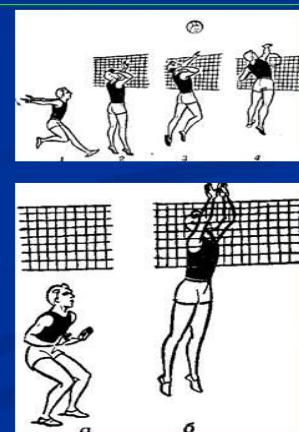


Тема: Техника передач в прыжке.

Цели и задачи:

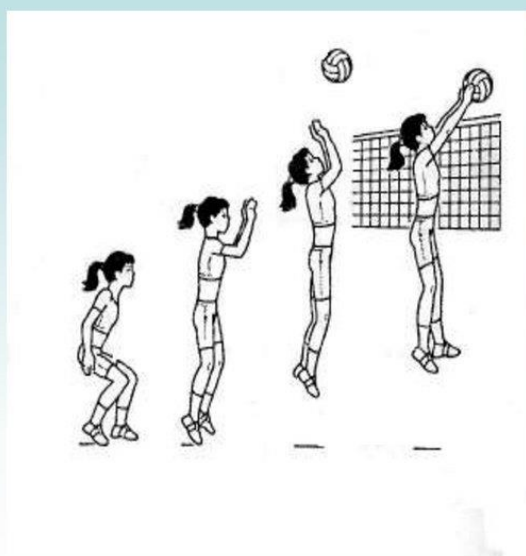
- создать представление о передачах в прыжке .
- научить детей правильно выполнять прием мяча.
- напомнить правила игры.

Техника волейбола включает стойки и перемещения, подачи и приём мяча, нападающие удары и блокирование. Хотя структура отдельных технических приёмов, кажется, довольно простой, эффективное применение их в игре связано с определёнными трудностями. Овладение рациональной техникой игры – главная задача в технической подготовке волейболистов.

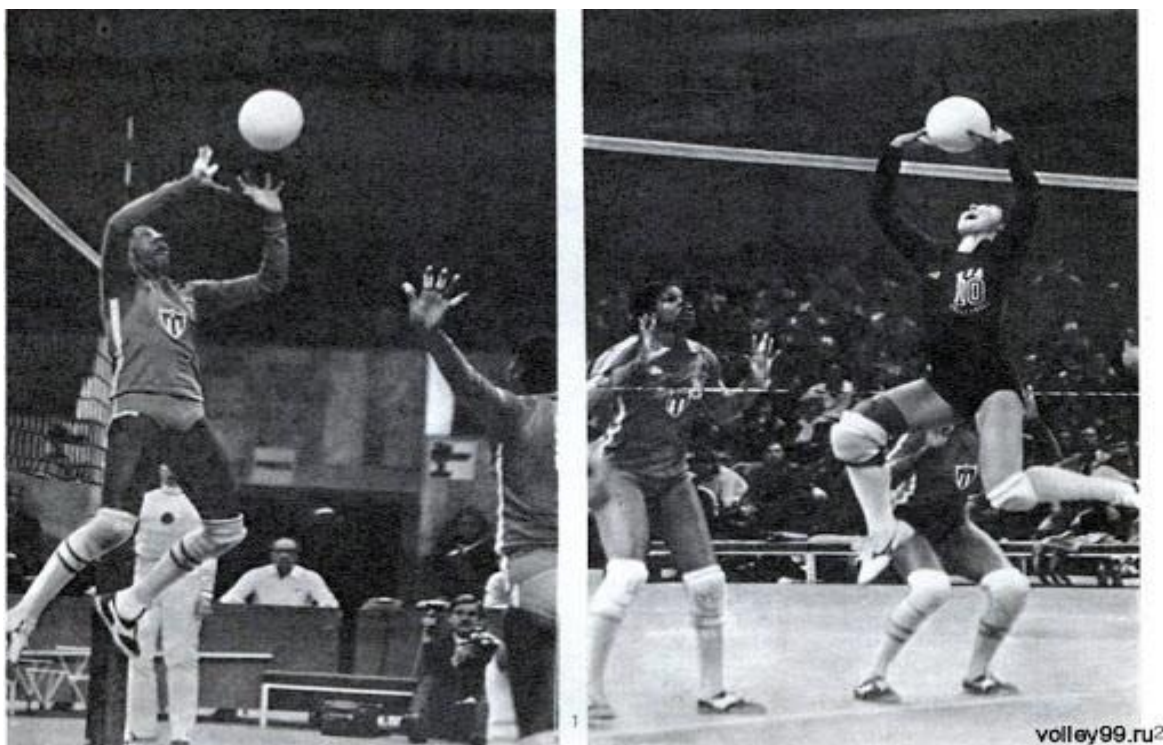


Бевзюк Пётр Иванович 2012
г. ТСОШ

ПЕРЕДАЧА МЯЧА ЧЕРЕЗ СЕТКУ В ПРЫЖКЕ



Прыжок выполняется с места и с укороченного разбега (1—2 шага) толчком двух ног. Передача мяча осуществляется в высшей точке прыжка за счёт активного разгибания рук.



Викторина по правилам игры

1. Сколько замен в одной партии разрешено проводить команде?

- 4
- 6
- Не ограничено

2. Волейбол был изобретён в 1895 году, как он тогда назывался?

- Лакросс
- Волейбол
- Минтонетт

3. Если мяч после подачи коснулся сетки и перелетел на чужую половину площадки, что предпримет судья?

- Позволит игроку перевыполнить подачу
- Не засчитает подачу и отдаст мяч противоположной команде
- Ничего не предпримет, дав командам дальше доигрывать розыгрыш

4. Чем либеро отличается от обычного полевого игрока?

- Только футболкой другого цвета
- Только ограниченными действиями - ему запрещено выполнять прямой нападающий удар и блокирование

- Футболкой другого цвета и возможностью выполнять прямой нападающий удар и блокирование

5. Сколько по времени длится замена в волейбольном матче?

- Нет ограничений на это счёт
- 15 секунд
- 30 секунд

6. Укажите аббревиатуру Международной федерации волейбола?

- ФИФА
- ФИВБ
- ФИБА

7. Сколько длится тайм аут?

- 30 секунд
- 45 секунд
- 60 секунд

8. Имеет ли право игрок, только что совершивший блок, снова коснуться мяча?

- Это нарушение правил
- Да, имеет
- Оба ответа являются неверными

9. Какой высоты сетка для женского волейбола?

- 2,24 м
- 2,34 м
- 2,43 м

10. Какой вид подачи необходимо использовать, чтобы мяч полетел с самой большой скоростью?

- Верхняя
- Силовая
- Крученая

11. Разрешено ли игрокам заднего ряда, не считая либеро, выполнять нападающий удар?

- Да
- Нет

- Да, но не заступая перед прыжком за 3-х метровую линию

12. В пляжном волейболе по сколько человек играет с каждой стороне?

- По 2
- По 3
- По 4

13. В каком направлении происходит переход?

- По часовой стрелке
- Против часовой стрелки
- Зигзагом

14. Как называется амплуа игрока, который стоит в 3-й зоне и отдаёт передачи?

- Доигровщик
- Либеро
- Связующий

15. Выберите правильный вариант размера волейбольной площадки.

- 16 на 8 м
- 18 на 8 м
- 18 на 9 м