

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/kontrolnaya-rabota/131648>

Тип работы: Контрольная работа

Предмет: Физическая культура и спорт

ВВЕДЕНИЕ 3

1. История возникновения волейбола 4
2. Правила игры, ее развитие и модернизация 10
3. Современный этап развития игры 13

ЗАКЛЮЧЕНИЕ 15

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ 16

ВВЕДЕНИЕ

Нет такого уголка на просторах Земли, где волейбол был бы неизвестен людям. И не найти, наверное, на планете человека, который бы никогда не пробовал поиграть мячом у сетки. Волейбол покорила людей любого возраста и профессии. На стройках и в жилых районах, в учебных заведениях, туристических походах и в лагерях отдыха натягивают волейбольную сетку, и до позднего вечера раздаются удары по мячу и зажигательные возгласы.

Люди играют в волейбол повсюду, даже на популярных зимовках, на научных станциях Антарктиды, на палубах морских и океанских лайнеров. Игра проста по содержанию, общедоступна, но достаточно эмоциональна и позволяет интересно, с большой пользой для здоровья провести досуг.

Тысячи организованных волейболистов и волейболисток есть в каждом регионе России. Это те, кто отдает дань любимой игре в спортивных секциях, командах, клубах. И с каждым годом официальное число энтузиастов волейбола увеличивается. А сколько еще болельщиков этой игры у сетки в парках культуры и отдыха, на дворовых площадках, лесных полянах и в других местах отдыха. У них нет постоянных команд, единой спортивной формы, они сами судят свои матчи, но от этого игра не становится хуже, менее полезной для здоровья людей.

Цель работы: изучить историю развития волейбола.

Задачи работы:

- рассмотреть историю возникновения волейбола;
- изучить правила игры, ее развитие и модернизацию;
- охарактеризовать современный этап развития игры.

Структура работы: работа состоит из введения, трех глав, заключения, списка использованных источников.

Список использованной литературы содержит 5 источников.

Объем работы: 15 страниц печатного текста.

1. История возникновения волейбола

Спортивные игры (волейбол, баскетбол, футбол, гандбол) являются специфическим видом деятельности. Это сознательная деятельность, направленная на достижение поставленной цели и занимает ведущее место, как в физическом воспитании здорового человека, так и в процессе физической реабилитации больных и инвалидов, позволяя на высоком эмоциональном уровне эффективно решать лечебные и воспитательные задачи.

Волейбол – это командный вид спорта, олимпийская дисциплина, форма проведения досуга и самовыражения, метод общения, хобби, зрелище.

Это игра, которая завоевала сердца многих миллионов людей нашей планеты на всех континентах без исключения.

Чрезвычайную быструю смену атакующих и защитных действий – в каждом розыгрыше можно проследить все составные элементы игры: подача-прием-пас-атака-блок-прием и вариации их множество, потому, волейбол всегда интересен. В этой игре нет времени для долгих раздумий и колебаний. Оценка ситуации, принятие правильного решения и его выполнение должно выполняться пока мяч летит. В мире волейбол – один из массовых и доступных видов спорта

К настоящему времени, согласно большинству источников, волейбол считался родиной США, но есть источники и о более раннем происхождении игры в Европе (в частности, в России), игра называлась «кулачный мяч».

Открытие волейбола в конце 19 века было, вероятно, не в первый раз. Есть свидетельства, что подобные игры проводились тысячи лет назад.

Сохранились Хроники римских летописцев, датируемые 3 веком до нашей эры, где описывается игра, похожая на волейбол: неизвестный мяч, сделанный из чего-то, игроки бьют кулаками.

Кроме того, существует древняя игра под названием «фаустбол», в которую играли еще в 1500 году. Смысл игры заключался в том, что от 3 до 6 игроков из каждой команды пытались разбить мяч о низкую стенку на площадке соперника. Со временем «фаустбол» набирал обороты.

Каменную стену заменили натянутым между деревьями шнуром, уменьшили размеры игровой площадки и строго ограничили количество игроков – по 5 человек на команду.

Мяч можно было разбить о бок противника кулаками или предплечьем, и каждой команде давалось по 3 касания мяча.

Большая площадь и малое количество участников игры привели к новому пункту в правилах, согласно которому мяч мог упасть один раз на сторону соперника и ему разрешалось поворачиваться только одним касанием. Игра состояла из двух таймов по 15 минут каждый.

Основателем игры является учитель физкультуры М. Гелиос (США) - Уильям Морган. Он хотел сделать игру, которая не требовала сложного оборудования, имела простые правила и была доступна людям всех возрастов. В. Морган разработал правила новой игры для всех и назвал ее волейболом, что означает «Летающий мяч».

Он предложил перебросить мяч через теннисную сетку, натянутую на высоте около 2 м. Наблюдая стремительный рост популярности баскетбола среди молодежи, Уильям Морган пришел к мысли, что для членов Союза молодых христиан, которые в силу своего возраста или состояния здоровья не могут в него играть, необходима более щадящая и менее стрессовая альтернатива.

В то же время Морган не мог придумать лучшего варианта для этой ситуации, чем волейбол.

Описывая свои находки, Морган заявил: «в поисках наиболее приемлемого вида спорта меня больше всего впечатлил теннис, но он требует

1. Беляев А.А. Волейбол в СССР и России / А.А. Беляев, Ю.Д. Железняк, Н.В. Карпац и др. – М.: Высш, 2017. – 127 с.
2. Волейбол: Учебник для вузов / Под общ. Ред. А.В. Беляева, Н.В. Савина, – 4-е изд. – М.: ТВТ Дивизион, 2017. – 360 с.
3. Железняк Ю.Д. Волейбол: Учебник для институтов физической культуры / Ю.Д.Железняк, А.В. Иволов. – М.: Физкультура и спорт, 2018. – 239 с.
4. Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта / Л.Кун. – М.: Радуга, 2015. – 400 с.
5. Оликова В. Люди и игры: у истоков современного спорта / Пер. с чешск. Т. М. Тесаржовой. – М.: Физкульт. и спорт, 2016. – 240 с.

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/kontrolnaya-rabota/131648>