



Освоение техники верхнего приема и передачи мяча

Учитель: Доровских С.С.

Класс: 7

МБОУ «Гимназия» г. Лесосибирск

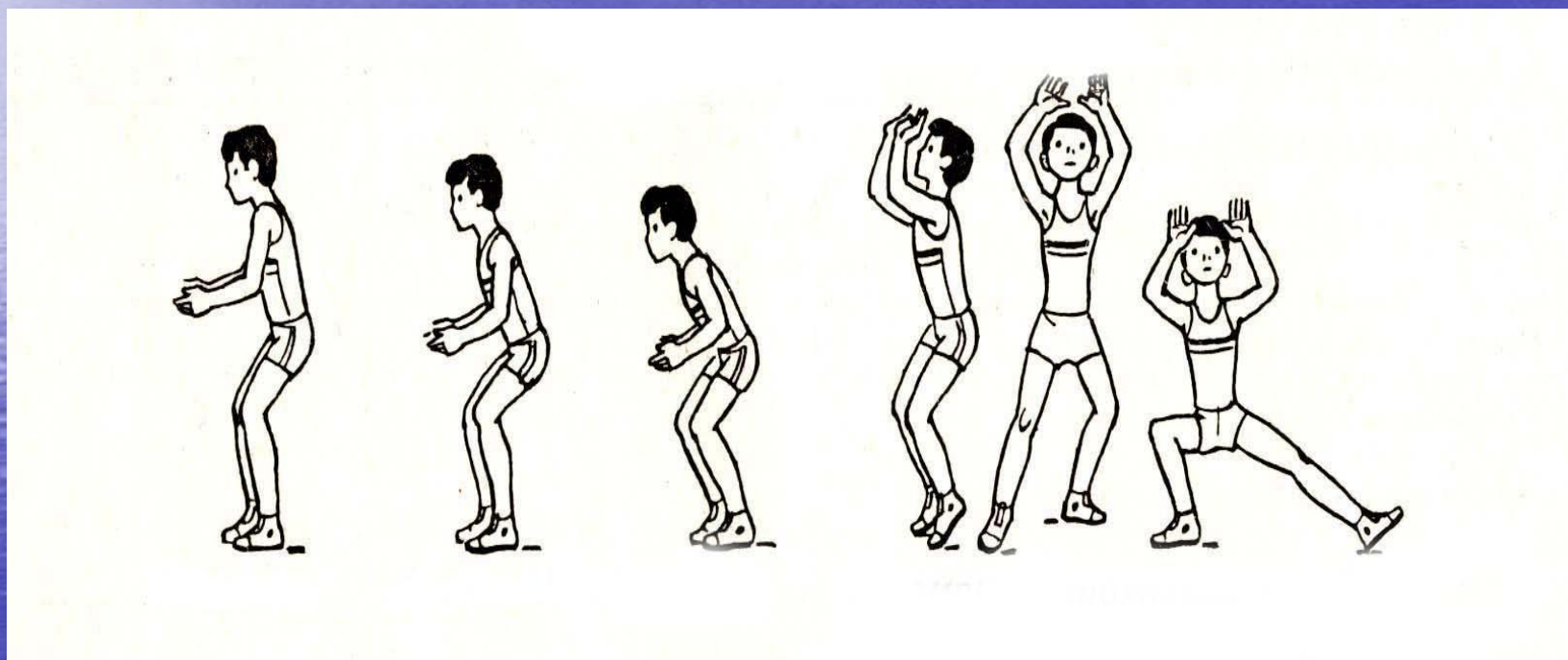
Правильное расположение кисти и пальцев рук при передаче мяча сверху



Стойка волейболиста перед приемом мяча



Стойки волейболиста при верхнем и нижнем приеме мяча



Нижний прием

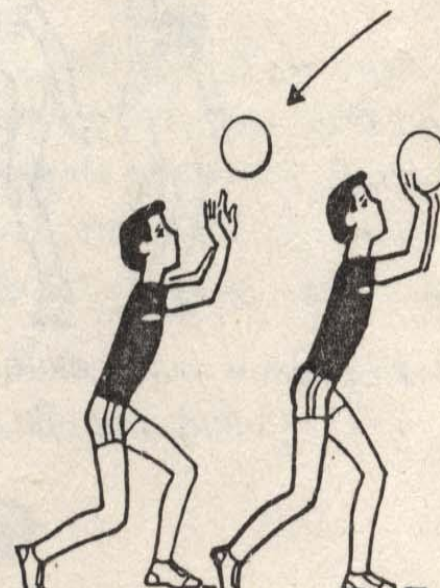
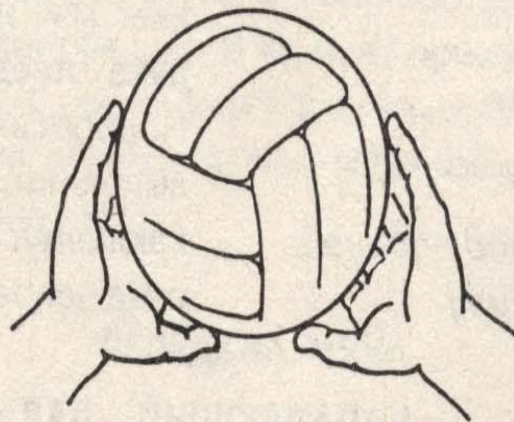
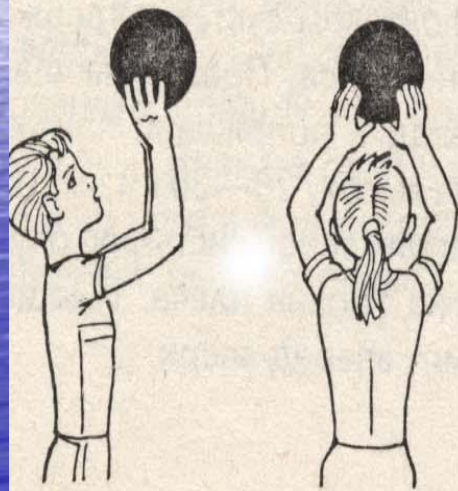
Верхний прием

Исходное положение волейболиста перед приемом мяча сверху



Положение кистей рук и расположение пальцев на мяче

Передача Вперед




Положение кистей рук и расположение пальцев на мяче

Верхняя передача мяча



Прием мяча сверху





Применение
теоретических знаний на
практике