

**Выполнила**  
**Ученица 11 б класса**  
**МБОУ «Гимназия №3»**  
**Беседина Ирина**

# Волейбол





# ИСТОРИЯ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ВОЛЕЙБОЛА

Считается, что волейбол возник благодаря Уильяму Дж. Моргану, преподавателю физического воспитания одного из колледжей Холиока (США). В 1895 году на одном из своих уроков он подвесил сетку (примерно на высоте 2 метра) и предложил своим ученикам перебрасывать через неё баскетбольную камеру. Получившуюся игру Морган назвал «Минтонет».



# ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ

## ВОЛЕЙБОЛА

- Спустя два года был разработан и запущен в производство первый волейбольный мяч. Во второй половине 1920-х годов появились национальные федерации Болгарии, СССР, США и Японии.
- В 1922 году в Бруклине были проведены первые международные соревнования, это был чемпионат YMCA с участием 23 мужских команд.
- В 1925 году были утверждены современные размеры площадки, а также размеры и вес волейбольного мяча. Эти правила были приняты для стран Америки, Африки и



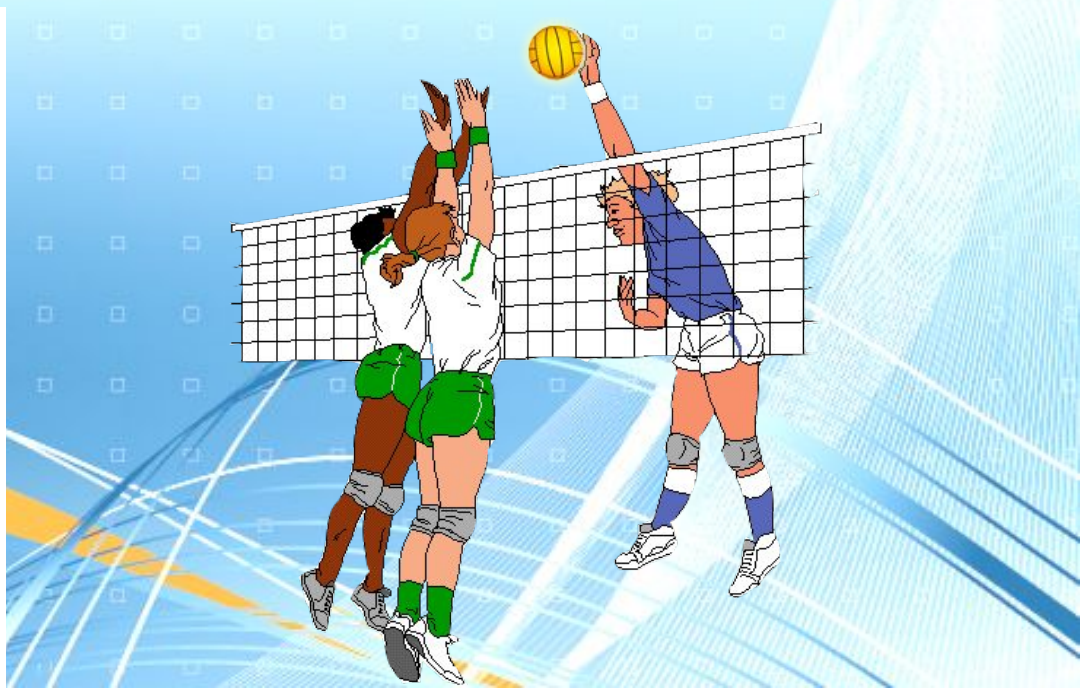
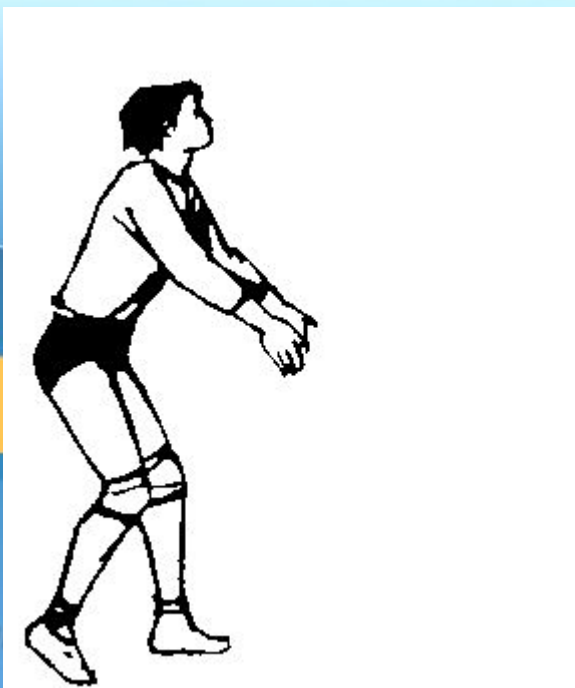
# ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ВОЛЕЙБОЛА

- В 1947 основана международная федерация по волейболу (FIVB). Членами федерации стали: Бельгия, Бразилия, Венгрия, Египет, Италия, Нидерланды, Польша, Португалия, Румыния, США, Уругвай, Франция, Чехословакия и Югославия.
- В 1949 году в Праге состоялся первый чемпионат мира среди мужчин, а в 1964 году волейбол был включен в программу Олимпийских игр в Токио. В международных соревнованиях 1960—1970-х годов наибольших успехов добивались национальные сборные команды СССР, Чехословакии, Польши, Румынии, Болгарии, Японии.
- С 1990-х годов список сильнейших команд пополнился Бразилией, США, Кубой, Италией, Нидерландами, Югославией.
- С 2006 года FIVB объединяет 220 национальных федераций волейбола, игра является одним из самых популярных видов спорта на Земле.



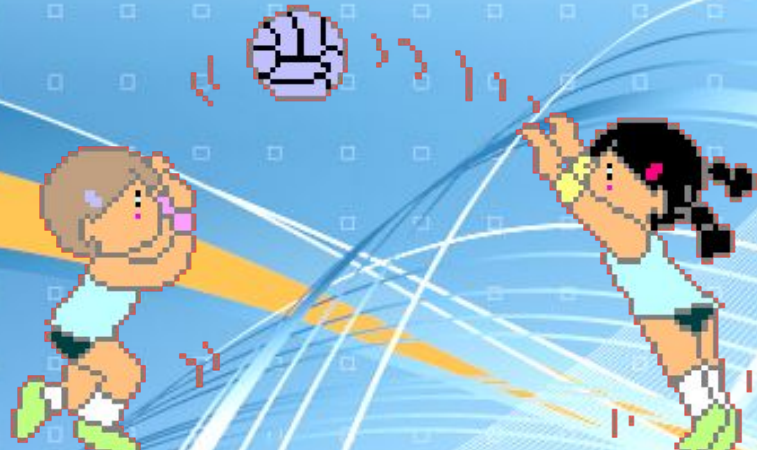
# ? ЧТО ТАКОЕ ВОЛЕЙБОЛ? ?

**Волейбол** — вид спорта, командная спортивная игра, в процессе которой две команды соревнуются на специальной площадке, разделенной сеткой



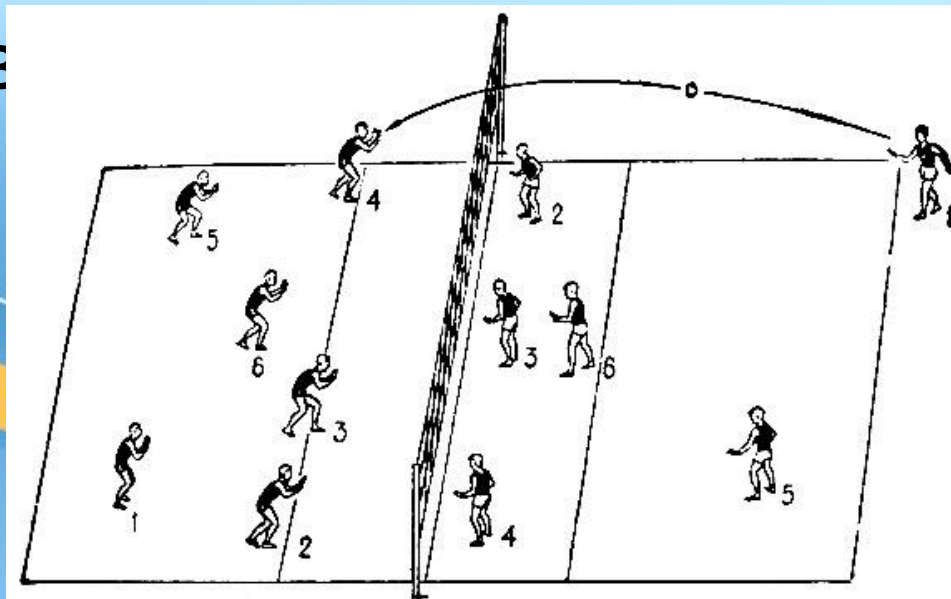
# ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ВОЛЕЙБОЛА

Волейбольный матч состоит из партий (от 3 до 5). Длительность (время) волейбольной партии не ограничена и продолжается до тех пор, пока одна из команд не наберет 25 очков. Если преимущество над соперником составляет менее 2 очков, то партия продолжается до тех пор, пока преимущество не будет увеличено. Матч продолжается до того момента, пока одна из команд не выиграет три партии. Стоит отметить, что в пятой партии счет идет не до 25, а до 15 очков.



# ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ВОЛЕЙБОЛА

Каждая из двух команд может иметь в составе до 14 игроков, но на поле одновременно могут находиться 6 игроков. Начальная расстановка игроков указывает порядок перехода участников по площадке, он должен сохраниться в течение всей партии. Кто не в запасные.





# ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ

Не принимать мяч сверху на прямые руки, большие пальцы не выставлять вперед. Не принимать мяч сверху на прямые руки, большие пальцы не выставлять вперед. При приеме мяча снизу не сгибать руки в локтевых суставах. Внимательно следить за тем, чтобы мяч не попал под ноги. После прыжков приземляться на согнутые ноги в широкую стойку.

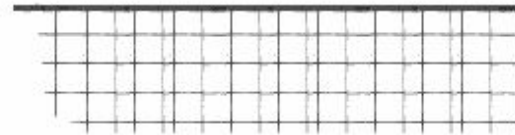
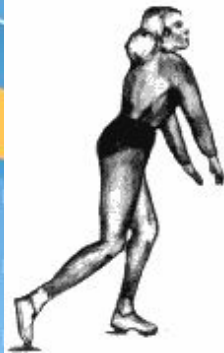
# ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ

Чтобы избежать травм, следует соблюдать правила техники безопасности: В начале занятия сделать разминку, хорошо разогреть мышцы и связки. Осмотреть игровую площадку, чтобы на ней не было предметов.



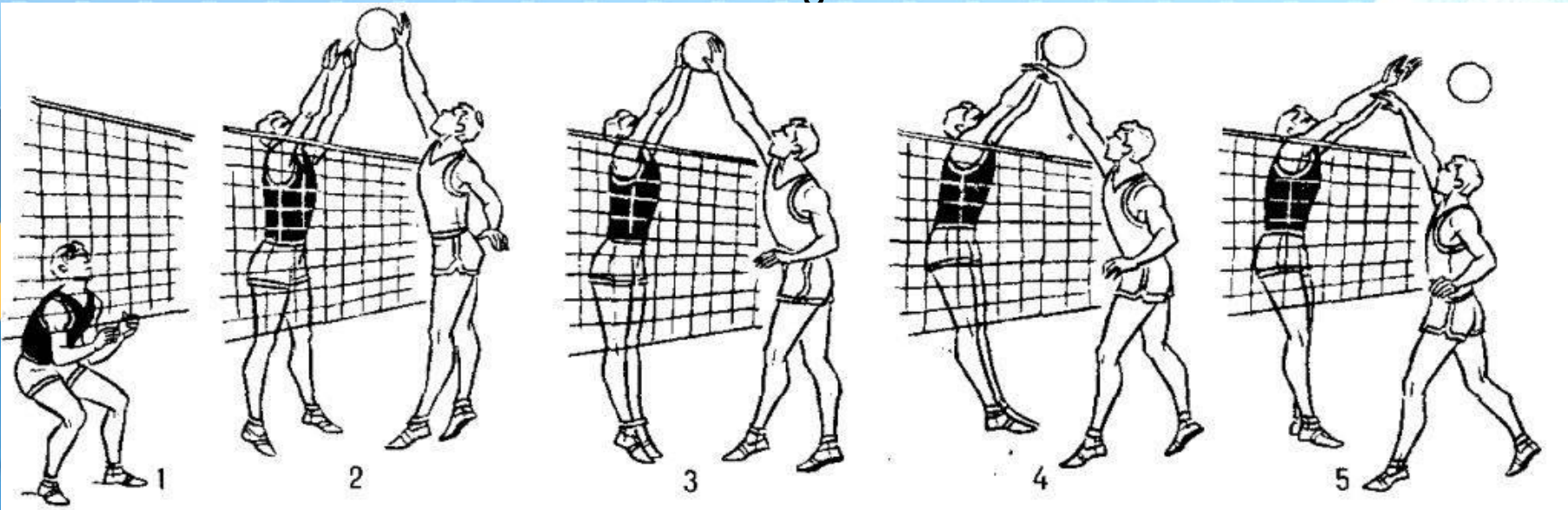
# ПРАВИЛА ПОДАЧИ В ВОЛЕЙБОЛЕ

Мяч вводится в игру подачей, подающая команда определяется при помощи жребия. После каждого перехода права подачи от одной команды к другой игроки перемещаются по зонам по часовой стрелке. 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. Принимать подачу имеет право любой игрок, обычно это спортсмены первой линии. Подача не



# ПРАВИЛА ПОДАЧИ В ВОЛЕЙБОЛЕ

Игрок с первой линии может проводить атакующий удар, выполняется такой удар над сеткой. Игроки задней линии атакуют с 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



# ОСНОВНЫЕ ПРИЕМЫ ИГРЫ

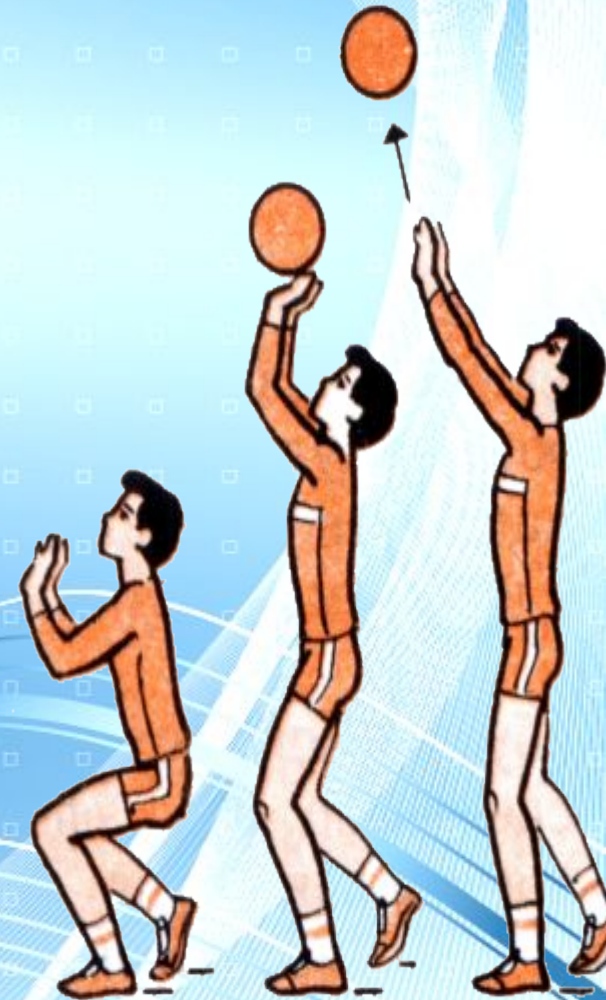
В волейболе выделяют пять основных приемов игры: подача, прием, передача, нападающий удар и блокирование. Все эти элементы сочетаются с различными стойками и перемещениями игрока. В волейболе выделяют пять основных приемов игры: подача, прием, передача, нападающий удар и блокирование. Все эти элементы сочетаются с различными стойками и перемещениями игрока.

# ОСНОВНЫЕ ПРИЕМЫ ИГРЫ

При перемещениях используются приставные шаги, которые выполняются вперед, назад, вправо, влево. Движение начинают с ноги, ближней к направлению перемещения (при перемещении вправо – с правой ноги, при перемещении влево – с левой). Применяют такие перемещения, когда у игрока достаточно времени и надо переместиться на небольшое расстояние. При перемещениях используются приставные шаги, которые выполняются вперед, назад, вправо, влево. Движение начинают с ноги, ближней к направлению перемещения (при перемещении вправо – с правой ноги, при перемещении влево – с левой). Применяют такие перемещения, когда у игрока достаточно времени и надо переместиться на небольшое расстояние. Двойной шаг используют при быстром выходе к мячу.

# ОСНОВНЫЕ ПРИЕМЫ ИГРЫ

Передача мяча сверху двумя руками является основным техническим приемом. Игрок должен правильно выйти к мячу и выбрать исходное положение. Передача мяча сверху двумя руками является основным техническим приемом. Игрок должен правильно выйти к мячу и выбрать исходное положение. Техника выполнения: ноги согнуты в коленях, одна нога впереди. Туловище вертикально, руки вынесены вперед-вверх и согнуты в локтях, кисти на уровне лица. Кисти образуют «ковш», пальцы напряжены и слегка согнуты.



При передаче ноги и руки

# ОСНОВНЫЕ ПРИЕМЫ ИГРЫ

Прием мяча снизу над собой.

Прямые руки поднимаются до уровня груди.

Прием мяча снизу над собой. Подачу или нападающий удар обычно принимают снизу двумя руками. Для приема игрок занимает среднюю или низкую стойку. Руки выпрямлены и опущены, кисти соединены «кулак в кулак» или «ладонь в ладонь». Мяч принимается на нижнюю часть предплечья («манжеты») с одновременным разгибанием ног и туловища вперед-вверх.

Прямые руки поднимаются до уровня груди





# ОСНОВНЫЕ ПРИЕМЫ ИГРЫ

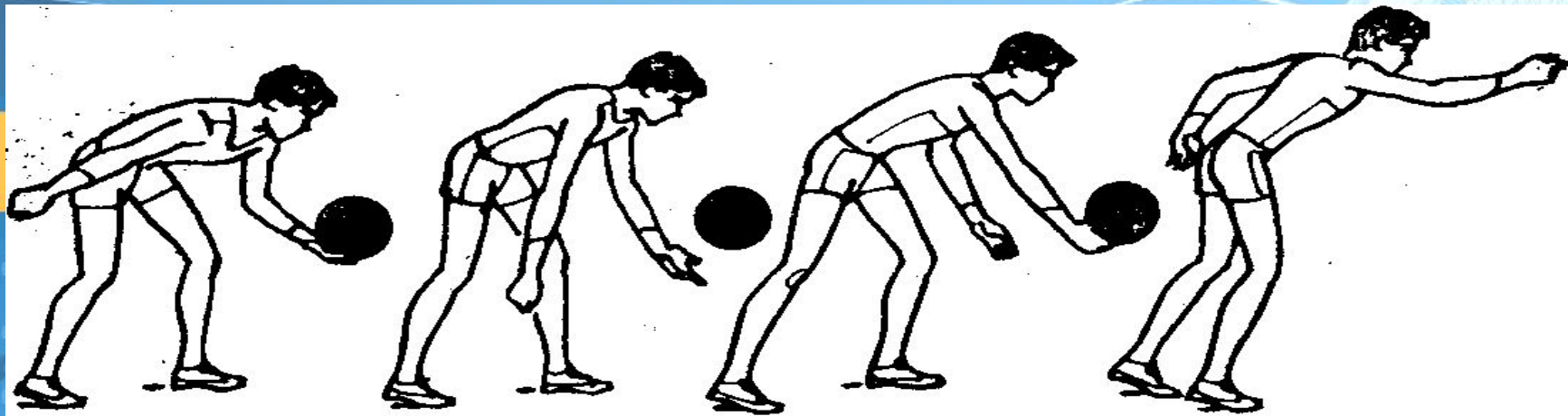
Нижняя прямая подача. Игра в волейбол начинается с подачи. Игрок располагается за лицевой линией, подбрасывает мяч и ударом одной руки направляет его на сторону соперника так, чтобы мяч не коснулся сетки

Нижняя прямая подача. Игра в волейбол начинается с подачи. Игрок располагается за лицевой линией, подбрасывает мяч и ударом одной руки направляет его на сторону соперника так, чтобы мяч не коснулся сетки

Все подачи разделяются на нижние и верхние. При верхних подачах удар по мячу наносят на уровне головы и выше, а при нижних – ниже уровня головы. Если подающий стоит лицом к сетке – подача прямая, если боком – боковая.

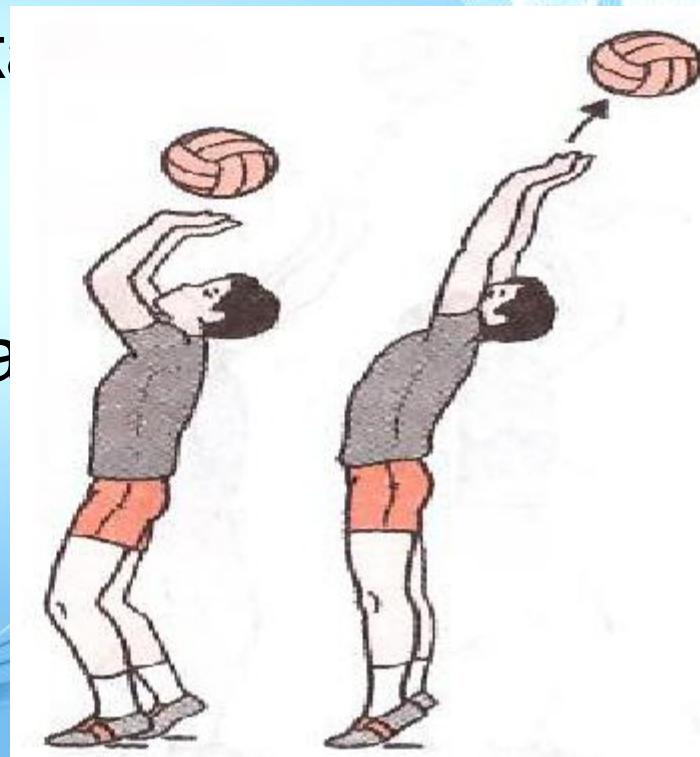
# ОСНОВНЫЕ ПРИЕМЫ ИГРЫ

Нижняя прямая подача. Игрок стоит лицом к сетке, ноги согнуты в коленях, левая нога впереди, мяч в левой руке. Правая рука отводится для замаха назад, а левой рукой подбрасывается мяч вверх на 30-50 см. Мяч ударяется напряженной ладонью на уровне пояса. После удара игрок делает правой ногой шаг вперед. Самой простой подачей для начинающих волейболистов является нижняя прямая. Игрок стоит лицом к сетке, ноги согнуты в коленях, левая нога впереди, мяч в левой руке. Правая рука отводится для замаха назад, а левой рукой подбрасывается мяч вверх на 30-50 см. Мяч ударяется напряженной ладонью на уровне пояса. После удара игрок делает правой ногой шаг вперед.

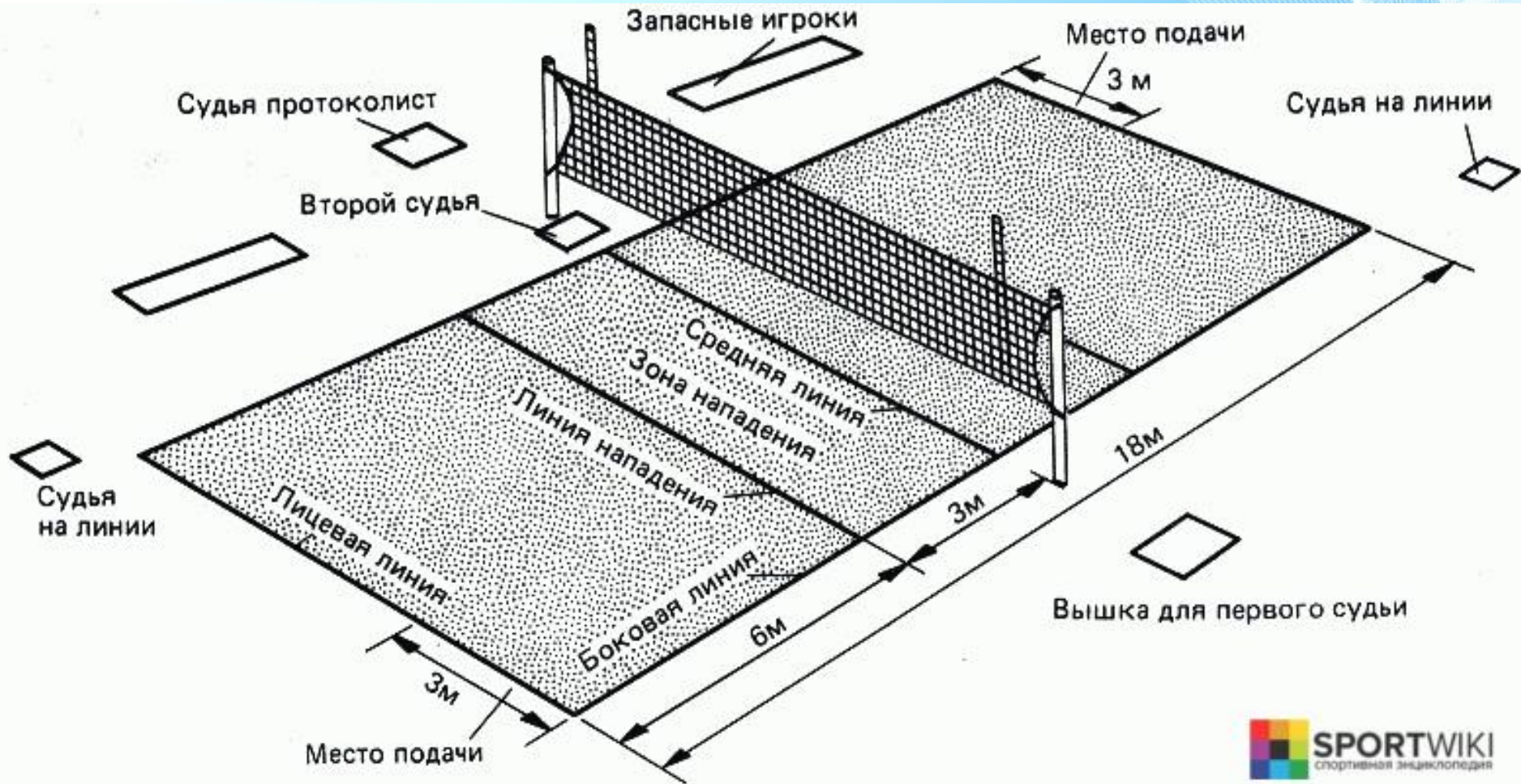


# ОСНОВНЫЕ ПРИЕМЫ ИГРЫ

Передача сверху за голову в опорном положении. Если нужно передать мяч назад, следует подойти под мяч, держа кисти над головой. Разгибая ноги, прогибаясь в пояснице и выпрямляя руки вверх-назад, выполнить передачу. Передача сверху за голову в опорном положении. Если нужно передать мяч назад, следует подойти под мяч, держа кисти над головой. Разгибая ноги, прогибаясь в пояснице и выпрямляя руки вверх-назад, выполнить передачу.



# ИГРОВОЕ ПОЛЕ ДЛЯ ВОЛЕЙБОЛА



однообразной и светлой.

# ИГРОВОЕ ПОЛЕ ДЛЯ ВОЛЕЙБОЛА

В волейболе есть понятие свободной зоны на игровом поле. Размеры свободной зоны регламентированы и составляют 5-8 метров от лицевых линий и 3-5 метров от боковых. Свободное пространство над игровым полем должно равняться 12,5 метрам. Игровая площадка ограничивается двумя боковыми и лицевыми линиями, которые учитываются в размере поля. Ось средней линии, проведенной между боковыми, делит игровое место на две равные части 9 x 9 м. Она проводится под сеткой и разграничивает зоны соперников. Полоса атаки наносится на каждой половине поля позади средней линии в трех метрах от нее.

# ЭКИПИРОВКА И ИНВЕНТАРЬ ДЛЯ ВОЛЕЙБОЛА



Самым главным атрибутом волейбольного матча является волейбольный мяч. Как и любой другой мяч, волейбольный представляет собой сферическую конструкцию, состоящую из внутренней резиновой камеры, которая спрятана под натуральной или синтетической кожей. Мячи различаются в зависимости от их предназначения (официальные соревнования, тренировочные игры), возраста участников (взрослые, юниоры) и типа площадки (открытая, закрытая).

# ЭКИПИРОВКА И ИНВЕНТАРЬ ДЛЯ ВОЛЕЙБОЛА

Диаметр мячей варьируется от 20,4 до 21,3 сантиметров, длина окружности от 65 до 67 сантиметров, внутреннее давление от 0,300 до 0,325 кг/см<sup>2</sup>, вес от 250 до 270 грамм.

Рекомендуется выбирать трехцветные мячи, так как такой мяч проще различать на фоне яркой формы игроков.



# ЭКИПИРОВКА И ИНВЕНТАРЬ ДЛЯ ВОЛЕЙБОЛА

Волейбол сочетает в себе элементы прыжков и бега, поэтому немаловажным атрибутом является удобная обувь. Наиболее подходящая для игры в волейбол обувь с мягкой подошвой. Иногда дополнительно используются специальные стельки-амортизаторы, они очень эффективны для предотвращения травм. Для дополнительной защиты суставов используют и налокотники.



专业运动鞋  
PROFESSIONAL SPORTS SHOES



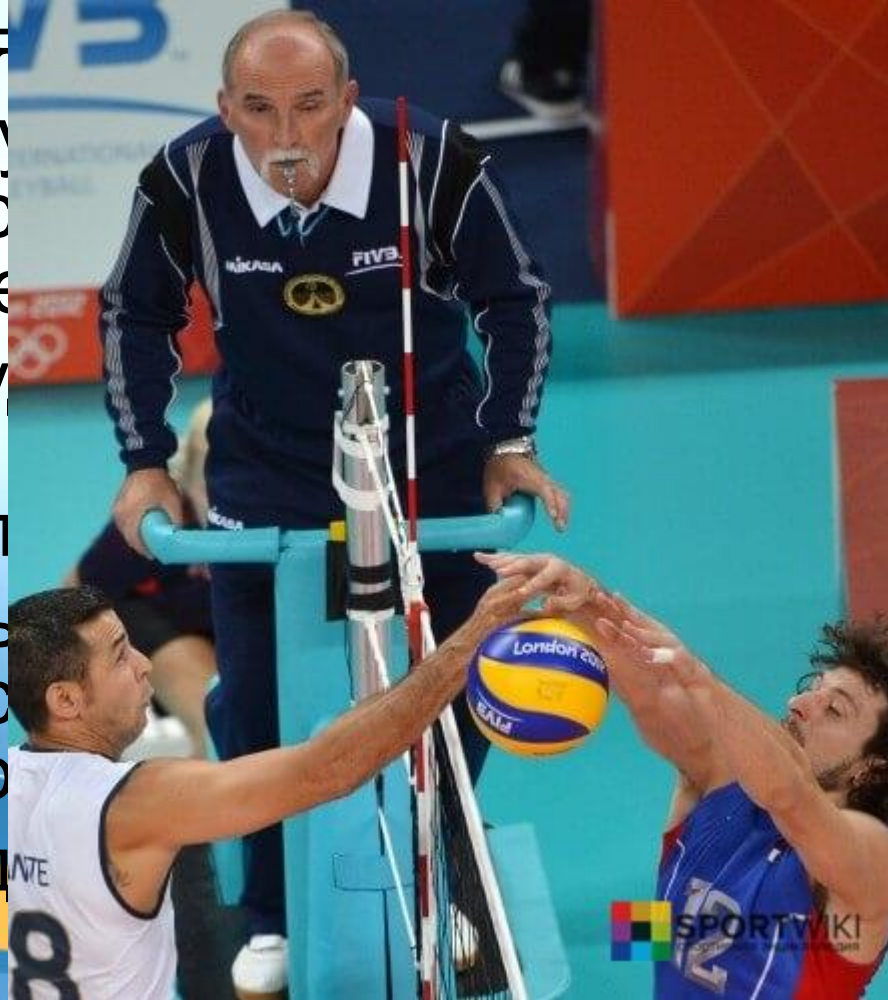


# АМПЛУА ИГРОКОВ В ВОЛЕЙБОЛЕ И ИХ ФУНКЦИИ

- ✓ 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.
- ✓ Либоро – основной принимающий, рост обычно

# СУДЬИ В ВОЛЕЙБОЛЕ И ИХ ОБЯЗАННОСТИ

- Судейская
- Первый судья сидит на стуле в центре площадки или с противоположной стороны от сетки.
- Второй судья сидит на стуле с противоположной стороны от сетки.
- Секретарь сидит на стуле с противоположной стороны от сетки.
- Четверо (два на каждой стороне) сидят на стульях с противоположной стороны от сетки.



Три из них являются секретарями, которые контролируют игру. Четверо являются судьями, которые контролируют игру.

Секретарь сидит на стуле с противоположной стороны от сетки.

Секретарь контролирует игру. Секретарь на каждой стороне судьи. Секретарь контролируют

# 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.

# ЛУЧШИЕ ВОЛЕЙБОЛИСТЫ МИРА

Шашкова Любовь Владимировна



# ЛУЧШИЕ ВОЛЕЙБОЛИСТЫ МИРА

Михайлов Максим



# ЛУЧШИЕ ВОЛЕЙБОЛИСТЫ МИРА

Ольга Фатеева



# ЛУЧШИЕ ВОЛЕЙБОЛИСТЫ

## МИРА

Александр Волков



# ЛУЧШИЕ ВОЛЕЙБОЛИСТЫ

## МИРА

Мария Шешенина





# Мы любим волейбол и верим в наши победы!



Спасибо за внимание!