

# **ОБУЧЕНИЕ ТЕХНИКЕ НАПАДАЮЩЕГО УДАРА В ВОЛЕЙБОЛЕ.**

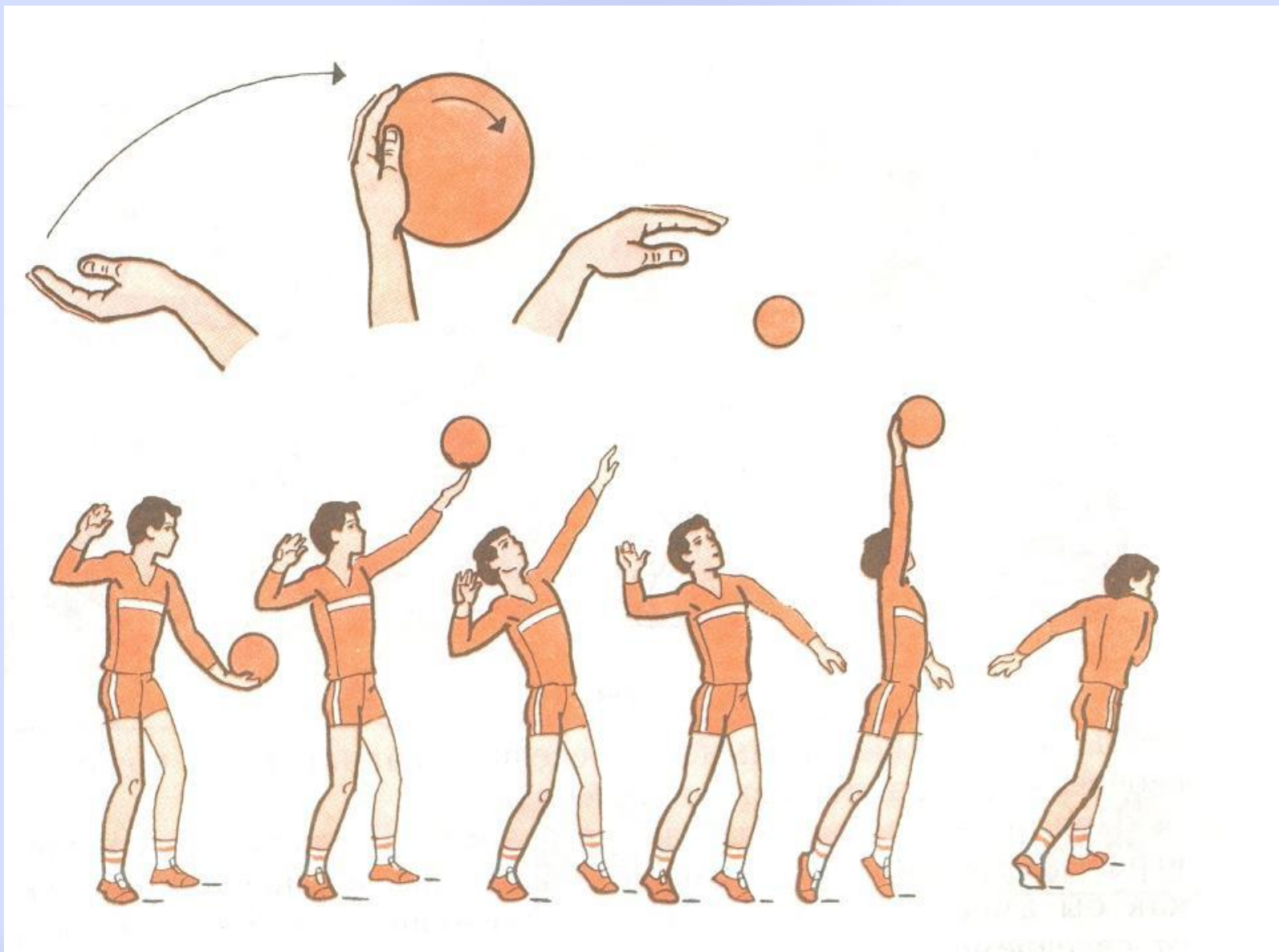
**Тренер – преподаватель по  
волейболу станицы Павловской  
Шостик Виктория Валерьевна**

# НАПАДАЮЩИЙ УДАР

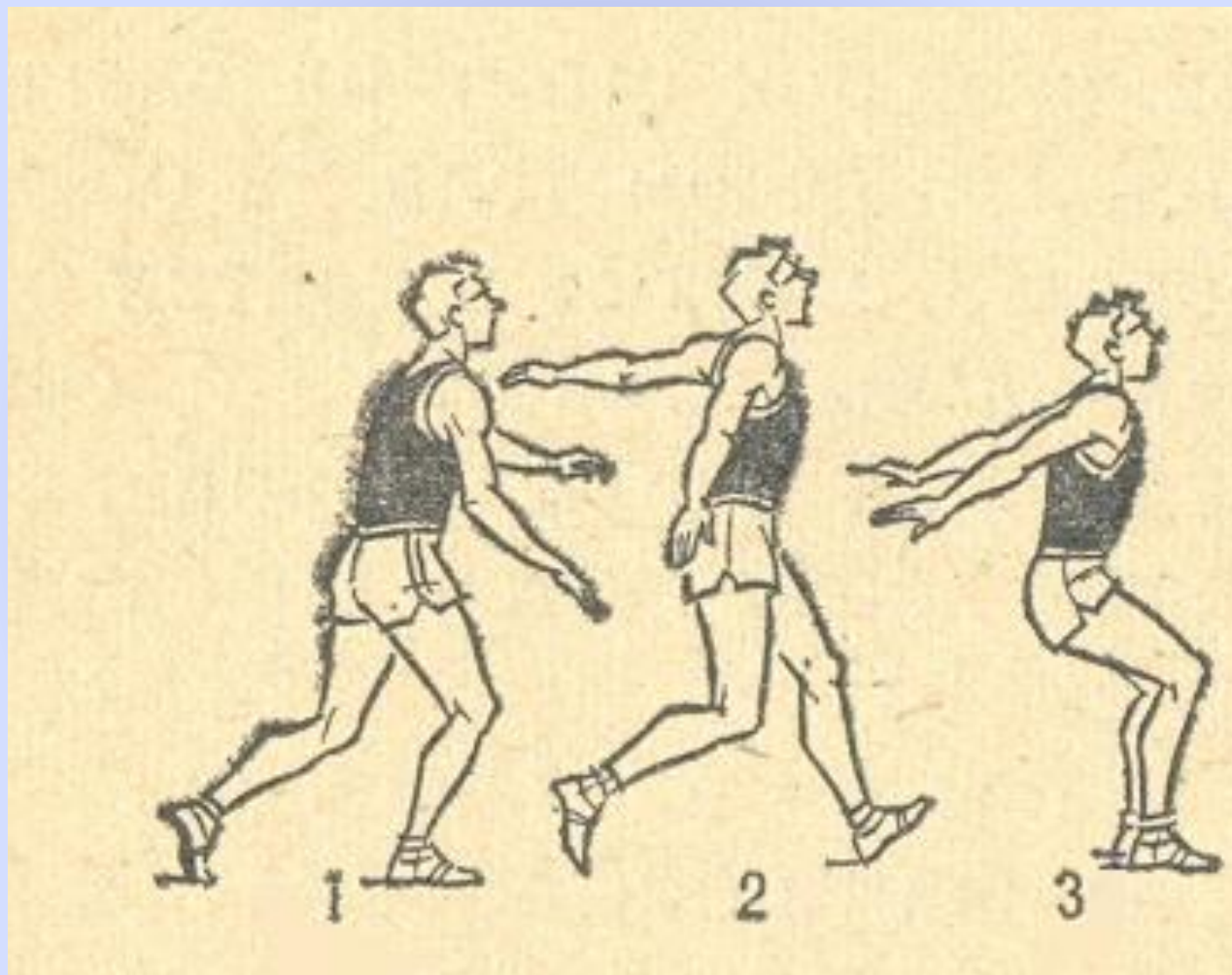


**Это самый эффективный способ завершения атаки, именно он чаще всего приносит победные очки.**

# ТЕХНИКА ВЫПОЛНЕНИЯ НАПАДАЮЩЕГО УДАРА



## **РАЗБЕГ 2-3 ШАГА**

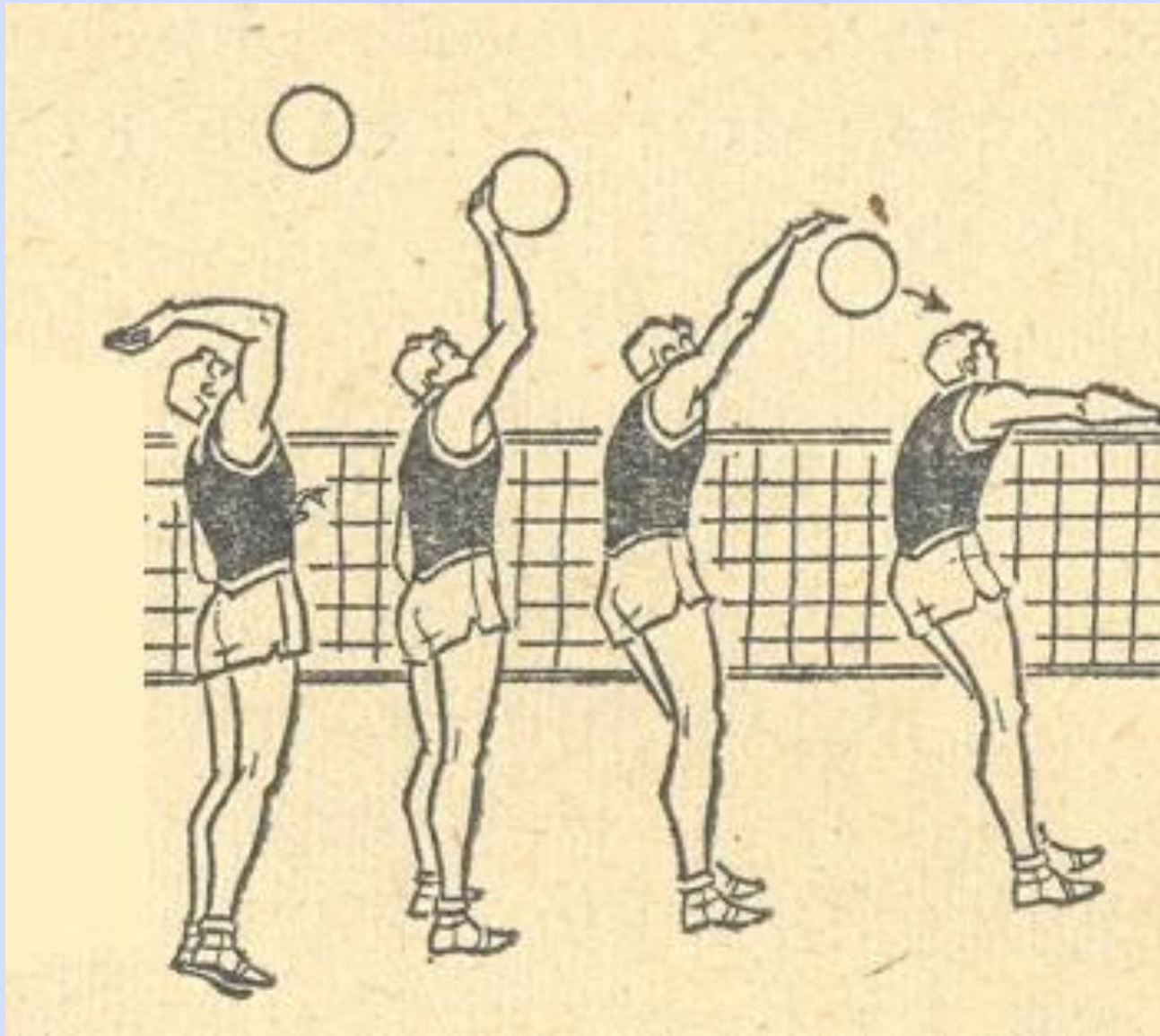


# ПРЫЖОК





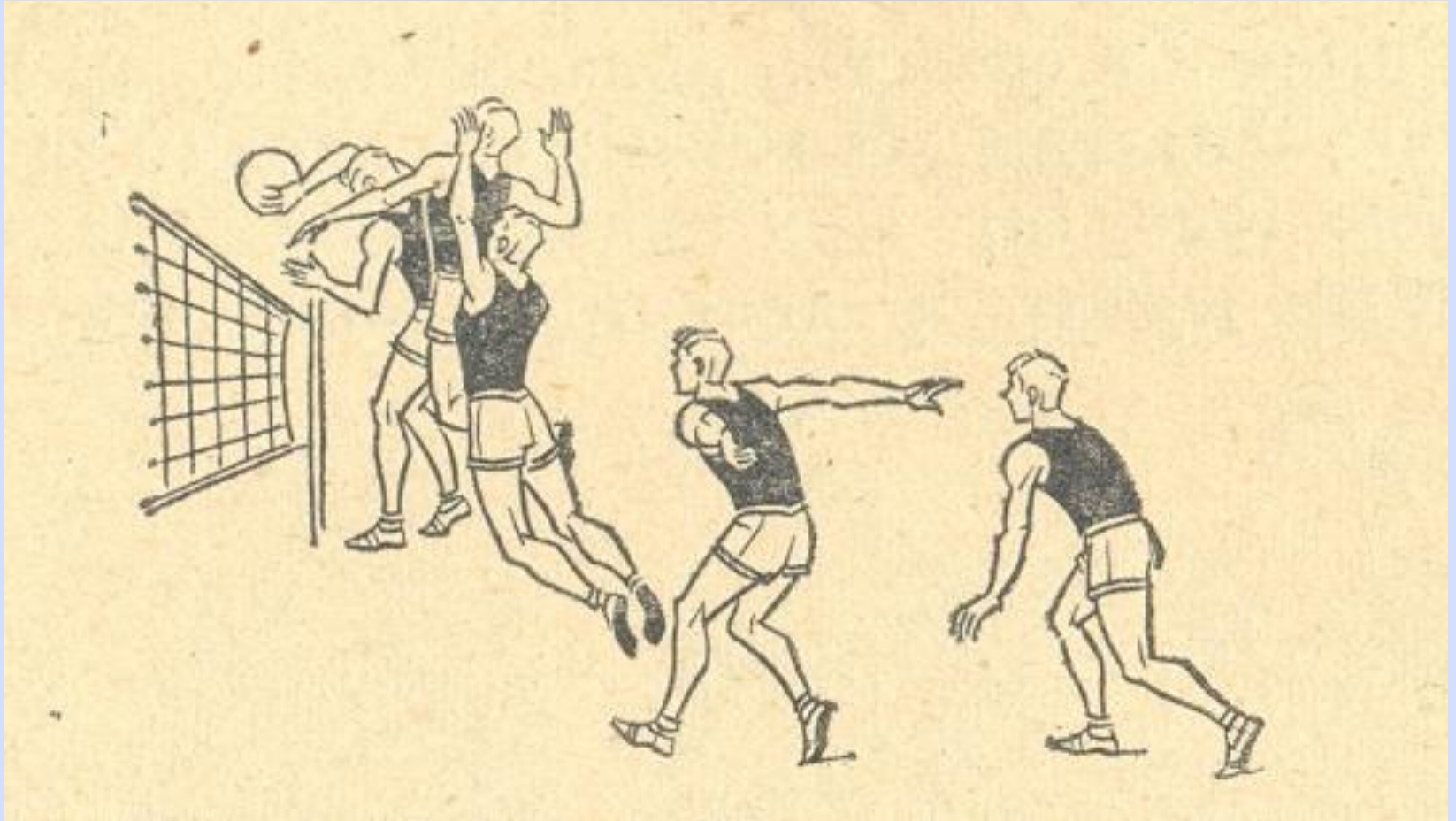
# УДАР ПО МЯЧУ



# **ПРИЗЕМЛЕНИЕ**



# ***ПРЯМОЙ НАПАДАЮЩИЙ УДАР С ПЕРЕВОДОМ***





# ***БОКОВОЙ НАПАДАЮЩИЙ УДАР***

