

Волейбол.

Требования к внешнему виду.

1. Внешний вид участников должен быть опрятным. Участники должны быть одеты в спортивную форму и обувь, соответствующую виду деятельности, не создающую затруднений при выполнении задания и соответствующую требованиям техники безопасности для каждого вида конкурсных испытаний.

2. Девочки/девушки (согласно виду спорта), но могут быть одеты в гимнастические купальники или футболки с короткими рукавами и короткими брюками («лосинами»); мальчики/юноши (согласно виду спорта), но могут быть одеты в майки, футболки, короткие трико («велосипедки»), спортивные трусы, шорты.

Конкурсное задание заключается в выполнении основных игровых элементов из раздела «Волейбол» примерной программы для учащихся основной и средней (полной) школы.

3. Руководство испытаниями.

Руководство для проведения испытания состоит из:

- главного судьи по волейболу;
- судьи на площадке;
- секретаря.

**Практическое олимпиадное задание
для обучающихся 5 - 6 классов.**

Передача мяча двумя руками сверху и снизу стоя у стены.

В данном практическом задании принимают участие девушки – обучающиеся 5-6 классов.

Участник располагается на произвольном расстоянии от стены. На высоте 2,5 метра от пола на стене обозначается контрольная линия, определяющая высоту передач. Боковые перемещения участника ограничиваются коридором шириной 2,5 метра.

Участник подбрасывает мяч над собой и выполняет передачу мяча двумя руками сверху в стену, выше контрольной линии, но не ниже, так как передача, выполненная ниже контрольной линии, не засчитывается. Отскок мяча от стены участник выполняет приемом снизу над собой, далее снова в стену. Передача сверху и приём мяча снизу над собой является одной серией. Участник должен выполнить как можно больше серий за 60 секунд.

Оценка выполнения.

Передачи не засчитываются:

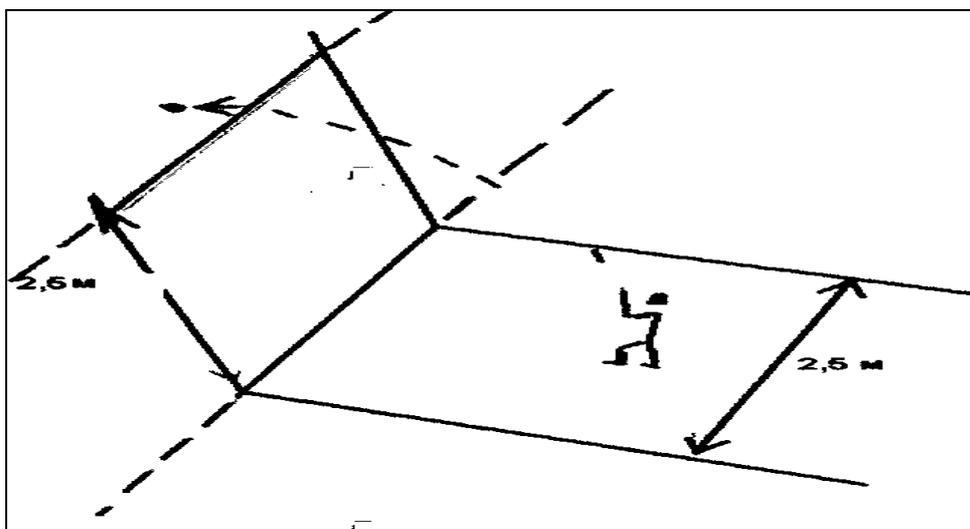
- Если участник выполнил передачу (или несколько передач) ниже контрольной линии;
- Если (мяч или участник) вышел за боковую ограничительную линию
- Если после серии мяч был пойман в руки (возможна только потеря).

При потере мяча участник может продолжить выполнять упражнение, если контрольное время ещё не закончилось.

Судья включает секундомер, как только участник подбросил мяч над собой. И выключает секундомер по истечении 60 секунд, говоря «Стоп».

Упражнение выполняется с одной попытки.

Победителем в данном упражнении считается участник, выполнивший наибольшее количество серий за 60 секунд.



Практическое олимпиадное задание для обучающихся 7 - 8 классов.

В данном практическом задании принимают участие девушки – обучающиеся 7 – 8 классов.

И.п. участник находится за лицевой линией 1 зоны.

По сигналу судьи данного этапа участник добегают до первого мяча располагающегося в первой зоне волейбольной площадке выполняет себе на выход верхнюю передачу во 2 (вторую) зону - догоняет и переправляет мяч любым способом на противоположенную сторону через сетку, далее спиной вперед оттягивается в 6 (шестую) зону берет мяч в руки и выполняет себе на выход верхнюю передачу в 3 (третью) зону - догоняет и переправляет мяч любым способом на противоположенную сторону через сетку, далее спиной вперед оттягивается в 5 (пятую) зону берет мяч в руки и выполняет себе на выход верхнюю передачу в 4 (четвертую) зону - догоняет и переправляет мяч любым способом на противоположенную сторону через сетку.

При выполнении данного упражнения на расстоянии 50 см за лицевой линией напротив 6 зоны находится контрольный мяч.

В случае **потери** мяча во время выполнения связки участник может взять контрольный мяч, без начисления штрафных очков.

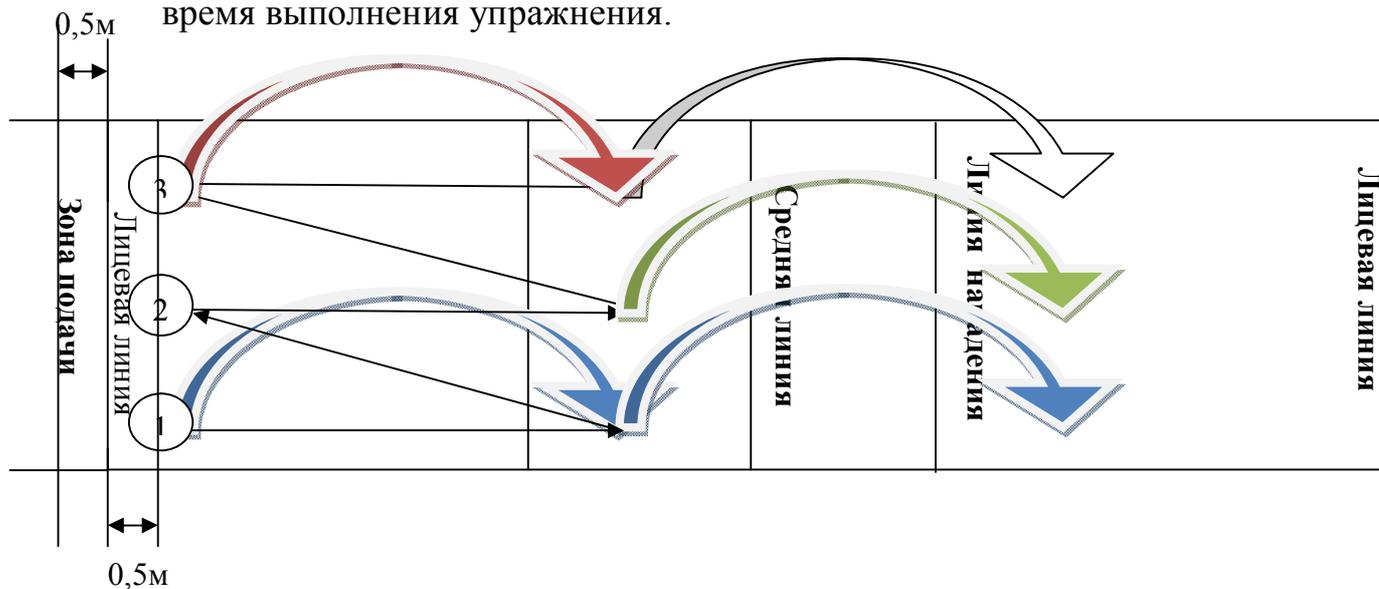
Оценка выполнения.

Фиксируется время преодоления дистанции и точность передач. Остановка секундомера осуществляется в момент **пересечения** мячом волейбольной сетки на последнем этапе.

За каждое нарушение правил (грубо нарушена техника выполнения передач, пробежка с мячом в руках, пронос мяча, выход мяча за пределы площадки, нарушение порядка выполнения упражнения, нарушение границы 3-х метровой зоны при передаче мяча на противоположенную сторону, «залет»-касание сетки) участнику к его фактическому времени прибавляется дополнительно по 0,5 секунды.

Победителем признается тот участник, который покажет наименьшее

время выполнения упражнения.



Примерная траектория мяча



Перемещение участника

Практическое олимпиадное задание для обучающихся 9 - 11 классов.

В данном практическом задании принимают участие девушки – обучающиеся 9-11 классов.

Конкурсное испытание заключается в выполнении подачи мяча (любым способом) через сетку на площадку соперника.

Участник, выполняющий подачу, находится за лицевой линией площадки. Подачу можно выполнять с любой точки за лицевой линией, не заходя за разметку.

Участнику дается 5 попыток, в результате которых он должен обязательно попасть: 1-я попытка - в 3-х метровую зону (находящуюся между средней линией и линией нападения), 2-я попытка в 6 метровую зону (находящуюся от линии нападения до лицевой линии площадки), далее в любые 3 точки.

Каждая подача оценивается по правилам волейбола. В зачет идет сумма всех подач.

Каждая подача приносит участнику 1 очко, подача по зонам – 3 очка.

При нарушении правил выполнения подачи (заступ на лицевую линию, мяч попадает в сетку, мяч вылетает за пределы площадки, участник ловит мяч при броске над собой и т.д.) попытка засчитывается как не результативная (0 очков).

Зона подачи	Лицевая линия		Средняя линия	Линия нападения Лицевая линия
--------------------	----------------------	--	----------------------	--

Оценка выполнения.

Победителем в данном упражнении считается участник, набравший наибольшее количество очков. При равном количестве очков у нескольких участников, приоритет отдается, тому участнику, который выполнил упражнение без потерь подач.