Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение

«Пермский техникум профессиональных технологий и дизайна»

**Доклад на тему : «Волейбол».**

Исполнитель

студент группы Д-18-11 Боталова Ирина Константиновна

Пермь, 2021

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Введение \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ | 3 |
| 1 | История возникновения и развития волейбола\_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_  | 4 |
| 2 | Основные правила волейбола \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_  | 5 |
| 3 | Игровое поле волейбола\_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_\_ \_ \_ \_ \_  | 6 |
| 4 | Возможные нарушения в волейболе\_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ | 7 |
| 5 | Ампула игроков в волейболе и их функция\_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_  | 8 |
| 6 | Заключение \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_  | 9 |
| 7.  | Список литературы \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_ \_\_ \_ \_ \_ \_ | 10 |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

**Содержание.**

**Введение.**

**Спорт**— это сфера деятельности, связанная с выявлением и демонстрацией физических способностей людей. Культура спорта направлена на развитие и расширение человеческих возможностей , завоевание новых вершин.

Спорт приходит к нам с давних лет. Занятие спортом заставляет работать весь организм. В нашем мире люди все меньше перемещаются во время работы. В результате, тело не подвергается достаточной нагрузке, оно становится более не подвижным и человек еще больше начинает уставать. Из-за этого у человека возникают различные заболевания и он ставится постоянно раздражительным.

В нашем мире существует множество спортивных игр, которые доставляют людям веселье , мотивируют и закаляют. Люди ставят себе цели и достигают их, а если это получается не с первого раза , то это повод для работы над собой и своими ошибками. Так же спортивные игры укрепляют здоровье.

В своем докладе я бы хотела рассмотреть спортивную игру « Волейбол».

**Волейбол** — вид [спорта](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82), командная спортивная игра, в процессе которой две команды соревнуются на специальной [площадке](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0%D1%8F_%D0%BF%D0%BB%D0%BE%D1%89%D0%B0%D0%B4%D0%BA%D0%B0), разделённой [сеткой](https://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%A1%D0%B5%D1%82%D0%BA%D0%B0_(%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D0%B0%D1%8F)&action=edit&redlink=1), стремясь направить [мяч](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%BC%D1%8F%D1%87) 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).

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 возникновения и развития волейбола.**

Классический волейбол, который изначально назывался “минтоннет” (mintonette), был изобретен в 1895 году Уильямом Дж. Морганом. Примечательно, что это произошло всего 4 года спустя после изобретения баскетбола. Морган — выпускник Спрингфилда и колледжа Ассоциации молодых христиан (YMCA). В 1892 году он пообщался с изобретателем баскетбола Джеймсом Нейсмитом. Как ни странно, Джеймс — белый :).

Спустя 3 года после этой встречи Уильям Морган изобрел свою игру, смешав элементы баскетбола, бейсбола, тенниса и гандбола.

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 актуальны для стран Америки, Африки и Европы.

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.

**Основные правила волейбола.**

Игроки делятся на две команды: каждая по 6 человек. Для победы требуется 25 очков. Одно очко начисляется:

* Когда мяч коснулся земли на половине площадки противника.
* При неудачной подаче противника (в сетку, в аут).
* При касании сетки игроком противника.
* При заступе игроком противника на вашу половину площадки.
* При заступе за лицевую линию в подаче.
* При четвертом и далее касании мяча командой противника или же при двойном касании мяча одним и тем же игроком.

В официальных правилах игра идет 3 партии. Каждая партия до 25 очков. Если обе команды набрали по 24 очка, игра идет до тех пор, пока одна из команд не будет иметь преимущество в 2 очка. Например, такой счет может составлять 30:28 или 26:24.

Право на первую подачу разыгрывается между командами броском мяча судьей или «свечкой» от пола.

В игре присутствует система переходов. Она работает по следующему принципу:

* Команда 1 подает команде 2 мяч, и в результате розыгрыша выигрывает очко.
* Происходит следующая подача. И так до тех пор, пока команда 2 не забьет очко команде 1.
* Право на подачу переходит к команде 2.
* Команда 2 подает до тех пор, пока ей не забьет мяч команда 1.
* В таком случае команда 1 делает переход: все игроки смещаются по часовой стрелке и занимают места соседей. Т.е. игрок из зоны 1 переходит в зону 6. Игрок из зоны 6 — в зону 5 и так далее

**Игровое поле для волейбола**

Первая волейбольная сетка была позаимствована из тенниса и в высоту составляла 197 см. (6’6″ дюйма). В качестве мяча использовалась баскетбольная камера. Позже на конференции молодых христиан YMCA игре дали имя “волейбол”, а в 1897 году появились первые официальные правила:

* Габариты площадки: 7,6 × 15,1 м (25 x 50 футов),
* Высота сетки 198 см (6,5 фута),
* Окружность мяча 63,5-68,5 см. (25-27 дюймов),
* Масса мяча 340 г.

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 х 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.

**Возможные нарушения в волейболе.**

В процессе игры вполне вероятны нарушения, поскольку волейбол крайне энергичный и динамичный вид спорта. Наиболее распространенными видами нарушений считаются:

* заступ за заднюю линию в момент подачи мяча;
* время на подачу отводится не более восьми секунд, после свистка судьи;
* касаться мяча разрешается только один раз – даже если производится повторное касание случайным образом, то это считается нарушением;
* заступ на поле соперника;
* касание верхнего края сетки;
* расстановка спортсменов на поле, не соответствующая действующим правилам;
* больше трех касаний мяча в момент розыгрыша;
* неспортивное поведение игроков – удары соперников, подножки и прочее;
* пререкания с судьями.

В процессе игры за действиями игроков и всем матчем ведется наблюдение несколькими судьями, каждый из которых отвечает за определенную область:

* судейская коллегия из двух человек, которые отслеживают весь ход игры, определяют нарушения и регулируют действия игроков посредством свистков;
* линейные судьи – в их обязанности входит соблюдение правил волейбола;
* судья-секретарь – следит за ведением протокола.

**Амплуа игроков в волейболе и их функции.**

**Игрок первого темпа** (центральный блокирующий, связующий, «распасовщик») — стоит под сеткой, дает пас нападающим во 2-ю или 4-ю зону, а также ставит блок нападающим ударам противника. В приеме не участвует. Если ему дали пас на удар, то такой пас обычно короткий и невысокий: буквально полметра над сеткой. Номер центрального блокирующего 3-й. Обычно это самый высокий игрок в команде.

**Игроки второго темпа** (доигровщики) — нападают с краев сетки, участвуют во всех элементах игры: прием, блок, подача (после перехода), пас и нападающий удар. На площадке их номера: 2-й и 5-й. В их задачу входит как забить мяч, сыграв против блока противника, так и поставить эффективный блок вместе с центральным блокирующим против атаки. Обычно атакуют в любую зону, кроме 6-й, т.к. там стоит на приеме либеро — главный защитник команды. Обычно в приеме не участвуют.

**Диагональные** — самые высокие и сильные игроки. Их основной задачей является атака и подача. Участвуют также и в блоке. Это основная сила команды, приносящая ей очки. Диагональные не участвуют в приеме, на площадке расположены по диагонали друг к другу. Стоят под номерами 1 и 4. Атакуют со второй линии, страхуя неудачный пас связующего. Диагональный под номером «1» не имеет право бить из 2-й или 4-й зоны! Его разбег и удар должен происходить ДО линии нападения.

**Либеро** — игрок второй линии под номером 6. Находится в самом центре своей площадки. Это главный защитник команды, ответственный за прием подач и силовых ударов. Обычно это самый невысокий член команды, т.к. ему приходится часто падать и вытаскивать низкие силовые мячи. Либеро не участвует в атаке, не может ставить блок и передавать мяч сверху при нахождении в трехметровой зоне возле сетки.

**Заключение.**

В данной работе была изучена история развития волейбола. правила игры, возможные нарушения и роли игроков.

Очевидно, можно сделать вывод, что спортивные игры являются неотъемлемой частью физической культуры, которая направлена на развитие тела, моторики, физических качеств и навыков. Так же и в волейболе есть стремление к результату — победе, успеху, достижение которого сопровождается дополнительной радостью и неудачей — печалью, которая, однако, не пересекается, эмоциональным позитивом и удовлетворением от хода самой игры.

## Список литературы.

1. В.В. Столбов. История физической культуры и спорта — 1976.
2. https://tvou-voleyball.ru/pro-voleyball/pravila/
3. Волейбол: учебник для высших учебных заведений физической культуры Под редакцией А. Беляева. В., Савин М.В., — М.: «Физическая культура, образование, наука», 2001.
4. https://volleyplay.ru/ofitsialnyie-voleybolnyie-pravila-voleybola/
5. Железняк Ю.Д. «Юный волейболист». Учебное пособие для тренеров. — М.: «Физическая культура и спорт», 1987.
6. Основы волейбола О.Чехов. Физическая культура и спорт, 1976
7. https://ru.wikipedia.org/ wiki/Волейбол #Общие\_правила
8. Ивоилов А. В. Волейбол: [Учебник для «Нас». пед. ин-тов].-Мн: Средняя школа, физкультура. 1973.
9. https://tvou-voleyball.ru/pro-voleyball/istoriya-vozniknoveniya-i-razvitiya-volejbola/
10. Коробейников НК, Михеев А.А., Николаенко Н.Г. «Физическая культура. Учебник для средних специальных учебных заведений. Средняя школа, 1981.
11. Фурманов А.Г., Болдырев Д.М. Волейбол. М., 1985