

Волейбол. Общие правила.

- Игра ведётся на прямоугольной площадке размером 18x9 метров. Волейбольная площадка разделена посередине сеткой. Высота сетки для мужчин — 2,43 м, для женщин — 2,24 м.

Волейбольная площадка.

- Волейбольная площадка — ровная и строго горизонтальная площадь прямоугольной формы, ограниченная разметкой, являющаяся местом проведения волейбольных матчей.
- Волейбольная площадка
- Вертикальные антенны, ограничивающие игровое пространство
- Покрытие площадки может быть деревянным, пластиковым, из специальной смеси (теннисит) или земляным.
- Размер площадки в длину 18 метров и 9 метров в ширину. Площадка разделена на две части размером 9×9 метров с помощью сетки метровой ширины. Сетка расположена таким образом, что её высшая точка находится на высоте 2,43 метра от земли на мужских соревнованиях и 2,24 метра — на женских (высота может изменяться для соревнований ветеранов и юниоров).
- С двух сторон сетка ограничена двумя вертикальными антеннами, которые являются продолжением боковой линии площадки и определяют разрешённое правилами пространство игры мячом.
- Параллельно сетке на расстоянии трёх метров с каждой стороны от неё проводятся линии, называемые *линиями атаки*.
- Площадка окружена свободным пространством (так называемая *свободная зона*), имеющим сбоку не менее 3 метров, спереди-сзади не менее 5 метров и по высоте не менее 7 метров, на официальных соревнованиях FIVB. Игроки могут входить в свободную зону и играть в её пределах после подачи мяча.
- Все линии, обозначающие границы командных площадок и зоны атаки наносятся в пределах размеров площадки и, следовательно, являются её частью.

Волейбольный мяч

- Состоит из панелей кожи (естественной или искусственной), натянутой вокруг каркаса. Каждая панель может состоять из трёх секций или рядов или может иметь другое строение.
- Современные мячи от Микаса имеют неровные секции желто-синего цвета с диагональным креплением.
- Мяч может быть разноцветным или полностью белым.
- Длина окружности мяча 65—67 см; масса— 260—280 г. Внутреннее давление 0,300 — 0,325 кг/см² (294,3—318,82 гПа).

Команда.

- Каждая из двух команд может иметь в составе до 14 игроков, на поле во время игры 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.

Расстановка.

- Чёткой границы между зонами 1—6 нет, однако существуют ограничения на расстановку и действия игроков на площадке:
- 1) игроки делятся на «переднюю линию» (зоны 2, 3, 4) и «заднюю линию» (зоны 1, 5, 6). Игроки задней линии не могут ставить блок и атаковать выше троса в передней зоне около сетки (ближе трёхметровой линии).
- 2) во время подачи игроки на каждой стороне должны стоять так, чтобы игрок задней линии не находился ближе к сетке, чем соответствующий ему игрок передней линии (1 не ближе 2, 6 не ближе 3, 5 не ближе 4), также должен соблюдаться порядок внутри каждой из линий: слева направо должны располагаться игроки 4, 3 и 2; также слева направо должны располагаться игроки 5, 6 и 1. Однако правила, например, не запрещают игроку 5 зоны стоять ближе к сетке, чем игрок зоны 3. После подачи игроки могут произвольно перемещаться по площадке.
- В современном профессиональном волейболе игроки специализируются на игре в определённой зоне («амплуа игроков»), перед подачей они встают на площадке так, чтобы выполнить требования к расстановке, а после подачи перемещаются в удобную для себя зону до конца розыгрыша.

Подача.

- Выполняет подачу игрок, который в результате последнего перехода перемещается из второй в первую зону. Подача производится из зоны подачи за задней линией игровой площадки с целью приземлить мяч на половине противника или максимально усложнить приём. Не допускается заступ на игровую площадку во время подачи. В полёте мяч может коснуться сетки, но не должен касаться антенн или их мысленного продолжения вверх.
- Если мяч коснётся поверхности игровой площадки на стороне принимающей команды, подающей команде засчитывается очко. Если игрок, который подавал, нарушил правила или отправил мяч в аут, то очко засчитывается принимающей команде. **Не разрешается блокировать мяч при подаче, прерывая его траекторию над сеткой.**
- Если очко выиграно командой, которая подавала мяч, то подачу продолжает выполнять тот же игрок.
- В современном волейболе наиболее распространена силовая подача в прыжке^[20]. Её противоположностью является укороченная (планирующая, тактическая) подача, когда мяч направляется близко к сетке.

Планирующая подача.

- Планирующая (тактическая, нацеленная) подача, планер — способ ввода мяча в игру в волейболе. В полёте мяч вибрирует, поэтому подача и получила такое название. Планирующая подача, как и силовая, может быть верхней (в прыжке) и нижней, прямой и боковой. Нередко выполняется укороченная планирующая подача.

Техника выполнения.

- Подающий обычно находится далеко от задней линии, что способствует большему колебанию мяча. Кисть по отношению к предплечью и плечу напряжена, что придаёт мячу ускорение. Для увеличения силы удара подающий слегка сгибает руку, затем подбрасывает мяч перед собой и наносит основанием ладони короткий и резкий удар в центр мяча, не сопровождая его. Вес тела при ударе переносится на впереди стоящую ногу.
- Мячу не придаётся никакого вращения, траектория его полёта практически параллельна полу. Из-за этого снаряд встречает большое сопротивление воздуха, произвольно изменяя направление полёта, что затрудняет приём подачи.

Приём подачи.

- Обычно принимают мяч игроки, стоящие на задней линии, то есть в 5-й, 6-й, 1-й зонах. Однако принять подачу может любой игрок.
- Игрокам принимающей команды разрешается сделать три касания (игроку нельзя дважды подряд трогать мяч) и максимум третьим касанием перевести мяч на половину противника. Обработать мяч на приёме можно в любом месте площадки и свободного пространства, но только не на самой половине площадки противника. При этом если приходится пасом переводить мяч обратно на свою игровую половину, вторая передача из трёх не может проходить между антеннами, а обязательно должна проходить мимо антенн.
- При приёме не допускается никакая задержка мяча при его обработке, хотя принимать мяч можно любой частью тела. Планирующую подачу могут принимать 2 игрока на задней линии, но для приёма силовой подачи требуется уже 3 игрока.

Атака.

- Выдержка из Официальных волейбольных правил:
- 14.1.1 Все действия, в результате которых мяч направляется на сторону соперника, исключая подачу и блок, считаются атакующими ударами.
- *Официальные правила волейбола 2015-2016*

Атака (продолжение).

- Обычно при хорошем приёме мяч принимается игроками задней линии (1-е касание) и доводится до связующего игрока. Связующий передаёт (2-м касанием) мяч игроку для выполнения атакующего удара (3-е касание). При атакующем ударе мяч должен пройти над сеткой, но в пространстве между двумя антеннами, при этом мяч может задеть сетку, но не должен задевать антенны или их мысленные продолжения вверх.
- Игроки передней линии могут атаковать с любой точки площадки.
- Игроки задней линии перед атакой должны отталкиваться за специальной трёхметровой линией.
- Либеро может атаковать, только если мяч (хотя бы частично) находится ниже линии верхнего края сетки.
- Различают атакующие удары: прямые (по ходу) и боковые, удары с переводом вправо (влево) и обманные удары (скидки). Все атакующие удары выполняются только на своей стороне, переносить руки на сторону противника можно только после выполнения удара.

Блокирование.

- Это игровой приём, при котором защищающаяся команда препятствует переводу мяча при атаке противника на свою сторону, перекрывая его ход любой частью тела над сеткой, обычно руками, перенесёнными на сторону противника в рамках правил.
- Разрешается переносить руки на сторону противника при блокировании в той степени, чтобы они не мешали противнику до его атаки или другого игрового действия.
- Блок может быть одиночным или групповым (двойным, тройным). Касание блока не считается за одно из трёх касаний. Блокировать могут только те игроки, что стоят на передней линии, то есть в зонах 2, 3, 4.

Защита (приём атаки).

- Приём атакующего удара отличается от приёма подачи, так как в защите в обязательном порядке всегда участвуют все 6 игроков, находящихся на площадке; некоторые игроки передней линии ставят блок (иногда все трое), а все остальные играют в защите.
- Цель защищающихся оставить мяч в игре и по возможности довести его пасующему.
- Защита может быть эффективной только в случае согласованных действий всех игроков команды, поэтому были разработаны схемы игры в защите, из которых прижились только две: «углом назад» и «углом вперёд». В обеих схемах крайние защитники стоят по боковым линиям, выходя из-за блока в 5-6 метрах от сетки, а вот защитник в 6 зоне, в соответствии с названием схемы, играет или непосредственно позади блока (ловит скидки за блок), или за лицевой линией (играет дальние рикошеты от блока).

Либеро.

- Один или двое игроков (до 2009 года — только один игрок) команды могут быть назначены **либеро**.
- Игроки этого амплуа не могут участвовать в блоке, подавать, выполнять нападающий удар по мячу, полностью находящемуся выше верхнего края сетки.
- Форма **либеро** должна отличаться от формы остальных игроков.
- Разрешается заменять **либеро** неограниченное количество раз, не ставя в известность судью.
- Так как **либеро** не имеет права атаковать и блокировать, он обычно находится на задней линии, меняясь позицией с игроками, которых выгодно держать на передней линии, например, с центральным блокирующим.

Регламент.

- Матч заканчивается, когда одна из команд выигрывает три партии. До начала матча первый судья в присутствии капитанов команд проводит жеребьёвку, победитель которой выбирает либо мяч (подачу или приём), либо сторону площадки. После окончания каждой партии команды меняются сторонами площадки, а при счете 2:2 перед пятой партией проводится новая жеребьёвка. При достижении одной из команд 8 очков в пятой партии производится смена сторон.
- Волейбольная партия не ограничена во времени и продолжается до 25 очков, в пятой партии (тай-брейк) счёт идёт до 15 очков. При этом если преимущество над противником не достигло 2 очков, партия будет продолжаться до тех пор, пока это не произойдёт.
- В каждой партии тренер каждой из команд может попросить два тайм-аута по 30 секунд. Дополнительно в первых 4 партиях назначаются технические тайм-ауты по достижении одной из команд 8 и 16 очков (по 60 секунд).
- В каждой партии тренер имеет право произвести не более 6 замен полевых игроков (кроме либеро), причём заменённый игрок может в той же партии вернуться на площадку только вместо того игрока, который его ранее заменил, после чего последний не сможет выходить на площадку до следующей партии. Также в случае травмы волейболиста, который не может продолжать игру, команде, ранее уже использовавшей все 6 замен, может быть разрешена так называемая «исключительная» замена.

Нарушения правил при подаче.

- Игрок заступил ногой на площадку.
- Игрок подбросил и поймал мяч или не коснулся мяча.
- Мяч касается антенны, игрока подающей команды или не пересекает вертикальную плоскость сетки полностью через площадку перехода, выходит в аут.
- подача, совершённая до свистка судьи, не засчитывается и повторяется.
- По истечении 8 секунд после свистка судьи мяч передаётся команде соперников.

Нарушения правил при розыгрыше.

- Сделано более трёх касаний (не учитывая блок).
- Касание игроком сетки между антеннами, касание антенны.
- Заступ игроком задней линии трёхметровой линии при атаке.
- Двойное касание или задержка мяча.
- Переход центральной линии стопой полностью (фиксируется по проекции стопы на площадку).

Нарушения правил.

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

Виды наказаний.

- **Предупреждение** (игроку, тренеру или всей команде предъявляется жёлтая карточка): за первый случай затяжки времени или неспортивного поведения; санкция считается профилактической и, кроме предъявления карточки, последствий не имеет, хотя и заносится в игровой протокол;
- **Замечание** (игроку или тренеру предъявляется красная карточка): за первый случай грубого поведения либо за повторное неспортивное поведение; получившая замечание команда наказывается проигрышем очка и потерей подачи;
- **Удаление** (игроку или тренеру предъявляются жёлтая и красная карточки, которые судья держит вместе в одной руке): за первый случай оскорбительного поведения либо за повторный случай грубого поведения; удалённый участник матча должен покинуть игровую площадку с правом замены (тренер — командную зону) и до конца партии находиться на специальном месте для удалённых; по окончании партии он может продолжить участие в игре;
- **Дисквалификация** (игроку или тренеру предъявляются жёлтая и красная карточки, которые судья держит в руках отдельно): за агрессивное поведение, либо за повторный случай оскорбительного поведения, либо за третий случай грубого поведения; дисквалифицированный игрок или тренер должен покинуть место проведения соревнований (игрок — с правом замены), при этом он лишается права участвовать в матче до его окончания.

Выдающиеся волейболисты.

- В 2000 году Международная федерация волейбола проводила опрос по определению лучших волейболистов XX века. Среди женщин на это звание были номинированы [Лан Пин](#) (Китай), [Инна Рыскаль](#) (СССР), [Регла Торрес](#) (Куба) и [Фернанда Вентурини](#) (Бразилия), среди мужчин было 8 претендентов — [Петер Бланже](#) (Нидерланды), [Томаш Вуйтович](#) (Польша), [Карч Кирай](#) (США), [Уго Конте](#) (Аргентина), [Иозеф Мусил](#) (Чехословакия), [Кацутоси Нэкода](#) (Япония), [Константин Рева](#) (СССР) и [Ренан Даль Зотто](#) (Бразилия)^[26].
- По итогам опроса лучшей волейболисткой прошлого века была признана [Регла Торрес](#), лишь на несколько голосов опередившая [Инну Рыскаль](#), которой также присудили награду. Лучшим волейболистом был объявлен [Карч Кирай](#) — первый трёхкратный олимпийский чемпион по волейболу, выигравший две золотые медали в классическом волейболе (1984, 1988) и одну в пляжном (1996). Лучшими командами XX века стали трёхкратный чемпион мира [мужская сборная Италии](#) 1990—1998 годов и [женская команда Японии](#) 1960—1965 годов.
- Наибольшее количество медалей в истории волейбола на Олимпийских играх завоевали бразилец [Сержио Сантос](#) (два золота и два серебра в период с 2004 по 2016 год), российский волейболист [Сергей Тетюхин](#) (золото, серебро и две бронзы в 2000—2012 годах) и итальянец [Самуэле Папи](#) (два серебра и две бронзы на Играх 1996—2004, 2012 годов). Среди женщин это кубинка [Ана Ибис Фернандес](#) (три золотые медали и одна бронзовая в 1992—2004 годах) и советская волейболистка [Инна Рыскаль](#), которая на четырёх Олимпиадах (1964—1976) завоевала 2 золотые и 2 серебряные медали^[27].

Рекорды.

- Рекорд посещаемости волейбольного матча был установлен [19 июля 1983 года](#) — за товарищеской игрой сборных Бразилии и СССР на знаменитом [футбольном](#) стадионе «[Маракана](#)» наблюдали 96 500 зрителей^[28]. Рекордным по посещаемости официальным матчем является стартовый поединок [мужского чемпионата мира](#) между сборными Польши и Сербии, собравший 30 августа 2014 года на трибунах [Национального стадиона](#) в [Варшаве](#) 61 500 зрителей^[29].
- Самый крупный счёт в волейбольной партии по новой системе подсчёта очков — 25:1 — был зафиксирован 13 июня 2009 года в первом и втором сетах матча [отборочного турнира женского чемпионата мира](#) в [Накхонпатхоне](#) между сборными Таиланда и Бангладеш — 25:1, 25:1, 25:3^[30]. Счёт 25:0 в партии впервые был зафиксирован на клубном уровне 13 октября 2009 года в [Улан-Удэ](#) в матче чемпионата России среди команд высшей лиги «А» между «[Хара Морином](#)» и читинской «Забайкалкой». Результат игры — 3:0 (25:12, 25:0, 25:16)^[31].
- Рекорд по наибольшей продолжительности партии по новым правилам установили в [2013 году](#) в рамках мужского чемпионата Южной Кореи «Кореан Эйр Джамбос» ([Инчхон](#)) и «Раш энд Кэш» ([Ансан](#)) — третий сет этого матча длился 48 минут и завершился со счётом 56:54 в пользу «Джамбос»^[32].
- Мировым рекордом по результативности обладает кубинский диагональный Леонардо Лейва, который 21 апреля 2013 года в матче между южнокорейским клубом «Самсунг Файр Блюфэнгс» и японским «Сакаи Блэйзерс» набрал 59 очков (57 в атаке при реализации 64 %, 1 на блоке и 1 эйс)^[33]. У женщин последний рекорд был установлен 12 декабря 2015 года азербайджанской волейболисткой [Полиной Рагимовой](#), набравшей 58 очков в матче [чемпионата Японии](#) между «Тойотой Ауто Боди Куинсайз» и «Хитати Райвел»^[34].