

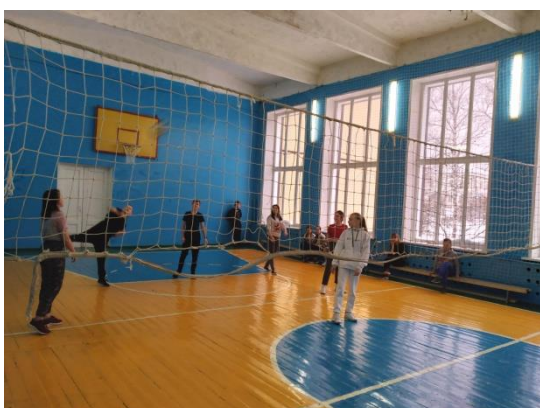
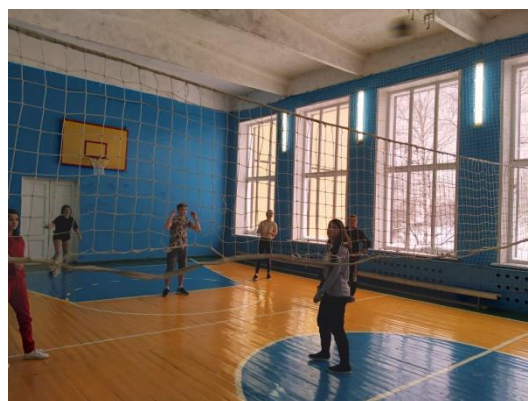
«Волейбол»

Кто же не играл в волейбол? На пляже, в зале, во дворе. Это так просто — натянул сетку, взял мяч — и вперёд. Вспоминая приятные ощущения от игры, многие родители стремятся отдать своих детей «на волейбол», то есть — в секцию волейбола. И это правильно. Потому что волейбол — командный вид спорта, тренирующий выносливость и чувство взаимопонимания.



Волейбол — одна из самых распространённых и доступных игр, в которую играют на площадке размерами 9X18 метров, посередине которой на гибком тросе подвешивается сетка.

В секцию волейбола в нашей школе принимают учащихся 5-11 классов. После двух лет обучения они переходят в старшую группу. При этом занимаются в неделю по 2 часа.



Задача сегодняшнего занятия совершенствование верхней передачи и прием мяча снизу в зоны: 1, 3, 5 на точность, верхняя прямая подача, учебная игра.

Ребята хорошо справились с поставленной задачей.