. Загальні відомості про гру Перед тим як приступити до освоєння технічних прийомів і тактичних дій, слід розібратись у самій суті гри у волейбол. На волейбольному майданчику розміром 18х9, розділеному сіткою на дві рівні частини, змагаються 2 команди по 6 гравців. Це основні гравці: стартовий склад команди. У команді може бути ще 6 гравців, які можуть вийти на майданчик – запасні гравці. Для юнаків, дівчат різного віку сітка встановлюється на різній висоті: – до 14 років – 2,20, до 16 – 2,35, з 18 - 2, юнаки 43; – дівчата до 14 років – 2,10, до 16 – 2,20, з 18 - 2,24. Гра складається з трьох або п’яти партій, залежно від віку гравців. Кожна партія триває до 25 очок, за умови, що різниця у рахунку буде не менше двох очок. Третя та п’ята партія граються до 15 очок. Після кожної партії команди міняються майданчиками, а у третій або п’ятій партії міняються майданчиками у середині партії, коли одна з команд набере 8 очок. Розміщаються гравці так: три гравці (2,3,4 зони) займають місця у передній лінії, від середньої до трьохметрової лінії. Ще три гравці (5,6,1 зони) – на задній лінії. Волейболісти передньої лінії можуть приймати м’яч, передавати, виконувати нападаючий удар, блокувати, підстраховуючи один одного. Гравці задньої лінії виконують подачу, приймають і виконують передачу, мають право виконувати атакуючі дії тільки з задньої лінії, але не мають права блокувати та нападати з передньої лінії. Гра розпочинається з подачі. Право на першу подачу визначається жеребкуванням, яке проводить перший суддя. Подача виконується з будь-якої точки лицьової лінії. На подачу відводиться не більше 8 секунд. Відповідно до правил, м’яч вводять у гру ударом руки гравця, що стоїть за лицьовою лінією. Команда, яка приймає м’яч, має право зробити три чіткі торкання до м’яча. Одним з них, здебільшого останнім, що виконують звичайно ударом, м’яч переправляють через сітку на сторону супротивної команди, гравці якої, провівши належні три торкання, у свою чергу, переправляють м’яч назад. Причому один і той же гравець не має права торкатися м’яча двічі підряд. Розігрують подачу до помилки однієї з команд (нечітке торкання м’яча, торкання гравцем сітки, приземлення м’яча тощо). У разі помилки суперника, інша команда одержує очко. Гравець продовжує подавати м’яч, поки він або його партнери не зроблять помилки, після чого подача переходить до другої команди. При переході подачі подавати починає гравець другої зони, котрий і стає на місце подачі. Всі гравці при цьому відповідно переміщуються на одну позицію у напрямку руху годинникової стрілки. Тренер команди або капітан можуть використати у кожній партії по дві 30 сек. перерви. У кожній партії дозволяється провести 6 замін. Ліберо має право заходити на майданчик та виходити з нього без дозволу судді, коли м’яч вийшов із гри. Волейболісти повинні бути одягнені у єдину спортивну форму. Гравцям забороняється мати будь-які прикраси, які можуть привести до травмування. Під час гри до судді може звернутися лише капітан команди. Гравці повинні вести себе тактовно по відношенню до суперника та суддівської бригади.