

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Иркутской области

«Братский политехнический колледж»

ВОЛЕЙБОЛ - ПРАВИЛА ИГРЫ

ИЗ ОФИЦИАЛЬНЫХ ПРАВИЛ

- **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.



РАЗМЕТКА ПЛОЩАДКИ

- Игра ведётся на прямоугольной площадке размером 18х9 метров. Площадка разделена посередине сеткой. Площадка имеет зоны от 1-6



МЯЧ «ЗА»

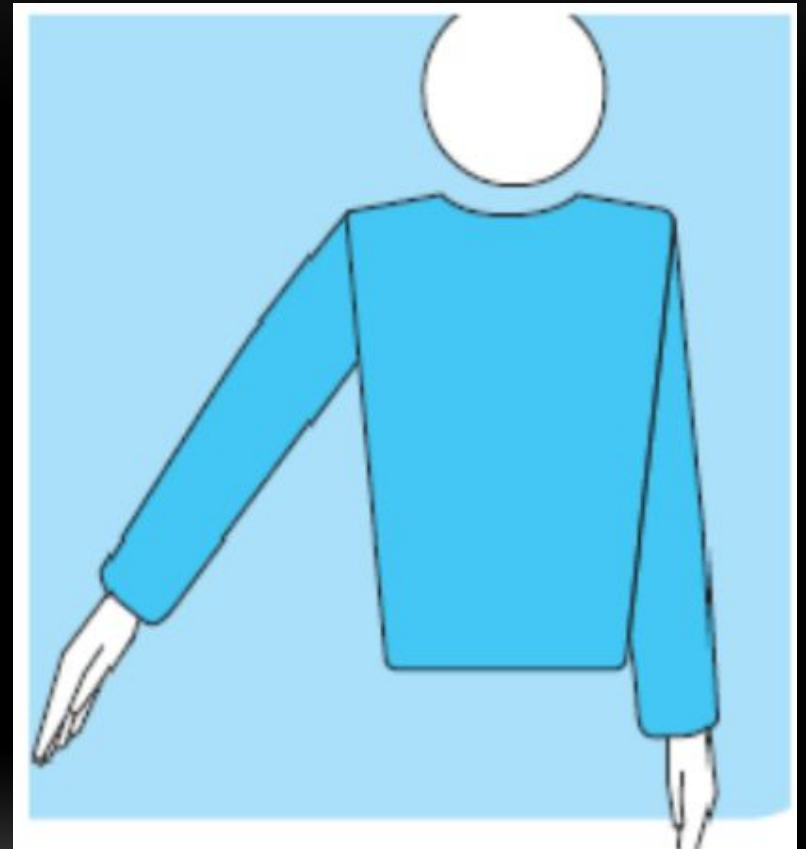
МЯЧ СЧИТАЕТСЯ «ЗА» КОГДА:

- Часть мяча, которая касается пола, находится полностью за ограничительными линиями;
- Он касается предмета за пределами площадки, потолка или не участвующего человека(игрока);
- Он касается антенн, шнуров, стоек или сетки за пределами боковых лент;
- Он полностью пересекает нижнюю площадь под сеткой



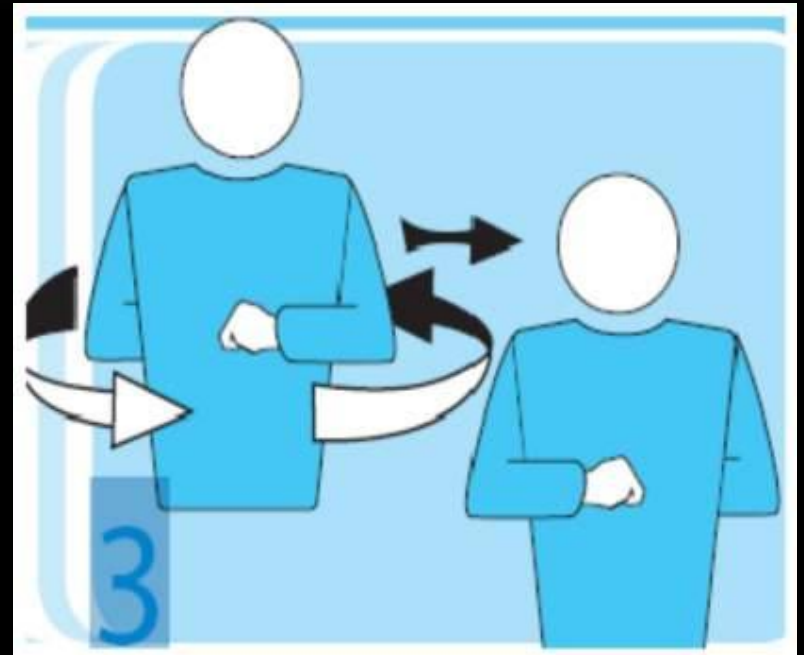
МЯЧ «В ПЛОЩАДКЕ»

- Мяч считается «в площадке», когда он касается игровой площадки, включая ограничительные линии •
Указать рукой и пальцам и в направлении пола



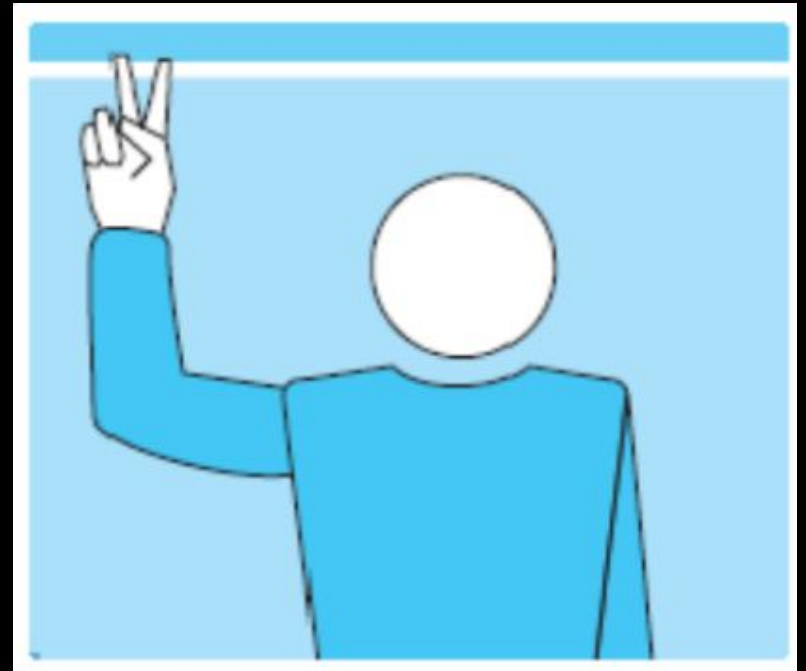
СМЕНА ПЛОЩАДОК

- Поднять предплечья впереди и сзади, и повернуть их вокруг корпуса.



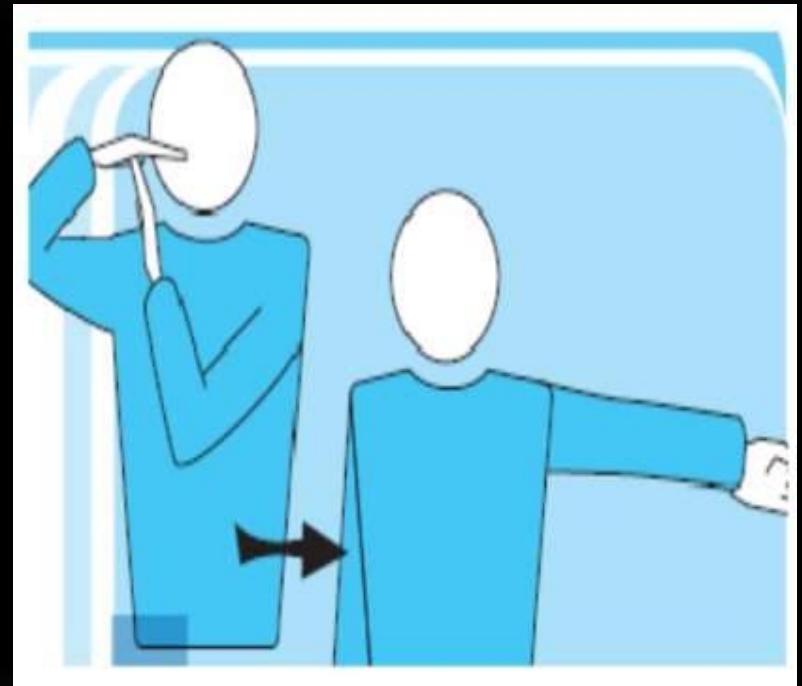
ДВОЙНОЕ КАСАНИЕ

- Поднять два разведённых пальца.



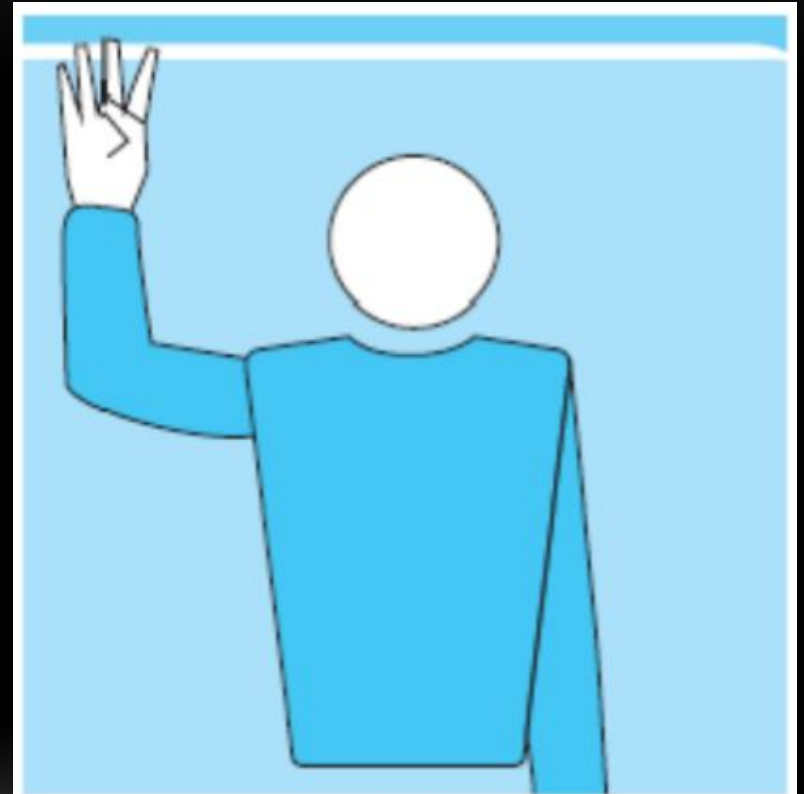
ТАЙМ-АУТ

- Расположить ладонь одной руки над пальцами другой, удерживаемой вертикально в форме буквы Т, и затем указать запрашиваемую сторону.



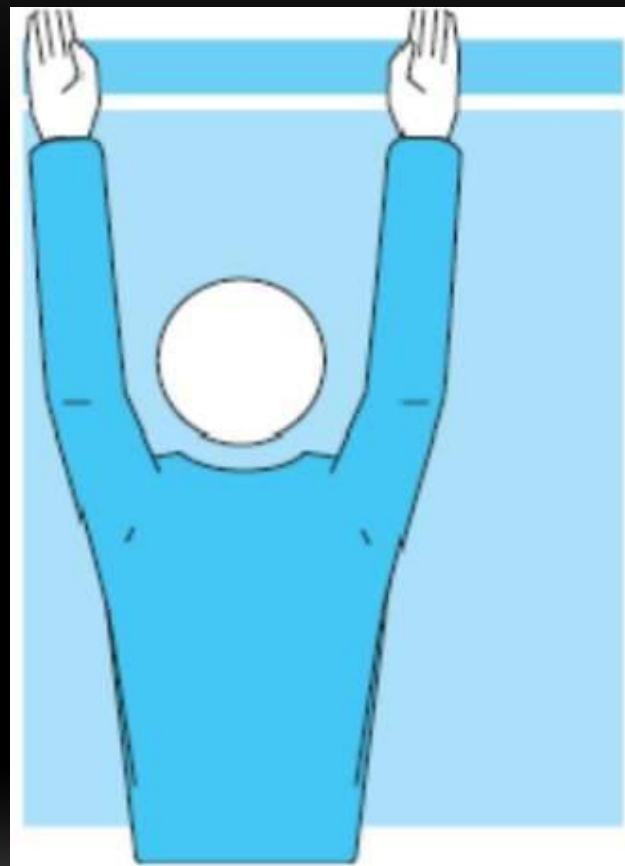
ЧЕТЫРЕ УДАРА

- Поднять четыре разведенных пальца.



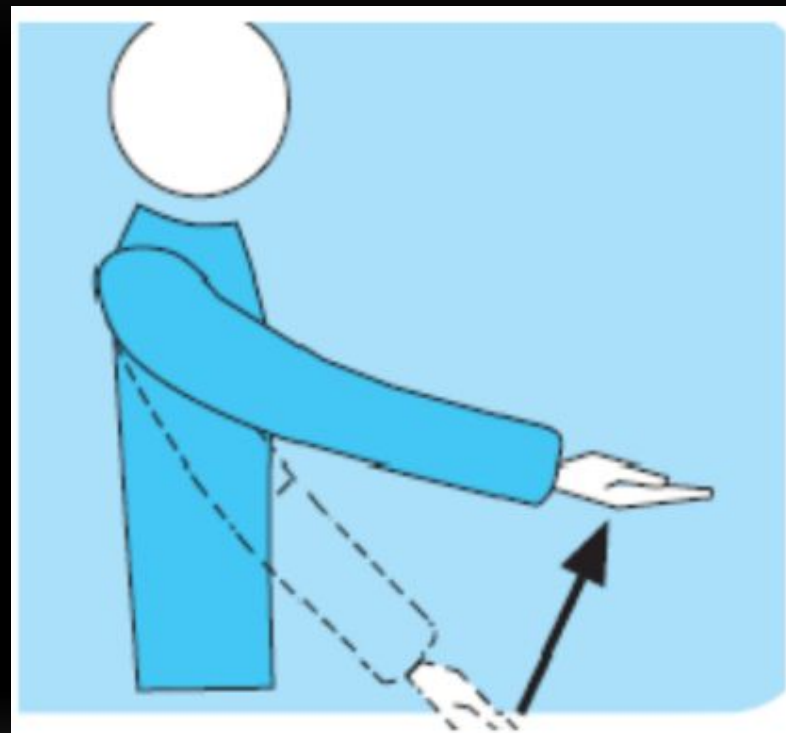
ОШИБКА ПРИ БЛОКИРОВАНИИ ИЛИ ЗАСЛОН

- Поднять две руки вертикально, ладонями вперёд.



МЯЧ НЕ ПОДБРОШЕН ИЛИ НЕ ВЫПУЩЕН ПРИ УДАРЕ НА ПОДАЧЕ

- Поднять вытянутую руку ладонью, обращённой вверх



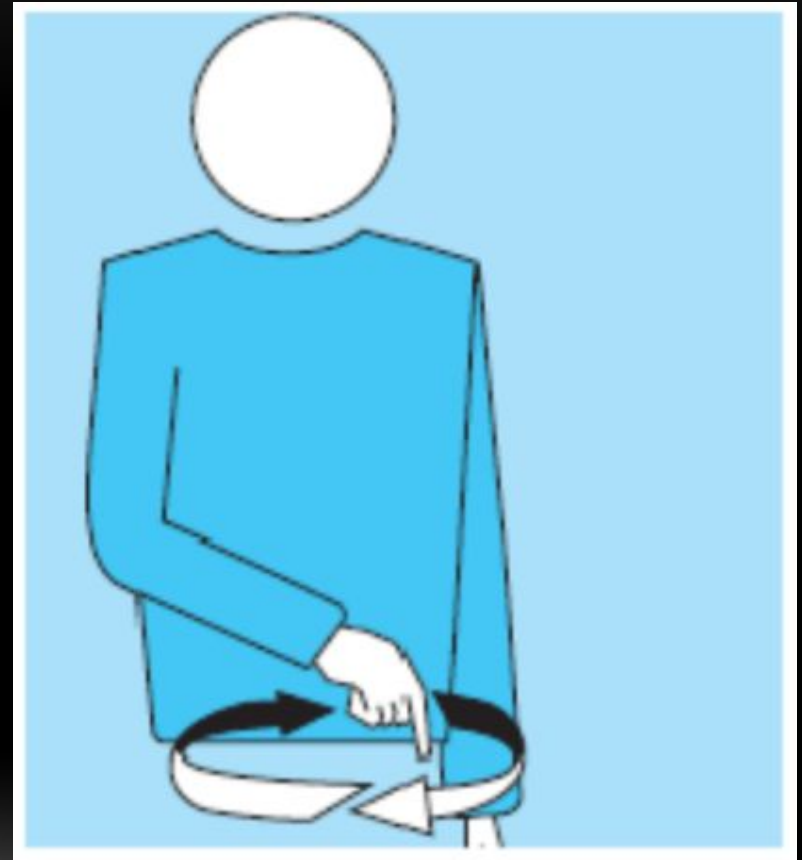
КАСАНИЕ МЯЧА

- Провести ладонью одной руки по пальцам другой руки, удерживаемой вертикально.



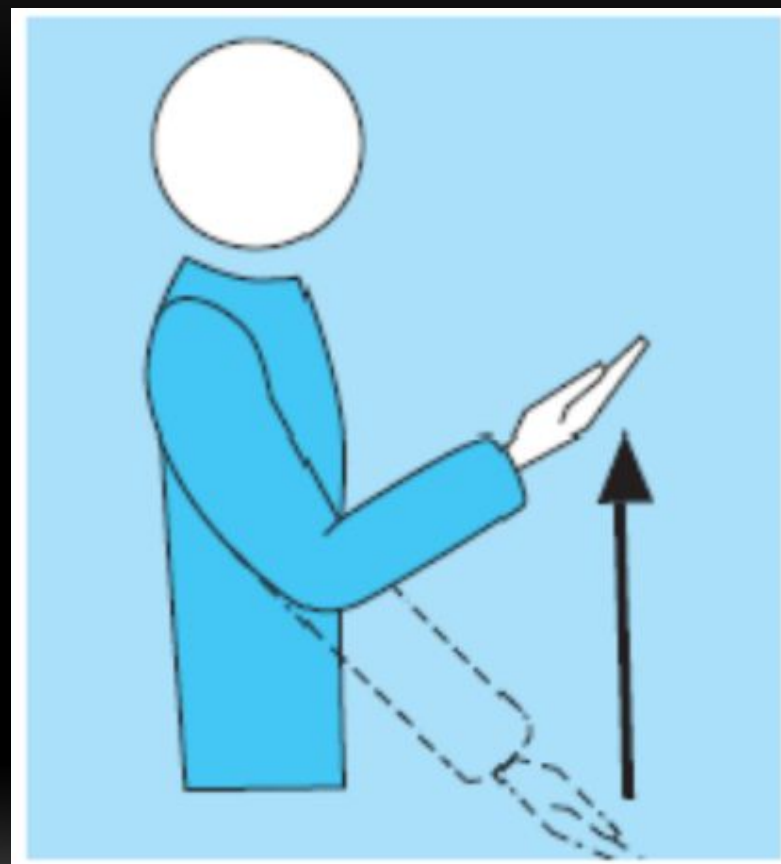
ПОЗИЦИОННАЯ ОШИБКА ИЛИ ОШИБКА ПЕРЕХОДА

- Провести ладонью одной руки по пальцам другой руки, удерживаемой вертикально.



ЗАХВАТ

- Медленно поднять предплечье с ладонью, обращённой вверх.



КОНЕЦ ПАРТИИ ИЛИ МАТЧА

- Скрестить предплечья с открытыми кистями перед грудью



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

