

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
(ТИП ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ)

«ВОЛЕЙБОЛ»

детей _14 - 17 лет

Направленность _физкультурно-спортивная

Прямой нападающий удар (учебный видеоролик) Тренер Иван Колесник

<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=8024504910172515252&text=%D0%BF%D1%80%D1%8F%D0%BC%D0%BE%D0%B9%20%D0%BD%D0%B0%D0%BF%D0%B0%D0%B4%D0%B0%D1%8E%D1%89%D0%B8%D0%B9%20%D1%83%D0%B4%D0%B0%D1%80%20%D0%B2%20%D0%B2%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B5&path=wizard&parent-reqid=1590143636989051-498805698031686264000244-production-app-host-man-web-yp-107&redircnt=1590143662.1>



Нападающий удар и блокирование мяча.



Тактика защиты в современном волейболе

<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=14565234390168011640&text=%D0%B2%D0%B7%D0%B0%D0%B8%D0%BC%D0%BE%D0%B4%D0%B5%D0%B9%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%B8%D0%B5%20%D0%B8%D0%B3%D1%80%D0%BE%D0%BA%D0%BE%D0%B2%20%D0%B2%20%D0%B2%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B5&path=wizard&parent-reqid=1590144917117748-1841749571642221708603522-production-app-host-sas-web-yp-120&redircnt=1590144950.1>





Взаимодействия игроков в нападении и защите.

Подачу выполняет Наталья Гончарова, нападающая сборной команды России по волейболу



Приём мяча снизу двумя руками

<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=4977783894491526679&text=%D0%B2%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D0%BE%20%D0%BF%D1%80%D0%B8%D1%91%D0%BC%D0%B0%20%D0%BC%D1%8F%D1%87%D0%B0%20%D0%B2%20%D0%B2%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B5&path=wizard&parent-regid=1586522699716310-358835322235904156600158-production-app-host-man-web-yp-29&redircnt=1586522723.1>

Прием мяча сверху двумя руками.



Взаимодействие игроков в нападении: подача, приём мяча и нападающий удар.

<https://yandex.ru/video/preview/?filmId=4566734464348873450&text=%D0%B2%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D0%BE+%D0%BF%D1%80%D0%B8%D1%91%D0%BC%D0%B0+%D0%BC%D1%8F%D1%87%D0%B0+%D0%B2+%D0%B2%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B9%D0%B1%D0%BE%D0%BB%D0%B5&path=wizard&parent-reqid=1586522699716310-358835322235904156600158-production-app-host-man-web-yp-29&redircnt=1586522723.1>

