра получила новое название - «волейбол». В 1897 г. были опубликованы первые правила волейбола.



ФИВБ

**В 1947 г. была создана
Международная
федерация волейбола
(ФИВБ), и волейбол
получает официальное
международное
признание**



Нападающий удар.



- При выполнении нападающих ударов применяются прыжки толчком двумя ногами или одной ногой, с места или разбега. Технический прием может быть выполнен правильно только в том случае, когда игрок своевременно переместившись, принял основную стойку.

Передача

- Передача сверху двумя руками, передача снизу двумя руками в волейболе относятся к базовым (фундаментальным) техническим элементам. Без правильного освоения этих элементов на начальных этапах обучения игре волейбол невозможно добиться ощутимых результатов в дальнейш



Блокирование

Блокирование: Это игровой приём, при котором защищающаяся команда препятствует переводу мяча при атаке противника на свою сторону, перекрывая его ход любой частью тела над сеткой, обычно руками, перенесёнными на сторону противника в рамках правил. Разрешается переносить руки на сторону противника при блокировании в той степени, чтобы они не мешали противнику до его атаки или другого игрового действия. Блок может быть одиночным или групповым. Блокировать могут только те игроки, что стоят на передней линии(2, 3, 4).



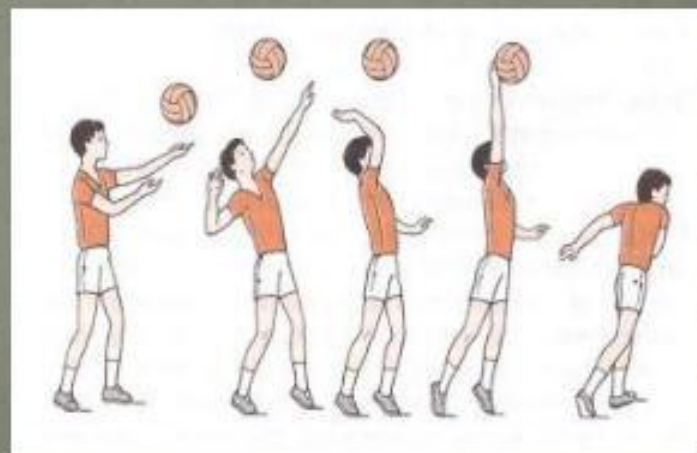
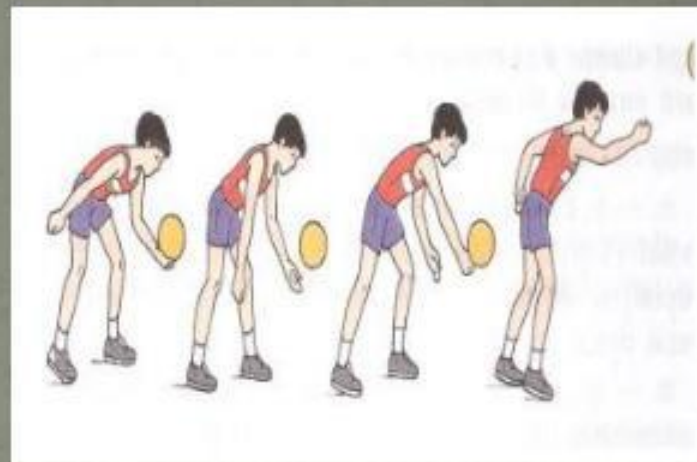
Состав команды.



- В классическом варианте игры, площадка находится в крытом помещении (игровом зале) и от каждой команды в игре участвуют по 6 спортсменов, всего в команде - 12 человек, замены ограничены правилами. Игра ведётся до 3 побед в сетах, первые четыре сета играют до 25 очков, пятый сет (если игра не окончилась раньше) играет до 15 очков. Для победы в сете необходимо преимущество как минимум в два очка, поэтому сеты могут играть дольше (30:28, 32:34). Продолжительность одной игры составляет в среднем 90 мин.

Основные приемы игры

- Самой простой подачей для начинающих волейболистов является нижняя прямая. Игрок стоит лицом к сетке, ноги согнуты в коленях, левая нога впереди (если вы левша, то правая), мяч в левой руке. Правая рука отводится для замаха назад, а левой рукой подбрасывается мяч вверх на 30-50 см. Мяч ударяется напряженной ладонью на уровне пояса. После удара игрок делает правой ногой шаг вперед.



Либеро

Либеро: Игроки этого амплуа не могут участвовать в атаке, в блоке и подавать. Форма либеро должна отличаться от формы остальных игроков. Разрешается заменять либеро неограниченное количество раз, не ставя в известность судью. Так как либеро не имеет права атаковать и блокировать, он обычно находится на задней линии, меняясь позицией с игроками, которых выгодно держать на передней линии, например с центральным блокирующим. Двое из 14 игроков команды могут быть назначены *либеро*.



Основные правила волейбола

- Волейбол – командная спортивная игра, в которой две команды по 6 человек ведут игру на площадке размером 18х9м. Игроки одной из команд стремятся переправить мяч передачей или ударом на сторону соперников так, чтобы те не смогли возвратит его обратно, не нарушая правил.
- Волейбольная сетка разделяет площадку на две равные половины. Ширина сетки – 1 м, высота – 2,43 м для мужчин, 2,24 м – для женщин, 2,10 м – для девочек и девушек, 2, 20 см – для мальчиков и юношей.
- Игра состоит из трех или пяти партий, каждая из которых продолжается до тех пор, пока одна из команд не наберет 25 очко (с разницей в два очка). Решающая, третья (пятая) партия продолжается до 15 очков.
- Каждая команда имеет право трижды, не считая блока, коснуться мяча на своей стороне площадки. Мяч разрешается отбивать любой частью тела выше пояса и стопой. Мяч остается в игре до тех пор, пока не коснется площадки, стен, потолка, других предметов, или до ошибки кого – либо из игроков.

Основные правила волейбола: подача мяча

Начало игры – это подача мяча. Она совершается участником команды, который стоит за линией площадки. Правила подачи в волейболе следующие:

- Подбрасывая над собой мяч, игрок одной рукой подает его противникам. При этом задача подающего считается выполненной тогда, когда тот коснулся рукой подброшенного мяча.
- подача должна быть такой, чтобы мяч, пролетая над сеткой, не задел ее.
- Подающий игрок волен разбегаться, подпрыгивать и приземляться с прыжка в пределах площадки. Но во время удара по мячу заступ за линию запрещен.
- Технику удара игрок волен выбрать сам.

Подача мяча в волейболе окажется неверной, если мяч брошен двумя руками, подан не ударом, а броском. Также подача не засчитается, если мяч коснется любого игрока команды, которая подает, или упадет за пределы площадки. Если мяч подается неправильно, т.е. так, как мы перечислили выше, то команда лишается подачи, а противнику засчитывают одно очко.



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.







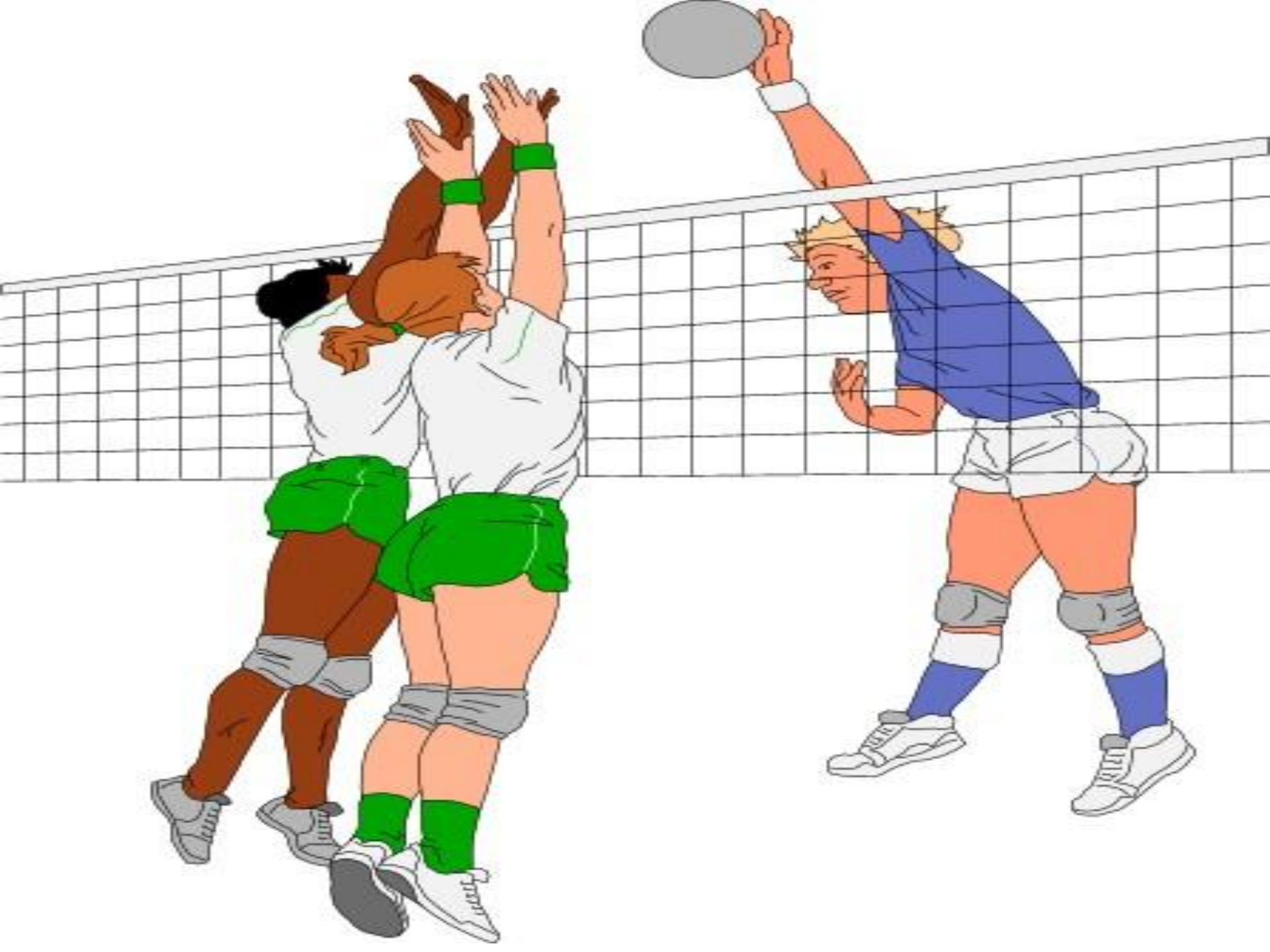


5

«ЛЕМЕН»

У

© 2015 «Легенда» Учености.грав







www.shutterstock.com · 5007487

Вывод



Волейбол – одна из наиболее распространенных игр в России. Массовый, подлинно народный характер волейбола объясняется его высокой эмоциональностью и доступностью, основанной на простоте правил игры и несложности оборудования. Особым достоинством волейбола как средства физического воспитания является его специфическое качество – возможность самодозирования нагрузки, т.е. соответствие между подготовленностью игрока и нагрузкой, которую он получает. Это делает волейбол игрой, доступной для людей всех возрастов.

Спасибо за внимание!

