

Игра волейбол

- ▶ **Волейбол** (англ. volleyball от volley — «удар с лёта» и ball — «мяч») — 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 (добить до пола), либо чтобы игрок защищающейся команды допустил ошибку.

Создатель игры волейбол

Волейбол – командная спортивная игра с мячом двух команд.

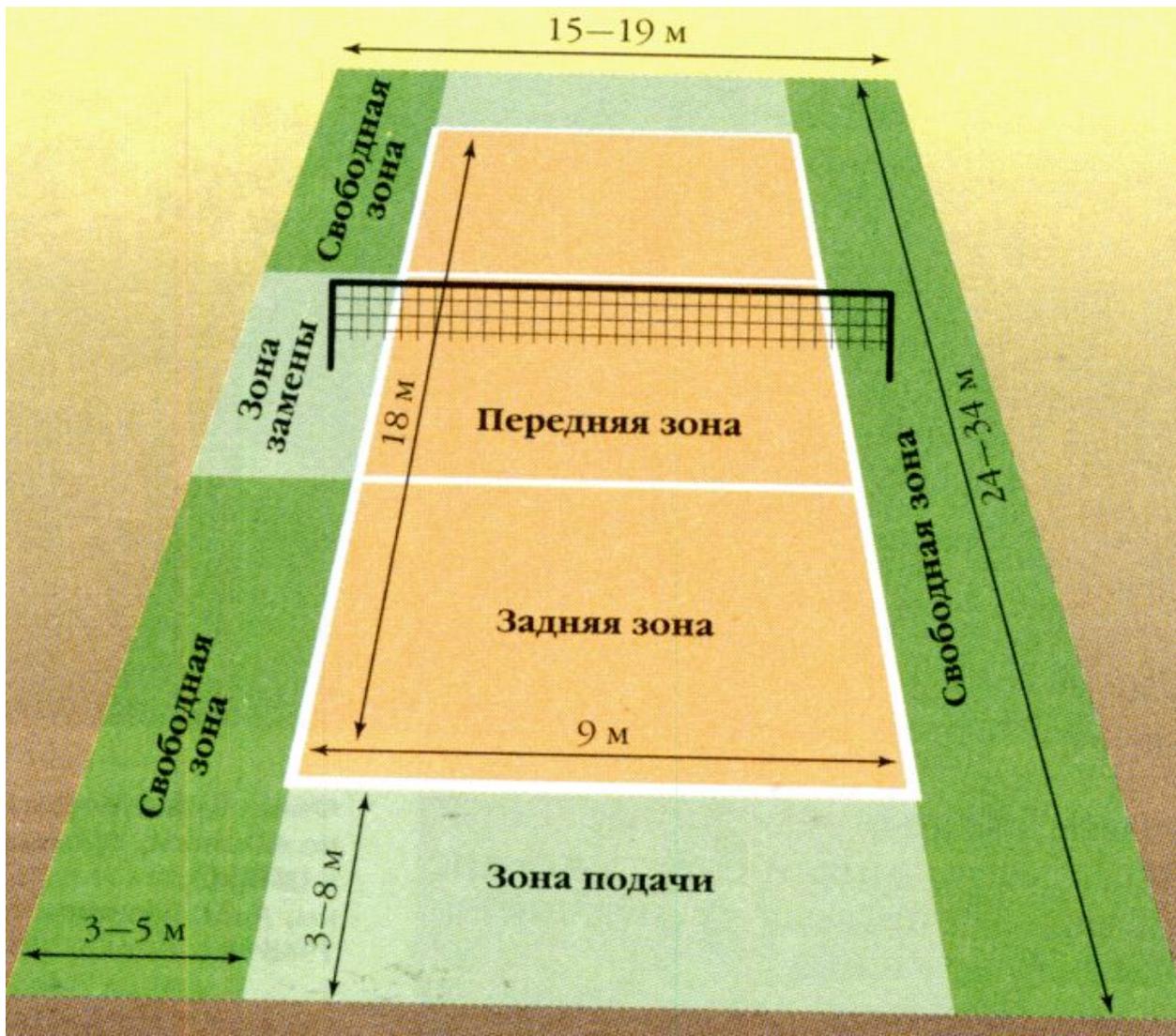
Игра в волейбол появилась в 1895 году в США. Игру придумал преподаватель физкультуры колледжа Вильямс Морган, он же и придумал первые правила.



- ▶ Важнейшими качествами для игроков в волейбол являются прыгучесть для возможности высоко подняться над сеткой, реакция, координация, физическая сила для эффективного произведения атакующих ударов.
- ▶ Для любителей волейбол – распространённое развлечение и способ отдыха благодаря простоте правил и доступности инвентаря.



РАЗМЕР ПЛОЩАДКИ



Общие правила

- ▶ Игра ведётся на прямоугольной площадке размером 18х9 метров. Волейбольная 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.
- ▶ 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. 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 право подачи переходит от одной команды к другой в результате розыгрыша очка, игроки перемещаются в следующую зону по часовой стрелке.



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.



▶ 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.

▶ 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.

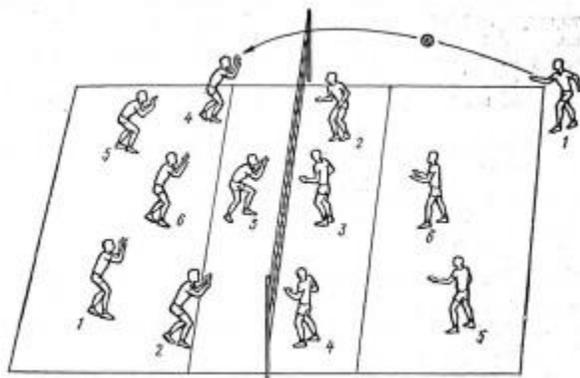


Рис. 1. Розміщення гравців на волейбольному майданчику

- ▶ **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.

- ▶ **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.



▶ **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.



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.

▶ 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.





▶ Как отбивать мяч в волейболе, техника удара в волейболе:

- ▶ Мяч в волейболе отбивается руками любым способом. Если мяч коснулся 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 коснулись к мячу одновременно, то это считается за 2 удара, и право на третий удар не имеет ни один из этих игроков.
- ▶ Если один игрок коснулся 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.

▶ **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.



▶ Подсчет очков в волейболе:

- ▶ 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.

Нарушение правил



▶ При подаче

- ▶ Игрок заступил ногой на пространство площадки.
- ▶ Игрок подбросил и поймал мяч.
- ▶ Мяч касается антенны, игрока подающей команды или не пересекает вертикальную плоскость сетки полностью через площадку перехода, выходит в аут.
- ▶ подача, совершённая до свистка судьи, не засчитывается и повторяется.
- ▶ По истечении 8 секунд после свистка судьи мяч передаётся команде соперников.

При розыгрыше

- ▶ Сделано более трёх касаний (не учитывая блок).
- ▶ Касание любой части сетки игроком.
- ▶ Заступ игроком задней трёхметровой линии при атаке.
- ▶ Ошибка на приёме: двойное касание или задержка мяча.
- ▶ Переход центральной линии.