

ГБПОУ «Челябинский педагогический колледж № 2»

# Организация и проведение соревнований по волейболу

Преподаватель: Штыков М.В.

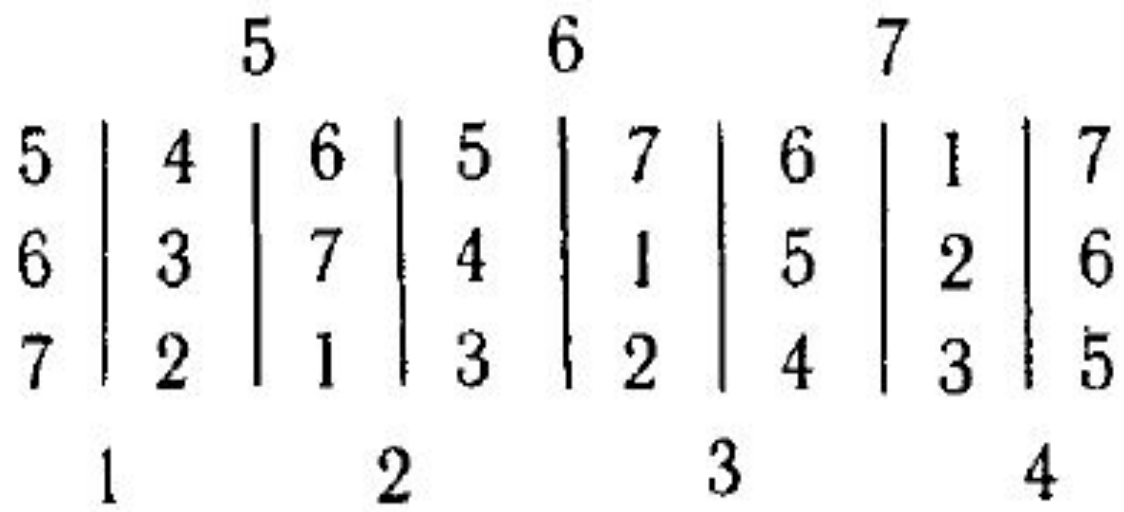
# План

- 1.Круговой способ проведения соревнований по волейболу
- 2.Способ с выбыванием
- 3.Подготовительный период
- 4.Соревновательный период
- 5.Правила соревнований по волейболу
- 6.Судейство на соревнованиях по волейболу

# 1.Круговой способ проведения соревнований по волейболу

- Каждая команда по очереди играет со всеми остальными. Победительницей считается команда, выигравшая наибольшее число встреч. Одновременно выявляют (по числу выигранных встреч) и последующие места, занятые командами.
- очередность встреч определяют по специальной таблице. В порядке жребия команды получают номера с первого до последнего — по числу участвующих. По таблице определяют, какие «номера» встречаются между собой в каждый день соревнований. Команда, номер которой указан первым, играет на своем поле. Если число команд-участниц нечетное, то команда, рядом с номером которой указан номер в скобках (он обозначает «недостающую» команду), в данный день свободна от игр.
- Таблицу для любого числа команд можно составить самостоятельно. Число играющих команд делят пополам и пишут столбиками цифры, начиная со второй половины, причем если число команд-участниц нечетное, то на 2 делят очередную четную цифру. Например, играют 7 команд. Следующую за 7-й четную цифру 8 делят на 2 и пишут столбиком цифры, начиная со второй половины, т. е. с 5:
  - 5
  - 6
  - 7

- При четном числе команд-участниц последнюю цифру не пишут. Рядом с написанным таким образом столбцом цифр проводят вертикальную линию и под ней пишут цифру 1, а в столбике (снизу вверх) — следующие по порядку цифры: 2, 3, 4. Вновь проводят вертикальную линию и над ней пишут очередную цифру (в данном случае 5) и т. д., помещая очередную цифру то под линией, то над ней:



## Таблицы встреч Для 7 и 8 команд

1-й день	2-й день	3-й день	4-й день
1—(8)	(8)—5	2—(8)	(8)—6
2—7	6—4	3—1	7—5
3—6	7—3	4—7	1—4
4—5	1—2	5—6	2—3
5-й день	6-й день	7-й день	
3—(8)	(8)—7	4—(8)	
4—2	1—6	5—3	
5—1	2—5	6—2	
6—7	3—4	7—1	

## Способ с выбыванием

- При проведении соревнований этим способом каждая команда выбывает после первого проигрыша.
- Составляя расписание игр и таблицы соревнований, порядковый номер команды в таблице определяется жеребьевкой. Если число участвующих команд равно степени двух (4, 8, 16, 32 и т. д.), то названия команд располагают в таблице сверху в порядке, определенном жребием. Первая команда играет со второй, третья — с четвертой и т. д. В игру вступают все команды-участницы. Победители первого круга играют между собой (также попарно) в порядке «сверху вниз». Круг, в котором встречаются 8 команд, называют четвертьфиналом; круг встреч четырех команд — полуфиналом и, наконец, решающие матчи двух лучших команд — финалом. Команда, выигравшая финальную встречу, становится победительницей соревнований.

# Подготовительный период

- Подготовительный период целесообразно делить на этапы, позволяющие точнее планировать подготовку в соответствии с намеченными задачами, Здесь закладываются основы будущих достижений и поэтому данный период должен быть, по возможности, более продолжительным. Тренировочная нагрузка на протяжении периода постепенно возрастает. Объем тренировочной нагрузки становится наибольшим к середине периода, затем снижается, но увеличивается интенсивность. Сроки и продолжительность периода и этапов зависят от задач подготовки, календаря соревнований.
- Подготовительный период делится на три этапа: этап общей подготовки, специальноподготовительный и предсоревновательный этапы.
- Этап **общей подготовки**. На этом этапе имеет место большой объем тренировочных нагрузок с общеразвивающей направленностью. Нагрузки по специальной и технико-тактической подготовке незначительны. Тренировка на этапе общей подготовки имеет исключительно важное значение, поскольку создает фундамент физической и функциональной готовности спортсменов, на котором базируется специальная подготовка. Частными задачами являются:
  - —разностороннее физическое развитие и укрепление здоровья;
  - —дальнейшее развитие силы мышечных групп ног, туловища, плечевого пояса, скорости перемещений и быстроты выполнения разнообразных движений; воспитание ловкости и умения координировать движения; совершенствовать умения выполнять движения без излишних напряжений;
  - —повышение функциональных возможностей организма спортсменов: совершенствование деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, повышение уровня обменных процессов и на этой основе повышение уровня общей выносливости;
  - —стимулирование восстановительных процессов;
  - —улучшение психологической готовности;
  - —восстановление и совершенствование навыков в выполнении технических приемов;
  - —повышение уровня знаний в области теории и методики тренировки, гигиены, врачебного контроля и самоконтроля.
- **Добиться высокой работоспособности организма в целом** — главная задача этапа общей подготовки волейболистов высокой квалификации.
- Наибольший прирост результатов общей работоспособности организма волейболистов наблюдается при использовании в тренировочной работе на этапе общей подготовки микроциклов 6-1,5-1,4-1,3-1.

## Соревновательный период

- Основными задачами этого периода являются повышение достигнутого уровня специальной подготовленности и достижение высоких спортивных результатов в соревнованиях. Эти задачи решаются с помощью соревновательных и близких к ним специально подготовительных упражнений.
- Организацию процесса специальной подготовки в соревновательном периоде осуществляют в соответствии с календарём главных соревнований, которых у квалифицированных спортсменов обычно бывает не более 2 – 4. В главных соревнованиях спортсмен должен находиться в состоянии спортивной формы, то есть в готовности показать свой максимальный результат, победить или занять возможно более высокое место.
- Для того чтобы попасть в состав участников главных соревнований, спортсмену необходимо в отборочных соревнованиях занять соответствующее место (определённое в принципах отбора на данных соревнованиях) или выполнить заранее определённый норматив. Все остальные соревнования носят как тренировочный, так и коммерческий характер; специальная подготовка к ним, как правило, не ведётся.



# Правила соревнования по волейболу

- **Действия игроков**
- Цель игры получить очко, забив мяч на противоположную сторону или заставить противника ошибиться.
- Команды состоят из 14 игроков, 6 из которых одновременно находятся на поле, оставшиеся запасные. Правила игры в волейбол предусматривают 6 замен в одной партии.
- Право на первую подачу определяют жеребьевкой. подача осуществляется из-за задней линии. Если подающий заступает, отправляет мяч за пределы поля или попадает в сетку, то команда теряет подачу, а противник получает очко.
- Правила в волейболе разрешают **разыгрывать мяч на своей половине площадки не более чем в три касания (блок не учитывается)**, обычно это прием, затем распасовка и атакующий удар.
- Принимать подачу имеет право любой играющий, обычно это делают спортсмены, находящиеся на задней линии. Подачу не блокируют. Правила **волейбола** позволяют ударять по мячу любой частью тела один раз.
- Атакующий удар проводится над сеткой. Игрок с первой линии может проводить атаку из любой точки своей половины поля. **Члены команды находящиеся на позициях задней линии атакуют от трехметровой отметки.**
- Блокирование атаки проводится над сеткой так чтобы помешать, мячу перелететь через сетку. При блоке можно переносить руки на сторону соперников, не создавая при этом для них помех. Блокируют только игроки с передней линии.

- **Ход матча**
- Официальные правила волейбола определяют победителя при выигрыше в трех партиях. Вначале играют 4 партии до 25 очков и разницы минимум в 2. При ничейном счете играют короткую партию до 15 очков. По окончании каждой партии сборные меняются половинами.
- **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.

## • **Судьи и судейство**

- Судейство на волейбольных матчах осуществляют:
- два основных судьи (контролируют ход матча, следят за нарушениями, только они имеют право остановить игру свистком и дают сигнал к началу);
- судья-секретарь (отвечает за ведение протокола);
- линейные судьи (отвечают за соблюдением правил в поле).
- В процессе судейства все сигналы подаются жестами. Если нарушены правила во время игры в волейбол линейный судья сообщает об этом второму судье при помощи специальных сигнальных флажков. Все решения о наказании выносит первый судья.
- Игрокам запрещено пререкаться с судьями. По окончании матча участники могут подать протест.
- Это были основные правила волейбола кратко. Практически ежегодно выходят их новые редакции, тестируются нововведения. Постоянно увеличивающаяся скорость игры позволяет сокращать время матчей, а, следовательно, все чаще включать их в телевизионный эфир.