



Ю.Г. Бердникова
Ю.С. Жданова

ВОЛЕЙБОЛ

часть первая

Екатеринбург
2010

ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ПО ОБРАЗОВАНИЮ
ГОУ ВПО «УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ЛЕСОТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Кафедра физического воспитания и спорта

Ю.Г. Бердникова
Ю.С. Жданова

ВОЛЕЙБОЛ

часть первая

Методические указания
для изучения теоретического курса
для студентов очной формы обучения
направление «Гуманитарные науки»
специальности 032103 «Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм»
по дисциплине «Волейбол»

Екатеринбург
2010

Печатается по рекомендации научно-методической комиссии гуманитарного факультета УГЛТУ.
Протокол № 2 от 9 сентября 2009 г.

Рецензент – канд. пед. наук, доцент кафедры ТОФВ Института физической культуры Уральского госпедуниверситета И.И. Малозёмова

Редактор К.В. Корнева
Компьютерная верстка Г.И. Романовой

Подписано в печать 20.10.10		Поз. 80
Плоская печать	Формат 60×84 1/16	Тираж 20 экз.
Заказ №	Печ. л. 1,63	Цена 8 руб. 48 коп.

Редакционно-издательский отдел УГЛТУ
Отдел оперативной полиграфии УГЛТУ

Оглавление

Введение	4
1. История возникновения волейбола	5
1.1. История волейбола в России	5
1.2. История мирового волейбола	7
2. Сооружения и оборудование	7
3. Участники	9
4. Набор очка, выигрыш партии и матча	10
5. Игровые действия	12
6. Перерывы и задержки	15
7. Игрок либеро	16
8. Судьи, их обязанности и официальные сигналы	16
9. Организация и судейство соревнований	18
Приложения	19

Введение

В современной системе физического воспитания студентов предпочтение отдаётся игровой, соревновательной деятельности, направленной на достижение результатов, характеризующих высокие двигательные возможности человека в условиях соперничества. Волейбол – одна из самых популярных спортивных игр в мире. Уровень развития современного волейбола делает его одним из эффективных средств всестороннего развития человека, предъявляя высокие требования к функциональному состоянию организма, развитию психофизических качеств спортсмена. При рациональной организации тренировочных занятий игра в волейбол способствует укреплению костно-мышечного аппарата и совершенствованию всех физиологических функций организма.

С момента своего появления игра в волейбол переживает бурное развитие. Это выражается и в растущем количестве волейболистов, и в растущем числе стран-членов Международной федерации волейбола. По своей распространённости эта игра занимает ведущее положение на мировой спортивной арене.

Цель игры в волейбол стала не только чисто спортивной, происходит развитие волейбола как игры ради отдыха, игра в волейбол стала средством организации досуга, поддержания здоровья и восстановления работоспособности. Волейбол является одним из наиболее успешных и популярных соревновательных и оздоровительных видов спорта в мире. Он быстрый и захватывающий, с взрывным характером действий. Кроме этого, волейбол включает несколько важнейших взаимодополняющих элементов, взаимодействие которых делает его уникальным среди всех видов спорта, в которых есть розыгрыш мяча.

Учебная дисциплина «Волейбол» включена в цикл общепрофессиональных дисциплин при обучении студентов специальности 032103 «Рекреация и оздоровительный туризм».

Цель дисциплины: формирование профессиональных умений студентов в организации учебно-воспитательного процесса по физической культуре по разделу «Волейбол».

Задачи: изучение истории, теории и методики преподавания игры, овладение умениями и навыками, необходимыми для тренерской и педагогической деятельности.

Дисциплина включает в себя всего 70 часов, в том числе теоретических – 18 ч., практических – 16 ч., самостоятельных занятий – 36 ч.

1. История возникновения волейбола

В 1895 Уильям Дж. Морган инструктор Ассоциации молодых христиан решил смешать элементы баскетбола, бейсбола, тенниса и гандбола для того, чтобы создать новую игру для своих друзей-бизнесменов, которая была бы менее контактной, нежели баскетбол. Он и создал игру волейбол, которая в то время называлась mintonette.

Морган позаимствовал сетку из тенниса и так установил ее на высоте приблизительно 196 см от пола, чтобы она была чуть выше головы человека среднего по тем временам роста. Во время демонстрации игры кто-то обратил внимание Моргана, что игроки перебрасывают (to volley) мяч взад и вперед над сеткой, и, возможно, «Волейбол» (volleyball) было бы самым подходящим названием для этой игры. 7 июля 1896 г. в колледже г. Спрингфилда была сыграна первая игра. Это официальная версия, хотя есть и другие.

Некоторые склонны считать родоначальником волейбола американца Халстеда из Спрингфилда, который в 1866 году начал пропагандировать игру в «летающий мяч», названную им волейболом.

Попробуем проследить за развитием предка волейбола. Сохранились, например, хроники римских летописцев 3 века до нашей эры. В них описывается игра, в которой по мячу били кулаками. До нашего времени дошли и правила, описанные историками в 1500 году. Игру тогда называли «фаустбол». На площадке размером 90х20 метров, разделённой невысокой каменной стеной, состязались две команды по 3-6 игроков. Игроки одной команды стремились перебить мяч через стену на сторону соперников.

Позже итальянский фаустбол стал популярным в Германии, Франции, Швейцарии, Австрии, Дании и других странах Европы. Со временем и площадка, и правила изменились. Так, длина площадки была уменьшена до 50 метров, а вместо стены появился шнур, натянутый между столбами. Строго определился и состав команды – 5 человек. Мяч перебивали через шнур кулаком или предплечьем, причём уже оговаривали три касания мяча. Можно было перебивать мяч через шнур и после отскока от земли, но в этом случае разрешалось одно касание. Игра длилась в два тайма по 15 минут. Эта спортивная игра появилась давно, но её возраст отсчитывается только с 19 века, потому что первые правила волейбола были обнародованы в 1897 году. Естественно, сейчас они во много отличаются от первоначальных, волейбол растёт и совершенствуется.

1.1. История волейбола в России

В нашей стране волейбол широко распространился после революции 1917 года. Первое методическое руководство по волейболу в России было издано 1926 г. и называлось «Волейбол и кулачный бой». В 1927 г. вышло пособие М.И. Черкасова «Волейбол, городки и кегли», а в 1931 г. в Германии – книга «Волейбол - русская народная игра».

Официальным днем рождения российского волейбола считается 28 июня 1923 г., когда в Москве был сыгран товарищеский матч между командами ВХУТЕМАСа и Московского техникума кинематографии. В 1925 г. по инициативе секции игр в Москве созывается актив, на котором были приняты первые в нашей стране правила игры, в этом же году состоялись первые официальные соревнования по волейболу. С 1927 года проводится ежегодное первенство Москвы. В последующие годы волейбол получает повсеместное развитие.

В 1928 году в Москве состоялся чемпионат СССР, вошедший в программу I Всесоюзной спартакиады. В нём участвовали команды со всей страны. Однако несмотря на бурное распространение и популярность новой игры и целый ряд новинок, которые привезли на этот чемпионат команды, спортивное мастерство волейболистов находилось ещё на низком уровне.

Великая Отечественная война затормозила развитие волейбола. Но несмотря на огромные трудности военного времени, спортивная жизнь в стране не замирала. В 1943 году разыгрывается первенство Москвы, в 1944 году – первенство и кубок Москвы по волейболу. В 1945 году вновь проводится первенство СССР. Чемпионами страны стали московские команды «Динамо» (мужчины) и «Локомотив» (женщины). На этих соревнованиях мужская команда «Динамо» (Москва) широко применяла в защите взаимодействие защитных линий и доигрывание принятых мячей, а в нападении использовала всё пространство по длине сетки для выполнения нападающего удара. Такая организация игры и принесла команде титул чемпионата СССР и дала толчок дальнейшему развитию тактики волейбола. Прошедшие в 1946-1947 гг. первенства страны, а также успешное выступление советских волейболистов на международной арене послужили толчком к дальнейшему развитию волейбола в СССР. В 1947 году советские волейболисты, участвуя в соревнованиях на международном фестивале демократической молодёжи в Праге, заняли первое место. В этом же году создаётся Международная федерация волейбола (ФИВБ). После выступления Всесоюзной волейбольной секции в члены этой организации (1948 год) волейболисты СССР становятся участниками всех международных соревнований. В 1949 году мужская команда советских волейболистов завоёвывает звание чемпиона в первом официальном первенстве мира. Наши сборные команды мужчин и женщин побеждают и в первенстве Европы. Свои чемпионские титулы они подтверждают и в последующие два года. Летом 1952 года первенство мира проводилось в Москве. Советские волейболисты и волейболистки в этих соревнованиях стали сильнейшими в мире. Включение в 1964 году волейбола в программу Олимпийских игр значительно повысило требования к игре волейболистов. Первыми заслуженными мастерами спорта СССР стали Валентина Осколкова (1942 г.) и Анатолий Чинилин (1944 г.) Им же были присвоены первые звания заслуженных тренеров СССР (1956 г.)

На четырех Олимпиадах подряд (с 1964 г.) выступала Инна Рыскаль. У нее 4 олимпийские медали — 2 золотые и 2 серебряные. У Вячеслава Зайцева 4 медали чемпионатов мира, также 2 золотые и 2 серебряные. По 6 золотых медалей чемпионатов Европы у Вячеслава Зайцева и Александра Савина.

1.2. История мирового волейбола

- Для игры в волейбол был создан специальный мяч.
- В 1916 на Филиппинах впервые было продемонстрировано сочетание паса и нападающего удара, при этом пас шел по высокой траектории для атакующего удара другим игроком.
- В 1917 игра стала продолжаться до 15 очков вместо прежних 21.
- В 1920 было установлено правило трех касаний мяча игроками одной команды до перехода его на сторону соперника, а также правило нападения игроков задней линии.
- В 1922 Первый национальный чемпионат (США), проводившийся в Бруклине (NY) под эгидой Ассоциации молодых христиан, собрал 27 команд из 11 штатов.
- В 1928 образована Волейбольная ассоциация США (USVBA, в настоящее время USA Volleyball). Организовано проведение первого открытого чемпионата США, предоставившего возможность заявиться новым командам, не состоящим в Ассоциации молодых христиан.
- В 1930 сыграна первая игра по пляжному волейболу, в командах которого было по два игрока.
- В 1934 официальное утверждение волейбольных судей.
- В 1947 создание Международной Федерации волейбола (FIVB).
- В 1948 проведен первый турнир по пляжному волейболу.
- В 1949 в Праге состоялся первый чемпионат мира.
- В 1964 волейбол включен в программу Олимпийских игр на Олимпиаде в Токио.
- В 1995 мировому волейболу исполнилось 100 лет.

С момента своего возникновения игра в волейбол переживает бурное развитие. Это выражается и в растущем количестве волейболистов, и в растущем числе стран-членов Международной федерации волейбола. По своей распространённости эта игра занимает ведущее положение на мировой спортивной арене.

2. Сооружения и оборудование

Игровое поле включает игровую площадку и свободную зону. Оно должно быть прямоугольным и симметричным. Игровая площадка представляет собой прямоугольник размерами 18х9 м, окруженный со всех сторон свободной зоной шириной минимум 3 м.

Свободным игровым пространством является пространство над игровым полем, которое свободно от любых препятствий. Минимальная высота свободного игрового пространства над игровым полем составляет 7 м от игровой поверхности. Игровая поверхность должна быть плоской, горизонтальной и однообразной. Она не должна представлять опасности травмирования игроков.

В залах поверхность игровых площадок должна быть светлого цвета. Ширина всех линий – 5 см. Линии должны быть светлыми и отличаться по цвету от пола и любых других линий. Две боковые и две лицевые линии ограничивают игровую площадку. Боковые и лицевые линии входят в размеры игровой площадки. Ось средней линии разделяет игровую площадку на две равные площадки размером 9х9 м каждая однако вся ширина линии рассматривается как принадлежащая обоим площадкам в равной степени. Эта линия проведена под сеткой от одной боковой линии до другой. На каждой площадке есть линия атаки, задний край которой нанесен на расстоянии 3 м от оси средней линии, которая ограничивает переднюю зону. На каждой площадке передняя зона ограничена осью средней линии и задним краем линии атаки.

Зона подачи - это участок шириной 9 м позади каждой лицевой линии. Она ограничена по бокам двумя короткими линиями длиной 15 см каждая, нанесёнными на расстоянии 20 см позади лицевой линии, как продолжение боковых линий.

По глубине зона подачи простирается до конца свободной зоны.

Зона замены ограничена продолжением обеих линий нападения до столика секретаря.

Минимальная температура в зале не должна быть ниже +10°C. Освещение игрового поля должно быть 1000-1500 люкс, измеренное на высоте 1 м от поверхности игрового поля.

Сетка устанавливается вертикально над осью средней линии. Верхний край сетки устанавливается на высоте 2,43 м для мужчин и 2,24 м для женщин. Высота сетки измеряется в середине игровой площадки. Высота сетки (над двумя боковыми линиями) должна быть одинаковой и не должна превышать официальную высоту более чем на 2 см.

Сетка шириной 1 м и длиной 9,50-10 м состоит из чёрных ячеек в форме квадрата со стороной 10 см. Верхний край сетки формирует горизонтальная лента шириной 7 см, выполненная из белой парусины, прошитой по всей длине. Каждый конец ленты имеет отверстие, через которое пропущен шнур, привязывающий ленту к стойкам для её натяжения. Внутри ленты находится гибкий трос для прикрепления сетки к стойкам и поддержания её верхней части в натянутом состоянии.

Внизу сетки имеется другая горизонтальная лента шириной 5 см (аналогичная верхней ленте), через которую пропущен шнур. Этот шнур предназначен для прикрепления сетки к стойкам и поддержания её нижней

части в натянутом состоянии. Две боковые ленты прикреплены вертикально к сетке и расположены прямо над каждой боковой линией. Их ширина составляет 5 см и длина – 1 м, и они считаются частью сетки.

Антенны представляют собой гибкий стержень длиной 1,80 м и диаметром 10 мм, сделанный из стекловолокна. Антенна прикрепляется с внешнего края каждой боковой ленты. Антенны расположены на противоположных сторонах сетки. Каждая антенна возвышается над сеткой на 80 см и окрашена на 10 см полосами контрастных цветов, предпочтительно красного и белого. Антенны считаются частью сетки и ограничивают по бокам площадь перехода.

Стойки, поддерживающие сетку, устанавливаются на расстоянии 0,5-1,0 м за боковыми линиями. Высота стоек равна 2,55 м. Стойки круглые и гладкие, устанавливаются на поверхности, без растяжек. Не должно быть опасных и мешающих приспособлений.

Мячи. Мяч должен быть сферическим, с покрытием, сделанным из эластичной натуральной или синтетической кожи, и с внутренней камерой, сделанной из резины или подобного ей материала. Его цвет может быть однотонным светлым или комбинацией цветов. Его окружность – 65-67 см вес – 260-280 г., внутреннее давление должно быть от 0,30-0,325 кг/см².

Все мячи, используемые в матче, должны иметь одинаковые стандарты относительно окружности, веса, давления, типа, цвета и т.д.

3. Участники

Команда может состоять максимум из 12 игроков, одного тренера, одного помощника тренера, одного массажиста и одного врача.

Один из игроков, кроме либеро, является капитаном команды, который должен быть отмечен в протоколе. Только игроки, записанные в протокол, могут выйти на площадку и играть в матче. Когда тренер или капитан команды подписали протокол, записанные игроки не могут быть изменены.

Экипировку игрока составляют футболка, спортивные трусы, носки (форма) и спортивная обувь. Цвет и фасон одежды должны быть одинаковыми (исключение для либеро) для команды. Форма должна быть чистой. Обувь должна быть лёгкой и гибкой, с резиновыми или кожаными подошвами, без каблуков.

Футболки игроков должны быть пронумерованы от 1 до 18. Номер должен быть расположен на футболке по центру на груди и на спине. Цвет и яркость номеров должны контрастировать с цветом и яркостью футболок. Номер должен быть высотой минимум 15 см на груди и минимум 20 см на спине. Полоски, образующие номера, должны быть шириной минимум 2 см. Капитан команды должен иметь на своей футболке полосу 8x2 см, подчеркивающую номер на груди.

Запрещено носить предметы, которые могут привести к травме.

Игроки могут носить очки или линзы на свой собственный риск.

Руководители команды – капитан команды и тренер – отвечают за поведение и дисциплину членов их команды. Либеро не может быть капитаном команды. Перед матчем капитан команды подписывает протокол и представляет свою команду на жеребьёвке. Во время матча капитан команды является игровым капитаном, когда он на площадке. Когда капитан не на площадке, тренер или капитан команды обязаны назначить другого игрока на площадке, принять на себя роль игрового капитана. Этот игровой капитан сохраняет свои обязанности до замены, возвращения капитана команды в игру или до окончания партии.

Когда мяч находится вне игры, только игровому капитану разрешено обращаться к судьям: спрашивать разъяснения по применению или трактовке правил и представлять вопросы своих партнёров; запрашивать разрешение (сменить всю или часть экипировки); проверить расстановки команд; проверить пол, сетку, мяч; просить тайм-ауты и замены.

В конце матча капитан команды благодарит судей и подписывает протокол, подтверждая результат.

На протяжении матча тренер руководит игрой своей команды, находясь за пределами игровой площадки. Он определяет стартовые расстановки, замены и берёт тайм-ауты. Перед матчем тренер записывает или проверяет в протоколе фамилии и номера своих игроков и затем подписывает его. Во время матча тренер перед каждой партией даёт секретарю подписанную карточку расстановки, запрашивает тайм-ауты и замены, может давать инструкции игрокам на площадке стоя или двигаясь в пределах свободной зоны перед скамейкой своей команды, не мешая и не задерживая матч.

4. Набор очка, выигрыш партии и матча

Команда набирает *очко* при успешном приземлении мяча на площадке соперника, когда команда соперника совершает ошибку, когда команда соперника получает замечание.

Ошибка. Команда совершает ошибку, выполняя игровое действие вопреки правилам (или иным способом нарушает их). Судьи оценивают ошибки и определяют последствия в соответствии с правилами: если две или более ошибок совершены последовательно, то принимается во внимание только первая; если две или более ошибок совершены соперниками одновременно, то это считается обоюдной ошибкой и розыгрыш переигрывается.

Розыгрышем является последовательность игровых действий с момента удара на подаче подающим до того, как мяч выйдет из игры. Если подающая команда выигрывает розыгрыш, она набирает очко и продолжает подавать. Если принимающая команда выигрывает розыгрыш, она набирает очко и должна подавать следующей.

Выигрыш партии. Партия (за исключением решающей 5-й партии) выигрывается командой, которая первой набирает 25 очков с преимуществом минимум в два очка. В случае равного счёта 24-24 игра продолжается до достижения преимущества в два очка (26-24; 27-25; ...).

Выигрыш матча. Победителем матча является команда, которая выигрывает три партии. При равном счёте 2-2, решающая партия (5-я) играется до 15 очков с минимальным преимуществом в 2 очка.

Неявка и неполная команда. Если команда отказывается играть после требования сделать это, она объявляется не явившейся и проигрывает матч с результатом 0-3 в матче и 0-25 в каждой партии. Команда, которая без уважительных причин не выходит вовремя на игровую площадку, объявляется неявившейся с тем же результатом, что и в предыдущем случае.

Команда, объявленная неполной в партии или в матче, проигрывает партию или матч. Команда-соперник получает очки или очки и партии, необходимые для победы в партии или в матче. Неполная команда сохраняет свои очки и партии.

Структура игры. Перед матчем первый судья проводит жеребьёвку по определению первой подачи и сторон площадки в первой партии. Если будет играть решающая партия, то должна быть проведена новая жеребьёвка. Жеребьёвка происходит в присутствии двух капитанов команд. Ее победитель выбирает, подавать или принимать подачу, сторону площадки. Проигравший принимает оставшийся вариант.

Стартовая расстановка команды. В игре всегда должны участвовать шесть игроков от каждой команды. Начальная расстановка команды указывает порядок перехода игроков на площадке. Этот порядок должен сохраняться на протяжении всей партии. Перед началом каждой партии тренер должен представить начальную расстановку своей команды в карточке расстановки. Игроки, которые не включены в начальную расстановку на данную партию, являются в этой партии запасными (кроме либеро).

Позиции. В момент удара по мячу подающим каждая команда должна находиться в пределах своей собственной площадки в порядке перехода (исключая подающего). Позиции игроков пронумерованы следующим образом: три игрока вдоль сетки являются игроками передней линии и занимают позиции 4 (передний левый), 3 (передний центральный) и 2 (передний правый). Другие три игрока являются игроками задней линии, занимая позиции 5 (задний левый), 6 (задний центральный) и 1 (задний правый).

Взаимное соответствие позиций игроков: каждый игрок задней линии должен быть расположен дальше от средней линии, чем соответствующий игрок передней линии; после удара на подаче игроки могут перемещаться повсюду и занимать любое место на своей площадке и в свободной зоне.

Позиционная ошибка. Команда совершает позиционную ошибку, если любой игрок не находится в своей правильной позиции в момент удара по мячу подающим. Позиционная ошибка приводит к следующим последствиям: команда наказывается проигрышем розыгрыша; игроки занимают свои правильные позиции.

Переход. Порядок перехода, определённый начальной расстановкой команды и контролируемый порядком подачи и позициями игроков, сохраняется всю партию. Когда принимающая команда получает право подавать, её игроки переходят на одну позицию по часовой стрелке: игрок позиции 2 переходит на позицию 1 для подачи, игрок позиции 1 переходит на позицию 6 и т.д. Ошибка при переходе считается совершенной, когда подача не выполнена в соответствии с порядком перехода. Это приводит к следующим последствиям: команда наказывается проигрышем розыгрыша; порядок перехода игроков исправляется.

5. Игровые действия

Состояния игры.

- Мяч находится в игре с момента удара на подаче, разрешённой первым судьёй.
- Мяч находится вне игры с момента ошибки, которая зафиксирована свистком одного из судей; в отсутствие ошибки – с момента свистка.
- Мяч считается «в площадке», когда он касается поверхности игровой площадки, включая ограничительные линии.
- Мяч считается «за», когда часть мяча, которая касается пола, находится полностью за ограничительными линиями; он касается предмета за пределами площадки, потолка или не участвующего в игре человека; он касается антенн, шнуров, стоек или сетки за пределами ограничительных лент; он полностью пересекает нижнюю площадь под сеткой.

Игровые действия с мячом. Каждая команда должна играть в пределах её собственного игрового поля и пространства, мяч, тем не менее, может быть возвращён из-за пределов свободной зоны.

Удары команды. Ударом является любой контакт с мячом игрока в игре. Команде дано право максимум на три удара (в дополнение к блокированию) для возвращения мяча. Если использовано более трёх ударов, команда совершает ошибку «четыре удара». Игрок не может ударить мяч два раза подряд. Два или три игрока могут касаться мяча одновременно. Когда два соперника касаются мяча одновременно над сеткой и мяч остаётся в игре, то команде, принимающей мяч, даётся право ещё на три удара. Если одновременные соприкосновения двумя соперниками над сеткой приводят к «захвату», то это является «обоюдной ошибкой» и розыгрыш повторяется.

Характеристики удара. Мяч может касаться любой части тела. Мяч не должен быть схвачен или брошен. Он может отскочить в любом направлении.

Ошибки при игре с мячом. Четыре удара: команда касается мяча четыре раза до его возврата. Двойное касание: игрок ударяет мяч дважды подряд, или мяч касается различных частей его тела последовательно.

Мяч у сетки. Мяч, посланный на площадку соперника, должен пройти над сеткой в пределах площади перехода. Площадь перехода - это часть вертикальной плоскости сетки, ограниченная следующим образом: снизу - верхним краем сетки; по бокам - антеннами и их воображаемым продолжением; сверху – потолком. При переходе через сетку мяч может касаться её. Мяч, попавший в сетку, может быть оставлен в игре, если команда не нарушила правило трёх касаний.

Игрок у сетки. Блокирующий может касаться мяча по другую сторону сетки, при условии что не мешает игре соперника до или во время его нападающего удара.

Проникновение под сеткой. Разрешено проникать в пространство соперника под сеткой, при условии что это не мешает его игре. Переход на площадку соперника через среднюю линию: разрешено касаться площадки соперника стопами или кистями при условии, что какая-нибудь часть переносимой стопы или кисти касается средней линии или находится прямо над ней. Запрещено касаться площадки соперника любой другой частью тела. Игрок может заступить на площадку соперника после выхода мяча из игры. Игроки могут проникать в свободную зону соперника, при условии что они не мешают его игре. Контакт игрока с сеткой не является ошибкой, исключая, когда он произошёл во время игрового действия с мячом или это мешает игре.

Ошибки игрока у сетки: игрок касается мяча или соперника в пространстве соперника до или во время атакующего удара соперника; игрок проникает в пространство соперника под сеткой, мешая игре последнего; игрок проникает на площадку соперника; игрок касается сетки или антенны во время игрового действия с мячом.

Поддача — действие введения мяча в игру правым игроком задней линии, находящимся в зоне поддачи. Первая поддача в первой партии, как и в решающей партии (5-й), выполняется командой, определенной жеребьёвкой. В других партиях первой подаёт команда, которая не подавала первой в предыдущей партии. Игроки должны соблюдать очередность подач, записанную в карточке расстановки. После первой подачи в партии подающий игрок определяется следующим образом: когда подающая команда выигрывает розыгрыш, игрок, который подавал до этого, подаёт вновь; когда принимающая команда выигрывает розыгрыш, она получает право подавать и делает переход до выполнения подачи. Игрок, который переходит с правой позиции передней линии на правую позицию задней линии, будет подавать. Первый судья разрешает подачу после проверки того, что две команды готовы играть, и что подающий владеет мячом.

Выполнение подачи. Удар по мячу должен быть нанесён одной кистью или любой частью руки после того, как он будет подброшен или выпущен из рук. Разрешается подбросить или выпустить мяч только один раз. В момент удара по мячу при подаче или прыжка для подачи в прыжке подающий не должен касаться площадки (включая лицевую линию), или пола за пределами зоны подачи.

После удара игрок может наступить или приземлиться за пределами зоны подачи или на площадке. Подающий должен нанести удар по мячу в течение 8 секунд после свистка первого судьи на подачу. Подача, совершённая до свистка судьи, не засчитывается и повторяется.

Ошибки, совершённые во время подачи: подающий нарушает очередность подачи; выполняет ее неправильно.

После правильного удара по мячу на подаче она становится ошибочной, если мяч касается игрока подающей команды, не пересекает вертикальную плоскость сетки полностью через площадь перехода; выходит «за».

Все действия, в результате которых мяч направляется на сторону соперника, исключая подачу и блок, считаются *атакующими ударами*. Во время атакующего удара разрешается скидка, при условии что удар по мячу нанесён чисто, и нет толчка или броска. Атакующий удар является выполненным в момент, когда мяч полностью пересекает вертикальную плоскость сетки или задет соперником.

Игрок передней линии может выполнить атакующий удар на любой высоте, при условии что контакт с мячом был осуществлён в пределах собственного игрового пространства игрока. Игрок задней линии может выполнить атакующий удар на любой высоте с места, находящегося позади передней зоны:

- при для прыжке стопа (стопы) игрока, отталкиваясь, не должна касаться, или переходить за линию нападения;
- после своего удара игрок может приземляться в пределах передней зоны.

Игроку не разрешено выполнять атакующий удар непосредственно после подачи соперника, когда мяч находится в передней зоне и полностью над верхним краем сетки.

Ошибки при атакующем ударе. Игрок касается мяча в пределах игрового пространства противоположной команды, игрок направляет мяч «за», игрок задней линии выполняет атакующий удар из передней зоны, если в момент удара мяч находится полностью выше верхнего края сетки.

Блокирование является действием игроков вблизи сетки для перехвата мяча, идущего от соперника. Осуществляется оно любой частью тела выше верхнего края сетки. Только игрокам передней линии разрешено участвовать в состоявшемся блоке. Попыткой блока является действие по блокированию без касания мяча. Блок является состоявшимся всякий раз, когда мяч задет блокирующим.

Коллективный блок выполняется двумя или тремя игроками, находящимися близко друг к другу, и является состоявшимся, когда один из них касается мяча.

Контакт при блокировании. Последовательные (быстрые и продолжительные) касания могут происходить у одного или более блокирующих, при условии что эти касания сделаны во время одного действия. При

блокировании игрок может переносить свои руки и кисти рук по ту сторону сетки, при условии что это действие не мешает игре соперника. Так, не разрешено касаться мяча на стороне соперника раньше, чем сделан атакующий удар соперника.

Касание на блоке не считается за удар команды. Следовательно, после контакта на блоке команде предоставляется три удара для возвращения мяча. Первый удар после блока может быть выполнен любым игроком, включая того, который касался мяча на блоке.

Ошибки блокирования: блокирующий касается мяча в пространстве соперника до или одновременно с атакующим ударом соперника; игрок задней линии или либеро совершает блокирование или принимает участие в состоявшемся блоке; мяч от блока уходит «за»; блокирование мяча в пространстве соперника за пределами антенн. Блокирование подачи соперника запрещено.

6. Перерывы и задержки

Обычными *игровыми перерывами* являются *тайм-ауты и замены* игроков. Каждой команде дано право запросить максимум два тайм-аута и шесть замен игроков в каждой партии. Перерывы могут быть запрошены тренером или игровым капитаном и только ими. Запрос осуществляется показом соответствующего жеста, когда мяч находится вне игры и до свистка на подачу. Замена до начала партии разрешается. Эта замена фиксируется как обычная в этой партии. Запрос одного или двух тайм-аутов и запрос о замене игрока любой команды могут следовать один за другим без необходимости возобновить игру.

Все запрошенные тайм-ауты длятся 30 секунд. Во время всех тайм-аутов игроки, находящиеся в игре, должны подойти к своей скамейке в свободной зоне.

Замена игроков. Замена является действием, с помощью которого игрок входит в игру, чтобы занять позицию другого игрока, который должен покинуть площадку в этот момент. Замена требует разрешения судьи. В каждой партии каждой команде разрешено максимум шесть замен. Одновременно могут быть заменены одного или более игроков. Игрок стартовой расстановки может выйти из игры, но только один раз в партии и только на свою прежнюю позицию в расстановке. Заменяющий игрок может войти в игру на место игрока стартовой расстановки, но только один раз в партии, и может быть заменён этим же стартовым игроком.

Травмированный игрок, который не может продолжать играть, должен быть заменён согласно правилам замены. Если это невозможно, команде даётся правило сделать исключительную замену сверх ограничений. Удаленный или дисквалифицированный игрок должен быть заменён по правилам замены. Если это невозможно, то команда объявляется неполной.

Процедура замены проводится в пределах зоны замены, она должна длиться столько времени, сколько необходимо для записи замены в протокол и разрешения игрокам выйти и войти. Нельзя запрашивать замены во время розыгрыша, в момент или после свистка на подачу. Это запрещено также для членов команды, не имеющих на это право, и после использования разрешённого количества замен.

Смена площадок. После каждой партии команды меняются площадками, за исключением решающей партии. В решающей партии, как только команда набирает 8 очков, команды без задержки меняются площадками, а расстановка игроков остаётся прежней.

7. Игрок либеро

Каждая команда имеет право назначить из состава 12 игроков одного специализированного защитного игрока либеро. Либеро должен быть записан в протоколе до матча в специальной графе, предусмотренной для этого. Либеро не может быть ни капитаном команды, ни игровым капитаном. Игрок либеро должен носить форму, футболка которой должна отличаться по цвету от футболок других членов команды и должна быть также пронумерована.

Либеро разрешается замещать любого игрока на задней линии, он ограничен играть как игрок задней линии, и ему не разрешено выполнять атакующий удар из любого места (включая игровое поле и свободную зону), если в момент контакта мяч находится полностью выше верхнего края сетки. Либеро не может подавать и блокировать. Замещение либеро не считаются обычными заменами, они не ограничены, но должен быть розыгрыш между двумя замещениями либеро. Либеро может быть замещён только тем игроком, которого он подменил. Замещения должны происходить только тогда, когда мяч находится вне игры и до свистка на подачу.

8. Судьи, их обязанности и официальные сигналы

Судейский корпус на матч состоит из следующих официальных лиц: первый судья, второй судья, секретарь, четыре (два) линейных (рис).

Только первый и второй судья могут давать свисток во время матча: первый судья даёт сигнал на подачу, который начинает розыгрыш; первый и второй судьи дают сигнал об окончании розыгрыша при условии что они уверены в совершении ошибки и определили её характер. Немедленно после свистка первого судьи об окончании розыгрыша он должен показать официальными жестами команду, которая будет подавать; характер ошибки; игрока, совершившего ошибку (при необходимости). Если ошибка зафиксирована свистком второго судьи, он должен показать характер ошибки; игрока, совершившего ошибку; команду, которая будет подавать,

повторяя жест первого судьи. В случае обоюдной ошибки оба судьи показывают характер ошибки; игроков, совершивших ошибку; команду, которая должна подавать, указанную первым судьёй.

Первый судья выполняет свои функции, сидя или стоя на судейской вышке, расположенной у одного из концов сетки. Его уровень глаз должен быть около 50 см над сеткой. Первый судья руководит матчем от начала до конца, имея власть над всеми членами судейского корпуса и членами команд. Во время матча решения первого судьи являются окончательными. Он имеет право отменять решения других членов судейского корпуса, если замечено, что они ошибочны. Первый судья не должен допустить каких-либо обсуждений его решений, однако по просьбе игрового капитана должен дать пояснение по применению или интерпретации правил, на которых он основал свое решение.

Перед матчем первый судья обязан проверить состояние игрового поля; провести жеребьёвку с капитаном команд; контролировать разминку команд. Во время матча только первый судья имеет право:

- предупреждать команды;
- налагать санкции за неправильное поведение и задержки;
- принимать решение об ошибках подающего и в расстановке подающей команды; в игре с мячом; над сеткой и у её верхней части; при атакующем ударе либеро и игроков задней линии; при пересечении мячом нижней площадки под сеткой. По окончании матча первый судья проверяет протокол и подписывает его.

Второй судья выполняет свои обязанности, стоя за пределами игровой площадки около стойки, на противоположной стороне от первого судьи, лицом в его сторону. Второй судья является помощником первого судьи, но имеет также свою собственную сферу полномочий. Второй судья может без свистка показывать ошибки, не относящиеся к его сфере полномочий, но не может настаивать на их принятии первым судьёй. Второй судья контролирует работу секретаря, разрешает перерывы, контролирует их продолжительность и отклоняет неправильные запросы. Также он контролирует количество тайм-аутов и замен, использованных каждой командой, и сообщает первому судье и тренеру, имеющему к этому отношение, о втором тайм-ауте и о 5-й, и о 6-й заменах.

В начале каждой партии, после смены площадок в решающей партии и при необходимости он проверяет соответствие позиций игроков на площадках с записью в карточках расстановки. По окончании матча он подписывает протокол.

Секретарь выполняет свои обязанности, сидя за столиком секретаря на противоположной от первого судьи стороне площадке, лицом к нему. Он ведёт протокол, взаимодействуя со вторым судьёй. Перед матчем и партией секретарь записывает в протокол данные о матче и командах, включая фамилию и номер игрока; получает подписи капитанов и тренеров; указывает стартовую расстановку каждой команды. Во время матча секретарь: записывает набранные очки; контролирует очередность подач

каждой команды и немедленно, после удара на подаче, указывает судьям на её нарушение; записывает тайм-ауты и замены игроков, проверяя их количество и информируя судью; извещает судей об окончании партии и о наборе 8-го очка в решающей партии. В конце матча секретарь записывает окончательный результат; подписывает протокол и получает подписи капитанов команд и затем судей.

9. Организация и судейство соревнований

Соревнования любого ранга и целевой направленности включают следующие взаимосвязанные компоненты: правила, положения, календари.

Правила соревнований – документ, чётко определяющий условия соревновательной борьбы волейболистов под контролем спортивных судей.

Положение о соревнованиях определяет основные характеристики соревнований:

- цели и задачи (повышение класса команд, популяризация волейбола, подведение итогов подготовки и т.д.);
- места и сроки проведения игр;
- руководство проведением соревнований (указываются, кто проводит соревнование и состав судейской коллегии);
- участники соревнований (указывается количество команд, допускаемых к соревнованиям; требования к возрасту участников и т.д.);
- условия проведения соревнований (указываются способы розыгрыша, оценка результатов, определение победителя, требования к местам проведения, спортивной форме);
- награждение команд и участников;
- порядок подачи протеста.

Непосредственное проведение соревнований возлагается на судейскую коллегию, которая работает под руководством главного судьи.

Главный судья после жеребьёвки записывает номера команд для составления календаря соревнований; из числа членов судейской коллегии назначает на каждую игру первого судью, второго судью.

Главный секретарь соревнований должен изготовить турнирную таблицу и после окончания каждой встречи вносить в неё результаты. В конце соревнований главная судейская коллегия подсчитывает очки, набранные каждой командой, и определяет победителя по наибольшему количеству очков. Календарь игр составляют по заранее определенной таблице.

В практике волейбола имеют место следующие способы проведения соревнований:

- круговой (все участвующие команды играют между собой);
- с выбыванием (после проигрыша встречи команда выбывает из соревнований);
- комбинированный (первая часть соревнований проводится с выбыванием, вторая – по круговому способу).

Приложения

Сетка учёта результатов при круговом способе

№	Команда	Команды				Количество очков	Разница партий, мячей	Место
		1	2	3	4			
1								
2								
3								
4								

Игровое Поле

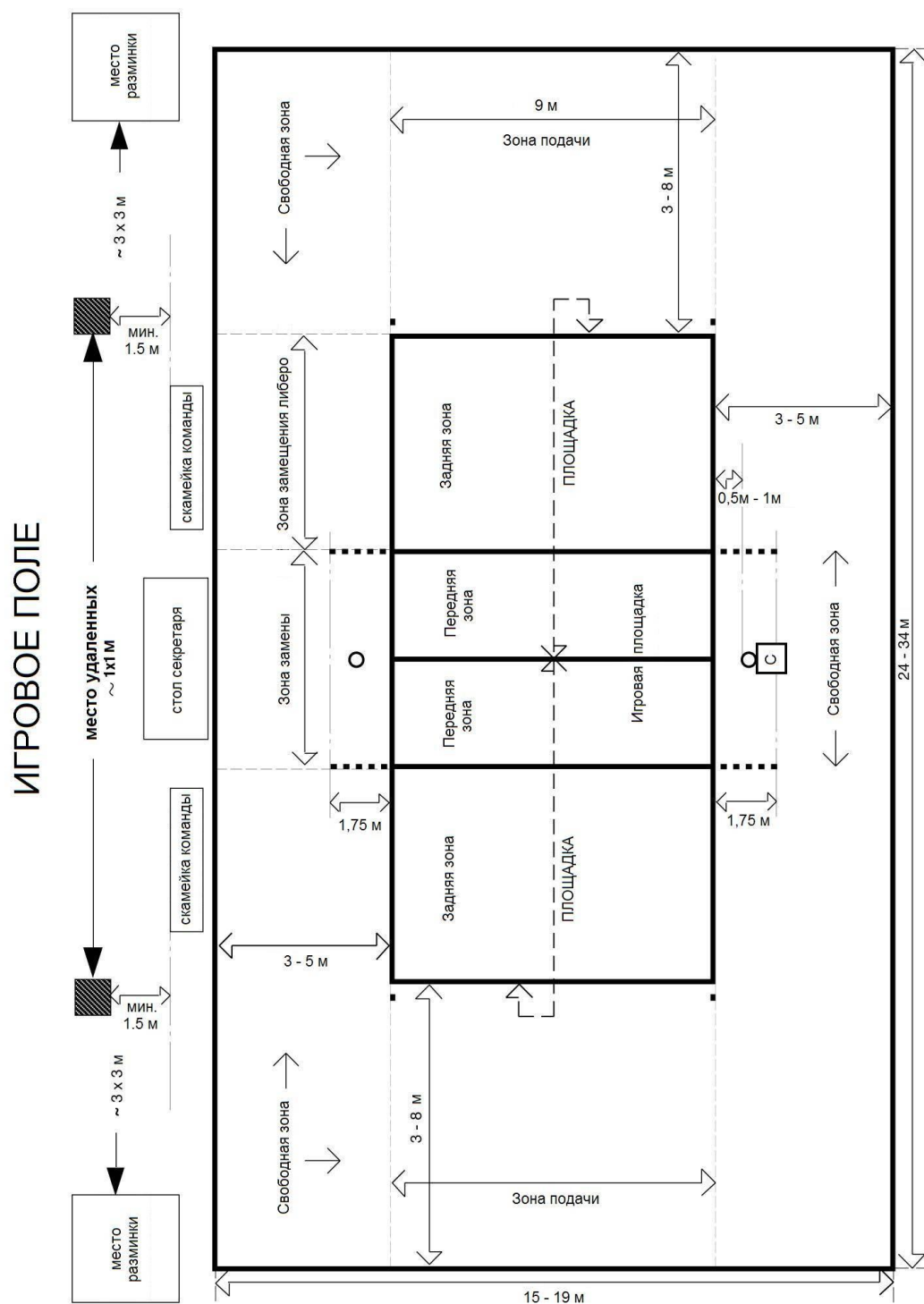
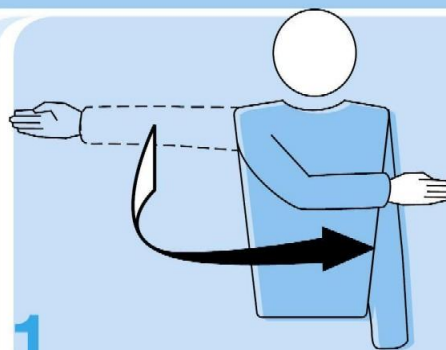


Схема 16 1; 1.4; 1.4.2; 1.4.3; 1.4.4; 1.4.5; 4.2.1; 4.2.3.1; 15.10.1; 21.3.2; 23.1; 24.1; 25.1; 26.1

AUTHORISATION TO SERVE | РАЗРЕШЕНИЕ НА ПОДАЧУ

Move the hand to indicate direction of service

Сделать движение рукой для указания направления подачи



П
F

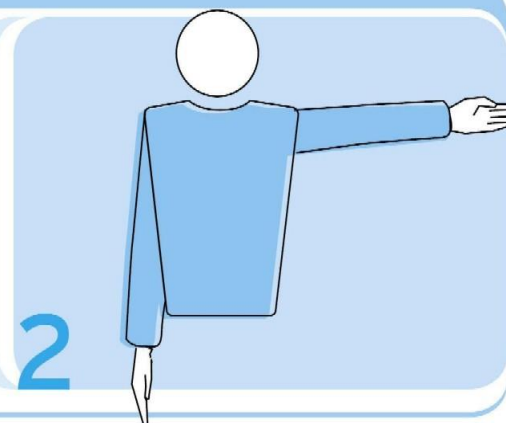
R. 12.3

П. 12.3

TEAM TO SERVE | ПОДАЮЩАЯ КОМАНДА

Extend the arm to the side of team that will serve

Вытянуть руку в сторону команды, которая должна подавать



П
F
B
S

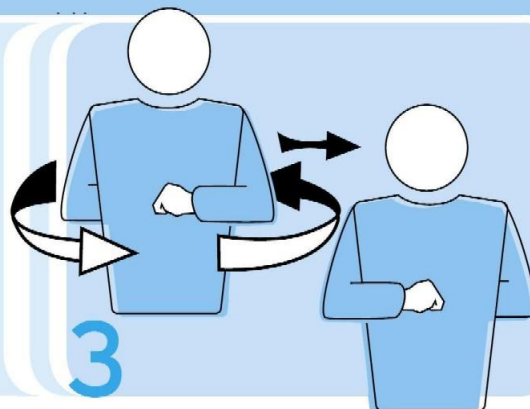
R. 12.3 • R. 22.2.3.1

П.12.3 • П.22.2.3.1

CHANGE OF COURTS | СМЕНА ПЛОЩАДОК

Raise the forearms front and back and twist them around the body

Поднять предплечья впереди и сзади, и повернуть их вокруг корпуса



П
F

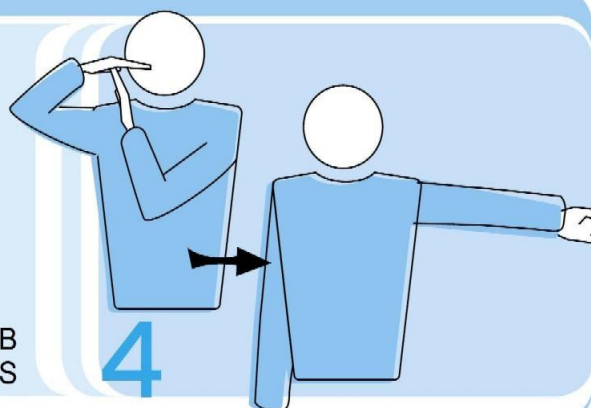
R. 18.2

П. 18.2

TIME-OUT | ТАЙМ-АУТ

Place the palm of one hand over the fingers of the other, held vertically (forming a T) and then indicate the requesting team.

Расположить ладонь одной руки над пальцами другой, удерживаемой вертикально (в форме Т) и затем указать запрашивающую команду



П
F
B
S

R. 15.2.1.

П.15.2.1

SUBSTITUTION | ЗАМЕНА

Circular motion of
the forearms
around each other

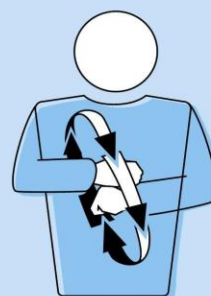
Круговое движение
предплечий вокруг
друг друга

R. 15.2.1 • R. 15.5

П. 15.2.1 • П. 15.5

П
В
F
S

5

**MISCONDUCT PENALTY | ЗАМЕЧАНИЕ ЗА НЕПРАВИЛЬНОЕ ПОВЕДЕНИЕ**

Show a yellow card
for penalty

Показать желтую
карточку для замечания

R. 21.3.1 • R. 21.6

П. 21.3.1 • П. 21.6

П
F

6

**EXPULSION | УДАЛЕНИЕ**

Show a red card
for expulsion

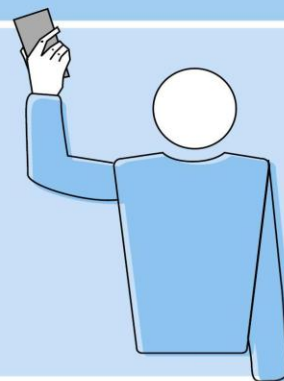
Показать красную
карточку для удаления

R. 21.3.2 • R. 21.6

П. 21.3.2 • П. 21.6

П
F

7

**DISQUALIFICATION | ДИСКВАЛИФИКАЦИЯ**

Show both cards
jointly for
disqualification

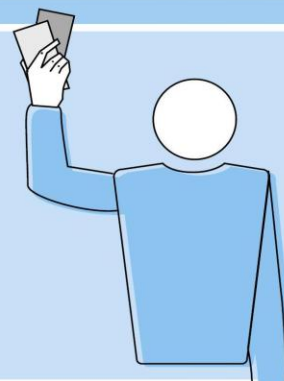
Показать обе карточки
вместе для дисквалификации

R. 21.3.3 • R. 21.6

П. 21.3.3 • П. 21.6

П
F

8



END OF SET (OR MATCH) | КОНЕЦ ПАРТИИ (ИЛИ МАТЧА)

Cross the forearms in front of the chest, hands open.

Скрестить предплечья с выпрямленными кистями перед грудью



R. 6.2 • R. 6.3

П. 6.2 • П. 6.3

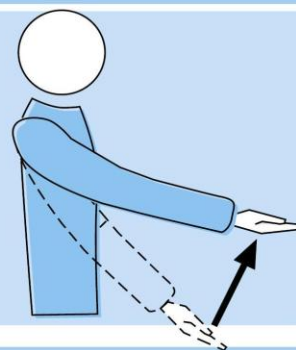
П
В
F
S

9

BALL NOT TOSSED OR RELEASED AT THE SERVICE HIT | МЯЧ НЕ ПОДБРОШЕН ИЛИ НЕ ВЫПУЩЕН ПРИ УДАРЕ НА ПОДАЧЕ

Lift the extended arm, the palm of the hand facing upwards.

Поднять вытянутую руку с ладонью, обращенной вверх



R. 12.4.1

П. 12.4.1

П
F

10

DELAY IN SERVICE | ЗАДЕРЖКА ПРИ ПОДАЧЕ

Raise eight fingers, spread open

Поднять восемь разведенных пальцев



R. 12.4.4

П. 12.4.4

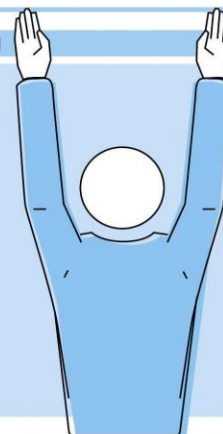
П
F

11

BLOCKING FAULT OR SCREENING | ОШИБКА ПРИ БЛОКИРОВАНИИ ИЛИ ЗАСЛОН

Raise both arms vertically, palms forward.

Поднять обе руки вертикально, ладонями вперед



R. 14.6 • 12.5

П. 14.6 • 12.5

П
В
F
S

12

POSITIONAL OR ROTATION FAULT | ПОЗИЦИОННАЯ ОШИБКА ИЛИ ОШИБКА ПЕРЕХОДА

Make a circular motion with the forefinger.

Совершать круговое движение указательным пальцем

R. 7.5 or R. 7.7

П. 7.5 или П. 7.7

П
F

В
S

13



BALL "IN" | МЯЧ "В ПЛОЩАДКЕ"

Point the arm and fingers toward the floor

Указать рукой с выпрямленными пальцами в направлении пола

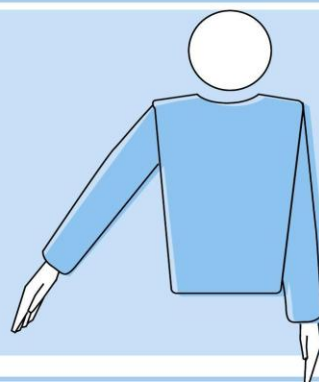
R. 8.3

П. 8.3

П
F

В
S

14



BALL "OUT" | МЯЧ "ЗА"

Raise the forearms vertically, hands open, palms towards the body.

Поднять вертикально предплечья с выпрямленными кистями и ладонями, обращенными к телу

R. 8.4

П. 8.4

П
F

В
S

15



CATCH | ЗАХВАТ

Slowly lift the forearm, palm of the hand facing upwards.

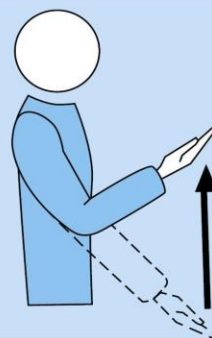
Медленно поднять предплечье с ладонью, обращенной вверх

R. 9.3.3

П. 9.3.3

П
F

16



DOUBLE CONTACT | ДВОЙНОЕ КАСАНИЕ

Raise two fingers,
spread open

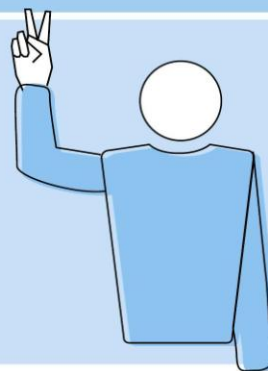
Поднять два разведенных
пальца

R.9.3.4

П.9.3.4

П
F

17

**FOUR HITS | ЧЕТЫРЕ УДАРА**

Raise four fingers,
spread open.

Поднять четыре
разведенных пальца

R. 9.3.1

П. 9.3.1

П
F

18

**NET TOUCHED BY PLAYER | СЕТКА ЗАДЕТА ИГРОКОМ**
SERVED BALL FAILS TO PASS TO THE OPPONENT THROUGH CROSSING SPACE | ПОДАННЫЙ МЯЧ НЕ ПЕРЕШЕЛ К СОПЕРНИКУ ЧЕРЕЗ ПЛОЩАДЬ ПЕРЕХОДА

Indicate the
respective side
of the net.

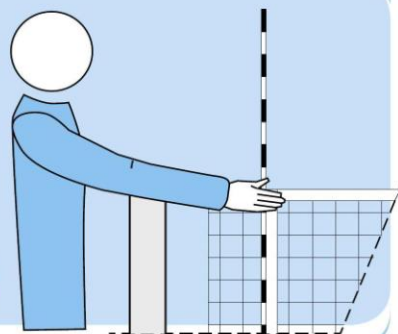
Указать соответствующую
сторону сетки

R. 11.4.4 • R 12.6.2.1

П. 11.4.4 • П.12.6.2.1

П
B
F
S

19

**REACHING BEYOND THE NET | КАСАНИЕ НА ДРУГОЙ СТОРОНЕ СЕТКИ**

Place a hand
above the net,
palm facing
downwards.

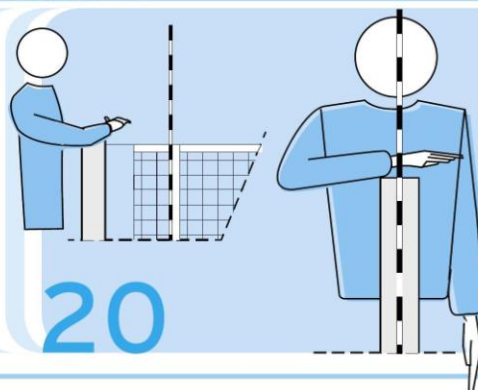
Расположить руку над сеткой,
ладонью вниз

R. 11.4.1

П. 11.4.1

П
F

20



ATTACK HIT FAULT | ОШИБКА ПРИ АТАКУЮЩЕМ УДАРЕ

Make a downward motion with the forearm, hand open

Сделать предплечьем с выпрямленной кистью движение вниз

by a back-row player, by a libero or on the opponent's service

R. 13.3.3 • R. 13.3.4 • R. 13.3.5

on an overhand finger pass by the libero in his/her front zone or its extension

R. 13.3.6

игроком задней линии, либеро или на подаче соперника

П. 13.3.3 • П. 13.3.4 • П. 13.3.5

с передачи сверху пальцами, сделанной либеро в своей передней зоне или ее продолжении

П. 13.3.6

П
F

21



PENETRATION INTO THE OPPONENTS COURT OR BALL CROSSING THE LOWER SPACE

ПЕРЕХОД НА ПЛОЩАДКУ СОПЕРНИКА ИЛИ МЯЧ, ПЕРЕСЕКАЮЩИЙ НИЖНЕЕ ПРОСТРАНСТВО

Point to the center line.

Указать на среднюю линию

R. 8.4.5 • R. 11.2.1

R. 11.2.2 • R. 11.2.2.2

П. 8.4.5 • П. 11.2.1

П. 11.2.2 • П. 11.2.2.2

П
F

B
S

22



DOUBLE FAULT AND REPLAY

ОБОЮДНАЯ ОШИБКА И ПЕРЕИГРОВКА

Raise both thumbs vertically.

Поднять большие пальцы рук вертикально

R. 6.1.2.2 • R. 9.1.2.3

П. 6.1.2.2 • П. 9.1.2.3

П
F

23



BALL TOUCHED | КАСАНИЕ МЯЧА

Brush with the palm of one hand the fingers of the other, held vertically.

Провести ладонью одной руки по пальцам другой, удерживаемой вертикально

П
F

B
S

24

