

«ИСТОРИЯ ВОЛЕЙБОЛА»

- История развития.
- Правила игры.
- Техника передачи мяча сверху, снизу.

Волейбол — вид спорта, командная спортивная игра, в процессе которой две команды соревнуются на специальной площадке, разделённой сеткой, стремясь направить мяч на сторону соперника таким образом, чтобы он приземлился на площадке противника либо игрок защищающейся команды допустил ошибку. При этом для организации атаки игрокам одной команды разрешается не более трёх касаний мяча .



Родина волейбола – США.
Изобретателем волейбола считается
Вильям Дж. Морган.

9 февраля 1895 года 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».



Для развития волейбола большое значение имели массовые соревнования, проводившиеся на площадках парков культуры и отдыха. Эти игры были хорошей школой не только для москвичей, но и для зарубежных гостей.

В Германии были изданы правила соревнований по волейболу под названием «Волейбол — народная русская игра».



ПРАВИЛА ИГРЫ

Игра ведётся на прямоугольной площадке размером 18x9 метров. Площадка разделена посередине сеткой. Высота сетки для мужчин — 2,43 м, для женщин — 2,24 м.

Игра ведётся сферическим мячом окружностью 65—67 см весом 260—280 г.

Каждая из двух команд состоит из 12 игроков, на поле в каждый момент времени могут находиться 6 игроков.

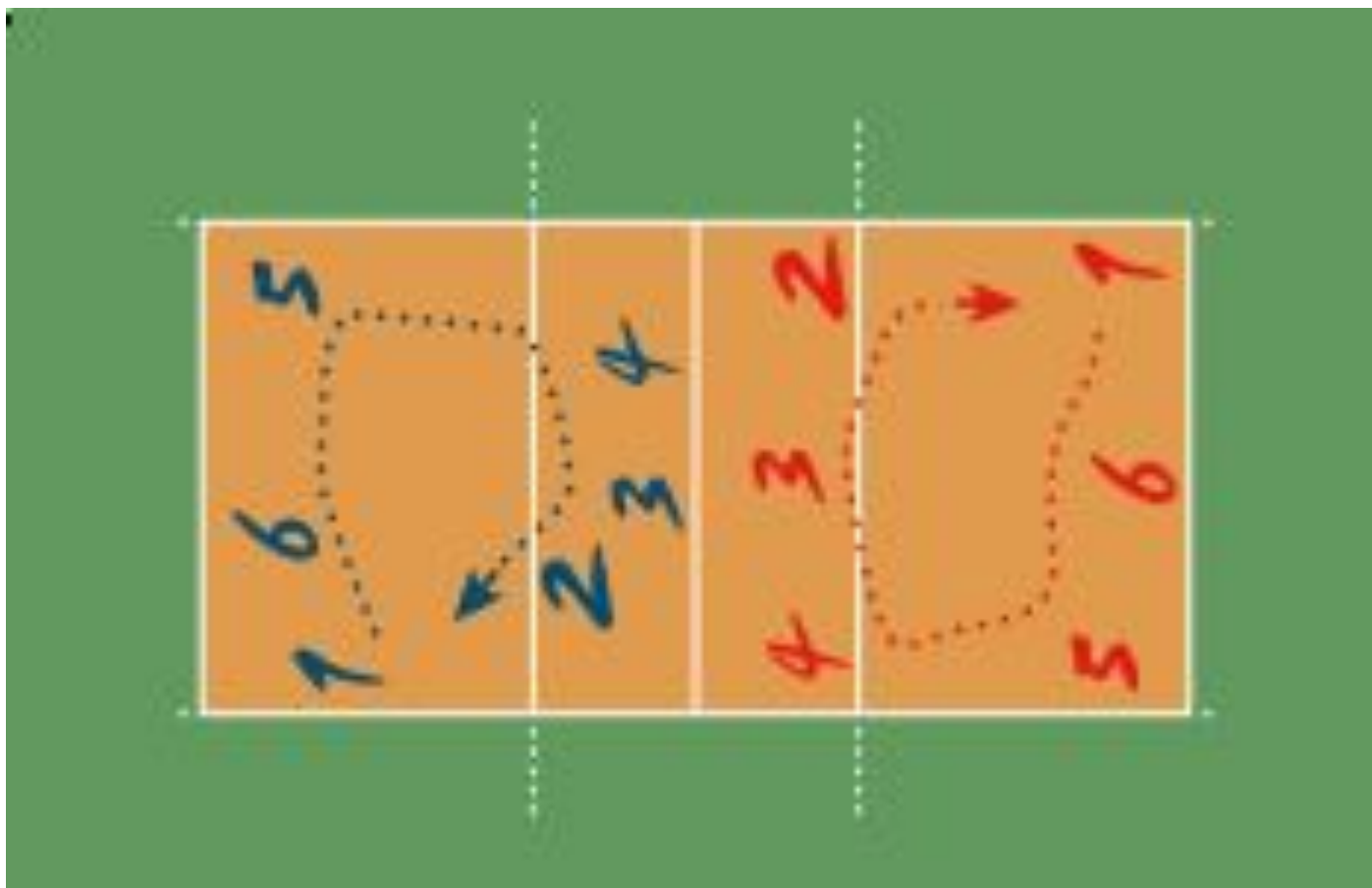
Цель игры — атакующим ударом добить мяч до пола — то есть до игровой поверхности площадки половины противника или заставить его ошибиться.



- Игра начинается вводом мяча в игру при помощи подачи согласно жребию.
- После ввода мяча в игру подачей и успешного розыгрыша подача переходит к той команде, которая выиграла очко.
- Площадка по количеству игроков условно разделена на 6 зон.
- После каждого перехода права подачи от одной команды к другой в результате розыгрыша очка.
- Игроки перемещаются в следующую зону по часовой стрелке.



«ЗОНЫ» НА ПЛОЩАДКЕ И ПЕРЕМЕЩЕНИЕ ИГРОКОВ



ПОДАЧА

- Выполняет подачу игрок, который в результате последнего перехода перемещается из второй в первую зону.
- подача производится из зоны подачи за задней линией игровой площадки с целью приземлить мяч на половине противника или максимально усложнить приём.
- До того как игрок не коснётся мяча при подаче, ни одна часть его тела не должна коснуться поверхности площадки (в особенности это касается подачи в прыжке).
- В полёте мяч может коснуться сетки, но не должен касаться антенн или их мысленного продолжения вверх.



Не разрешается блокировать мяч при подаче, прерывая его траекторию над сеткой. Если очко выиграно командой, которая подавала мяч, то подачу продолжает выполнять тот же игрок.

- В современном волейболе наиболее распространена силовая подача в прыжке. Её противоположностью является укороченная (планирующая, тактическая) подача, когда мяч направляется близко к сетке.



ПРИЁМ

- Обычно принимают мяч игроки, стоящие на задней линии, то есть в 5-й, 6-й, 1-й зонах. Однако принять подачу может любой игрок.
- Игрокам принимающей команды разрешается сделать три касания и максимум после третьего касания перевести мяч на половину противника.
- При этом если приходится пасом переводить мяч обратно на свою игровую половину вторая передача из трёх не может проходить между антеннами, а обязательно должна проходить мимо антенн.
- При приёме не допускается никакая задержка мяча при его обработке, хотя принимать мяч можно любой частью тела. Планер — могут принимать 2 игрока на задней линии, но для приема силовой подачи требуется уже 3 игрока.



АТАКА

Обычно при позитивном приёме мяч принимается игроками задней линии (1-е касание), доводится до связующего игрока (2-е касание), связующий передаёт мяч игроку атаки (3-е касание).

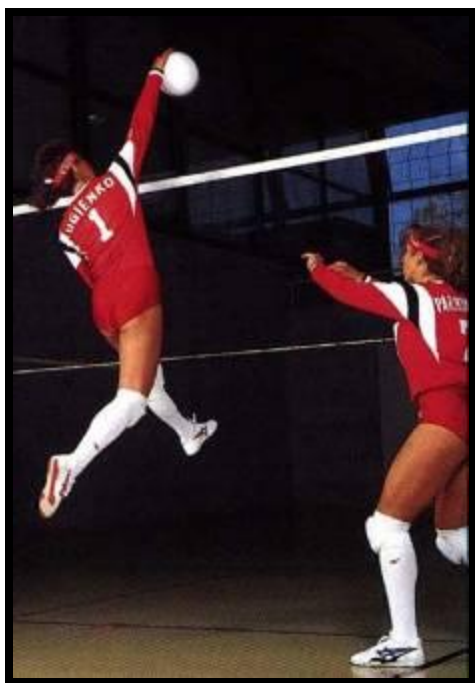
При атакующем ударе мяч должен пройти над сеткой, но в пространстве между двумя антеннами. При этом мяч может задеть сетку, но не должен задевать антенны или их мысленного продолжения вверх.

Игроки передней линии могут атаковать с любой точки площадки. Игроки задней линии перед атакой должны отталиваться за специальной трёхметровой линией. Запрещено атаковать (то есть наносить удар по мячу выше линии верхнего края сетки) только либеро.

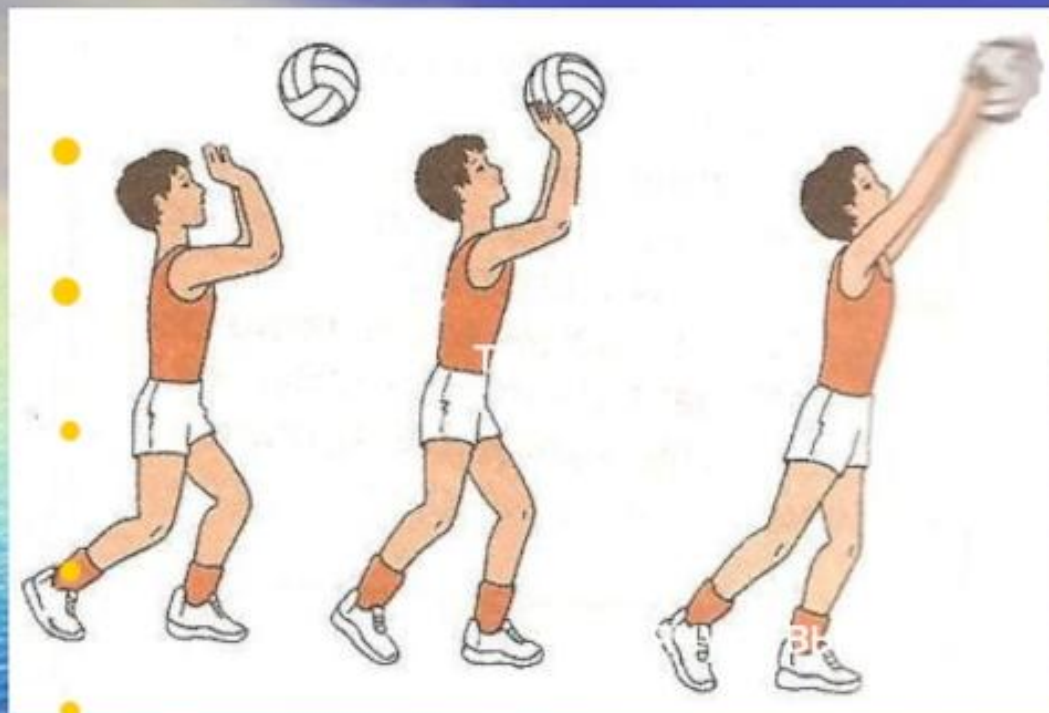
Различают атакующие удары по ходу, удары с переводом и обманные удары (скидки).



Выполнение передачи



Передачи мяча



**Передача мяча
сверху двумя**

ОСНОВНОЙ

прием. Игрок

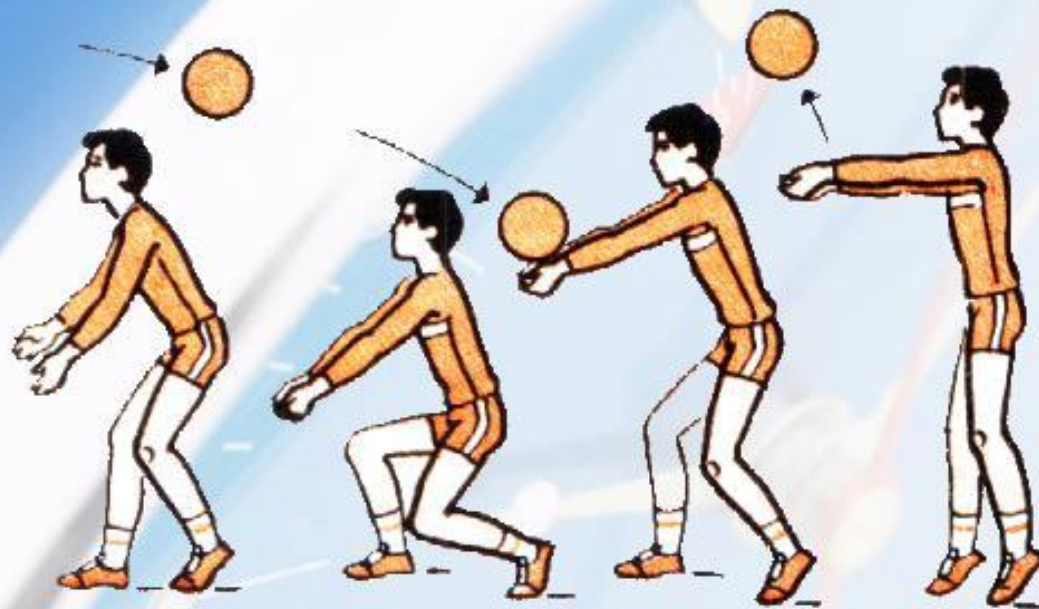
правильно выйти

исходное положение.

Техника:

ноги согнуты в коленях, одна нога впереди, Туловище вертикально, руки вынесены вперед-вверх и согнуты в локтях, кисти на уровне лица. Кисти образуют «ковш», пальцы напряжены и слегка согнуты. При передаче ноги и руки выпрямляются, и мячу передаётся нужное направление.

Техника выполнения передачи мяча двумя руками снизу



При передаче следует выполнять некоторое сопровождение мяча руками. Руки должны занимать одинаковое, постоянное положение. Малейшее повышение одного предплечья над другим изменит направление отскока мяча.



Спасибо за внимание!

