

Ненарокова
Ксения

Мой любимый вид спорта-волейбол.
Он развивает во мне много качеств-
точность, сдержанность и
сбалансированность. А главное,
после каждой игры я чувствую себя
сильнее. Ведь спорт-залог здоровья.



Волейбол

Что такое волейбол?

- Волейбол — спортивная командная игра, в которой 2 команды на площадке, разделенной сеткой, пытаются направить на сторону соперника мяч так, что он упал на площадку противника, либо же, чтобы противник допустил ошибку. В каждой команде 12 человек, из них 6 играющих и 6 на замене.

Виды волейбола

**Существуют многочисленные варианты волейбола ,
ответвившиеся от основного вида:**

- Пляжный волейбол**
- Мини- волейбол**
- Пионербол**
- Парковый волейбол**

Правила волейбола

- Площадка строго 19 x 9 м.
- В каждой команде может быть 14 игроков. Но на игровую площадку допускается только 6 игроков.
- Позиция либеро. Игрок либеро может заменить на задней линии любого игрока. Но он не может атаковать команду противника. Цвет формы либеро отличается от остальных командных игроков.
- Набор очков. Раньше партии разыгрывались до 15 очков со своей подачи. Сегодня каждая партия разыгрывается до 25 очков, победа присуждается тому, что победил в 3 партиях.
- Атака производится тремя касаниями. Первое – прием и передача, второе – выбор связующего игрока для атаки, третье – атакующий удар.
- Зона. Различают 6 зон, которые закрепляются при стартовой расстановке за игроками. После перехода мяча каждый раз волейболисты перемещаются от большей зоны к меньшей.
- Защита, цель которой довести мяч до связующего игрока без потери очков и мяча.
- Розыгрыш после подачи мяча. Игрок не может делать больше 3-ех касаний.

Амплуа игроков в волейболе и их функции

- Доигровщики (нападающие второго темпа) – игроки, атакующие с края сетки.
- Диагональные – самые высокие и прыгучие игроки команды, как правило, атакуют с задней линии.
- Центральные блокирующие (нападающие первого темпа) – высокие игроки, блокирующие атаки соперника, атакуют из третьей зоны.
- Связующий – игрок, определяющий варианты атаки.
- Либеро — основной принимающий, рост обычно меньше 190 сантиметров.

Крупнейшие соревнования по волейболу

- Олимпийские игры – самые престижные соревнования по волейболу.
- Чемпионат мира – соревнования сильнейших национальных волейбольных сборных, которые проводятся один раз в четыре года. Являются вторыми по престижности соревнованиями по волейболу, после Олимпийских игр.
- Кубок мира – международный турнир по волейболу среди мужских и женских сборных. Проводится за год до Олимпийских игр, а его призёры получают гарантированные места на Олимпийских играх.
- Всемирный Кубок чемпионов. Всемирный кубок чемпионов проходит в год, предшествующий году проведения чемпионата мира.
- Мировая лига (FIVB World League) – самый престижный коммерческий турнир мужских национальных волейбольных сборных.
- Гран-при по волейболу – крупнейший коммерческий турнир для женских национальных волейбольных сборных.
- Чемпионат Европы – соревнования сильнейших национальных волейбольных мужских и женских сборных стран-членов Европейской конфедерации волейбола. Проводится один раз в два года.
- Евролига – ежегодное соревнование волейбольных сборных, проводимое под эгидой Европейской конфедерации волейбола.

Есть любимое увлечение

Волейбол - моя отрада.
В спорте девушке нужны.
Заниматься очень рада
Для здоровья и души.



Спасибо за внимание