## КЛАССИФИКАЦИЯ ТЕХНИКИ ИГРЫ

Для последовательного изучения и анализа всего многообразия техники игры пользуются классификацией. Классификация— это соподчиненное распределение приемов и способов по разделам, группам на основе определенных сходных признаков.

Техника волейбола по характеру действий игроков разделяется на два больших раздела: технику нападения и технику защиты. В каждом из этих разделов выделяются две группы—техника перемещений и техника владения мячом.

В каждой группе имеются приемы и способы. Способы определяют, как выполняются приемы, каков характер движения при их выполнении. Почти каждый способ имеет разновидности, которые раскрывают отдельные изменения в деталях структуры движения. На выполнение приема оказывают влияние условия, которые уточняют специфику перемещений (на месте или в движении, в опорном или безопорном положении), направление, дистанцию и т. д.

## ТЕХНИКА НАПАДЕНИЯ

Стойки и перемещения

**Стойка.** При нападающих действиях, как правило, игроки передней линии перемещаются вперед или косо-вперед. Поэтому стойка игрока должна быть такой, чтобы он мог быстро переместиться в нужном направлении.

Для этого центр тяжести тела должен быть смещен к передней части опоры; ноги слегка согнуты и расставлены, одна нога немного впереди, пятка сзади стоящей ноги оторвана от опоры; туловище слегка наклонено вперед; руки согнуты в локтях, плечи опущены (рис. 1).



Рис. 1

В зависимости от предполагаемого направления движения вперед выставляется правая или левая нога. Если передача для нападающего удара направлена справа, то вперед выставляется левая нога, если слева, то вперед выставляется правая нога. Это облегчает поворот туловища нападающего игрока в сторону передающего и позволяет держать в поле зрения мяч и действия передающего игрока.

**Ходьба** — один из видов перемещения. По площадке игроки перемещаются так называемым пригибным шагом. В отличие от обычной ходьбы вперед выносится не прямая нога, а чуть согнутая и нет ярко выраженной постановки ее на пятку. Шаги мягкие, крадущиеся. При таком перемещении игрок избегает вертикальных колебаний центра тяжести и может быстро занять исходное положение для выполнения любого приема. Отличительной чертой «игровой» ходьбы является отсутствие движения рук.

**Бег** волейболиста характеризуется стартовой стремительностью, малыми расстояниями, резкими изменениями направлений и моментальными остановками. Поэтому нельзя, как в легкой атлетике, выделить технику отдельных видов бега — ударного, махового и др. Беговой шаг при нападающем ударе крадущийся. Он помогает рассчитать время подхода к месту толчка и заканчивается напрыгиванием.

**Скачок** — это широкий шаг с безопорной фазой. Его надо выполнять так, чтобы центр тяжести не поднимался вверх и способствовал более быстрому перемещению вперед. Обычно скачок сочетается с бегом или ходьбой в различных направлениях, с различной скоростью. Сделав скачок, игрок занимает исходное положение для выполнения технического приема.

**Прыжок** выполняется при нападающих ударах и вторых передачах. В волейболе различают два способа прыжка: толчком двумя ногами и толчком одной ногой.

При прыжке толчком двумя ногами в исходном положении ноги поставлены параллельно, на ширине плеч, туловище наклонено вперед. Руки, согнутые в локтях, слегка отведены назад, что позволяет быстро вынести их в положение замаха кратчайшим путем. Оттолкнувшись двумя ногами и сделав взмах руками вперед-вверх, волейболист прыгает. Руки выносятся вверх до уровня головы. Прыжок толчком двумя ногами выполняется с места и с разбега.

При прыжке толчком одной ногой после последнего шага разбега (с места не выполняется) толчковая нога ставится на пятку, руки, согнутые в локтях, слегка отведены назад. Выпрямляя толчковую ногу, игрок делает мах другой ногой, согнутой в коленном суставе, и одновременно делает мах руками вверх.

Волейболист не должен смотреть на поверхность площадки, по которой он перемещается. Во время перемещений ему необходимо следить за мячом, а также за действиями своих партнеров и игроков противника. Это одна из характерных особенностей игровой деятельности волейболиста.

В процессе игры все виды перемещений применяются в различных сочетаниях. Направление и скорость перемещений зависят от конкретной игровой обстановки.

Цель перемещений заключается в том, чтобы правильно выйти **к** мячу для выполнения технического приема.

Техника владения мячом

**Передача.** Передача — один из основных технических приемов, без которого немыслима игра. В зависимости от положения рук и их движения различают верхние и нижние передачи. Верхние передачи рассматриваются в разделе «Техника нападения», нижние — в разделе «Техника защиты».

Передача двумя руками сверху выполняется из исходного положения (стойки), в котором ноги согнуты в коленях (одна нога немного впереди), нога, разноименная направлению передачи, выставлена вперед, при передаче вправо вперед выставляется левая нога и наоборот, туловище в вертикальном положении. Руки согнуты в локтях, кисти, слегка отведенные назад, находятся перед верхней частью лица, ладони развернуты внутрь

Пальцы расставлены и напряжены. Положение игрока должно быть устойчивым (рис. 2).



Рис. 2

Передача мяча производится встречным движением туловища и рук. Движение начинается одновременным выпрямлением ног, туловища и рук в локтевых суставах, а заканчивается активным разгибанием кистей в лучезапястных суставах. Во время передачи мяч ложится на подушечки первых фаланг большого, указательного и среднего пальцев, на которые приходится вся тяжесть мяча. Безымянный палец и мизинец как бы поддерживают мяч с обеих сторон. Пальцы напоминают «пружинки», которые при соприкосновении с мячом гасят его скорость. Обратным движением пальцев мяч выталкивается вверх.

Последовательность движения показана на рис. 3, а положение мяча в кистях рук на:

Положение кистей рук у верхней части лица дает возможность выполнять передачи вперед (рис. 5), над собой (рис. 6) и назад (рис.7).

Передача вперед выполняется в стойке (опорном положении) и в прыжке (в безопорном положении). При выполнении передачи в стойке активную роль играют мышцы ног, туловища и рук. В прыжке передача выполняется более активным разгибанием рук в локтевых и лучезапястных суставах. Причем передача должна выполняться только в конечной фазе подъема или «мертвой» точки прыжка (рис. 8).

Для выполнения точной верхней передачи игрок должен занять на площадке такое место, чтобы траектория полета мяча проходила через верхнюю часть лица (рис. 9).

В процессе игры мяч передается на различные расстояния. Условно в зависимости от расстояния передачи делятся на длинные (свыше 5 м), средние (до 5 м) и короткие (до 1,5 м); высота и скорость полета мяча могут быть различны.

При длинной передаче ноги энергично разгибаются, а туловище сгибается в пояснице вперед, в направлении передачи.

При средних и коротких передачах ноги разгибаются более плавно, а туловище остается в вертикальном положении.

Пли передачах над собой больше сгибается сзади стоящая в связи с чем выводится вперед таз и туловище слегка от-Гпоняется назад. Создаются условия для передачи таким же движением РУК как при передаче вперед: руки разгибаются только Локтевых суставах вверх; кисти остаются открытыми.



Рис. 3

Пли передаче назад плечи больше отводятся назад за счет ппогиба в поясничной части туловища. Руки разгибаются вверх-назад Чем больше расстояние для передачи, тем энергичнее прогиб в пояснице и выпрямление ног в коленных суставах.



Передачи над собой и за голову выполняются в прыжке. Наиболее благоприятны для передач фазы подъема или «мертвой» точки прыжка.



Рис. 6 Рис. 7

Передачи в прыжке с имитацией нападающего удара, названные «откидками», — эффективный тактический прием. После прыжка и замаха для нападающегоудара рука опускается до уровня головы (присоединяется к другой руке). Таким образом, создается исходное положение для передачи в прыжке (см. выше).

Передача одной рукой сверху применяется редко. Главным образом для короткой передачи мяча вдоль сетки или над собой, когда первая передача сделана близко к ней.

При выполнении передачи одной рукой кисть разворачивается ладонью вперед.



Рис. 8. Рис. 9 Рис. 10

Мяч ложится на первую и вторую фаланги трех средних пальцев, а большой палец и мизинец поддерживают его с обеих сторон. Кисть над плечом (рис. 10).

В передачах вперед активную роль играет разгибание руки в локтевом и сгибание в лучезапястном суставах вперед по направлению передачи. В передаче над собой локоть поднимается выше уровня плечевого сустава, кисть находится над плечом. Передача производится за счет разгибания руки в локтевом суставе вверх. Кисть остается открытой.

При передачах назад локоть выводится выше плечевого сустава; передача осуществляется за счет разгибания руки вверх-назад и прогиба в пояснице.

Чаще всего передачи одной рукой выполняются в прыжке активным разгибанием руки в локтевом суставе, причем на короткие расстояния, невысоко.

Подача — технический прием, при помощи которого мяч вводится в игру. Умело выполненная подача затрудняет действия команды противника и создает предпосылки для выигрыша очка. По способам выполнения подачи разделяют на: нижнюю прямую, нижнюю боковую, верхнюю прямую, верхнюю боковую.

Все подачи выполняются в соответствии с требованиями, указанными в правилах соревнований: подающий игрок, стоя за пределами площадки на месте подачи, обязан подбросить мяч и ударом одной руки направлять его через сетку на сторону противника в пределах ограничительных лент.

Техника подач описана для игроков, бьющих по мячу правой рукой.

Нижняя прямая подача названа так потому, что удар по мячу наносится снизу, а игрок стоит лицом (прямо) к сетке. Ноги его согнуты в коленях, левая впереди. Туловище слегка наклонено вперед. Мяч лежит на левой ладони руки, согнутой в локтевом суставе, против бьющей руки (рис. 11), что позволяет подбросить мяч перпендикулярно (не более 0,5 м).



Рис. 12



В положение замаха правая рука отводится заранее или в момент подбрасывания мяча (при обучении лучше отвести заранее). При подбрасывании мяча центр тяжести смещается ближе к правой ноге. Одновременно с выпрямлением правой ноги правой рукой делается мах вперед, тяжесть тела переносится на левую ногу. Правая рука наносит удар по мячу снизу-сзади, направляя его вверх-вперед. Рука продолжает движение за мячом. Правая нога делает шаг вперед (рис. 12).

Удар по мячу наносится «твердой» кистью: соединенные и напряженные пальцы кисти образуют твердую поверхность. С момента подбрасывания мяча до удара взгляд подающего должен быть направлен на мяч, чтобы выполнить удар точно.

После удара по мячу правая нога делает шаг вперед.

Нижняя боковая подача названа так потому, что удар выполняется снизу, а игрок стоит боком к сетке. Ступни ног ставятся параллельно лицевой линии, ноги согнуты в коленях и расставлены на ширину плеч. Мяч находится на согнутой левой руке перед игроком, на уровне пояса. Правая рука отводится вниз-назад для замаха. Как только мяч подброшен, туловище поворачивается направо и тяжесть тела переносится на правую ногу. Удар по мячу выполняется напряженной кистью снизу-сзади, примерно на уровне пояса, после чего рука продолжает движение за мячом. Одновременно с продвижением руки вперед тяжесть тела переносится на левую ногу и туловище игрока поворачивается в сторону направления полета мяча, правая нога делает шаг вперед. Мяч должен быть подброшен впереди игрока на расстояние вытянутой руки (рис. 13).

Во время подачи игрок смотрит на мяч.

Разновидностью нижней боковой подачи является подача «свечой», для выполнения которой игрок становится правым боком к сетке, слегка согнутые ноги на ширине плеч. Мяч подбрасывается левой рукой. Удар наносится снизу по левой части мяча ребром ладони (со стороны большого пальца правой руки) с одновременным выпрямлением ног (рис. 14).

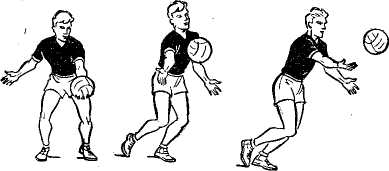


Рис. 13

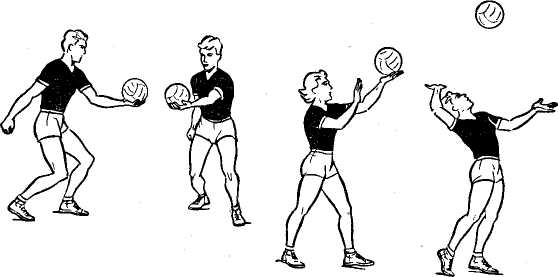


Рис. 14

Верхняя прямая подача выполняется лицом к сетке, удар по мячу наносится выше плечевого пояса. Ноги на ширине плеч, левая впереди. Мяч лежит на ладони согнутой левой руки.



Рис. 15

Одновременно с подбрасыванием мяча вверх (немного впереди игрока) правая рука делает замах вверх-назад, тяжесть тела переносится на правую ногу. Взгляд игрока обращен на мяч (до момента удара). Разгибая правую ногу, игрок тянется вверх к мячу и наносит по нему акцентированный удар правой кистью на уровне вытянутой руки (рис. 15). Тяжесть тела он переносит на левую ногу.

После удара делает шаг вперед правой ногой.

Можно придать мячу вращение в любую сторону. Для этого надо ударить по определенному месту мяча. Чтобы мяч вращался влево, удар наносят по правой половине мяча. И тогда траектория полета мяча сворачивает влево, т. е. в сторону вращения. Владение различными способами и разновидностями подач во многом обогащает тактический арсенал игрока.



Верхняя боковая подача выполняется стоя боком к сетке, удар по мячу наносится выше плечевого пояса.



Рис. 16

Слегка согнутые ноги на ширине плеч, ступни параллельны линии. Мяч лежит на ладони левой руки, согнутой в локте, на высоте пояса. Одновременно с подбрасыванием мяча левой рукой туловище наклоняется в сторону правой руки, опущенной вниз для замаха. За счет сгибания ноги тяжесть тела перемещается на правую ногу. С разгибанием правой ноги и туловища махом правой руки в вертикальной плоскости наносится удар по мячу в возможно более высокой точке. В момент ударного движения туловище поворачивается налево вокруг вертикальной оси и при ударе наклоняется вперед. Для выполнения вращения и наклона туловища вперед левое плечо отводится назад, но не опускается вниз. Захлестывающее движение кисти сообщает мячу вращение (рис. 16).

Верхние подачи выполняются и с разбега. Но при этом после перемещения перед подачей необходимо занять правильное исходное положение.

Наряду с перечисленными способами подач в настоящее время очень часто применяется «планирующая подача», выполняемая как «верхняя прямая» или как «верхняя боковая».

Особенность ее выполнения заключается в том, что удар по мячу наносится рукой, закрепленной в лучезапястном суставе,

строго по центру мяча, без всякого сопровождения его. В результате этого мяч не вращается, а плакируется, а так как круглое тело, движущееся в пространстве без вращения, не имеет строгой траектории полета, то, естественно, прием его затрудняется. Замах руки небольшой, удар по мячу толчкообразный, отрывистый (рис. 17).

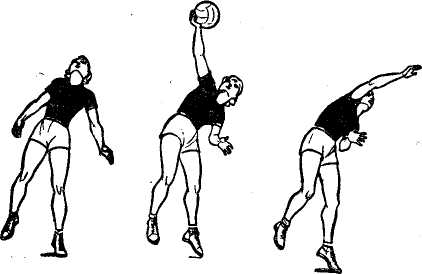


Рис. 17

Способы удара по мячу показаны на рис. 18.

Нападающий удар. Под нападающим ударом понимается перебивание мяча одной рукой выше верхнего края сетки. Затруднение его приема создается скоростью и направлением полета.

Различают два способа выполнения нападающего удара: прямой и боковой.

Нападающий удар состоит из прыжка (с места или с разбега), удара по мячу и приземления. С разбега прыжок выполняется толчком одной или двумя ногами, с места — толчком только двумя ногами.

Для выполнения прыжка толчком двумя ногами во время разбега игрок набирает горизонтальную скорость, необходимую для высокого прыжка. Длина разбега, как правило, колеблется от 2,5 до 4 м. Разбег состоит из 2—4 шагов, причем первый небольшой «подкрадывающийся» шаг выполняется в предполагаемую сторону разбега.

Ширина последнего шага зависит от скорости разбега: чем больше скорость, тем шире последний шаг. Это объясняется тем, что при последнем шаге необходимо преодолеть горизонтальную инерцию туловища в момент толчка вверх для прыжка.

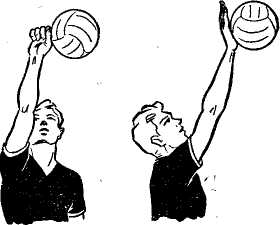


Рис. 18

Последний шаг выполняется в виде скачка. Прямая нога выносится вперед и ставится на пятку. Вслед за этим как можно быстрее подставляется другая нога, приблизительно на ширину ступни, туловище несколько сзади точки опоры, руки внизу, слегка отведены назад. Одновременно с перекатом ног с пяток на носки и резким разгибанием ног туловище рывком вверх выпрямляется, руки энергично делают взмах кратчайшим путем через перед вверх. Выпрямление ног и туловища следует начинать тогда, когда центр тяжести еще не находится над площадью опоры, иначе прыжок будет направлен вверх-вперед. Надо стремиться-направлять прыжок строго вертикально вверх. В этом случае облегчается координация всех последующих движений и создаются большие тактические возможности.

В воздухе плечи отводятся назад, туловище прогибается в пояснице, бьющая рука как можно быстрее занимает положение замаха для удара — локоть отведен в сторону выше плечевого сустава (рис.19).

Для выполнения прыжка толчком одной ногой с последним шагом опорная нога сгибается, а толчковая выставляется на пятку вперед.

Руки отведены назад. Одновременным энергичным выпрямлением толчковой ноги, движением вверх маховой ноги, согнутой в коленном суставе, и рук вверх выполняется прыжок. Толчок делается ногой, разноименной бьющей руке. Этим достигается более совершенная координация движений. Бьющая рука быстро поднимается в положение замаха. Плечо отводится назад. Туловище прогибается.



Прямой нападающий удар. Из исходного положения для удара (туловище прогнуто, плечи отведены назад, руки в положении замаха, ноги согнуты) игрок быстро сгибает туловище вперед и выпрямляет ноги, взяв ступни на себя.



Рис. 19

Бьющая рука, разгибаясь в локтевом суставе, начинает движение вперед. Локоть несколько опережает кисть.

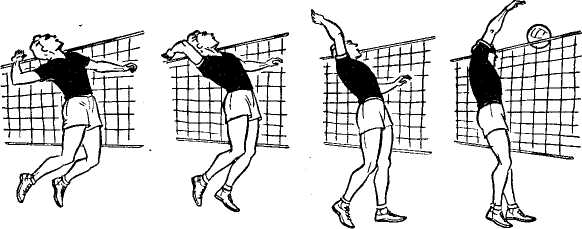


Рис. 20

Перед самым ударом предплечье выводится вперед. Кисть акцентированным движением ударяет по мячу. Рука выпрямлена, пальцы плотно сжаты. Удар по мячу наносится несколько впереди игрока, в высшей точке (рис. 20).

После удара игрок приземляется на согнутые в коленях ноги, что позволяет ему выполнить повторный прыжок или переместиться в любом направлении. Полусогнутые руки, опущенные вниз, готовы для взмаха.

Разновидностью прямого нападающего удара являются удары с переводами, при выполнении которых изменяется первоначальное движение бьющей руки и туловища.

Таким образом, переводы могут выполняться с поворотом и без поворота туловища. При ударе без поворота туловища *ц* последней фазе ударного движения рука изменяет первоначальное направление, движение кисти направлено также в сторону движения руки. Туловище остается в вертикальном положении.



При переводе вправо в момент удара рука как бы отталкивается от туловища, которое отклоняется влево (рис. 21).

При переводных ударах с поворотом туловища его мышцы активно участвуют в ударном движении; туловище поворачивается в сторону удара.

Боковой нападающий удар, как правило, применяется, когда мяч находится далеко от сетки. При боковом ударе движения туловища и бьющей руки направлены во фронтальной плоскости. В момент замаха туловище наклоняется, в сторону бьющей руки, рука отводится в сторону-вниз. Удар по мячу совершается за счет разгибания туловища и махового движения, которое заканчивается акцентированным ударом кисти по мячу (рис. 22).

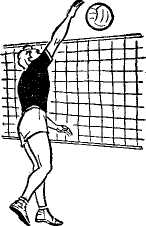
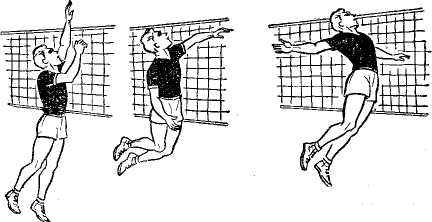


Рис. 22

Изменяя Движение руки и кисти, можно выполнять удары с переводом вправо и влево.

Нападающие удары с места, как правило, производятся с, предварительным иапрыгиванием, во время которого согнутые руки отводятся вниз-назад, туловище наклоняется слегка вперед. Во время толчка при прыжке с места руки и туловище делают активное движение вверх.

## ТЕХНИКА ЗАЩИТЫ

Игра команды в защите не менее важна, чем в нападении. Все усилия коллектива, стремящегося победить в состязании, окажутся тщетными, если его игроки будут допускать ошибки в защитных действиях. Технические приемы нападающего в волейболе богаче, чем защитника. Однако приемы защиты значительно эффективнее при правильном и внимательном их выполнении.

Техника защиты подразделяется на две основные группы — стойки и перемещения, техника владения мячом и противодействия.

Стойки и перемещения

Основная стойка защитника: ноги согнуты в коленях, руки опущены вниз, туловище наклонено вперед. Для лучшей готовности к перемещениям игрок все время переминается с ноги на ногу, не перенося тяжесть тела на ту или иную ногу и ощущая ее подушечками подошв.

Низкая стойка защитника: туловище больше наклонено вперед, а ноги шире расставлены в стороны. Руки, согнутые в локтях, находятся на уровне пояса. Как правило, стойка является исходным положением для приема мяча снизу и сверху двумя руками.

Ходьба выполняется несколькими способами.

Обычный шаг (см. раздел техники нападения).

Ходьба приставным шагом начинается с ноги, в сторону которой выполняется движение, другая нога приставляется (при перемещении вправо движение начинается с правой ноги, левая приставляется). При ходьбе ноги согнуты, в связи с чем исключаются вертикальные колебания центра тяжести и увеличивается скорость перемещения.

Ходьба скрестным шагом также начинается с ноги, в сторону которой происходит перемещение — вправо правой ногой. Левой ногой делается шаг в том же направлении, и она ставится несколько дальше правой. Таким образом, получается скрестное положение ног. Левая нога проносится впереди или сзади опорной правой.

Перемещаться следует на согнутых ногах, чтобы избежать подскоков.

Бег выполняется обычным шагом. Он характеризуется стремительностью, резкими остановками, многообразием направлений, переходами в прыжок или падение.

Выпады. Часто принимая мяч, падающий недалеко, игрок делает выпад. Выпадом может закончиться и любое перемещение.

При выпаде вперед одна нога быстро выставляется вперед, ступня проносится над самой поверхностью площадки, что способствует понижению центра тяжести. Вторая нога стремительно разгибается и разворачивается носком наружу. При приеме мячей сразу двумя руками туловище наклоняется вперед, при верхней передаче оно принимает более вертикальное положение (рис.23).

В момент выпада в сторону быстро выставляется нога, одноименная стороне выпада. Другая нога после резкого разгибания соприкасается с поверхностью площадки внутренней стороной ступни. Необходимо стремиться выставить ногу за линию проекции траектории полета мяча (рис. 24). При приеме низко летящих мячей туловище наклоняется вперед-всторону.



Рис. 24

Рис. 23

При приеме двумя руками сверху туловище остается в более вертикальном положении.

В практике игры чаще всего применяется выпад в сторону-вперед.

Прыжок. При защитных действиях в игре приходится принимать в прыжке мяч, отскочивший от блока, после приема партнером и т. п. Прыжки выполняются толчком двумя ногами и одной после различных перемещений и с места. Техника выполнения прыжков отличается от описанных в разделе «Техника нападения» только тем, что мяч по отношению к игроку может быть в стороне, впереди или за головой.

О прыжке при блокировании будет сказано ниже.

Падения в волейболе применяются для быстрого перемещения к далеко падающему мячу и при выводе центра тяжести за площадь опоры в результате предварительного перемещения и приложенного усилия в момент передачи мяча.

Различаются несколько способов падений.

Падение перекатом на спину, как правило, выполняется из приседа после передачи двумя руками сверху. Игрок отводит плечи назад, садится на пятку сзади стоящей ноги, группируется и падает перекатом на спину. Голову он наклоняет к груди во избежание удара о поверхность площадки (рис. 25). После переката маховым движением ног игрок встает и принимает стойку.

Обычно выполнению приема мяча с падением перекатом на спину предшествует перемещение вперед бегом или скачком.

Рис. 25



Падение перекатом на спину может выполняться и после выпада в сторону. Предварительно игрок поворачивает туловище в сторону вытянутой ноги и после передачи (рис. 26) делает перекат на спину. Падение перекатом на спину, особенно из положення:



Рис. 26.

Поменяется другой способ приземления — после прикосновения грудью к поверхности площадки, руки разводятся в стороны и игрок продолжает скользить по площадке с прогнутым туловищем и согнутыми ногами до остановки.

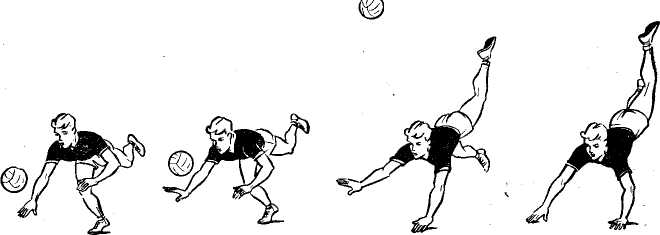
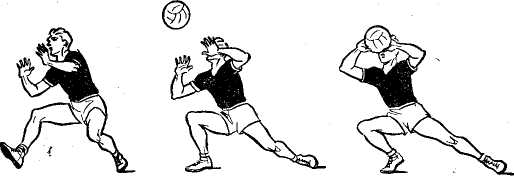


Рис. 27

**Техника владения мячом**



Прием мяча. После подачи и нападающих ударов противника можно мяч принимать различными способами — сверху или снизу двумя руками, одной рукой снизу.

При приеме мяча сверху двумя руками -кисти, более согнутые, чем при верхней передаче, находятся на уровне лица. Пальцы напряжены. Они расположены на мяче так же, как и при верхней передаче.



Рис. 28

В отличие от верхней передачи руки претерпевают более сильное воздействие и поэтому делают более амортизирующее — более жесткое движение и меньше разгибаются в локтевом суставе.  
Кисти закреплены и почти не участвуют в передаче.



Рис. 29

Рис. 30



между

В зависимости от условий прием мяча сверху двумя рукам выполняется в стойке и в падении.

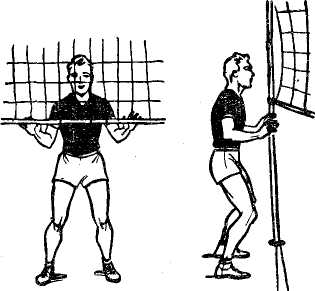
При приеме с падением сначала выполняется прием (в стадии равновесия), а затем падение, как результат вывода центра тяжести за пределы площадки опоры.

Прием мяча снизу двумя руками стали использовать в связи с возросшей мощью нападения, а также применением сильных и планирующих подач. При приеме снизу прямые руки выставлены вперед-вниз, локти максимально приближены друг к другу, предплечья супинированы; кисти вместе, туловище вертикально или слегка наклонено вперед (рис. 28). Движения руками производятся только в плечевых суставах. Мяч принимается на предплечья ближе к кистям рук (рис. 29).

Для правильного приема следует переместиться так, чтобы мяч находился впереди. При приеме мяча, летящего в стороне, туловище разворачивается в ту же сторону и наклоняется навстречу мячу.

Поворот и наклон туловища позволяют повернуть плоскость предплечий рук навстречу мячу, под углом к поверхности площадки (рис. 30) так, чтобы мяч отскочил в обратном направлении. Если плоскость предплечий будет параллельна плоскости площадки, то мяч, отскочив от рук, сохранит направление своего полета (срежется).

Рис. 34



Прием мяча снизу одной рукой применяется в тех случаях, когда мяч падает или летит далеко от игрока. Этим способом приема пользуются после предварительного перемещения в выпаде, в падении. Удар производится кистью с плотно сжатыми пальцами.

При приеме мяча, летящего в стороне, рука должна преградить путь мячу, для чего ладонь разворачивается ему навстречу.

**Блокирование** — один из эффективных защитных приемов. Блокирование преграждает путь мячу в непосредственной близости от сетки.

Этот прием состоит из перемещения, прыжка, выноса и постановки рук над сеткой, приземления.



Рис. 31

Перемещения выполняются различными способами вдоль сетки, взгляд направлен на мяч и игрока противника. Определив место прыжка, блокирующий занимает исходное положение, в котором ноги согнуты, руки согнуты в локтях, ладони на уровне пояса (или у груди), туловище слегка наклонено (рис. 31). Прыжок выполняется резким выпрямлением ног и махом согнутых рук. Руки переносятся вверх между туловищем и сеткой и поднимается над сеткой. Расстояние между ладонями должно быть меньше диаметра мяча, чтобы он не выскочил между ними. Предплечья ставятся как можно ближе к сетке, чтобы мяч не прошел между сеткой и руками. Блокирующий смотрит на нападающего игрока, чтобы определить направление удара. После блокирования игрок должен приземлятся на согнутые ноги и быть готовым снова к блокированию, самостраховке, перемещению, выполнению передач.



Рис. 32



Рис. 33

Если мяч пролетел мимо рук, то, приземляясь, блокирующий должен резко повернуть голову в сторону полета мяча, чтобы быстро повернуть туловище еще до приземления.

Для закрывания определенной зоны площадки ставится неподвижный блок, при котором руками, поднятыми над сеткой, не производят никаких движений в стороны. Неподвижное блокирование обычно используют при блокировании вдвоем или втроем.

При постановке блока одним игроком чаще всего применяется подвижное блокирование: после прыжка игрок переносит руки параллельно сетке вправо или влево в зависимости от определенного им направления полета мяча.

При блокировании нападающих ударов с краев сетки ладони блокирующих разворачиваются так, чтобы мяч отскочил на площадку противника (рис. 34).

## ТАКТИКА ИГРЫ

## ОПРЕДЕЛЕНИЕ ОСНОВНЫХ ПОНЯТИЙ

Тактика игры — это целесообразное применение индивидуальных, групповых и командных действий в борьбе с противником для достижения победы.

Основная задача тактики — определить средства, способы и формы ведения игры против определенного противника, в конкретных условиях. Целесообразно использовать их можно только при правильном учете факторов, характерных для данной встречи, а также конкретных условий, в которых протекает эта встреча (размеры и высота зала, его освещенность, качество мяча, его цвет, зрители и т. п.). Чтобы учесть и правильно использовать все факторы, необходимо хорошо знать тактику игры и иметь большой игровой опыт.

Развитие самой игры определяется развитием ее составных элементов. Так, тактическое мастерство игроков зависит от их роста, технического мастерства и борьбы между нападением и защитой. Тактика игры непрерывно совершенствуется. Появление в игре новых эффективных средств нападения вызывает необходимость поисков соответствующих средств или способов защиты и наоборот.

Жизнеспособность тактики зависит от ее гибкости и творческого исполнения, от умения не только приспосабливаться к особенностям конкретного противника, но и навязывать ему свою игру. Неумение изменить ход игры применительно к конкретной обстановке, отойти от заученного шаблона несовместимо с правильным пониманием тактики игры.

Передовая тактика требует постоянного обогащения новыми знаниями, средствами, способами и формами ведения игры.

**Средства ведения игры** — это все приемы техники и их способы. Уровень тактического мастерства зависит от технического мастерства команды.

Если техническая подготовка направлена на Учение движения при выполнении того или иного технического приема то тактическая подготовка вооружает игрока необходимыми знаниями и умениями, которые позволят ему целесообразно применять изученные приемы в конкретной игровой обстановке.

Уверенное владение различными средствами техники позволит команде применять гибкую тактику игры.

Способами ведения игры называются рациональные индивидуальные групповые и командные действия игроков, применяемые ими в борьбе с противником. Способы ведения игры выражают тактический замысел осуществления победы.

Индивидуальными называются самостоятельные действия игрока осуществляемые без партнеров, направленные на решение отдельных тактических задач, поставленных перед командой.

Групповыми действиями, представляющими собой взаимодействия двух или нескольких игроков, решается часть командной задачи. Эти действия могут быть активными (непосредственное участие) или способствующими розыгрышу мяча.

К командным действиям относятся взаимодействия всех игроков команды, направленные на выполнение определенных задач в нападении и защите. Они осуществляются различными способами, выражающимися в различных системах и комбинациях. Действия одной группы игроков могут быть активными, другой — вспомогательными.

**Система игры.** Системой игры называется организация действий игроков команды, в которой обусловлены функции каждого игрока и в зависимости от функций их расстановка на площадке по линиям. Каждая система игры имеет свою более или менее постоянную схему расстановки игроков или занимаемых ими позиций. Это создает благоприятные условия для овладения игроками своими функциями, для налаживания взаимодействий между группами игроков и между всей командой.

Системы игры тесно связаны с принципами комплектования команды и стартовой шестерки, и наоборот. Но принцип комплектования команды по функциям игроков не есть система игры.

**Комбинации.** Комбинацией называются заранее разученные согласованные действия игроков команды, направленные на создание условий одному из игроков для завершения атаки. Осуществление тактики комбинаций зависит от точности приема и направления мяча; от точности второй передачи, а также от ее траектории и скорости; от согласованности действий пасующего игрока с нападающими.

Комбинации применяются как при введении мяча в игру, так и в ходе игры.

**Форма ведения игры.** Формами ведения игры называются внешние проявления содержания действий команды, обусловленных решением определенных тактических задач. Они выражаются в активных и пассивных действиях игроков, в быстром или медленном темпе игры, в умении сбивать темп игры противника и навязывать свой, в тактике замен и перерывов, в проявлении игровой дисциплины и умении бороться до конца.

**Игровая дисциплина** — это культура ведения игры; проявление наивысшего мастерства; подчинение действий каждого игрока командным действиям и в то же время проявление инициативы и творчества; умение четко выполнять поставленные задачи на протяжении всей игры и турнира; проявление исключительной собранности. Игровая дисциплина проявляется в умении по необходимости быстро переключаться от систем игры в нападении на игру в защите по ходу всего матча или даже **в** ходе одной партии.

Постоянное соблюдение игровой дисциплины — залог успеха **в** борьбе с любым противником.

## КЛАССИФИКАЦИЯ ТАКТИКИ ИГРЫ

Классификация является основой для изучения и совершенствования тактики игры и повышения качества учебно-тренировочного процесса. До настоящего времени нет четко разработанной классификации игры, не существует также единых понятий и терминологии.

Тактику можно подразделить на два раздела: тактику нападения и тактику защиты. Каждый из этих разделов в зависимости от принципа организации действий игрока подразделяется на группы, включающие индивидуальные действия, групповые и командные.

В свою очередь, каждая из этих групп подразделяется на виды: например, индивидуальные действия в нападении могут быть двух видов — действия игрока без мяча и действия игрока **с** мячом.

Виды в зависимости от конкретного содержания игровых действий подразделяются на способы, или системы. Например, система игры в нападении со второй передачи игрока передней линии или система игры в нападении со второй передачи выходящего игрока задней линии.

Отдельные способы, имеющие различные особенности, подразделяются на варианты и комбинации. Например, одним из способов нападения со второй передачи является система нападения через выходящего игрока задней линии. Однако эта система; в зависимости от зоны выхода игрока подразделяется на три варианта: нападение через игрока, выходящего из зоны **1** (6,5).

а) изменения зоны передачи (благодаря чему нападающий принимает длинные, диагональные и отвесные пасы) и тренировки во всех зонах нападения;

б) применения различных видов и вариантов удара при различной удаленности от сетки и полном использовании ее ширины;

в) введения маркировки цели. Лишь тот, кто умеет пласировать мяч, будет технически хорошо выполнять точные нападающие удары.

Выполнять эти упражнения можно также под звуковой сигнал тренера или другого игрока о виде и цели удара (например, «Финт близко!»).

Проведение таких упражнений, связанных с отработкой технических умений и навыков, имеет смысл, хотя и не должно быть слишком интенсивным (при 12 игроках каждый из них должен выполнять на тренировке максимум один удар в минуту). Более целесообразными как для повышения интенсивности, так и для отработки тактики являются следующие комплексные упражнения, специально разработанные для нападения.

2. Упражнения с блоком: а) блокирующие (одиночный или двойной блок, смотря по численности игроков) непрерывно подпрыгивают, стараясь любым способом перехитрить нападающего игрока;

б) блокирующие подпрыгивают не при всяком на падающем ударе. Нападающий игрок должен прибегать к обманным действиям, если блокирующие подпрыгивают, в противном же случае выполнять нападающий удар (блокирующие должны при этом подпрыгивать полностью и действительно стремиться к блокированию мяча, а не к обману любой ценой на падающего) ;

в) оба блокирующих игрока ставят (по взаимной договоренности) одиночный или двойной блок. Задача нападающего при одиночном блоке заключается в преодолении его наиболее целесообразным видом удара, при двойном блоке — в применении обманных действий.

3. Упражнения с игроками площадки: а) принимающий игрок располагается в глубине центра игровой площадки. В тот момент, когда нападающий прыгает, принимающий игрок перебегает вправо или влево.

Задача нападающего заключается в том, чтобы попасть в незащищенную половину глубины площадки;

б) то же, что и в п. «а», но защитник перебегает от центральной точки игровой площадки в зону 1 или в зону 5.

4. Упражнения с игроками блока и площадки. Если все перечисленные выше упражнения посильны при необходимой концентрации игроку среднего класса, то при такой двойной комбинации трудности мгновенно возрастают вдвое. Поэтому рекомендуется повышать требования постепенно, начиная, например, с двойного блока и одного игрока площадки, причем последний меняет свою позицию, как описано выше. В этом случае перед нападающим могли бы открыться, в частности, такие варианты решения:

при отсутствии блока или при одиночном блоке нападающий удар производится по незащищенной площадке (в зависимости от позиции, занимаемой блокирующим игроком площадки);

при двойном блоке производится удар кистью руки или обманный удар (в зависимости откачества передачи для нападающего удара и позиции блокирующего) по незащищенной части площадки.

Для дальнейшего усложнения упражнений вводят дополнительных игроков площадки (вплоть до полной комбинации защиты), постепенно сокращая пустоты на игровой площадке.

Технику и тактику нападающего удара совершенствуют при выполнении всех комплексных упражнений, предназначенных для отработки коллективной тактики нападения (см. 2. 2. **б).**

*Блокирование*

**Значение в игре.** После появления первых нападающих ударов (в Европе в начале 20-х годов) невольно сформировалось блокирование, как наиболее эффективное защитное средство. Оно развивается от одиночного блока (около 1930 г.) до группового (конец 30-х годов).

Блокирование составляет ядро всей защиты и является ориентиром для защитников площадки при игре в волейбол. Если блокирующие не имеют успеха, т. е.дезориентированы, не прыгают или плохо прыгают, если мощь ударов не ослабевает или нападающий обнаруживает в защите пустоты, то вся команда позади блокирующих производит впечатление беспомощности.

С 1964 г., когда возможности блокирующих значительно расширились благодаря введению «переноса рук» и разрешению двойного касания, блок отчасти становится при возрастающем уровне игры даже средством нападения.

По частоте своего применения блокирование занимает первое место среди всех технических элементов. В среднем оно является каждым третьим действием отдельного игрока.

Из-за непосредственного влияния блока возникает около 18% всех ошибок в нападении противника (первенство мира 1966 г.). Ошибки при блокировании ведут к потере около 9 % (женщины — 11%) всех очков, а также являются причиной значительной части неудачных действий со стороны защитников.

Основной формой блокирования является двойной блок (72%). Одиночный (23,5%) и тройной блок (4,5%) применяют реже. Одиночный блок, как правило, не является для хорошего нападающего серьезным препятствием. Тройной блок представляет собой прежде всего в зоне 3 «вынужденное решение» под давлением противника за счет защиты игрового поля.

По техническому исполнению в настоящее время различают два основных варианта:

блокирование с «консервативным», пассивным положением рук, причем руки переносятся мало или вовсе не переносятся;

так называемый нападающий блок с активным перехватом.

Индивидуальная тактика. Индивидуальная тактика блокирующего игрока основывается прежде всего на достижимой высоте перехвата, которая зависит от прыгучести и длины тела блокирующего. При этом игрок прежде всего обдумывает, какую технику выбрать.

Наиболее эффективен нападающий блок, при выполнении которого блокирующий игрок стремится к тому, чтобы не только принять мяч на верхнем продолжении плоскости сетки, но и вслед за тем круто направить его активным действием рук и кистевых суставов на игровую площадку противника. Предпосылкой к этому является положение предплечий игрока (локти вблизи верхнего края сетки), обеспечивающее «свободу перемещения» рук над сеткой (не менее 50 см). Следует, однако, заметить, что высота, которой блокирующий игрок достигает обеими руками при прыжке из стойки, на 35—40 см ниже высоты, достигаемой им при прыжке в нападении. Тем самым, чтобы обеспечить в прыжке из стойки нападающий блок, блокирующий должен достичь максимальной высоты (при прыжке с разбега) — не менее 3,30 м (женщины — около 3 м). При блокировании прыжок из стойки тактически благоприятней, поскольку блокирующие игроки имеют возможность дольше наблюдать за нападающим игроком и могут лучше выбрать место и время для выполнения прыжка.

Однако большинство волейболистов ГДР пока еще не пользуются этим методом для отработки прыжков в высоту, достаточную для нападающего блока. Смотря по игровой манере нападающего команды противника, эти игроки решают, не целесообразней ли отказаться от эффекта нападающего блока и ограничиться, выполнив прыжок из стойки, при относительной надежности и хорошей возможности обзора, так сказать, пассивным, «легким» выбросом рук над сеткой. Таким игрокам следовало бы стремиться к наращиванию высоты прыжка до уровня, достаточного для блокирования, причем прыжок выполнять с разбега, хотя вначале будет затруднено наблюдение за противником и взаимодействие с партнерами по команде (это наблюдается в женских командах вследствие низкого уровня выброса рук над сеткой).

Если игрок предпочтет первый из вариантов блокирования, то его внимание должно концентрироваться на зоне и поведении игрока команды противника, выполняющего передачу для нападающего удара, чтобы по возможности раньше достичь зоны предполагаемого нападения. В последнем случае внимание следует концентрировать в первую очередь на мяче.

Далее нужно подумать о моменте прыжка. Если прыжок выполняют из стойки, то установить этот момент относительно просто. Визуально оценив действия нападающего при разбеге (направление разбега),

## ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ

Центральный совет Союза спортивных обществ и организаций СССР планирует соревнования на 4 года вперед в зависимости от сроков проведения спартакиады народов СССР.

Местные советы спортивных обществ и организаций составляют планы спортивных соревнований по территориальному, а ведомственные организации и добровольные спортивные общества— по ведомственному принципу.

Основой любого соревнования является соревнование в низовом коллективе.

Спортивные соревнования различают по целевому назначению, составу участников и некоторым другим признакам.

По формам проведения и целевому назначению они подразделяются на виды. Виды соревнований могут быть объединены в группы.

Спортивные соревнования в советской системе физического воспитания - неотъемлемая часть педагогического процесса. В них подводятся итоги, проверяется качество учебно-тренировочной работы игроков, команд, тренеров, а также всего коллектива в целом.

Соревнования способствуют повышению качества учебно-тренировочного процесса, организационному укреплению волейбольных секций коллективов физкультуры, воспитанию чувства товарищества, дружбы. Они служат одной из форм обмена опытом работы, средством внедрения в практику передовой спортивной техники и тактики и наиболее совершенных методов современной тренировки.

Участники соревнований учатся подчинять личные интересы коллективным, преодолевать трудности, проявлять волю в упорной спортивной борьбе.

В процессе соревнований укрепляются дружеские связи с различными странами.

В нашей стране сложилась определенная система спортивных соревнований, соответствующая особенностям организационной структуры физкультурного движения.

Эта система основана на четком планировании соревнований в четырехлетнем цикле с учетом возрастной преемственности, квалификации команд и закономерного чередования их проведения по территориальному, ведомственному и территориально-ведомственному принципу.

В волейболе соревнования преимущественно проводятся по территориально-ведомственному принципу, где основой является не сборная команда, а команда коллектива физической культуры или спортивного клуба.

Планирование спортивных соревнований носит централизованный характер.

## ВИДЫ СОРЕВНОВАНИЙ

Соревнования могут быть календарными и товарищескими.

**Календарные соревнования** — официальные. Они предусматриваются календарным планом спортивных мероприятий, имеющим разработанное положение об их проведении. На основании результатов календарных соревнований определяется выполнение игроками норм Единой всесоюзной спортивной классификации.

Первенства (чемпионаты) — это наиболее ответственные соревнования, определяющие победителя (чемпиона) и место остальных команд-участниц.

Чемпионы первенств СССР награждаются золотыми медалями, а игроки команд, занявших II и **III** места, — соответственно серебряными и бронзовыми медалями. Чемпионы республик, городов, ДСО, ведомств награждаются жетонами.

Первенства проводятся один раз в год. На них не только выявляется победитель, но и проверяется состояние развития волейбола и уровень мастерства участников, а также подводятся итоги учебно-тренировочной работы за год.

В соревнованиях на кубок участвует много команд различной подготовленности и победитель выявляется в сравнительно короткие сроки. Такие соревнования проводятся один раз **в** год.

**Товарищеские соревнования** проводятся в учебно-тренировочных целях между отдельными командами или коллективами для проверки готовности к календарным соревнованиям.

Матчевые встречи могут проводиться между отдельными командами или группой команд неограниченное число раз в год. В них решаются различные учебно-тренировочные задачи. Эти соревнования также предусматриваются календарем и часто носят традиционный характер.

Показательные выступления проводятся между отдельными командами или группой команд. Цель контрольных игр — проверка подготовленности команд к календарным соревнованиям.

## ГРУППЫ СОРЕВНОВАНИЮ

Соревнования объединяются в следующие группы:

1. Основные — первенства или чемпионаты и соревнования на  
   кубок.
2. Вспомогательные — классификационные, или отборочные,  
   или турниры претендентов.
3. Агитационно-массовые и показательные встречи.

В зависимости от состава участников соревнования проводятся для: 1) мальчиков и девочек (13—14 лет),

1. юношей и девушек (15—16 лет, 17—18 лет),
2. мужчин и женщин (19 лет и старше).

По масштабу соревнования подразделяются на: соревнования внутри коллектива физкультуры или клуба (цех, отдел, курс, факультет и между ними); районные и городские; областные, краевые и автономных республик; республиканские; всесоюзные; международные.

В соответствии со структурой физкультурного движения соревнования могут быть территориальными, ведомственными и территориально-ведомственными.

В территориальных соревнованиях участвуют сборные команды территориально-административных подразделений; в ведомственных— сборные команды коллективов физкультуры и спортивных клубов ведомства или ДСО либо сборные команды территориальных подразделений данного ведомства или ДСО; в межведомственных— сборные команды ведомств или ДСО (армии, профсоюзов, «Динамо» и др.); в территориально-ведомственных— сборные команды коллективов физкультуры и спортклубов различных ведомств и ДСО, представленных в территориальном делении, например «Буревестник» (Харьков), ЦСКА (Москва), «Динамо» (Краснодар).

Подготовка к соревнованиям начинается с составления положения.

## ПОЛОЖЕНИЕ О СОРЕВНОВАНИЯХ

Этот документ содержит следующие разделы:

1. Цели и задачи соревнований.
2. Место и сроки проведения.
3. Руководство проведением соревнования.
4. Участвующие организации и участники соревнований.
5. Способы розыгрыша, оценка результатов, выявление победителей.

6. Условия подачи и порядок рассмотрения протестов. 7. Порядок награждения команд-победителей и участников соревнований.

1. Условия приема команд.
2. Формы и сроки представления заявок, время и место проведения жеребьевки.

## ЖЕРЕБЬЕВКА КОМАНД

Основное назначение жеребьевки — присвоить команде определенные номера. Перед жеребьевкой объявляется, по какой таблице будет составляться календарь игр. Проводится общая жеребьевка для всех команд одновременно или же с рассеиванием команд. Общая жеребьевка нужна в тех случаях, когда команды играют друг с другом без деления на подгруппы. Заранее заготовленные номера по количеству участвующих команд опускаются в урну.

Затем поочередно называются наименования команд и; для каждой из них вынимается номер из урны.

Жеребьевка с рассеиванием применяется при проведении соревнований с разделением команд на подгруппы. При рассеивании команд можно сформировать подгруппы, примерно равные по силам.

Применяются два способа рассеивания: рассеивание жребием и рассеивание по способу «змейка».

Команды рассеиваются по результатам, показанным ими на предыдущих или предварительных соревнованиях, или же по другим признакам.

Рассеивание жеребьевкой производится следующим образом. После определения принципа рассеивания берется число команд, соответствующее количеству подгрупп, и между ними бросается: жребий для распределения по подгруппам. Затем таким же образом распределяется по жребию следующая группа команд и т. д. Рассеиванию могут подвергаться или все команды или часть команд.

Это предусматривается положением о соревнованиях.. Если рассеиванию подвергается часть команд, то остальные команды распределяются по подгруппам чистой жеребьевкой.

Рассеивание по способу «змейка» производится следующим образом.

Командам в соответствии с их местом, занятым на предыдущих соревнованиях, присваиваются номера, и команды распределяются «змейкой» по подгруппам. При рассеивании команд на две подгруппы конфигурация «змейки» одна, а при рассеивании на три группы и более — другая.

При рассеивании по способу «змейка» создается условное равенство в подгруппах.

## СПОСОБЫ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

Существует два основных способа проведения соревнований по волейболу:

1. круговой способ в двух вариантах — без разбивки команд  
   на подгруппы и с разбивкой команд на подгруппы — и
2. способ с выбыванием в двух вариантах — с выбыванием  
   после одного поражения и с выбыванием после двух поражений.

**Круговой способ.** Принцип построения этого способа заключается в том, что команды встречаются друг **с** другом или по одному разу (в один круг) или дважды (в два круга). Победителем считается команда, набравшая наибольшую сумму очков за все соревнования. Круговой способ позволяет точно выявить победителя соревнований, определить места всех участвующих команд.

Недостатком этого способа является то, что для проведения соревнований требуется много времени. Этот недостаток частично устраняется при применении варианта разбивки на подгруппы. При проведении соревнований по круговому способу четному количеству команд потребуется календарных дней на единицу меньше их числа, а при нечетном —-равное числу команд.

Для определения количества встреч при проведении соревнований по круговому способу пользуются следующей формулой

Следовательно, для проведения соревнований по круговому ^способу для 24 команд потребуется 276 встреч.

Разовые встречи проводятся на площадках (в залах) играющих команд с интервалами в несколько дней между каждой календарной игрой. Как правило, игры чередуются на своем поле и поле противника. Разовые встречи можно назначать в различные дни и часы с учетом занятости участников на работе и учебе.

Соревнования проводятся по турам. Тур — часть общего соревнования, в котором объединено несколько календарных дней. Для проведения соревнований по турам команды подразделяются на группы. Каждая из этих групп команд проводит игры своего тура в одном месте в течение нескольких дней подряд.

Соревнования могут состоять из двух и более туров. Например, при проведении соревнований 12 команд в два тура команды в первом туре распределяются на две группы по 6 команд в каждой. В каждой группе проводят по 5 встреч между собой. Во втором туре все 12 команд объединяются и проводят оставшиеся шесть игр между командами, не встречавшимися между собой в первом туре.

Для проведения соревнований 12 команд в три тура команды в первом туре распределяют не на две, а на три группы по четыре команды в каждой, а во втором и третьем турах — на две группы, по шесть команд в каждой.

В первом туре команды проводят по три встречи между собой, а во втором и третьем турах — по четыре.

Примерное распределение команд по турам может быть следующим:

Первый тур. В первой группе сосредоточиваются команды: под номерами 1, 2, 3 и 4; во второй — 5, 6, 7 и 8; в третьей — 9, 10, 11 и 12.

Второй тур. В первую группу входят команды 1, 2, 5, 6,.

9 и 10; во вторую —3, 4, 7, 8, 11 и 12.

Третий тур. В первую группу входят команды—1, 2, 7, 8, 11 и 12; во вторую —3, 4, 5, 6, 9 и 10.

Соревнования по турам целесообразно проводить при территориальной разбросанности участвующих команд. Такой вид соревнований сокращает количество разъездов для каждой команды-и общие сроки.

Недостаток соревнований по турам состоит в том, что команды лишены возможности выступать на своих площадках и в своих городах.

**Варианты составления таблиц по круговому способу без разбивки команд на предварительные подгруппы.**

Первый способ составления таблицы розыгрыша по круговой системе. Если не нужно точно чередовать встречи с учетом полей противника, все встречи проводятся на одном поле (турниры), то применяется следующий способ составления таблиц: при нечетном числе участников (А-5) таблица составляется на число участников (А) плюс 1 (при-А = 7 на 7 + 1=8 участников) и т. д.

1. К числу участников (А = 5) прибавляется единица и сумма  
   (6) делится пополам: 6:2 = 3, т. е. 3 пары составляют тур.
2. Первая половина участников записывается столбиком сверху вниз слева от вертикальной линии. Вторая половина — снизу-вверх справа от линии.
3. Одно из чисел условно считается неподвижным, остальные вращаются по кругу направо.

4. Каждое смещение на одно место определяет тур. Цифры слева направо, соединенные черточкой, обозначают составленные пары тура.

5. Если число участников нечетное, то каждый участник, попадая в пару с неподвижным числом, имеет свободный от соревнований день. Если число участников четное, то свободного дня по таблице нет.

Второй способ составления таблицы розыгрыша по круговой системе. Если необходимо чередовать встречи на полях противников, то можно составить таблицу по круговой системе «змейкой».

Под первой вертикальной линией ставится цифра 1 и снизу вверх справа от нее — столько цифр, сколько можно составить пар из 11 участников (т. е. 11:2 = 5 пар +1). Вторая половина  
цифр дописывается сверху вниз слева от вертикальной линии.

Над второй вертикальной линией ставится число, идущее по порядку после 6 в столбце справа от первой линии сверху (в нашем случае 7), а дальше цифры проставляются змейкой сверху  
вниз и снизу вверх (по 5 пар). И так до тех пор, пока наступит момент, когда над линией нужно будет поставить цифру 1.

Цифры над линиями при нечетном числе команд показывают свободные команды каждого игрового дня, не имеющие пар.

При четном числе участников к цифрам над линиями и под линиями подписывается через черточку число (в нашем случае 12), внизу — справа и сверху — слева.

Цифры, расположенные по одну и другую стороны каждой линии, обозначают игровые пары. Цифры, расположенные слева и под линиями, обозначают команды, играющие на своем поле, а справа и над линиями — на поле противника. Каждые два соседних столбика образуют очередной игровой день.

Третий способ составления таблицы розыгрыша по круговой системе. Чертится сетка (чертеж) для 10 участников. Вертикально в порядке очередности записывается слева сверху вниз число туров, отделяемых горизонтальной линией (для нечетного числа команд число туров =А, для четного =А—1).

Горизонтально проводятся графы, соответствующие количеству пар (для четного числа, например для 10 участников: *-^-=5^* для нечетного, например 9: -у-=5).

В первый столбец пар записывается цифра 10 справа налево-вниз змейкой. В других столбцах цифра 10 не проставляется.

В первой клеточке 1-го тура к цифре 10 слева приписывается первое число ряда, т. е. 1 (1 — 10), далее объединяются в пары вторые числа начала и конца ряда, т. е. числа 2—9, 3—8, 4—7, 5—6 — всего 5 пар.

Пары 2, 3, 4-го и других туров составляются по следующему принципу:

К цифре 10 слева или справа приписываются последние числа предыдущего ряда: 10—6; 2—10; 10—7; 3—10; 10—8 и т. д. Последующая строка составляется на основе предыдущей, т. е. последняя цифра предыдущей пары ставится в пару с первой.

Игры проводятся на поле команд, стоящих в парах первыми. Для составления второго круга нужно поменять местами номера-участников в парах.

Если участвуют 9 команд, то, исключив команду 10, мы определим свободный от соревнований день для каждой команды.

Вариант кругового способа с разбивкой команд на предварительные подгруппы:

Когда необходимо провести соревнования в более короткие сроки, применяется круговой способ с разбивкой команд на предварительные подгруппы. Например, если для участия 16 команд требуется 15 дней, то при разбивке команд на предварительные подгруппы— 10 дней. 16 команд можно распределить на 4 подгруппы по 4 команды в каждой. Соревнования в подгруппах займут три дня. Команды, занявшие 1-е и 2-е места в подгруппах,

образуют первую финальную группу, а команды, занявшие 3-й и 4-е места, — вторую финальную группу по 8 команд в каждой. На соревнования в финальной группе потребуется 7 дней. Первая финальная группа разыгрывает с 1-го по 8-е места, вторая — с '9-го по 16-е места. Соревнования можно проводить не в два этапа, как в приведенном примере, а в три и более. В этом случае первым этапом будут финальные игры. Например, при участии 24 команд соревнования в три этапа можно провести следующим •образом. Все команды подразделяются на 6 предварительных подгрупп по 4 команды в каждой. Команды, занявшие два первых места в предварительных подгруппах, образуют две полуфинальные подгруппы—■ «А» и «Б» по 6 команд в каждой, причем в подгруппу «А» войдут команды, занявшие первые места в нечетных подгруппах и вторые места в четных подгруппах, а в подгруппу «Б» наоборот. Полуфинальные подгруппы «В» и «Г» формируются так же, но из команд, занявших в предварительных подгруппах последние два места.

Команды, играющие в полуфинальных подгруппах «А» и «Б», разыгрывают с 1-го по 12-е места, команды, играющие в полуфинальных подгруппах «В» и «Г», — с 13-го по 24-е места.

Команды, занявшие два первых места в полуфинальных подгруппах «А» и «Б», образуют первую финальную группу, в которой разыгрываются места с 1-го по 4-е. Команды, занявшие 3-е •и 4-е места, образуют вторую финальную группу, в которой разыгрываются места с 5-го по 8-е. Команды, занявшие последние два места, образуют третью финальную группу, где разыгрываются места **с** 9-го по 12-е.

Команды из подгрупп «В» и «Г» образуют по этому принципу три финальные группы, в которых разыгрываются места с 13-го по 16-е, с 17-го по 20-е и с 21-го по 24-е. Для проведения соревнований в три этапа с участием 24 команд потребуется 11 дней (три в предварительных, пять в полуфинальных и три в финальных группах) вместо 23.

Необходимо иметь в виду, что чем больше подгрупп, тем больше возможно случайностей. В приведенном примере для 24 команд команда, потерпевшая три поражения в предварительной подгруппе, имеющая в остальных играх только победы, сможет занять в соревнованиях не выше 13-го места.

При определении количества команд, переводимых из предварительных или полуфинальных групп в следующий этап соревнований, следует по возможности учитывать два поражения. Смысл этого заключается в том, что команда после двух поражений теряет право борьбы за 1-е место.

Следовательно, переводить из предварительных или полуфинальных подгрупп в следующий этап соревнований следует по возможности не менее двух команд.

Чтобы сократить число дней, необходимых для проведения со-

соревнований, можно засчитать результаты игр, проведенных командами в предварительных и полуфинальных подгруппах. В этом случае команды, вышедшие из одной подгруппы, повторно не встречаются между собой и им засчитывается результат,, выявленный в предварительных или полуфинальных подгруппах.

Следует сделать так, чтобы сыгранные игры всех команд приходились на одни и те же календарные дни. Например, в финале участвует 6 команд— «А», «Б», «В», «Г», «Д», «Е». В предварительных играх команда «А» встречалась с командой «Б», команда «В» — с командой «Г» и команда «Д» — с командой «Е». Целесообразно свести эти игры в один календарный день, например в третий.

В третий день, если пользоваться таблицей для составления календаря, должны встречаться 1—3, 5—4-я и 2—6-я команды. Вначале между ними разыгрываются номера пар. Предположим, жеребьевка определила, что команды «А» и «Б» стали первой парой, т. е. им достались 1—3-й номера, команда «В» и «Г»— второй парой и им достались 5—4-й номера, команды «Д» ir«E»— третьей парой и им достались номера 6-й и 2-й.

Дальше между этими парами разыгрываются доставшиеся им номера. Предположим, команда «А» получила номер 3, а команда «Б» — номер 1, команда «В» — номер 4, команда «Г» — номер 5, команда «Д» — номер 2 и команда «Е»— номер 6.

В этом случае для соревнований потребуется фактически четыре дня, учитывая, что третий календарный день свободен.

**Способ с выбыванием.** Принцип построения этого способа заключается в том, что команда, потерпевшая поражение, выбывает из дальнейшего участия в соревновании. Побеждает команда, закончившая соревнование без поражения.

Этот способ применяется при большом количестве участвующих команд, когда необходимо провести соревнования в короткие сроки. Так, например, для участия 128 команд в соревнованиях, проводимых по круговому способу, потребовалось, бы 127 игровых дней, а в соревнованиях, проводимых по способу с выбыванием, — всего лишь 7 дней.

Однако этот способ розыгрыша имеет существенные недостатки: нельзя определить места всех участвующих команд; большинство команд проводит очень мало игр. Половина команд выбывает из соревнования уже после первого календарного дня. Помимо того, при проведении соревнований этим способом возможны случайности, значительно влияющие на результаты розыгрыша. Например, по воле жребия в первом же календарном дне могут встретиться между собой две сильнейшие команды и одна из них выбудет из дальнейшего участия в соревновании.

Способ с выбыванием имеет два варианта:

а) способ с выбыванием после одного поражения с добавочными играми и

б) способ с выбыванием после двух поражений.

Способ с выбыванием после одного поражен и я. Составляется чертеж, который определяет порядок встреч участвующих команд. Затем проводится жеребьевка команд, по результатам которой наименования команд вносятся в таблицу соответственно вытянутому номеру. Если количество участвующих команд равняется числу 4, 8, 16, 32, 64 и т. д., то все команды выступают в соревнованиях с первого календарного дня.

Если в соревнованиях участвует такое количество команд, которое не представляет собой степени двух, то в этом случае в первом круге участвует только часть команд, а остальные вступают в соревнования со второго круга. Нужно помнить, что для определения количества команд, которые должны вступить в соревнования с 1-го тура, пользуются формулой:

(А — 2") 2 = *х,*

где А—количество участвующих команд, *п* — степень двух, при которой получается ближайшее меньшее число к числу участвующих команд. Например, участвует 10 команд, ближайшее число — 2 в степени *п* — будет 23, т. е. 8. Раскроем формулу последовательно:

(А — 2\*) = (10 — 23) = (10 — 8) 2 = 2 X 2 = 4

Следовательно, в первом туре должны участвовать 4 команды, а 6 команд начнут соревноваться со 2-го тура. Установлен порядок. В 1-м туре играют средние номера, а крайние номера вступают в игру со 2-го тура. Если общее число участвующих команд четное, то от игр в 1-м туре освобождается равное количество номеров сверху и снизу.

При нечетном количестве команд от игр в 1-м туре освобождается снизу таблицы на одну команду больше.

Чтобы уменьшить элемент случайности в соревнованиях и исключить возможность встреч сильнейших команд в первых турах, применяют так называемое «рассеивание» сильнейших команд: для сильнейших команд выделяются номера в разных половинах, четвертях или восьмых таблицы и между ними производится отдельная жеребьевка.

В некоторых случаях сильнейшие команды допускаются к соревнованиям не с первого, а с последующих туров, например с восьмой или четвертой финала.

Способ с выбыванием после двух поражений. Этот вариант применяется в тех случаях, когда число участвующих команд не особенно велико, а время, отведенное для розыгрыша, позволяет увеличить количество игр.

В этом варианте команда выбывает из соревнования не после первого, а после второго поражения. Команда, получившая первое поражение, продолжает борьбу за 1-е место. Если она до финала больше не будет иметь поражения и встретится с командой, идущей без поражения, то исход этой встречи решит вопрос о победителе.

Система розыгрыша по системе с выбыванием с добавочными играми. Чтобы определить все места участвующих, применяется та же система с выбыванием, но с добавочными играми. В этом случае победителю финала присваивается 1-е место, команде, проигравшей в финале,— 2-е место.

В полуфинале между проигравшими разыгрываются 3-е и 4-е места. В четвертьфинале разыгрываются с 5-го по 8-е места и т. д.

Составление таблицы по смешанной системе розыгрыша. Все участники разделяются на группы по общему объединяющему их признаку: территориальному, производственному и др. Внутри групп проводится предварительный розыгрыш по системе с выбыванием для выявления победителей. Победители в группах встречаются между собой в заключительных играх, а все побежденные выбывают из розыгрыша, если нет необходимости проводить дополнительные встречи. Встречи победителей зон или групп во втором заключительном этапе соревнований проводятся по круговой системе.

Такой вид розыгрыша дает возможность определить места всех участников, получивших право выступать в заключительной части соревнований.

## ОЦЕНКА И УЧЕТ РЕЗУЛЬТАТОВ СОРЕВНОВАНИЙ

Результат команды или коллектива в соревнованиях оценивается очками.

Зачет может проводиться по одной команде или по нескольким .

б) способ с выбыванием после двух поражений.

Способ с выбыванием после одного поражен и я. Составляется чертеж, который определяет порядок встреч участвующих команд. Затем проводится жеребьевка команд, по результатам которой наименования команд вносятся в таблицу соответственно вытянутому номеру. Если количество участвующих команд равняется числу 4, 8, 16, 32, 64 и т. д., то все команды выступают в соревнованиях с первого календарного дня.

Если в соревнованиях участвует такое количество команд, которое не представляет собой степени двух, то в этом случае в первом круге участвует только часть команд, а остальные вступают в соревнования со второго круга. Нужно помнить, что для определения количества команд, которые должны вступить в соревнования с 1-го тура, пользуются формулой:

(А —2я) 2 = \*,

где А—количество участвующих команд, *п* — степень двух, при которой получается ближайшее меньшее число к числу участвующих команд. Например, участвует 10 команд, ближайшее число — 2 в степени *п —* будет 23, т. е. 8. Раскроем формулу последовательно:

(А \_. *2»)* = (10 — 23) = (10 — 8) 2 = 2 X 2 = 4

Следовательно, в первом туре должны участвовать 4 команды, а 6 команд начнут соревноваться со 2-го тура. Установлен порядок. В 1-м туре играют средние номера, а крайние номера вступают в игру со 2-го тура. Если общее число участвующих команд четное, то от игр в 1-м туре освобождается равное количество номеров сверху и снизу.

При нечетном количестве команд от игр в 1-м туре освобождается снизу таблицы на одну команду больше.

Чтобы уменьшить элемент случайности в соревнованиях и исключить возможность встреч сильнейших команд в первых турах, применяют так называемое «рассеивание» сильнейших команд: для сильнейших команд выделяются номера в разных половинах, четвертях или восьмых таблицы и между ними производится отдельная жеребьевка.

В некоторых случаях сильнейшие команды допускаются к соревнованиям не с первого, а с последующих туров, например с восьмой или четвертой финала.

Способ с выбыванием после двух поражений. Этот вариант применяется в тех случаях, когда число участвующих команд не особенно велико, а время, отведенное для розыгрыша, позволяет увеличить количество игр.

В этом варианте команда выбывает из соревнования не после первого, а после второго поражения. Команда, получившая первое поражение, продолжает борьбу за 1-е место. Если она до финала больше не будет иметь поражения и встретится с командой, идущей без поражения, то исход этой встречи решит вопрос о победителе.

Система розыгрыша по системе с выбыванием с добавочными играми. Чтобы определить все места участвующих, применяется та же система с выбыванием, но с добавочными играми. В этом случае победителю финала присваивается 1-е место, команде, проигравшей в финале,— 2-е место.

В полуфинале между проигравшими разыгрываются 3-е и 4-е места. В четвертьфинале разыгрываются с 5-го по 8-е места и т. д.

Составление таблицы по смешанной системе розыгрыша. Все участники разделяются на группы по общему объединяющему их признаку: территориальному, производственному и др. Внутри групп проводится предварительный розыгрыш по системе с выбыванием для выявления победителей. Победители в группах встречаются между собой в заключительных играх, а все побежденные выбывают из розыгрыша, если нет необходимости проводить дополнительные встречи. Встречи победителей зон или групп во втором заключительном этапе соревнований проводятся по круговой системе.

Такой вид розыгрыша дает возможность определить места всех участников, получивших право выступать в заключительной части соревнований.

## ОЦЕНКА И УЧЕТ РЕЗУЛЬТАТОВ СОРЕВНОВАНИЙ

Результат команды или коллектива в соревнованиях оценивается очками.

Зачет может проводиться по одной команде или по нескольким .

Учет результатов

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Оценка результатов игр в очках | | |  |
| № команды |  |  |  |  |  |
|  | победа |  | поражение |  | неявка |
| 1 | 24 |  | 8 |  | 0 |
| 2 | 21 |  | 7 |  | 0 |
| 3 | 18 |  | 6 |  | 0 |
| 4 | 15 |  | 5 |  | 0 |
| 5 | 12 |  | 4 |  | 0 |
| 6 | 9 |  | 3 |  | 0 |
| 7 | 6 |  | 2 |  | 0 |
| 8 | 3 |  | 1 |  | 0 |

Победитель выявляется суммированием количества очков, полученных за результат каждой встречи. Для выявления победителя розыгрыша, состоящего из ряда команд, применяются дифференцированные оценки результата игр команд.

Учет результатов

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Варианты | Очки | | |
| за победу | за поражение | за неявку |
| 1 2  3 | 1  2 3 | 0 0 1 | 0 0 0 |

Для **учета результатов соревнований** по круговой системе? пользуются таблицей («шахматкой»). Чертится сетка, в которой каждая команда имеет свою строчку с клетками.

Таблица учета результатов каждой команды

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| С  *'М* | Наименование команд | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | Количество очков | Разница партий | Место |
| 1 | МВТУ | ® | 3:2 1 | 3:1 | 3:2 | 2:3  0 | 3 | 11—8 | II |
| 1 | 1 | +3 |
| 2 | МАИ | 2:3 0 | • | 1:3 0 | 1:3 0 | 3:0  1 | 1 | 7:9 | VI |
| —2 |
| 3 | МЭИ | 1:3 0 | 3:1 1 | **©** | 0:3 0 | 3:2 1 | 2 | 7:9 ^2~ | III. |
| 4 | СКИФ | 2:3 0 | 3:1 1 | 3:0 1 | ® | 3:0 | 3 | 11—4 | I |
| 1 | +7 |
| 5 | МГУ | 3:2 1 | 0:3 0 | 2:3 0 | 0:3 0 | *®* | 1 | 5:11 —6 | V" |

Записывается результат встречи с другой командой.

При записи результата нужно от наименования команды вести карандашом по горизонтали до клетки пересечения с номером команды, которая играла, и сделать запись. Команды сами с •собой встречаться не могут. Поэтому пересечения 1, 2, 3-х и др. номеров клетки заштриховываются.

Результат записывается дробью. Первая цифра числителя — число выигранных партий в данной встрече, вторая (через двоеточие или черточку) — число проигранных партий. В знаменателе — число очков за выигрыш, проигрыш или неявку данной команды (неявка обозначается «0»).

При учете результатов соревнований коллективов, состоящих из нескольких команд, нужно иметь таблицу на каждую команду. Помимо того, составляется таблица общекомандного зачета, в которой в соответствующих клетках проставляется сумма очков всех команд. Если соревнования проводятся в два друга, каждая клетка делится пополам и результат одного круга вписывается в одну половину клетки, второго круга — в другую.

По окончании соревнований подсчитываются очки и в соответствии с положением о соревновании выводится окончательный результат.