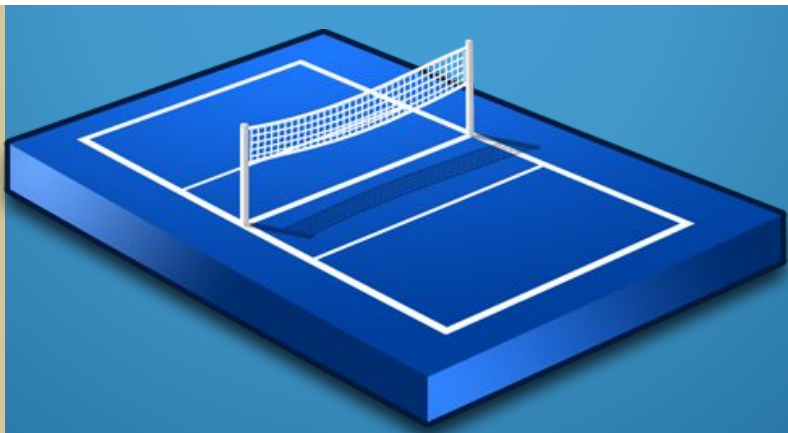


VOLLEYBALL



Выполнила:
Вахонина Анна, 10 Б
МБОУ СОШ № 121
Учитель физической культуры
Уразова И.К.

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. При этом для организации атаки игрокам одной команды разрешается не более трёх касаний мяча подряд (в дополнение к касанию на блоке).

Существуют многочисленные варианты волейбола, ответвившиеся от основного вида — пляжный волейбол (олимпийский вид с 1996 года), мини-волейбол, пионербол, парковый волейбол (утверждённый конгрессом FIVB в ноябре 1998 года в Токио)



Волейбол — неконтактный, комбинационный вид спорта, где каждый игрок имеет строгую специализацию на площадке. Важнейшими качествами для игроков в волейбол являются прыгучесть для возможности высоко подняться над сеткой, реакция, координация, физическая сила для эффективного произведения атакующих ударов.

История

● Изобретателем волейбола считается Уильям Дж. Морган, преподаватель физического воспитания колледжа Ассоциации молодых христиан (YMCA) в городе Холиоке (штат Массачусетс, США). В 1895 году 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». Позже игра демонстрировалась на конференции колледжей ассоциации молодых христиан в Спрингфилде и по предложению профессора Альфреда Т. Хальстеда получила новое название — «волейбол». В 1897 году в США были опубликованы первые правила волейбола

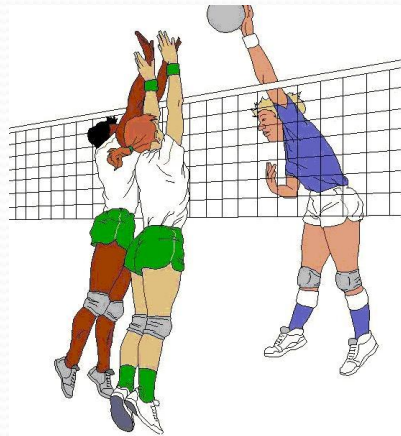


Правила игры

- 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.
- Каждая из двух команд может иметь в составе до 14 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 право подачи переходит от одной команды к другой в результате розыгрыша очка, игроки перемещаются в следующую зону по часовой стрелке.



Нарушения правил



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.

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 площадь перехода, выходит в аут.
- подача, совершённая до свистка судьи, не засчитывается и повторяется.
- По истечении 8 секунд после свистка судьи мяч передаётся команде соперников.

Регламент

- Нарушение расстановки.
- Неспортивное поведение одного из игроков или тренера.



Амплуа игроков

| № | амплуа | представители | характеристика |
|---|--|--|---|
| 1 | Доигровщик (нападающий второго темпа) | Жиба Франческа Пиччинини Елена Година Сергей Тетюхин | атакуют с краёв сетки, пайп |
| 2 | Диагональный | Иван Милькович Росир Кальдерон Максим Михайлов Екатерина Гамова | самые мощные, высокие и прыгучие игроки команды, атакуют в основном с задней линии, не участвуют в приёме |
| 3 | Центральный блокирующий (нападающий первого темпа) | Луиджи Мастранджело Валевска Дмитрий Мусэрский Юлия Меркулова | как правило самые высокие игроки, блокируют удары соперника, атакуют из 3-й зоны |
| 4 | Связующий | Никола Грбич Ёсиэ Такэсита Вячеслав Зайцев Ирина Кириллова | определяет игру и варианты атаки |
| 5 | Либеро | Кшиштоф Игначак Чжан На Екатерина Уланова Алексей Вербов | основной принимающий, рост обычно < 190 см |

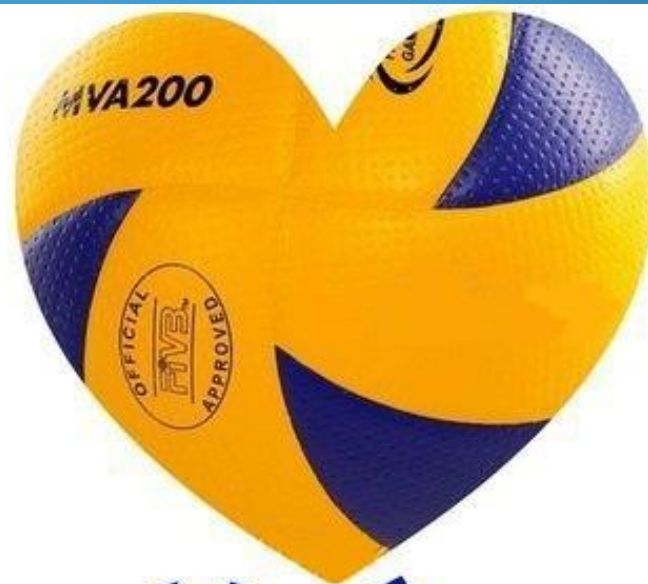
Словарь терминов и жаргонных выражений

- **Брейковое очко** — очко, взятое командой со своей подачи.
- **Взлёт** — короткий быстрый пас нападающему в 3-ю зону, который в момент касания мяча связующим уже находится в воздухе с рукой, готовой для нанесения удара.
- **В тапочки** — мяч после блока отлетает ровно в пол перед атакующим игроком
- **Второй темп** — вариант атаки, при котором связующий подключает диагональных нападающих.
- **Диг** — защитный удар, выполняемый в падении, поднимающий мяч вверх ударом тыльной стороной ладони.
- **Добить до пола** — основная цель игры в волейбол.
- **Доигровка** — продолжение атаки, когда принимающая команда не смогла организовать съём. Продолжительная доигровка характерна для женского волейбола.
- **Загнать под кожу** — при атакующем ударе нападающего загнать мяч между сеткой и руками блокирующих.
- **Зачехлить** — закрыть атаку соперника блоком.
- **Котёл** — зона в середине площадки за 3-х метровой линией. Самое частое направление скидок при нападении.
- **Морита** — атакующий удар, выполненный на ложном замахе, когда нападающий имитирует разбег на взлёт, выдерживает паузу и бьёт уже по опускающемуся блоку соперника. Эта красивая и сложная комбинация, названная по фамилии японского волейболиста Дзюнго Мориты, чемпиона Олимпийских игр 1972 года, в настоящее время крайне редко применяется в профессиональном волейболе.
- **Надеть на уши** — игровая ситуация, когда отразившийся от блока мяч ударяется обратно в атакующего. Неприятный для игрока результат атаки.

- **Организованный блок** — правильно построенный сомкнутый групповой блок, закрывающий наиболее вероятное направление удара и создающий максимальные проблемы атакующему.
- **Отведённый пас** — Атакующему удобнее всего атаковать мячом, доведённым прямо на линию сетки, что увеличивает сектор удара. Если же пас для атакующего удара неудачно отведён далеко от сетки, то это затрудняет успешный удар.
- **Отыгаться от блока** — несильным ударом об край блока отправить мяч в аут или оставить в игре для более успешной доигровки.
- **Пайп** — вариант атаки, когда связующий подключает к атаке игрока из 6-й зоны. При этом атакующий игрок бьёт, отталкиваясь из-за 3-х метровой линии.
- **Первый темп** — вариант атаки, при котором связующий передаёт мяч коротким пасом игроку из третьей зоны.
- **Переходящий мяч** — мяч, перелетающий на сторону противника невысоко над сеткой, позволяющий легко выиграть очко атакой с первого же удара. Обычно возникает при плохом приёме подачи.
- **Планер** или **Флот** — планирующая подача, при которой мяч летит по неустойчивой траектории, меняя направление полета.
- **Позитивный приём** — хороший приём подачи, который позволяет связующему выбрать любую задуманную им передачу и комфортно её сыграть.
- **Сняться** — выиграть очко в результате своей атаки после подачи соперника.
- **Схема 4-2, 5-1, 6-2** — различные тактические схемы игры. Схема 4-2 — четыре нападающих и два связующих в противоположных зонах, передачу отдаёт тот из них, кто находится на передней линии. Схема 5-1 — пять нападающих и один связующий, выходящий на передачу с передней и с задней линии. Схема 6-2 — четыре нападающих и два связующих, передачу отдаёт тот из них, кто выходит с задней линии, в то время как связующий на передней линии играет в атаке.
- **Съём** — а) мощный удар по мячу в верхней точке его траектории, б) выигрыш мяча на подаче противника.
- **Эйс** — очко, выигранное непосредственно с подачи, когда мяч доведён до пола или произошло только одно касание и мяч ушёл в аут.

Спасибо за
внимание!!!

Я



волейбол