

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Московской области
«Московский областной медицинский колледж № 3 имени Героя Советского Союза З.
Самсоновой»

ДОКЛАД
По физической культуре.

Тема:
«Официальные правила игры в
волейбол».

Выполнил: студент
группы 11 ЛД
специальность 31.02.01
Лечебное дело (углубленная подготовка)
Рябова О.О.
Проверил: преподаватель
Ермолаева Е.В.

Оглавление.

- **1. Введение.....3**
- **2. Общие правила.....3-4**
- **3. Технические аспекты.....4**
- **4. Подача.....4-5**
- **5. Приём.....5**
- **6. Пас.....5**
- **7. Нападающий удар..... 5-6**
- **8. Блок..... 6**
- **9. Амплуа и расстановка игроков на площадке..... 7-8**
- **10. Список использованной литературы.....8**



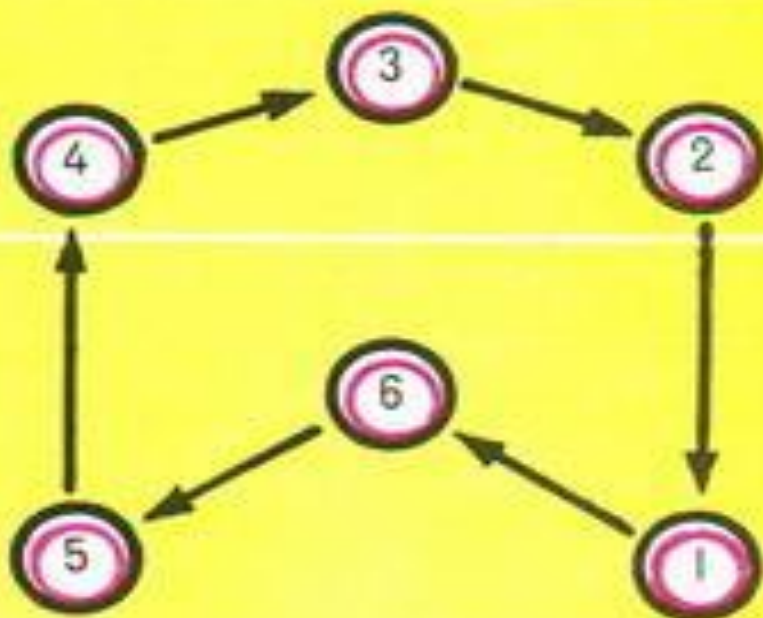
Введение.

Игра волейбол
появилась в 1895 году и
была изобретена
Уильямом Дж.
Морганом.



Общие правила. Система переходов.

Рис. 2.



Игроки делятся на две команды: каждая по 6 человек. Для победы требуется 25 очков.

Команда 1 делает переход: все игроки смещаются по часовой стрелке и занимают места соседей. Т.е. игрок из зоны 1 переходит в зону 6. Игрок из зоны 6 — в зону 5 и так далее.

В официальных правилах игра идет 3 партии. Каждая партия до 25 очков. Если обе команды набрали по 24 очка, игра идет до тех пор, пока одна из команд не будет иметь преимущество в 2 очка.



Технические аспекты.

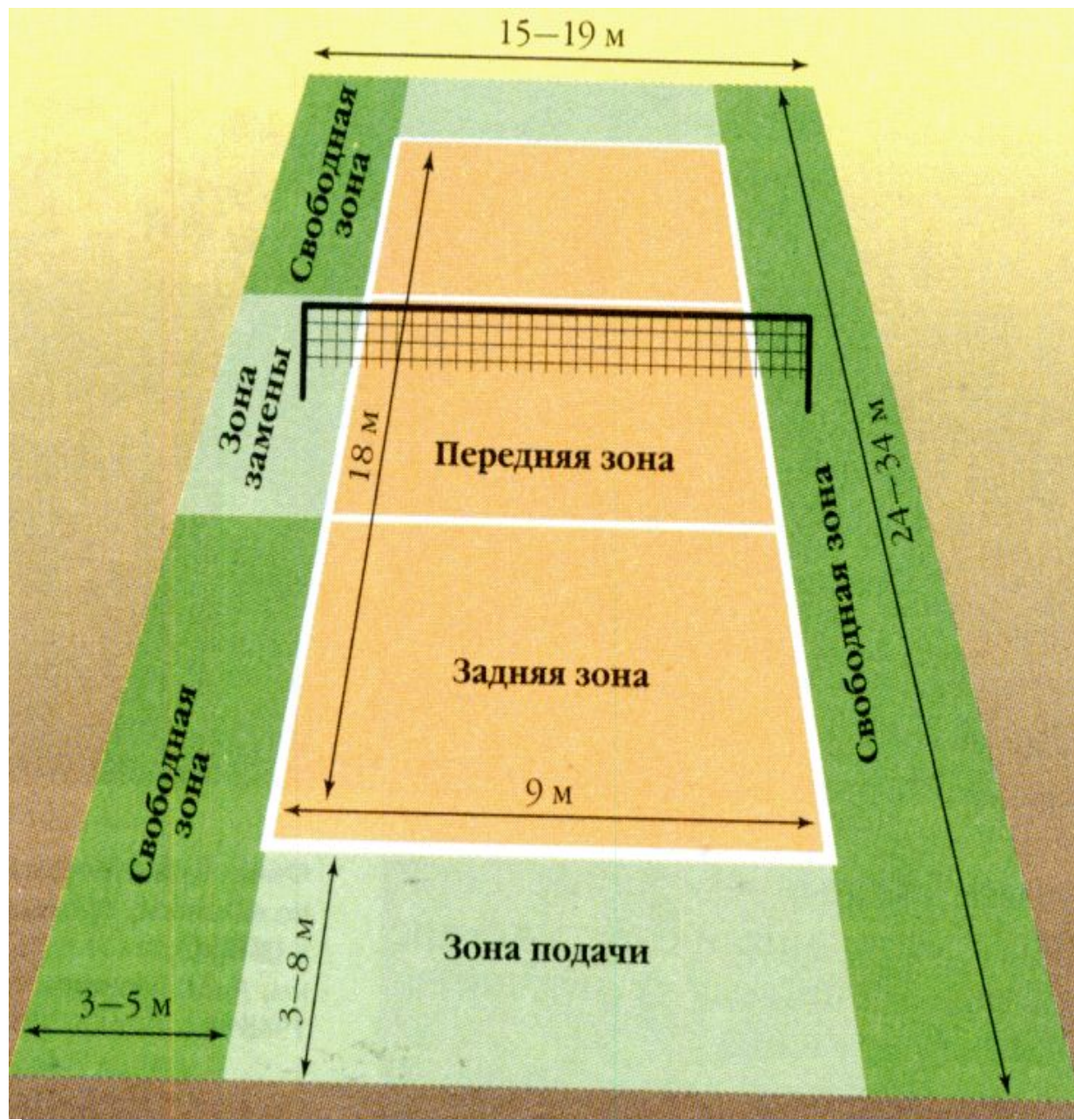
Высота сетки для мужчин: 2,43 м.

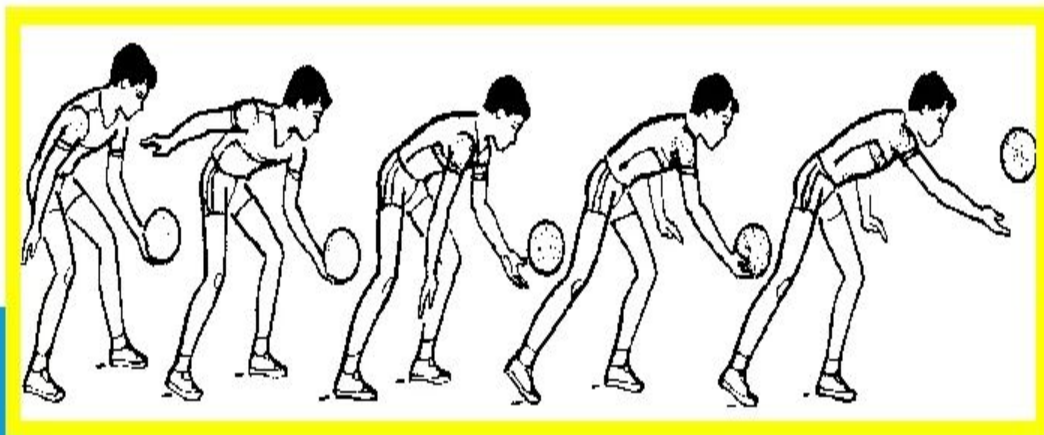
Для женщин: 2,24 м.

Периметр площадки: 18 х 9 метров.

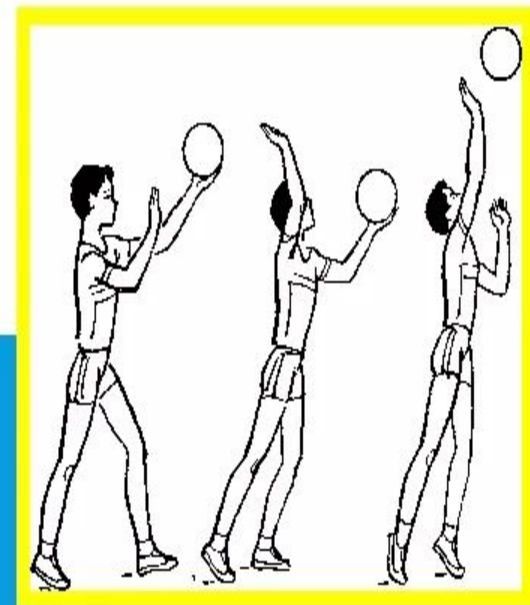
Длина окружности волейбольного мяча 65-67 см, а вес мяча – 250-280 г.

Площадка состоит из 6 зон, делящихся по номерам.



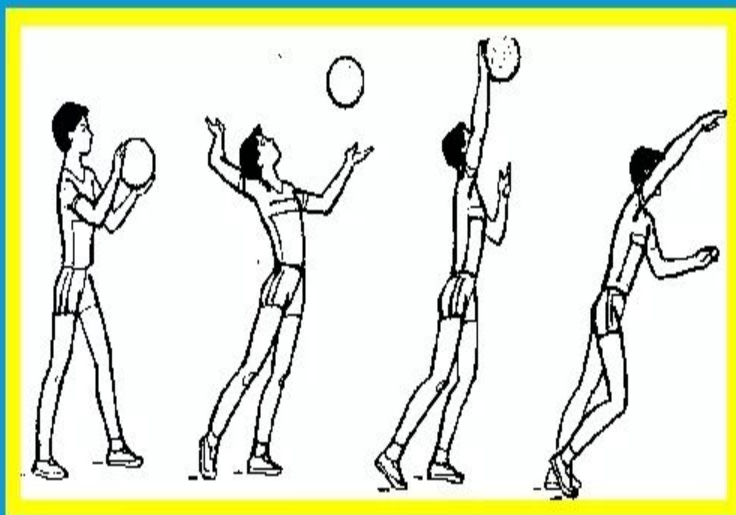


Нижняя прямая подача

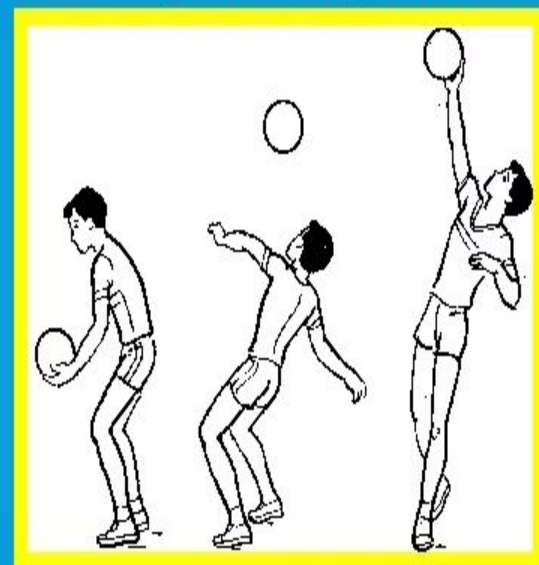


Верхняя прямая подача

Подача

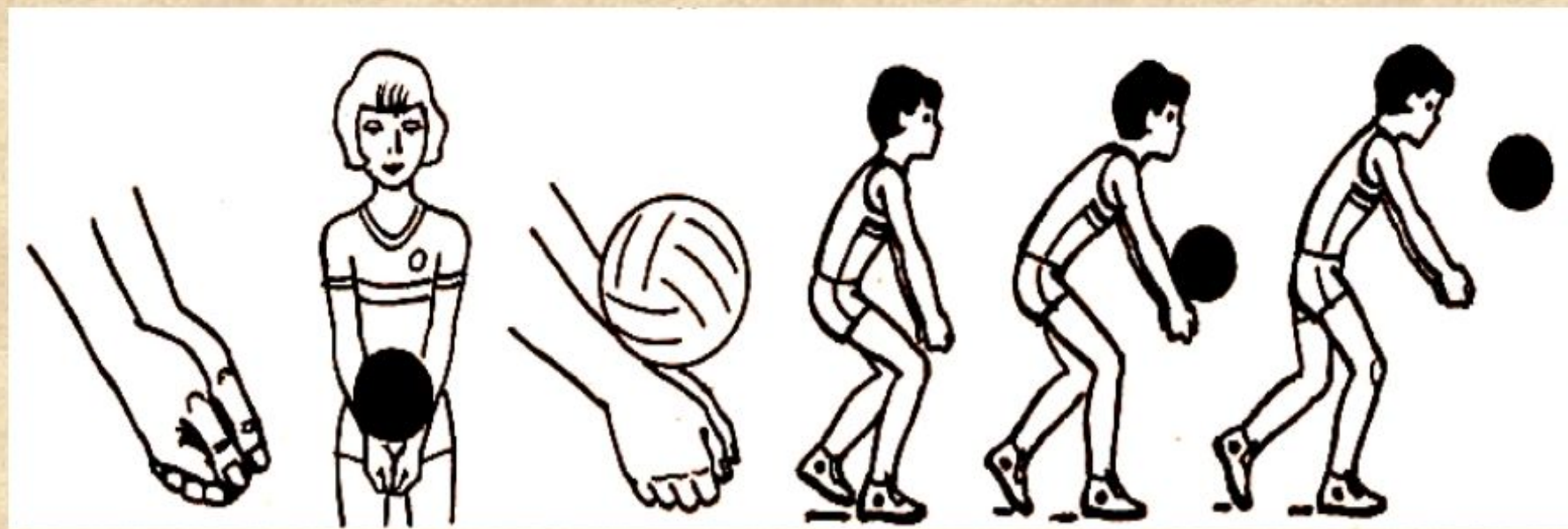


Планирующая подача

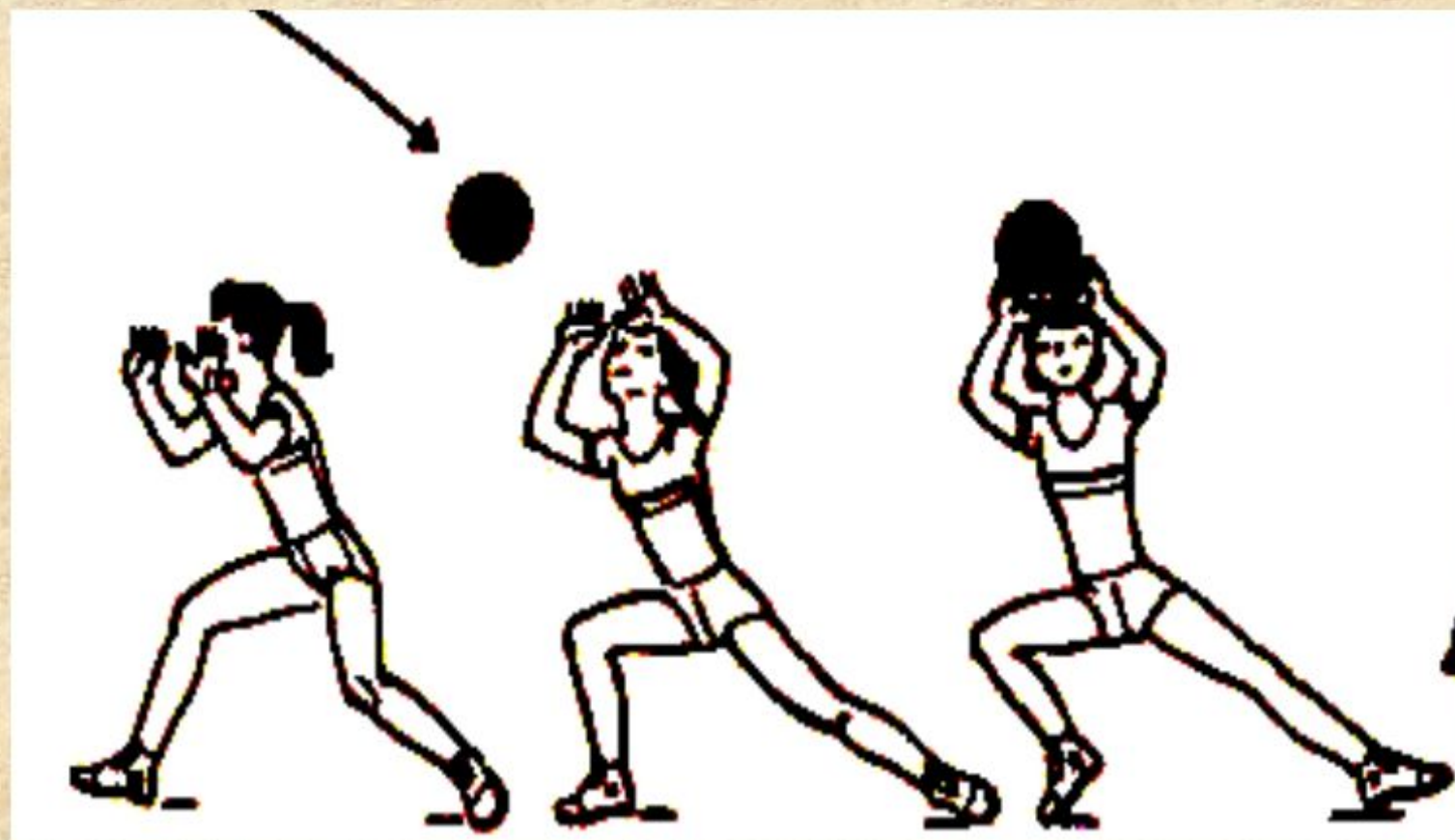


Верхняя боковая подача

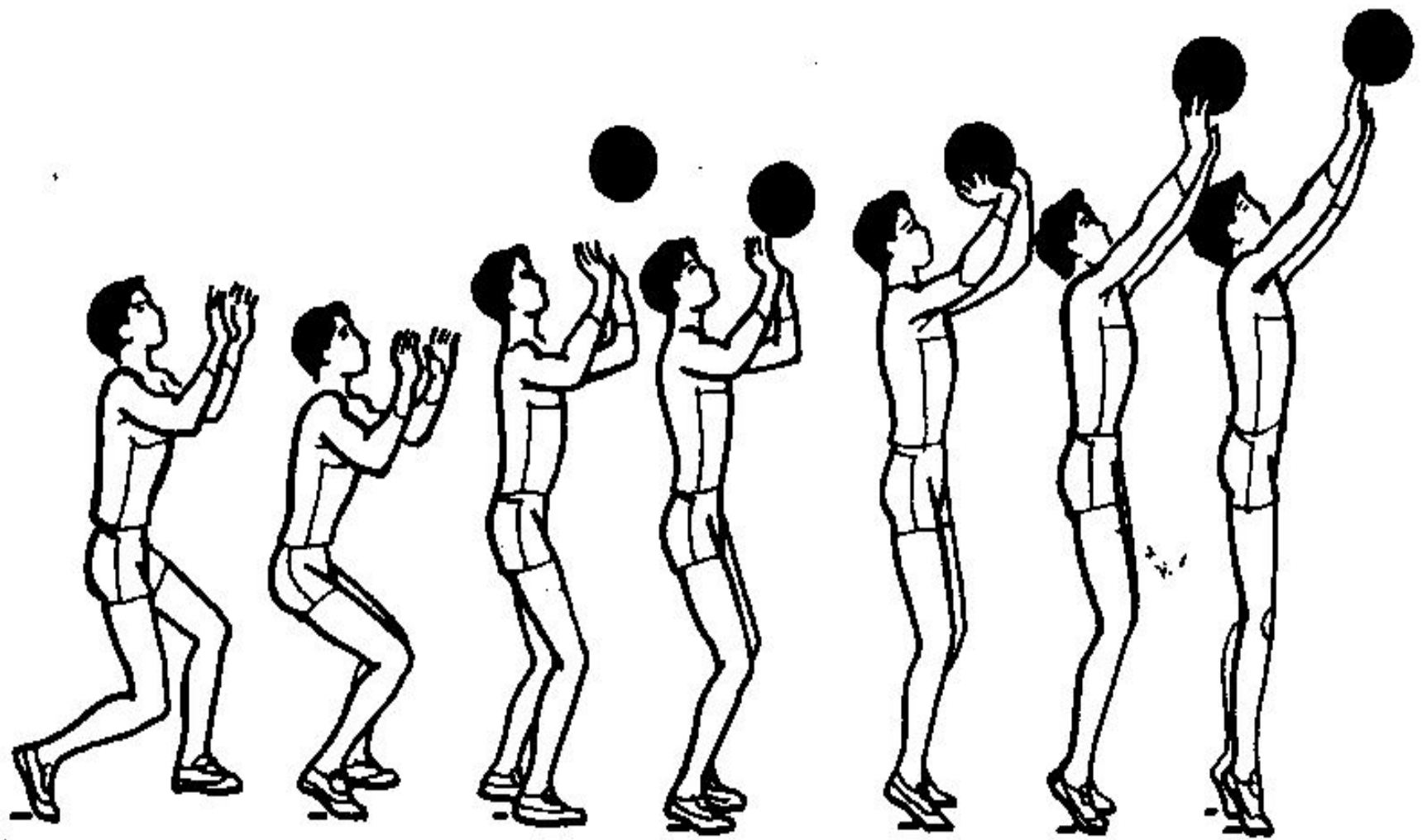
Приём мяча снизу двумя руками



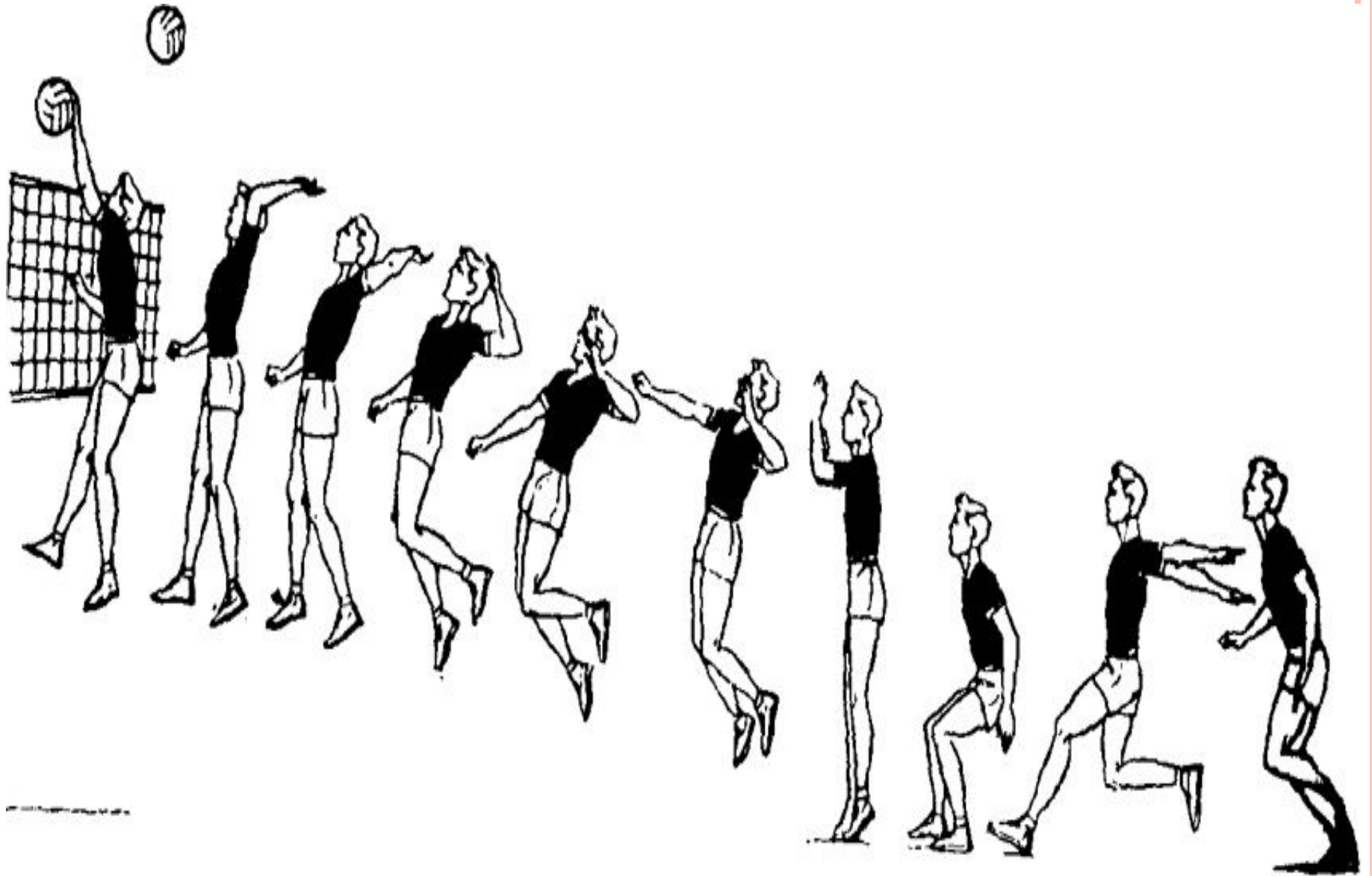
Приём мяча двумя руками сверху с выпадом



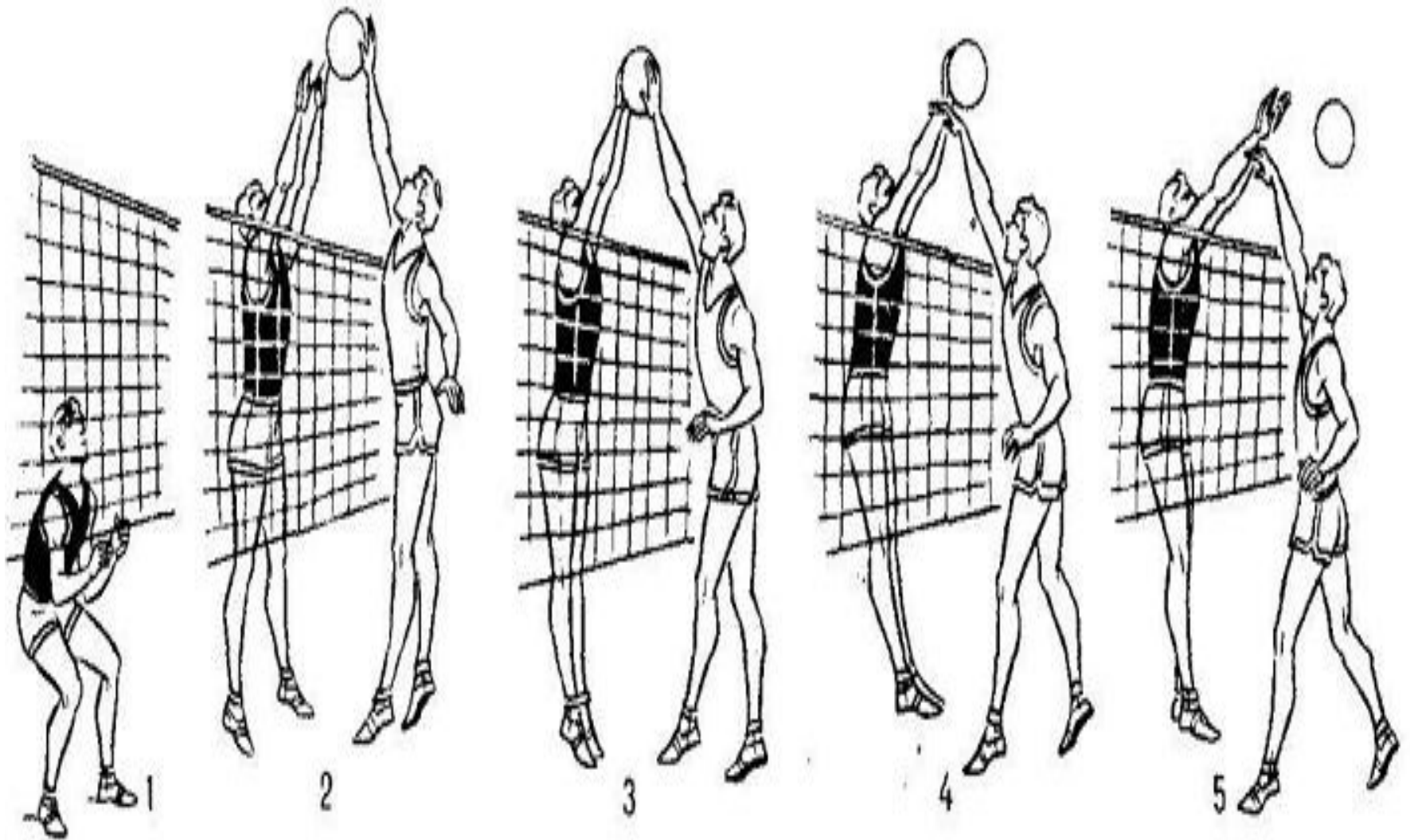
Пас.



Нападающий удар.

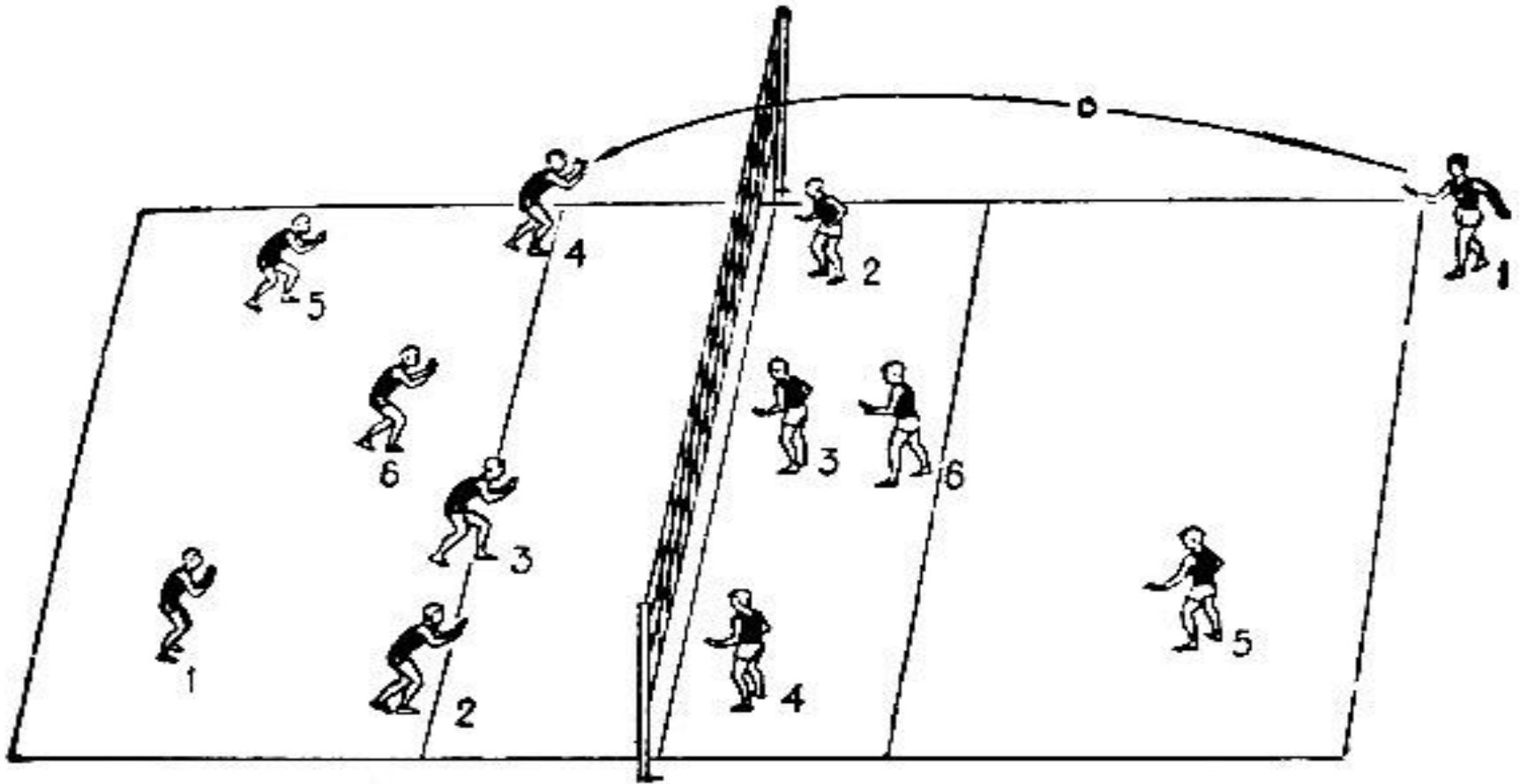


Блок.



Блокирование мяча

Расстановка игроков на площадке.



Список использованных источников.

- Основные правила игры в волейбол. <http://tvou-volleyball.ru/pro-volleyball/pravila/>
- Официальные правила игры в волейбол 2017-2020.
<http://www.volley-tambov.ru/newfvto/941-oficialnye-volejbolnye-pravila-20172020.html>

