

**ФГАОУ ВО «Сев ГУ»
Центр «Физическая культура и спорт»
кафедра «Физвоспитание и спорт»
учебно-спортивная специализация
«Волейбол»**

**Тема № 1: Правила игры в волейбол (кратко по
пунктам)**

Презентация подготовлена:

**Старший преподаватель кафедры «ФВ и С»
ФГАОУ «Сев ГУ» Потёмкина Е.И.**

Характеристика игры



Волейбол является спортивной игрой с мячом, в которой две команды соревнуются на специальной площадке, разделенной сеткой. Существуют различные версии игры, чтобы показать ее многогранность.

Цель игры — направить мяч над сеткой, чтобы он коснулся площадки соперника, и предотвратить такую же попытку соперника. Для этого команда имеет 3 касания мяча (и еще одно возможное дополнительное касание мяча на блоке).

Мяч вводится в игру подачей: подающий игрок ударом направляет мяч на сторону соперника.

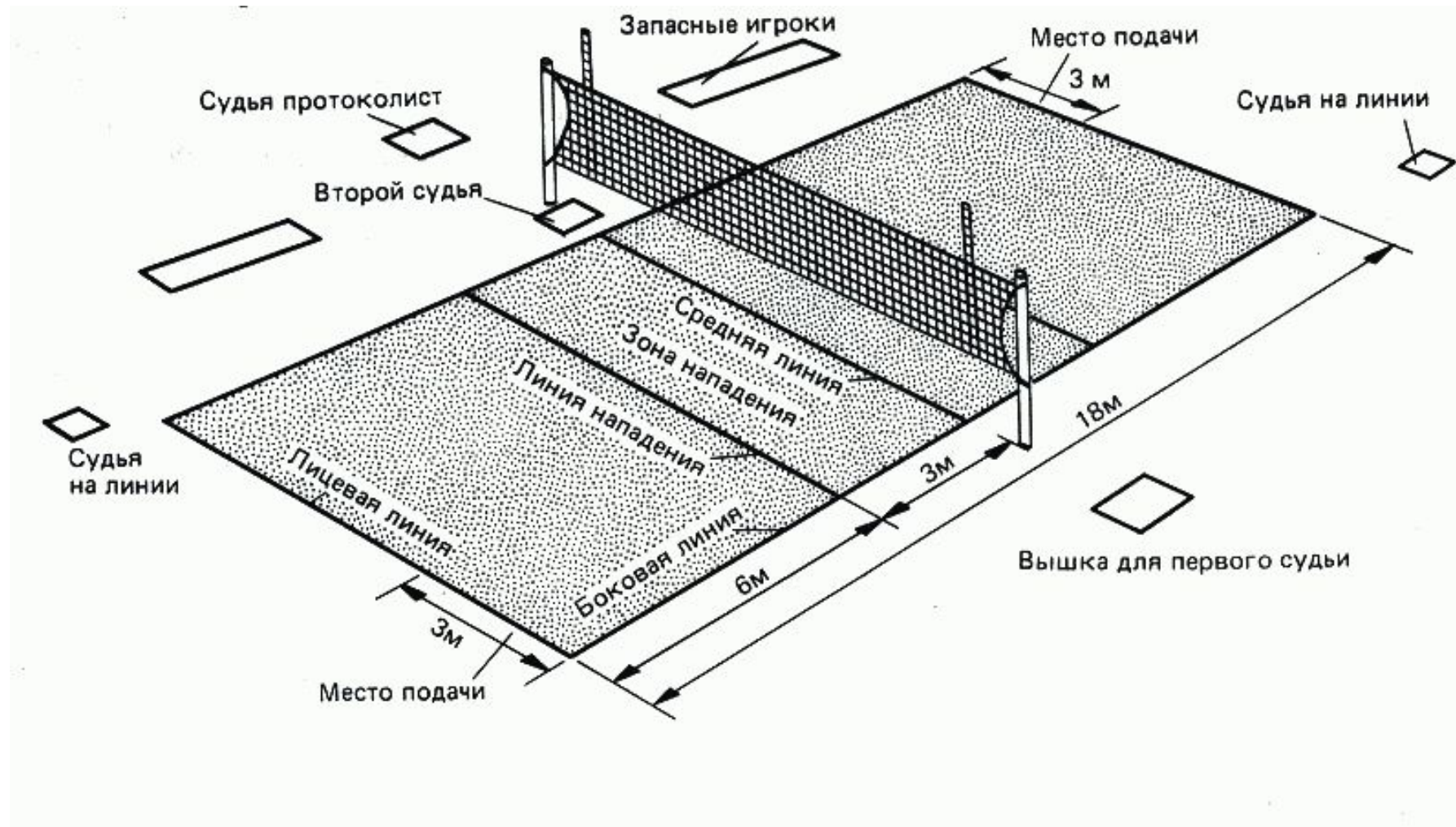
Розыгрыш каждого мяча продолжается до его приземления на площадку, выхода «за» или ошибки команды. В волейболе команда, выигравшая розыгрыш, получает очко (система «каждый розыгрыш — очко»).

Когда принимающая команда выигрывает розыгрыш, она получает очко и право подавать, и ее игроки переходят на одну позицию по часовой стрелке.

Сооружения и оборудование

- ▶ Для игры в волейбол используется площадка размером 18 на 9 метров. Она пополам разделена сеткой, поднятой на высоту 243 см для мужских команд и 224 см - для женских.
- ▶ Сама площадка условно разделена на шесть зон по количеству участников игры. Переход из зоны в зону осуществляется по часовой стрелке. Так, первой зоной называется та, из которой производится подача. Из неё игрок переходит сразу в пятую зону, минуя среднего защитника, именуемого либеро.
- ▶ Ширина всех линий 5 см. Линии должны быть светлыми и отличаться по цвету от пола и любых других линий.
- ▶ **Ограничительные линии.** Две боковые и две лицевые линии ограничивают игровую площадку. **Боковые и лицевые линии входят в размеры игровой площадки.**
- ▶ **Средняя линия.** Ось средней линии разделяет игровую площадку на две равные площадки размером 9х9 м каждая. Эта линия проведена под сеткой от одной боковой линии до середины другой.
- ▶ **Линия атаки.** На каждой площадке линия атаки наносится в 3-х метрах сзади от средней линии.

Площадка и игровые зоны



Волейбольный мяч

- Для игры, как правило, используется волейбольный мяч Микаса. Его вес составляет 260-280 грамм, а диаметр - 65- 67 сантиметров.



Официальный игровой мяч
Всемирной федерации волейбола
FIVB - Mikasa MVA200-
Официальный мяч Олимпийских
игр с 2008 года- Новый
уникальный материал.

Участники

- ▶ **Команда** может состоять максимум из 12 игроков, одного тренера, одного помощника тренера, одного массажиста и одного врача. (Стартовый состав команды: 6 игроков).
- ▶ **Тренер и капитан** команды отвечают за поведение и дисциплину членов их команды.
- ▶ Перед матчем **капитан команды** подписывает протокол и представляет свою команду на жеребьевке. Когда мяч находится вне игры, только игровому капитану разрешено обратиться к судьям, спрашивать разъяснение применения Правил и представлять просьбы или вопросы партнеров. После окончания матча капитан команды благодарит судей и подписывает протокол, подтверждая результат матча.
- ▶ **Капитан команды** должен иметь на своей футболке полоску 8 x 2 см, подчеркивающую номер на груди.
- ▶ На протяжении матча **тренер руководит** игрой своей команды, находясь за пределами игровой площадки. Он определяет стартовые составы и расстановки, замены и берет тайм-ауты.



Игровые действия

Верхняя прямая подача



Выполнение подачи

- ▶ **Подача** — это действие введения мяча в игру правым игроком задней линии, находящимся в зоне подачи. Обязательное условие подачи - игрок, её выполняющий, не может никакой частью тела коснуться площадки. Поданный мяч в полёте может коснуться сетки, но не должен задеть ограничительные антенны, что будет нарушением. Если при подаче мяч ушёл в аут, задел сетку и упал на поле подающей команды или подающим игроком были нарушены правила, то принимающей команде засчитывается очко и подача переходит к ней. Если же мяч коснулся поля принимающей команды, либо от рук её игрока ушёл в аут, очко засчитывается подающим, и тот же игрок выполняет следующую подачу.
- ▶ Подающий должен нанести удар по мячу в течение 8 секунд после свистка первого судьи на подачу.

Игровые действия

Приём

- ▶ Осуществить приём мяча, может любой игрок принимающей команды, но, как правило, это делают те, кто располагается на задней линии.
- ▶ Команде дано право максимум на 3 удара (в дополнение к блокированию).
- ▶ Игрок не может ударить мяч два раза подряд.
- ▶ Мяч может касаться любой части тела.
- ▶ Мяч должен быть ударен, а не схвачен и/или брошен.

Выполнение приёма



Игровые действия

Атака

- ▶ Все действия, в результате которых мяч направляется на сторону соперника, исключая подачу и блок, считаются атакующими ударами.
- ▶ Как правило, стандартная атака происходит следующим образом. Первым касанием принимающий игрок переводит мяч на связующего, вторым - связующий отдаёт удобный пас игроку атак, третьим - атакующий наносит завершающий нападающий удар.
- ▶ При атаке мяч должен лететь над сеткой между двумя антеннами. Игроки передней линии могут атаковать из любой точки, игроки задней линии - только из-за специальной трёхметровой линии, которая имеется на поле.

Атакующий удар



Игровые действия

Блокирование

- ▶ Блокирование — это действие игроков вблизи сетки для перехвата мяча, идущего от соперника, осуществляемое выносом любой части тела блокирующих выше верхнего края сетки.
- ▶ Важный элемент этого технического приёма - руки не должны мешать противнику до начала атаки.
- ▶ Принимать участие в блокировании могут только игроки передней линии, при этом допускается, что сделать это они могут в одно или несколько касаний.
- ▶ Касание блока одним из трёх игровых касаний не считается.
- ▶ Блокировать подачу соперника запрещается.

Коллективный блок



Игровой формат

- ▶ **Команда набирает очко:**
 - при успешном приземлении мяча на игровой площадке соперника;
 - когда команда соперника совершает ошибку;
 - когда команда соперника получает Замечание.
- ▶ **Партия** (кроме решающей — 5-й) выигрывается командой, которая первой набирает 25 очков с преимуществом минимум в 2 очка. В случае равного счета 24-24, игра продолжается до достижения преимущества в 2 очка (26-24, 27-25, ...).
- ▶ **Победителем матча** является команда, которая выигрывает три партии. При счете партий 2-2, решающая (пятая) партия играется до 15 очков с минимальным преимуществом в 2 очка. Пятая партия называется тай-брейк.
- ▶ После каждой партии, команды меняются сторонами. Все перерывы между партиями продолжаются 3 минуты. В течение этого времени происходит смена площадок и запись расстановки в протокол.
- ▶ В решающей партии, по достижении одной командой 8 очков, команды без задержки меняются площадками и расстановка игроков остается прежней.
- ▶ **Количество обычных перерывов:** каждой команде дано право максимум на **два тайм-аута по 30 секунд и на шесть замен игроков в каждой партии**. Во время тайм-аутов игроки, находившиеся на площадке, должны подойти к своей скамейке.

Игрок Либерио

Назначения, игровая форма,
разрешённые действия

- ▶ Каждая команда имеет право назначить среди 12 игроков одного (1) специализированного защитного игрока Либерио.
- ▶ Либерио не может быть ни капитаном команды ни игровым капитаном.
- ▶ Либерио должен носить форму, у которого, футболка должна быть контрастна по цвету с другими футболками членов команды и должна быть пронумерована.
- ▶ Либерио разрешается заменять любого игрока на задней линии, он не может подавать, блокировать, выполнять атакующий удар.
- ▶ Замещения Либерио не считаются как обычные замены, их число не ограничено.

Либерио - душа и сердце
команды



Основные нарушения правил

- ▶ В ходе игры нарушения игры происходят достаточно часто, и основными из них являются:
- ▶ При розыгрыше было допущено более трёх касаний мяча.
- ▶ Двойное касание: игрок дважды подряд коснулся мяча.
- ▶ Заступ при подаче.
- ▶ подача не сделана на протяжении 8 секунд, которые на это отведены.
- ▶ Игрок сделал заступ на поле соперника.
- ▶ Произошло касание верха сетки.
- ▶ Произведен бросок мяча.
- ▶ Расстановка игроков на площадке проведена неправильно.
- ▶ Имело место неспортивное поведение.

Судьи, их обязанности

- ▶ Судейская бригада на матч состоит из следующих официальных лиц:
 - первый судья;
 - второй судья;
 - секретарь;
 - четыре (два) судьи на линии.
- ▶ Все судейские сигналы во время игры подаются жестами.
- ▶ Первый судья выполняет свои обязанности сидя или стоя на судейской вышке, расположенной у одного из концов сетки. Он руководит всей судейской бригадой и участниками команд.
- ▶ Второй судья выполняет свои обязанности, стоя за пределами игровой площадки около стойки, на противоположной стороне от первого судьи, лицом в его сторону.
- ▶ Секретарь ведет протокол в соответствии с Правилами, взаимодействуя со вторым судьей.
- ▶ Судьи на линии контролируют боковую и лицевую линии на его стороне (при помощи флага)



Мужская сборная России по волейболу



Женская сборная России по волейболу



Вопросы

1. Дать краткую характеристику игры.
2. Размеры площадки, высота мужской и женской сетки.
3. Линии на площадке (название линий, ширина линий).
4. Мяч (стандарты).
5. Участники:
 - состав команды;
 - тренер команды (кратко о действиях тренера);
 - капитан команды (кратко о действиях капитана).
6. Подача (выполнение подачи).
7. Приём.
8. Атака (действия при атакующем ударе).
9. Блокирование (действия игроков на блоке).
10. Набор очка, выигрыш партии и матча, замена игроков.
11. Перерывы и смена площадок. Количество обычных перерывов.
12. Основные нарушения правил.
13. Состав судейской бригады, их обязанности и полномочия.

Перечень ресурсов информационной сети Интернет

- ▶ <https://www.sportzone.ru/sport/laws/volleyball/index.html>
- ▶ <http://www.dinamo-vgu.ru/blog/pravila-igry-v-volejbole/>

Спасибо за внимание