

Регламент испытаний по волейболу

Девушки и юноши -9-11 классы:

1. Участники

Участники должны быть одеты в спортивные шорты, футболку и кроссовки.

Использование украшений не допускается.

2. Порядок выступления

Прежде чем участник начнет свое выступление, должны быть четко объявлены его имя, фамилия. После вызова у участника есть 20 секунд, чтобы начать выполнение упражнения.

Оценка действий участника начинается с момента принятия исходного положения. Сигналом готовности участника к началу выступления служит поднятая вверх правая рука.

3 Повторное выступление

Выступление участника не может быть начато повторно за исключением случаев, вызванных непредвиденными обстоятельствами, к которым относятся:

- поломка оборудования, произошедшая в процессе выступления;
- неполадки в работе общего оборудования – освещение, задымление помещения и т.п.

При возникновении указанных выше ситуаций участник должен немедленно прекратить выступление. Если выступление будет завершено, оно будет оценено.

Только главный судья имеет право разрешить повторное выполнение упражнения. В этом случае участник выполняет свое упражнение сначала, после выступления всех участников.

Если выступление прервано по вине участника, повторное выполнение упражнения не разрешается.

Программа испытаний 9-11 классы.

Испытуемый, выполняющий подачу, находится за лицевой линией. Подачу можно подавать с любой точки за лицевой линией, не заходя за разметку.

Подающему дается возможность выполнить два вида подач (нижняя, верхняя).

Подающий выполняет по две верхние подачи в зоны 1,5.

Подающий выполняет две нижние подачи в зону 3.

В случае если испытуемый выполнил подброс, но удар по мячу не произвел, то подача является совершенной.

Дополнительных попыток не предоставляется. Каждая подача оценивается. В зачет идет сумма всех подач.

Оценка испытаний -9-11 классы.

Участник находится за лицевой линией. подача производится с любой точки из-за лицевой линии. Подающий должен выполнить 2 нижние подачи и 4 верхние подачи.

Оценка исполнения:

При выполнении нижних и верхних подач:

-за попадание в указанную зону начисляется 3 очка;

-за попадание подачи в мишень, находящуюся в зоне дается премиальное 1 очко.

За непопадание в указанную зону очки не начисляются.

Примечание:

Верхняя подача - удар по мячу наносится выше уровня плечевого сустава и в исходном положении стоя лицом к сетке.

Нижняя подача — удар по мячу наносится ниже уровня плечевого сустава в исходном положении, когда испытуемый стоит лицом к сетке.

6. Оборудование

Упражнение выполняется на специальной площадке со специальной разметкой. Размер каждой зоны для попадания 3X4,5 метра. В качестве мишени используется гимнастический обруч.