

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ  
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО  
Кафедра спортивних та рекреаційних ігор

**Ковцун В. І.**

**ІСТОРІЯ ВИНИКНЕННЯ І РОЗВИТКУ ВОЛЕЙБОЛУ. ПРАВИЛА  
ГРИ ТА МЕТОДИКА СУДДІВСТВА**

Лекція з навчальної дисципліни  
**„ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА СПОРТИВНИХ ІГОР”**

**для студентів спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична  
культура)**

“ЗАТВЕРДЖЕНО”  
на засіданні кафедри  
спортивних та рекреаційних ігор  
«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 201\_ р. протокол № \_  
Зав.каф \_\_\_\_\_ Ковцун В.І.

## ПЛАН

1. Зародження та розвиток волейболу в світі, в Україні, на Львівщині.
2. Зародження і перспективи розвитку пляжного волейболу і парк-волейболу
3. Етапи розвитку волейболу.
4. Розвиток волейболу як олімпійського виду спорту.
5. Еволюція правил гри.
6. Міжнародні правила гри.
7. Методика суддівства.

### Історія волейболу



В 1995 році, спортивна громадськість святкувала 100-річчя з дня народження волейболу. Офіційною датою народження цієї гри вважається 1895 рік. Американський викладач фізкультури з Геліокського коледжу (штат Массачусетс) Уільям Дж. Морган оголосив про винахід гри волейбол. Правила опубліковані в 1897 році склалися з десяти пунктів:

1. Розмітка майданчика.
2. Обладнання для гри.
3. Величина майданчика 25х50 футів (7,6х15,1 м).
4. Розмір сітки 2х27 футів (0,61х8,2 м). Висота сітки 6,5 футів (198 см).
5. М'яч - гумова камера в шкіряному або полотняному футлярі, окружність м'яча 25-27 дюймів (63,5-68,5 см), вага 340 г.
6. Подача. Гравець, що виконує подачу, повинен стояти однією ногою на лінії і бити м'яч відкритою долонею. Якщо допущена помилка при першій подачі, то подача повторюється.
7. Рахунок. Кожна не прийнята гравцем подача дає одне очко. Очки зараховуються тільки при власній подачі. Якщо після подачі м'яч на стороні подаючих і вони припускаються помилки, то подаючий гравець замінюється.
8. Якщо м'яч під час гри (не при подачі!) потрапляє в сітку, - це помилка.
9. Якщо м'яч потрапляє на лінію, - це вважається помилкою.
10. Кількість гравців не обмежена.

Вільям Дж. Морган назвав гру МІНТОНЕТ. Ось рядки, присвячені цій події: Трохи ближче до початку століття якийсь вчитель гімнастики сітку для лаун-тенісу вивісив на пустир, і учасники дивної гри, які стихійно з'явилися стали руками підкидати над сіткою бичачий міхур. (М. Мартинкін).

Відкриття волейболу в кінці дев'ятнадцятого століття відбулося швидше за все не вперше, і вірогідно, до нього застосовано відомий вислів про те, що нове - це добре забуте старе. Є відомості, що в подібні ігри люди грали сотні і тисячі років тому, причому в самих різних районах земної кулі - в Європі, в Центральній і Південній Америці.

Збереглися хроніки давньоримських літописців, датовані III ст. до н. е., в яких описується гра, що нагадує волейбол: по невідомо з чого зробленому м'ячу гравці били кулаками. Крім того, відома стародавня гра під назвою фаустбол, в яку грали ще в 1500 році. Суть гри зводилася до того, що по 3-6 гравців з кожної команди прагнули перебити м'яч через невисоку стінку на майданчик суперника. З часом фаустбол отримав популярність в Європі і видозмінився. Кам'яну стінку замінили шнуром, натягнутим між деревами, розміри майданчика скоротили і суворо обмежили кількісний склад гравців - по 5 чоловік в кожній команді. М'яч можна було перебивати на сторону суперника кулаками або передпліччям і кожній команді відводилося по 3 торкання м'яча. Величезний майданчик і малий кількісний склад учасників гри привели до появи нового пункту правил, по якому м'яч міг один раз впасти на сторону суперника і його дозволялося повернути лише одним торканням. Гра складалася з двох таймів по 15 хвилин.

Давно відомо, що навколо популярних осіб, подій і винаходів завжди ходить безліч вигадок, легенд і історій. Не став виключенням і волейбол. Разом з офіційною версією винаходу цієї гри, існують й інші. За однією версією, американські пожежники, щоб зайняти себе, натягнули мотузку між двома стовпами і почали перекидати через неї гумову камеру. Інші джерела стверджують, що В.Дж. Морган придумав цю гру для розваги американських бізнесменів середнього віку, яким вельми популярний баскетбол був не під силу. Проте офіційно роком народження волейболу прийнято вважати 1895, а його першовідкривачем В. Дж. Моргана.

Вже через рік після свого виникнення, в 1896 р., гра "мінтонет" була представлена громадськості на конференції ІМКА (Союз християнської молоді) в Спрінгфілді (штат Массачусетс, США). Ця асоціація згодом з'явилася активним ініціатором розповсюдження волейболу. Оскільки основна ідея гри полягала в тому, щоб бити руками по м'ячу, примушуючи його перелітати через сітку, професор Альфред Хальстед запропонував перейменувати "мінтонет" у "волейбол", що в перекладі означає м'яч, що літає. В 1897 р. фахівцями був даний короткий звіт про волейбол і правила гри, який був включений в офіційний довідник атлетичної ліги Асоціації молодих християн.

В 1900 р. волейбол вийшов за межі США і почав швидко розповсюджуватися в інших країнах світу, набуваючи все більшої популярності. Спочатку в Канаду, а потім в Індію, через яку гра проникає в

країни Азії. Початок 1900 року відзначився переможною ходою волейболу: в 1905 р. він з'явився на Кубі, в 1906 р. в Китаї, 1908 р. в Японії. До 1909 р. відносяться перші репортажі в ЗМІ про волейбол в Пуерто-Рико, в 1910 р. у волейбол вже грали в Перу і на Філіппінах, в 1912 р. він з'явився в Уругваї, в 1914 р. ця гра прийшла до Англії, завдяки Асоціації молодих християн, а в 1917 р. - до Мексики і до Франції; через рік у волейбол грали в Італії, в 1919 р. - в Чехословаччині, в 1923 р. волейбол з'являється в африканських країнах: Єгипті, Тунісі, Марокко, в 1924 р. в Іспанії і Югославії, а через рік в Голландії.

В 1900 році американською фірмою "Spalding" були виготовлені перші волейбольні м'ячі. В даний час лідерство у виробництві м'ячів для офіційних змагань з волейболу міцно утримує японська корпорація "Mikasa" англійські фірми "Molten" "Wilson". В тому ж 1900 р. були прийняті перші офіційні правила гри. Через 12 років правила були переглянуті.

Офіційні змагання з волейболу із певним регламентом і порядком проведення відбулися на початку 20-х рр. В ці роки починають проводитися неофіційні міжнародні турніри. Так, в 1913 р. були проведені перші Паназіатські ігри з участю 16 чоловічих команд, в числі яких були команди Китаю і Філіппін. В 1913 р. волейбол був включений в програму Далекосхідних ігор в Манілі, а незадовго до початку першої світової війни американські військові підрозділи, що використовували волейбол як гру для відпочинку, вперше продемонстрували її в Європі. Це дало могутній поштовх розвитку гри в багатьох країнах. В 1921 р. були проведені Далекосхідні Азіатські ігри і перший національний чемпіонат Японії серед чоловіків. Дещо пізніше, у 1922 р., був проведений перший офіційний чемпіонат з волейболу під керівництвом Асоціації молодих християн в США і Канаді. В цьому ж році пройшов перший національний чемпіонат серед чоловіків в Чехословаччині. В 1929 р. Національний Олімпійський комітет Центральної Америки включає чоловічий волейбол в Олімпійські регіональні ігри на Кубі. В цьому ж році проводяться перші національні чемпіонати в США і Польщі. Також були проведені перші міжнародні змагання в Європі: в Англії відбувся турнір з участю команд Польщі, США і Франції.

З часом волейбол набув міжнародного визнання, і вже в 1922 р. у США виступили з пропозицією включити цю гру в програму Олімпійських ігор.

Далі волейбол розвивається за таким сценарієм. В 1932 р. жіночий волейбол включений в Олімпійські регіональні ігри в Сальвадорі. В США публікується перший підручник з волейболу. Починаються перші чемпіонати в СРСР. Нова тактика створюється за допомогою синтезу Далекосхідного захисту і Європейської атаки.

Проте до початку 30-х рр. волейбол був в основному грою для відпочинку. До середини 30-х рр. проводиться декілька міжнародних турнірів і національні чемпіонати в багатьох країнах Східної Європи, де клас гри досягав високого рівня. Поступово волейбол стає високотехнічною грою змагального характеру, багатою на тактичні та фізичні прийоми. В багатьох країнах світу з'являються національні волейбольні асоціації, зацікавлені в

утворенні єдиного централізованого органу управління – міжнародної волейбольної організації, яка могла б узяти в свої руки проведення змагань.

В 1936 р. на конгресі міжнародної федерації з гандболу, що проводився в Стокгольмі, делегація Польщі виступила з ініціативою організувати технічний комітет із волейболу як частина федерації по гандболу. Була утворена комісія, до якої увійшли 13 країн Європи, 5 країн Америки і 4 країни Азії. Членами цієї комісії як основні були прийняті американські правила з незначними змінами: виміри проводилися в метричних пропорціях; м'яча можна було торкатися всім тілом вище поясу; після торкання м'яча на блоці гравцю було заборонено повторне торкання підряд; висота сітки для жінок - 224 см; зона подачі була суворо обмежена.

Подальша діяльність з створення міжнародної федерації з волейболу продовжилася в 1936 р. на Олімпійських іграх в Берліні, проте незабаром почалася друга світова війна, що значно ускладнила роботу в цьому напрямку, але не перервала її. Вже у військові роки волейбол був включений в програму армії США як гра для відпочинку і підтримки форми.

Після закінчення військових дій з 1944 до 1946 рр. проводяться перші чемпіонати з волейболу в Бразилії. В Чехословаччині і Франції проходять перші післявоєнні міжнародні змагання. В Празі проходить зустріч представників Чехословаччини, Франції і Польщі, на якій все настирніше звучать пропозиції заснувати незалежну міжнародну волейбольну організацію. Пізніше міжнародна громадськість поклала на представників цих країн відповідальність за організацію спеціального комітету.

З 18 до 20 квітня 1947 р. в Парижі проводиться перший конгрес з волейболу за участі 14 країн (Бельгія, Бразилія, Угорщина, Голландія, Єгипет, Італія, Польща, Португалія, Румунія, США, Уругвай, Франція, Чехословаччина і Югославія), на якому була утворена міжнародна федерація волейболу - Federation Internationale de Volleyball (FIVB - ФІВБ), що підняла міжнародний авторитет волейболу. Першим її президентом був обраний Поль Лібо з Франції. Країнами-засновниками були Бельгія, Бразилія, Італія, Ліван, Польща, Туреччина, Франція, Чехословаччина. Пізніше для керівництва волейболом в різних районах світу, а також для представництва ФІВБ на місцях були створені зональні конфедерації: Азіатська (1960), Європейська (1963), Африки і Малагасійської Республіки (1965), Північної, Центральної Америки і Карибського моря (1966).

Метою ФІВБ є: об'єднання національних федерацій, що керують волейболом в своїх країнах; створення національних організацій; сприяння розвитку волейболу в світі; зміцнення дружніх зв'язків між спортсменами і офіційними особами різних країн; проведення офіційних змагань і першостей у дусі солідарності і взаємної допомоги; вдосконалення гри у волейбол та ін.

Статут ФІВБ забороняє всяку дискримінацію відносно окремих осіб і країн, а також дискусії і демонстрації політичного, релігійного або расового характеру. Всі приєднані федерації мають рівні права і обов'язки. Від кожної країни може бути прийнята тільки одна національна федерація.

Технічними органами ФІВБ є постійні комісії, які обираються на 4 роки: організаційно-спортивна, арбітражна, з правил гри.

В перші роки свого існування ФІВБ встановила загальні правила гри шляхом комбінування правил, що діяли в США і Європі. В цей час починається нова ера силового волейболу. Із створенням ФІВБ регулярно проводиться офіційна першість світу і континентів. В 1948 р. відбувся перший Європейський чемпіонат серед чоловіків в Римі, в якому брало участь 6 команд. Чехословаччина виграла перший міжнародний титул.

Багато національних федерацій робили все можливе, щоб досягти рівня світових лідерів. Вони удосконалювалися, використовуючи оригінальні методики тренерів, що працюють з провідними командами зарубіжних країн. Комісія тренерів ФІВБ проводила міжнародні курси і симпозиуми для підвищення кваліфікації тренерів. Таким чином рівень команд високого класу збільшувалася у всіх географічних зонах. У зв'язку з участю великої кількості команд міжнародні змагання стали насиченішими. Команди-суперниці взаємно збагатили одна одну новими техніко-тактичними елементами гри.

Величезну роль в розвитку популярності волейболу у всьому світі зіграв турнір Доброї Волі американських команд в Європі.

В 1949 р. в Празі відбувся перший чемпіонат Європи серед жінок, при організації якого був використаний досвід проведення чоловічого розиграшу. Перемогу отримала жіноча збірна СРСР. Там же проводиться перший чемпіонат світу серед чоловіків, в якому також перемогла чоловіча збірна СРСР. Після чемпіонатів в Празі відбувся другий Конгрес ФІВБ, на якому були прийняті нові міжнародні правила гри і оголошено, що членами ФІВБ стала 21 національна федерація.

До кінця 50-х рр. популярність гри у всьому світі стає очевидною і ФІВБ веде переговори з Міжнародним Олімпійським Комітетом з питання включення волейболу в Олімпійську програму.

В 1952 р. в Москві на стадіоні "Динамо" проводиться чемпіонат світу, перший для жінок і другий для чоловіків, в якому беруть участь 11 національних команд. Після закінчення чемпіонату було відзначено, що рівень гри помітно підвищився. Країна-господар виграє обидва титули.

В 1955 р. волейбол вперше з'являється в програмі Панамериканських ігор в Мехіко. Золоті медалі у жінок виграє збірна Мексики, а у чоловіків - збірна США.

ФІВБ продовжує кампанію з включення волейболу в Олімпійські ігри. І в 1957 р. з нагоди 53-ї сесії МОК, що відбулася в Софії, проводиться показовий міжнародний турнір, покликаний продемонструвати переваги волейболу як видовищного виду спорту. Після його закінчення чоловічий волейбол був включений в програму Олімпійських ігор. Дещо пізніше, в 1962р. МОК приймає волейбол як Олімпійський вид спорту серед жіночих команд.

В цей час в багатьох країнах широко проводилися національні чемпіонати. Реакцією на це з боку ФІВБ була організація в 1963 р. першого

розіграшу Кубка Європейських чемпіонів для клубних команд, а в 1965 р. в Польщі проводиться перший Кубок Світу для збірних чоловічих команд. Разом з цим, організовуються нові міжнародні змагання. В 1973 р. в Уругваї проходить перший Кубок Світу для національних жіночих збірних. В 1975 р. - перший чемпіонат Азії в Австралії і перший чемпіонат Африки серед жінок в Дакарі. В 1977 р. в Бразилії проводиться перший чемпіонат світу серед молоді, чемпіонами якого стають хлопці з СРСР і дівчата з Кореї.

В 1964 р. в Токіо відбувся перший Олімпійський турнір з волейболу за участі 10 чоловічих і 6 жіночих команд. Це було величезним досягненням волейболу. Радянська чоловіча і японська жіноча команди завоювали перші Олімпійські золоті медалі.

В кінці 60-х - початку 70-х рр. у зв'язку з розповсюдженням волейболу у всьому світі виникає необхідність узагальнення накопиченого досвіду змагань і тренерської роботи. Перший науковий симпозіум проходить в Празі, а через рік в Мехіко - перший Конгрес Центральної Америки з волейболу, безпосередньою передумовою якого послужив перший зональний чемпіонат. В цей же час утворюється тренерська комісія ФІВБ і проводяться перші курси підвищення кваліфікації для тренерів ФІВБ (Японія), на які з'їхалися 49 учасників зі всіх континентів. Провідні тренери ділилися тут своїм досвідом.

В 1970 р. в доповіді керівництва на конгресі ФІВБ, що проходив в Софії, наголошується, що в міжнародну волейбольну організацію входить 108 національних федерацій і всі континенти залучені до волейболу. Волейбол розвивається, удосконалюється і видозмінюється. З середини 60-х рр. міні-волейбол стає популярним в багатьох країнах світу. Реакцією на це ФІВБ стала організація комісії з міні-волейболу і проведення в 1975 р. першого симпозіуму з міні-волейболу в Швеції, а в 1978 р. в Бахреїні перших міжнародних курсів для тренерів з міні-волейболу.

У зв'язку з проведенням Олімпійських ігор-80 у Москві проходить конгрес ФІВБ, на якому учасників інформують про те, що до складу ФІВБ включено 135 національних федерацій. Проводяться чергові тренерські курси ФІВБ, в яких бере участь 1500 тренерів з 115 країн.

Пізніше конгрес ФІВБ, який відбувся в 1984 р., ухвалює важливе рішення за програмою, структурою і управлінням міжнародною організацією. Доктор Рубен Акоста стає новим президентом ФІВБ, змінивши після 37 літнього терміну керівництва Поля Лібо, який був призначений почесним президентом. Мексиканець Р. Акоста один з найяскравіших прихильників нового різновиду волейболу. За його ініціативою відбуваються кардинальні зміни в правилах гри, направлені на її популяризацію.

До середини 80-х рр. кількість членів ФІВБ збільшується до 156 національних федерацій. В 1984 р. проводяться ювілейні 100-ті тренерські курси.

Напередодні Олімпійських ігор 88 в Сеулі відбувся 21-й конгрес ФІВБ, на якому були прийняті зміни в регламенті вирішальної п'ятої партії: тепер вона повинна гратися за системою тай-брейк. Рубен Акоста переобраний на

новий термін президентства. Склад ФІВБ - 175 національних федерацій, а в 1999 р. - 211 федерацій. Організовані нові змагання: Кубок Світу серед молоді, турнір Гран-прі серед жінок, Кубок Світу серед клубних команд. На Олімпіаді вперше використовується статистика про команди і гравців з метою визначення кращого гравця у кожному аспекті гри.

В 1990 р. почав розіграватися міжнародний турнір Світова Ліга з участю найсильніших чоловічих збірних команд зі всього світу. Ці змагання були організовані з метою популяризації волейболу, награвання складів перед найбільшими офіційними міжнародними змаганнями і т.д. В 1993 р. пляжний волейбол, що розповсюдився практично на всіх континентах був визнаний МОК олімпійським видом спорту. В 90-ті рр. за ініціативою Рубена Акости проведені численні зміни в правилах гри, направлені на підвищення видовищності змагань.

*Пляжний волейбол* – це спортивна гра двох команд, в яких грають по два гравці на піщаному ігровому майданчику розміром 16x8 м., що розділяється сіткою. М'яч утримується у грі шляхом нанесення ударів по ньому будь-якою частиною тіла.

У пляжному волейболі тільки одна команда, яка подає, може здобути очко. Коли команда, яка приймає м'яч, виграє розіграш, то вона здобуває право на подачі (також здобуває очко у вирішальній партії), а називається це – “перехід”.

Гравець, що подає, повинен мінятися кожного разу, коли трапляється “перехід”.

У пляжному волейболі існують два варіанти матчу:

Варіант “А” – тільки одна партія. Команда виграє партію та матч, здобувши 15 очок з перевагою в 2 очка мінімум. У випадку рівності 16:16 першою матч виграє та команда, яка здобуде 17-е очко з перевагою лише в одне очко.

Варіант “Б” – зустріч з трьох партій, до перемоги двічі однієї з команд у перших двох партіях, гра продовжується до 12 очок. Команда, яка набирає 12 очок, виграє партію. Команда виграє зустріч, якщо перемогла у двох партіях.

Вирішальна партія – це, коли після перших двох партій утворюється рівність 1:1 для перемоги у третій вирішальній партії команда повинна здобути 12 очок з перевагою у два очка. У випадку рівності 11:11 гра продовжується до здобуття переваги у два очка однієї з команд. Не існує ліміту очок у цьому випадку. Вирішальна партія грається за системою “тай-брейк”, коли очко присуджується всякий раз, як тільки команда виграє розіграш м'яча.

*Парковий волейбол* – грається двома командами, по чотири гравці в кожній, на майданчику розміром 16x8 м для дорослих і 14x7 м для дітей, що розділений сіткою висотою 243 см для чоловіків, 224 см – для жінок і 230 см – для змішаних пар (мінімум дві жінки). Висота сітки для дітей встановлюється залежно від вікової категорії і суб-категорії. Існують різні



версії гри для різних обставин з тим, щоб адаптувати гру до ігрових умов та характеристик гравців.

Як пропонує сама назва гри, парк-волей – це, в основному, гра на відкритому повітрі, але вона також проводиться в приміщенні при використанні існуючого в спортивному залі обладнання. Для молодших категорій може використовуватись спеціально адаптований м'яч – більш легкий та більшого розміру.

Встановлення майданчику базується на простій, легкій та мобільній системі, яка може бути розміщена на відкритому повітрі або в залі, якщо необхідно.

Хоча характеристики волейболу зберігаються, парк-волей має менше правил, та вони простіші для розуміння. Одне з основних правил – це “автосуддівство”. Найважливішими моментами є чесна гра та спортивна поведінка учасників.

Парк-волей грається за такою системою, як і класичний волейбол, де кожний розіграш закінчується очком. Коли м'яч знаходиться поза грою, дозволяється необмежена кількість замінів. Кількість партій вирішується організатором або учасниками (1, 2, 3 виграшні партії). У випадку нічиєї, грається вирішальна партія до 15 очок (виграш повинен бути з перевагою у 2 очки без обмежень). Команди міняються майданчиками під час партії, коли лідируюча команда набирає 13 очок, а також між партіями. У вирішальній партії команди міняються майданчиками, коли лідируюча команда набирає 8 очок. Для кожної команди у партії дозволяється одна перерва (30 сек.). Торкання сітки не наказується, якщо це не заважає грі.

#### Етапи розвитку гри у волейбол

1). 1895-1920 рр. – Становлення гри, правила стають єдині для всіх, неофіційне міжнародне визнання.

2). 1921-1947 рр. – Гра набуває чітко виражену спортивну спрямованість. Технічні прийоми, що пов'язані з перебиванням м'яча на сторону суперника носять агресивний нападаючий характер. Створюється єдина міжнародна федерація (ФІВБ).

3). 1948-1963 рр. – Волейбол швидко розповсюджується по всьому світі. регулярно проводяться чемпіонати континентів і світу.

4). 1964 і по сьогодні – Волейбол стає Олімпійським видом спорту, вдосконалюється техніка і тактика гри, вносяться суттєві зміни в правила гри. Волейболу притаманний комбінаційний стиль гри. Нині ФІВБ об'єднує 216 національних федерацій з усіх континентів нашої планети.

#### *Еволюція техніки і тактики*

Разом з правилами мінялась техніка і тактика волейболу. Скоро стало очевидним, що перебивати м'яч на сторону суперника з першого удару не завжди доцільно. Гравці почали застосовувати декілька торкань, в грі стали появлятися системи колективних дій. Ведення правил, які обмежували

число торкань стимулювало розвиток технічних прийомів. Третій удар став нападаючим.

Тактика гри спочатку зводилась до вміння рівномірно розмістити гравців на майданчику і перебити м'яч на сторону суперника.

В 1921-28 роках уточнюються правила гри, формуються технічні прийоми (подача, передача, нападаючий улар, блокування). Виникають основи тактики гри, що заключалась в організації дій декількох гравців і застосуванні ними декількох технічних прийомів.

Уже на цьому етапі розвитку волейболу, подачу, яка була раніше тільки способом введення м'яча в гру, починають використовувати як засіб нападу. З'являється верхня бокова подача. Технічні прийоми набувають агресивнішого, нападаючого характеру. Починає узагальнюватись тактика гри, поступово стає очевидною необхідність спеціалізації гравців.

В 1929-39 роках далі розвивається техніка і тактика. З'являється груповий блок, що сказується на розвитку способів нападаючих ударів. Гравці починають використовувати силові та обманні удари. Стає очевидною необхідність страхування, яке виконує гравець 6 зони. З'являється боковий нападаючий удар.

Волейбол все більше стає колективною грою. Це відображається на розташуванні гравців на майданчику та організації нападаючих і захисних дій команди.

В 1934 році на міжнародній нараді представників спортивних федерацій в Стокгольмі (Швеція) пропонується створити технічну комісію с волейболу. Пропозиція була прийнята на XI Олімпійських іграх в Берліні (Німеччина) в 1936 році. Першим головою комісії став голова польської федерації Равіч – Масловські. В комісію ввійшли 13 Європейських країн, 5 країн Африканського континенту і 4 азіатські країни. За основу були прийняті американські правила гри з наступними змінами:

- прийняли метричну систему вимірів;
- дозволялось бити м'яч тільки до пояса;
- гравцям, що торкаються м'яча при блокуванні заборонялось торкатись м'яча до тих пір, поки це не зробить інший гравець;
- висота сітки для жінок стала 224 см;
- обмежувалось місце для подачі;

Крім того комісія вела переговори про включення волейболу у програму Олімпійських ігор 1940 року.

Після II світової війни за ініціативою Франції, Чехословаччини і Польщі була створена нова технічна комісія, за рішенням якої у 1947 році в Парижі (Франція) відбувся перший конгрес з волейболу. Конгрес прийняв рішення про створення міжнародної федерації волейболу (ФІВБ).

Створення міжнародної федерації волейболу означало визнання волейболу як виду спорту у всьому світі.

В 1948 році в Римі (Італія) ФІВБ провела першу в історії волейболу першість Європи серед чоловічих команд, в якій брали участь 6 країн. Перше місце посіла команда Чехословаччини. Наступні роки (1948-1968)

характеризуються бурхливим розвитком волейболу у всьому світі. Під керівництвом міжнародної федерації починають проводитися першості Європи, світу, Кубки світу.

Вдосконалюються правила гри: В 1949 році введено три перерви в кожній партії, дозволений груповий блок; в 1951 році введена лінія нападу, дозволена зміна розташування гравців на майданчику після подачі; у 1952 році ліквідована третя перерва. У 1957 році, у зв'язку з тим, що волейбол став втрачати свою видовищність через велику кількість зупинок у грі, було обмежено число замін з 14 до 4; скорочено час, відведений на заміни і перерви з 1 хв до 30 секунд; заборонено виконання заслона при подачі. Крім того було прийнято рішення, що зміни в правилах можуть вноситись тільки раз на чотири роки. В 1961 році кількість замін під час гри збільшилась до 6.

Зміни в правилах гри, що вступили в дію з 1965 року, були направлені на підвищення видовищності волейболу. Дозволено переносити руки під час блокування на бік суперника; гравцям, що блокували дозволялось ще раз торкатись м'яча. Як результат зменшилась перевага нападу над захистом.

Паралельно із вдосконаленням правил розвивалась техніка і тактика гри у волейбол. З'явилися удари з країв сітки, з низьких передач, поверх блоку. В нападі стали розвиватись способи ударів як з першої передачі, так і з другої передачі гравця, що виходить з задньої зони. Вони дали поштовх таким комбінаціям як "Хрест", "Ешелон", удар з відкидки.

З переходом на прийом подачі знизу двома руками гра стала раціональнішою, тактику гри в нападі з першої подачі стали застосовувати дуже рідко. В останній час до гри у нападі долучаються гравці задньої лінії; знижується висота передач.

У вересні 1949 року в разі відбулась першість світу серед чоловічих команд і першість Європи серед жіночих. Першим чемпіоном світу і Європи стали представники СРСР.

У 1952 році в Москві другий раз проводиться першість світу серед чоловіків і перший – серед жінок. Перемогли волейболісти і волейболістки Радянського союзу. Вперше в чемпіонаті світу брали представники Азії – команда Індії.

На першості світу 1956 року у Парижі Азія була представлена уже трьома командами – Індія, КНР, КНДР. Вперше приїхали волейболісти Американського континенту – США, Бразилія, Куба. З'їхалась рекордна кількість команд – 17 жіночих і 24 чоловічих.

Господарями чемпіонату світу 1960 року були бразильці. На цьому чемпіонаті світу чоловіча і жіноча збірні СРСР третій раз поспіль завоювали звання чемпіонів світу. Сенсаційним був виступ дебютанта – жіночої команди Японії, яка завоювала срібні медалі.

Передолімпійська першість світу проходила у 1962 році в СРСР. Чемпіонками серед жінок стали японки, а серед чоловіків – волейболісти Радянського Союзу. Багато міжнародних змагань 1963 року проходило під знаком підготовки до Олімпійських ігор. 1964 року в Токію. Значно виросла техніка більшості команд; подачі стали агресивніші. Тактика нападу стала

раціональнішою, деякі команди почали комплектувати склад за принципом 5:1.

Першим олімпійським чемпіоном серед жінок стала команда Японії, а серед чоловіків – команда СРСР. Токійський турнір показав, що клас більшості команд виріс, якщо раніше на призові місця претендували дві-три команди, то тепер 5-6.

В 1965 році в Угорщині вперше проходила першість Європи серед юніорів (до 20 років). В ньому брали участь 12 жіночих і 16 чоловічих команд. Чемпіонами Європи серед юніорів стали чоловіча і жіноча команди СРСР.

Починаючи з 1965 року встановилась наступна послідовність проведення крупних міжнародних змагань з волейболу: Кубок світу, на наступний рік – Першість світу, потім першість Європи, і накінець, Олімпійські ігри. Таким чином, кожного року проводилось одне офіційне змагання. З 1975 року першості Європи почали проводитись 1 раз на 2 роки.

Значно виросла майстерність команд КНДР, Південної Кореї, Перу, Бразилії, США, які потіснили імениті європейські команди.

Якщо проаналізувати результати Чемпіонатів світу, які проводились з 1962 року регулярно раз на 4 роки, то ми побачимо наскільки виросла конкуренція у боротьбі за чемпіонське звання. Так у чоловіків за цей період ставали команди таких країн: 1962 р. – СРСР, 1966 р. – ЧРСП, 1970 р. – НДР, 1974 р. – Польща, 1978 р. – СРСР; у жінок: 1962, 1967, 1974 р. – Японія, 1970 р. – СРСР, 1978 р. – Куба, 1982 р. – КНР.

З 1977 року починається серія перемог збірної команди СРСР. Найстабільнішими були результати наших команд на чемпіонатах Європи. Чоловіча збірна утримувала звання чемпіонів Європи з 1967 року, жіноча – з 1957 до 1979 роки.

Чемпіонами всіх першостей Європи серед молодіжних команд з 1966 року серед юніорів і юніорок ставали збірні команди СРСР. Переможцями двох першостей світу серед молодіжних команд (1977 і 1981 роки) ставала чоловіча збірна СРСР.

### ***Міжнародна федерація волейболу***

Штаб-квартира ФІВБ знаходиться у Парижі, за місцем проживання її президента Поля Лібо (Франція), який незмінно очолював ФІВБ з дня її заснування.

На сьогодні ФІВБ об'єднує 217 національних федерацій і є однією з самих представницьких міжнародних федерацій.

Структура ФІВБ передбачає у своєму складі керівні, комісійні і тимчасові організації, такі як конгрес, адміністративна рада, виконавчий комітет, комісії і конфедерації.

Вищим органом ФІВБ є конгрес, який обирається раз на 2 роки. Вибори проводяться таємним голосуванням. Результати конгресу є обов'язковими для всіх федерацій.

Керівний орган ФІВБ – виконавчий комітет має самі широкі повноваження. Він складається з президента, генерального секретаря, його помічника, казначея, віце-президентів, 11 членів ради, що обирається конгресом, а також 5 президентів зональних конфедерацій. Вони одночасно мають ранг віцепрезидентів ФІВБ.

Виконавчий комітет реалізує рішення адміністративної ради, якою обирається – 6 чоловік обираються з числа 19 членів адміністративної ради.

Технічним органом ФІВБ є постійні комісії: організаційно-спортивна; по правилах гри; арбітражна.

В кожену комісію входить 11 чоловік, 6 з них обираються конгресом, 5-визначаються конфедераціями.

Конфедерації. Національні федерації згруповані у конфедерації за принципом географічної приналежності. Саме широке розповсюдження волейболу по різних континентах і вимоги оперативного керування призвели до децентралізації ФІВБ. Адміністративна рада конфедерації складається з 5-13 членів, призначений національними федераціями цієї зони.

На сьогодні функціонує 5 конфедерацій: Азії; Африки; Європи; Центральної, Північної Америки і Карибського басейну; Південної Америки.

### **Рекомендована література**

#### **Основна:**

1. Волейбол: учебник для вузов / под общ. ред. А.В. Беляева, М.В. Савина. - 4-е изд. – Москва : Дивизион, 2009. - 360 с.
2. Демчишин А.П. Волейбол – гра для всіх / А. П. Демчишин. – Київ : Здоров'я, 1986. – 104 с.
3. Підготовка юних волейболістів / А.П. Демчишин, Р.С. Мозола, Ю.М. Панишко. – Київ : Радянська школа, 1982.-191 с.
4. Демчишин А.П. Підготовка волейболістів / Демчишин А.П., Пилипчук Б.С. – Київ : Здоров'я, 1979. - 104 с.
5. Железняк Ю.Д. Теория и методика спортивных игр : учебник для вузов физической культуры / Ю.Д. Железняк. — Москва : Академия, 2014. - 412 с.
6. Железняк Ю.Д. Волейбол : учеб. для институтов физической культуры / Ю.Д. Железняк А.В. Ивойлов. – Москва : Физкультура и спорт, 1991. - 382 с.
7. Ковцун В. І. Волейбол: основи гри, методика навчання й тренування : метод. поради для оволодіння навичками, вміннями гри волейбол при проходженні курсу теорії та методики викладання волейболу студентам 2<sup>го</sup> року навчання / В. І. Ковцун, А. П. Демчишин. - Львів : Фернеза, 2002. - 33 с.
8. Ковцун В. І. Волейбол : основи техніки і тактики гри в волейбол : метод. матеріал для лекцій з теорії та методики викладання волейболу / В. І. Ковцун, А. П. Демчишин. - Львів : Фернеза, 2002. - 33 с.
9. Ковцун В. І. Волейбол як важливий засіб виховання гармонійної особистості / В. І. Ковцун, А. П. Демчишин // Здоровий спосіб життя : зб. матеріалів II Міжрегіон. наук.-практ. конф. - Львів, 2002. - С. 37 - 40.

10. Ковцун В. І. Виникнення і розвиток волейболу в Галичині / В. І. Ковцун, Ю. М. Панишко // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики спортивних ігор : матеріали V Всеукр. наук.-практ. конф. - Львів, 2007. - С. 40 - 41.

11. Костюков В. М. Теорія і методика викладання спортивних ігор: курс лекцій / Костюков В.М., Вознюк Т.В., Драчук А.І. – Вінниця : ВДПУ, 2004. – 117 с.

12. Костюков В. В. Пляжный волейбол : учеб. пособие. / В. В. Костюков – Москва : Советский спорт, 2005. - 156 с.

13. Костюков В. В. Пляжный волейбол (тренировка, техника, тактика) : пособие. - 5- е изд., перераб. и доп. / В.В. Костюков. - Краснодар, 2007. - 266 с., ил.

14. Кунянский В.А. Волейбол: Профессиональная подготовка судей : методическое пособие по подготовке судей по волейболу / В.А. Кунянский – Москва : Дивизион, 2007. - 176 с.

15. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения : учебник для студентов высших пед. учеб. заведений / Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин, А.В. Лексаков. - 6-е изд. стер. – Москва : Академия, 2010. - 520 с.

16. Effect of physical development parameters and conditioning abilities on the level of motor coordination in female volleyball players in the phase of specialized basic training / Roman Boichuk, Sergii Iermakov, Vasyl Kovtsun, Viktoria Pasichnyk, Valeryi Melnyk, Mykola Lazarenko, Mariya Troyanovska, Vitalii Kovtsun // Journal of Physical Education and Sport. – 2018. – Vol. 18, suppl. is. 4. – P. 1950–1957.

17. Офіційні волейбольні правила 2017-2020 Затверджені 35-м Конгресом ФІВБ 2016. – К.іів, 2016. – 83 с.

#### **Допоміжна**

1. Железняк Ю.Д. 120 Уроков по волейболу / Ю.Д. Железняк. – Москва : Физкультура и спорт, 1965. - 192 с.

2. Железняк Ю.Д. К мастерству в волейболе/ Ю.Д. Железняк. – Москва, 1978. - 224 с.

3. Клещев Ю.Н. Волейбол / Ю.Н. Клещев. – Москва : Физкультура и спорт. - 1979. - 48 с.

4. Клещев Ю.Н. Юный волейболист / Ю.Н. Клещев, А.Г. Фурманов .- Москва : Физкультура и спорт. - 1979. - 231с.

5. Роль швидкісно-силових здібностей у формуванні технічної підготовки волейболістів 10–14 років / Олександр Швай, Валерій Поляковський, Леонід Гнітецький, Євген Приступа // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. – Луцьк, 2011. – № 1. – С. 73 – 76.

6. Пименов М.П. Волейбол: специальные упражнения. – Киев, 1993. – 188 с.

7. Приступа Є. Н. Теоретичні та методичні аспекти класифікації засобів народної фізичної культури / Є. Н. Приступа, В. І. Левків, Р. С. Мозола // Традиції фізичної культури в Україні : зб. наук. ст. - Київ, 1997. - С. 115-131.

8. Подготовка волейболистов. / А. Г. Фурманов. - Минск: МЕТ, 2007. - 329с., ил.

9. Поташник А., Гезенцвей В. Судейство соревнований по волейболу / А. Поташник, В. Гезенцвей. – Москва : Физкультура и спорт, 1973.

10. Поташник А. Волейбол (судейство и организация соревнований) / А. Поташник. – Москва : Советская Россия, - 1973.

11. Фурманов М.П. Волейбол /М.П. Фурманов. – Киев : Радянська школа, 1993. - 196 с.

12. Хапко В.Е. Волейбол / В.Е. Хапко, В.И. Белоус. – Киев : Радянська школа, 1988. -112с.

13. Хапко В.Е. Совершенствование мастерства волейболистов / В.Е. Хапко, В.Н. Маслов. – Киев : Здоровье, 1990. - 124 с.

14. Музика Ф. В. Анатомія людини : навч. посіб. / Ф. В. Музика, М. Я. Гриньків, Т. М. Куцериб. – Львів : ЛДУФК, 2014. – 360 с.

#### **Інформаційні ресурси інтернет:**

1 Електронний каталог ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://3w.ldufk.edu.ua/>

2 Електронний репозитарій ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/>

3 Волейбол : анот. трьома мовами бібліогр. покажч. [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2015. – 32 с. (Серія „Інформаційне забезпечення фізичного виховання, спорту і туризму”, вип. 2). <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/282>

4 Ігри : анот. трьома мовами бібліогр. покажч. [Електронний ресурс] / уклад. Ірина Свістельник. – Львів : [б. в.], 2016. – 24 с. – (Серія „Інформаційне забезпечення фізичного виховання, спорту і туризму” ; вип. 2). – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/3962>

5 Офіційний інтернет-сайт міжнародної федерації волейболу (FIVB) [Режим доступу] (<http://www.fivb.com>).

6 Офіційний інтернет-сайт європейської конференції волейболу (CEV) [Режим доступу] (<http://www.cev.ua>)

7 Офіційний сайт Федерації волейболу України [Режим доступу] [www.fvu.in.ua/](http://www.fvu.in.ua/)

8 <https://www.fivb.org/EN/BeachVolleyball/>