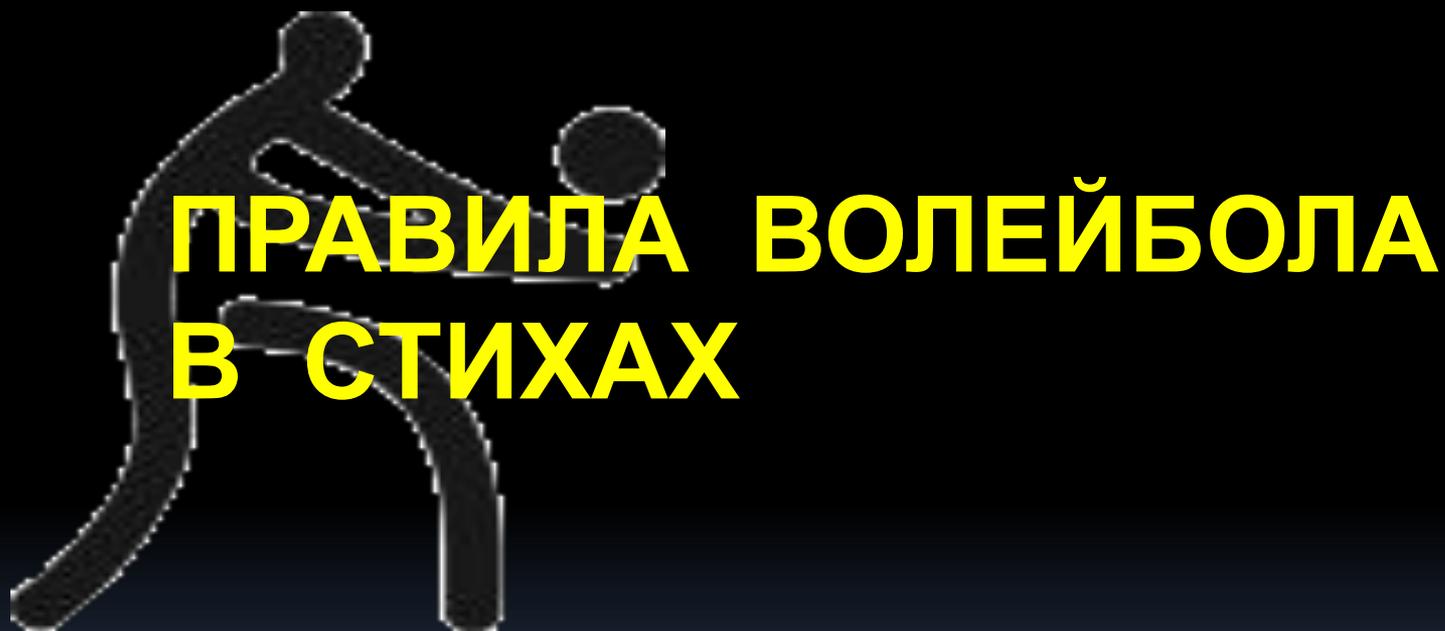


*Каждый футболист мечтает научиться играть в волейбол,
Но для этого с головой должны дружить руки (шутка)*



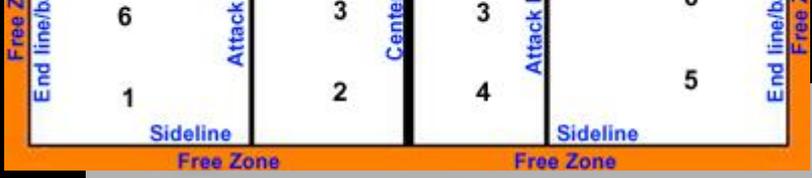
Автор: учитель физической культуры ГБОУ
СОШ№1133 Кузьмин Виктор Юльевич



*Что такое волейбол?
Не похож он на футбол.
Бегать далеко не надо,
Только прыгай до упаду.*

*Бей по мячику сильней,
Ну и главное точней.
Очень дружная игра,
Правила учить пора:*





На площадке
есть разметка,



Через всю площадку сетка
Высота **два сорок три**,
Ну - ка, руку протяни

Сетка женская пониже.
Мяч летит к земле поближе,
В остальном различий нет,
Зал огромный, в зале свет.

Чтобы дети били метко,
Мы еще опустим сетку -
Есть специальная таблица
Ознакомьтесь - пригодится

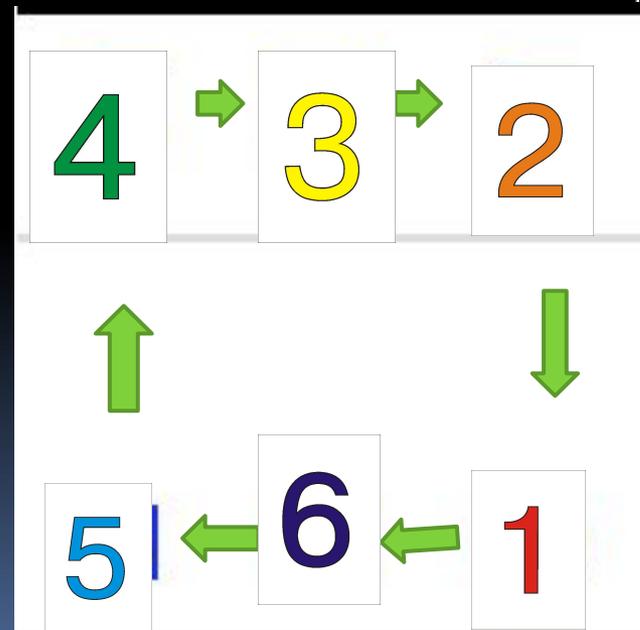
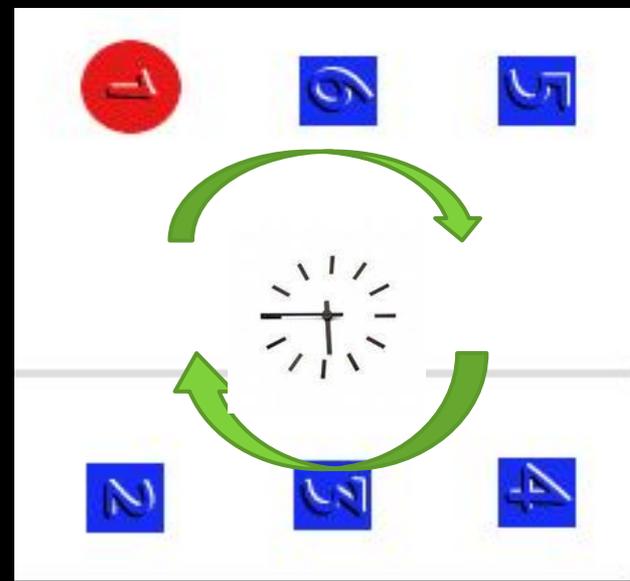
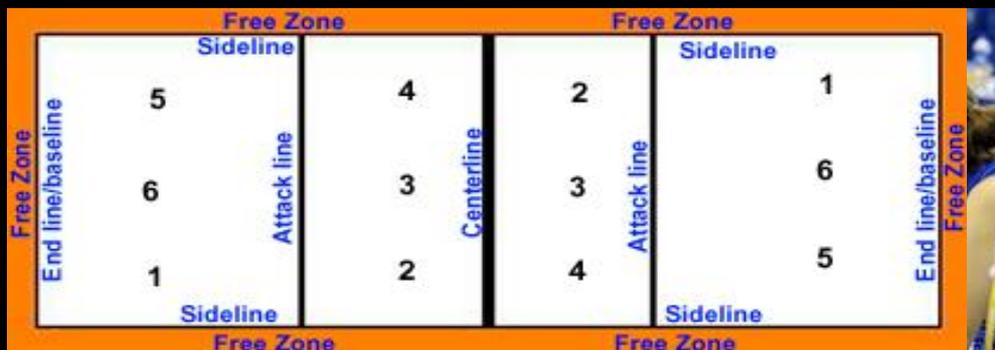
Группа	Высота сетки в м	Возраст лет		До 18
		До 14	До 16	
Мальчики и юноши		2,20 м	2,35 м	2,43 м
Девочки и девушки		2,10 м	2,20 м	2,24 м
Мужчины	2,43 м			
Женщины	2,24 м			

*По свистку в начале матча
Через сет летит подача.
Подают одной рукой
Не ногой, не головой.*

*Сверху, снизу, боковую,
А с прыжком - так силовую.
Чем подача лучше,
Тем команда круче.*

*Подаешь – не заступай,
Через сет перебивай
И противнику в площадку
Мяч точнее забивай.*





*Игроков в команде шесть,
Запасные тоже есть.
Друг за другом по площадке
Ходят строго по порядку.*

*«Первый» номер - подает
«Третий» номер - пас дает.
Нападают :«Два», «Четыре»,
«Шесть» – защитник лучший в мире.*

*Помогает номер «пять»
Трудные мячи поднять.*





Две ладошки вместе – блок
Чтоб противник бить не мог.





Чуть не позабыл о нем,
Главное в игре **ПРИЁМ**.
Мяч летит как самолет,
Но защитник все берет.

Если ростом не высок,
есть реакция, бросок,
ЛИБЕРО - всегда поможет
Очень нужный он игрок.

В нападении не бьет,
Никогда не подает,
Отличается по цвету,
Он в защите всех порвет.



НАПАДАЮЩИЙ УДАР –

Сильное оружие,
Рост, прыжок – ты супер стар,
Чемпион заслуженно.





*Самый главный здесь **судья**,
Не поспоришь с ним друзья
Кучу правил знает он,
Слово у судьи – закон.*

*Судьи могут ошибаться
Но нельзя с судьей ругаться,
Криком правду не найдешь.
Лишь команду подведешь,*

*У судьи для горлопанов
Карточки лежат в карманах.
Желтая и красная,
Та и та опасная.*





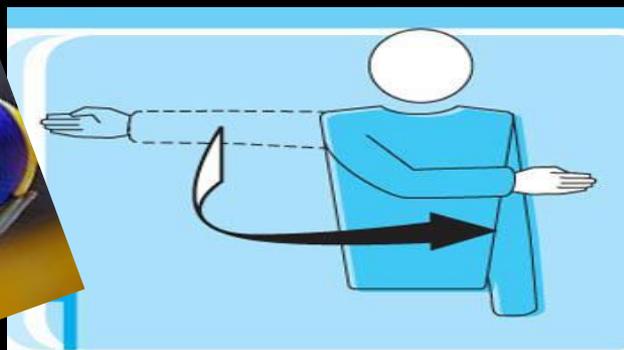
**Много языков на свете,
А судья за все в ответе:
Как китайцу объяснить,
Что точнее нужно бить?**

**Высоко сидит над сеткой,
Ошибается он редко.
Он не просто так молчит,
Он руками говорит,**

Officials Signals
The Following Signals Are Generally Used By All Rulebooks.
Volleyball Southern California Style <http://home.earthlink.net/~stakehany>

1 Illegal Alignment / Misplaced Server	2 Line Offense	3 Misa Hit	4 Delay of Service	5 Over the Net
6 Net Fault or Net Serve	7 Legal Back Row Attack	8 Risk-Risk Attacker	9 Block/Screening	10 Ball Touch
11 Four Hits	12 Double Hit	13 Ball Lands In-Bounds	14 Out of Bounds / Antenna Violation	15 Begin Serve
16 Side Out	17 Point	18 Reply/No-serve	19 Substitution	20 Illegal Substitution
21a Team Time Out	21b Officials Time Out	22 Unnecessary Delay	23 End of Game	24 Change of Courts





Мячик просится в полет
Вот судья свисток дает,
На кого рукой покажет,
Та команда подает.





Вниз ладонь – попал мяч в точку
Подавай – болельщик рад,
Промахнулся - по свисточку
Руки снизу- вверх- назад.





С правилами стало ясно,
Но играть еще опасно,
Чтобы травмы избежать,
Разминку нужно уважать.



Потянуться, разогреться,
Правильно к игре одеться:
Шортики, футболочки,
Красота с иголки.

Туфли волейбольные -
Не ботинки школьные
Сверху наколеннички,
Снять часы и фенички.

Пирсинг и сережки
Прячь – вы не матрешки,
Если не снимается,
То пластырем скрывается.

Порой неуважение-
Причина поражения,
Недружное приветствие
Для команды бедствие,

Проиграл очко – не плачь,
Отдавай спокойно мяч,
Будь ты трижды меткий,
Мяч верни под сеткой.

Не лупи почему попало,
Даже если все достало,
Успокойся, соберись
И команде улыбнись.

Не кричите друг на друга,
Даже если дело туго,
Каждый, ведь, старается,
Ну, не получается.

Three white volleyballs are shown in a row, each surrounded by a bright orange and yellow flame effect, suggesting they are on fire. The background is dark with some faint grid lines.

*А теперь пора за дело,
На площадку вышли смело,
Зал кричит – трясется пол,
Мы играем в*

A white volleyball is positioned on a blue volleyball net. The net is made of a dark blue mesh. The background is a solid blue color.

Волейбол !!!