

ПЛЯЖНЫЙ ВОЛЕЙБОЛ



ПЛЯЖНЫЙ ВОЛЕЙБОЛ

(англ. beach-volleyball: от beach, пляж + волейбол, другие обозначения – бич-волей, BVB), командная спортивная игра с мячом, разновидность классического волейбола.

Бич-волей зародился в 1910-е на Гавайях. В ожидании хорошей волны члены местного серфинг-клуба нередко играли в волейбол прямо на пляже. Одним из самых заядлых игроков был знаменитый пловец олимпийский чемпион и рекордсмен Дюк Каханамоку.

В 1996 состоялся официальный дебют на Олимпийских Играх.

Культивируется более чем в 150 странах.



Цель игры – ударами рук направить мяч через сетку так, чтобы он приземлился на чужой половине (или соперник не смог правильно его отбить), и не допустить падения мяча на своей части площадки.



Игра проходит на площадке **16×8 м**, ограниченной боковыми и лицевыми линиями из уложенных по периметру эластичных лент.

Площадка окружена свободной зоной шириной не менее 3 (в международных матчах – 5) м, покрыта песком (глубиной не менее 40 см) и разделена на две равные части сеткой (на высоте 2,43 м – для мужчин и 2,24 м – для женщин).

С обеих сторон пространство над сеткой ограничено специальными антеннами: мяч должен пролетать в пределах этого пространства.



В каждой команде – **два игрока**. Замен в пляжном волейболе нет: в случае, если кто-то из спортсменов получил травму, не позволяющую ему продолжить игру, его команде засчитывается поражение. Правилами бич-волея – в отличие от классического волейбола – позиции игроков на площадке никак не определены: они абсолютно свободны в их выборе.



Розыгрыш очка начинается с подачи мяча одним из игроков (партнеры подают по очереди: сначала один – до тех пор, пока команда не потеряет право на подачу; после того, как команда вновь отыграет подачу, подает другой игрок и т.д.).

Подавать мяч можно ударом снизу или сверху; кистью или предплечьем; с места или в прыжке.

Подача
осуществляется из-за
задней линии
площадки (при
подаче в прыжке –
после того, как удар
был произведен, –
допускается
«приземление» на
площадку).



Отбивать мяч можно любой частью тела.

Как и в «обычном» волейболе, действует правило трех касаний: для того, чтобы вернуть мяч на половину соперника, игроки одной команды могут коснуться мяча не более трех раз (включая неумышленные касания), блок входит в число этих трех касаний. Четвертое касание мяча означает проигрыш очка (потерю подачи).

Один и тот же игрок не имеет также права ударить по мячу два раза подряд (исключение: после блока и при первом касании).

Партнеры по команде могут касаться мяча одновременно, – но это засчитывается как два касания.



Ход игры в пляжном волейболе в определенной степени зависит от погодных условий. Чтобы уравнивать шансы соперников, они на протяжении первых двух партий меняются сторонами после розыгрыша каждые десяти очков, в решающей партии – пяти.

Игра идет по принципу «каждый розыгрыш – очко»: в случае успеха команда получает очко независимо от того, чья при этом была подача. Если розыгрыш выигрывает принимающая команда, она, кроме очка, получает право на подачу



Матч в пляжном волейболе состоит из двух партий, которые играют до 21 очка (при разнице в счете не менее двух очков: при счете 20:20 игра продолжается до тех пор, пока разрыв не достигнет двух очков). Для победы в матче необходимо выиграть **две партии**. При счете (по партиям) 1:1 играется третья (решающая) партия – до 15 очков. При счете 14:14 игра идет до тех пор, пока перевес одной из команд в счете не составит **два очка**.

Перерывы между партиями длятся 1 мин. На протяжении игры каждая команда имеет право на два тайм-аута (по 30 сек каждый). Максимально допустимая «пауза» между розыгрышами очков – 12 сек.



НЕКОТОРЫЕ ОСОБЕННОСТИ ТЕХНИКИ И ТАКТИКИ ПЛЯЖНОГО ВОЛЕЙБОЛА.

По мнению специалистов, классический волейбол в спортивном отношении интереснее пляжного. Но бич-волей, несомненно, более динамичная игра (как показывают исследования, здесь игроку приходится чаще совершать прыжки и рывки на площадке). Она требует прыгучести, подвижности, выносливости, силы, чувства мяча, хорошей реакции и «ударной техники».

Базовые навыки и требования к подготовке спортсмена в бич-волей аналогичны классическому волейболу (не случайно многие мастера bvb прошли предварительно школу «обычной» игры:

Есть в пляжном волейболе и свои специфические технические элементы, к примеру, очень сложный для приема удар «скайболл» (англ. skyball) – высокая подача по ветру, когда мяч идет к принимающим со стороны солнца.

Tect

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSe6qQxAhHip8KBoCIPLFD2Urm9vqCTqONEgQVagCxMiyHIU3w/viewform?usp=sf_link