

ОБУЧЕНИЕ ТЕХНИКЕ НАПАДАЮЩЕГО УДАРА В ВОЛЕЙБОЛЕ

Антонов Александр Владимирович
учитель физической культуры
МАОУСОШ д.Перёдки

НАПАДАЮЩИМ НАЗЫВАЮТ УДАР
ПО МЯЧУ, ВЫПОЛНЕННЫЙ В
ПРЫЖКЕ.

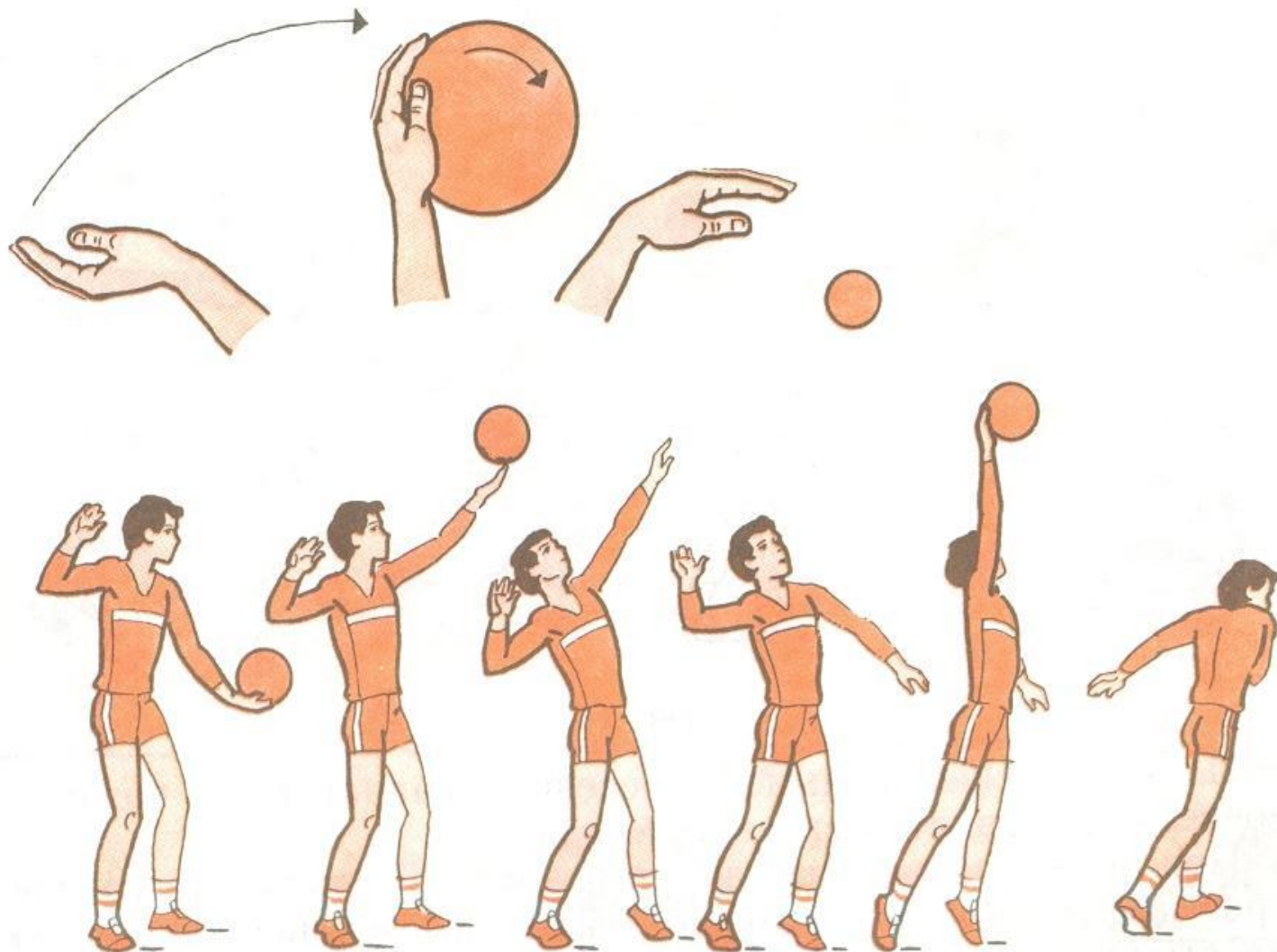


НАПАДАЮЩИЙ УДАР

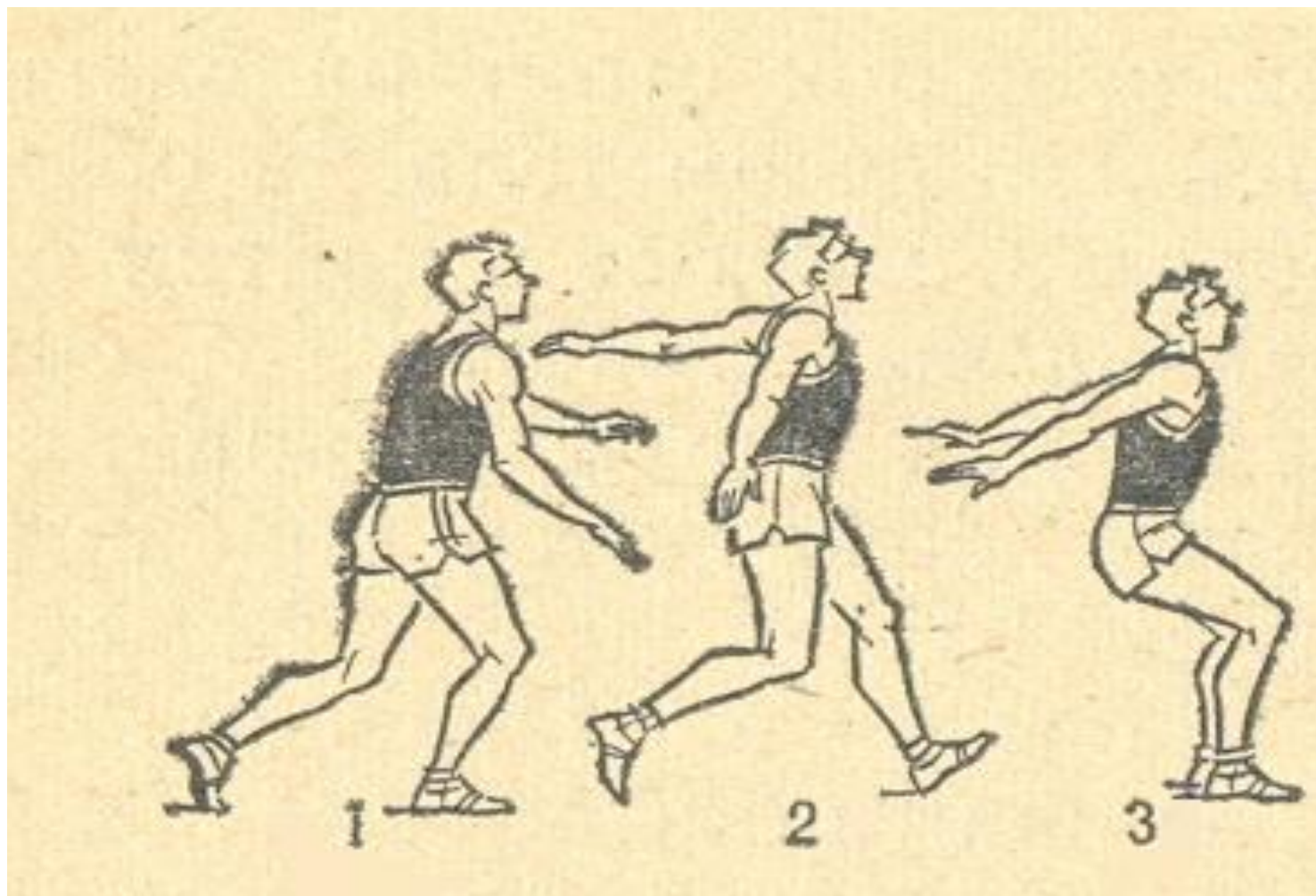


Это самый эффективный способ завершения атаки, именно он чаще всего приносит победные очки.

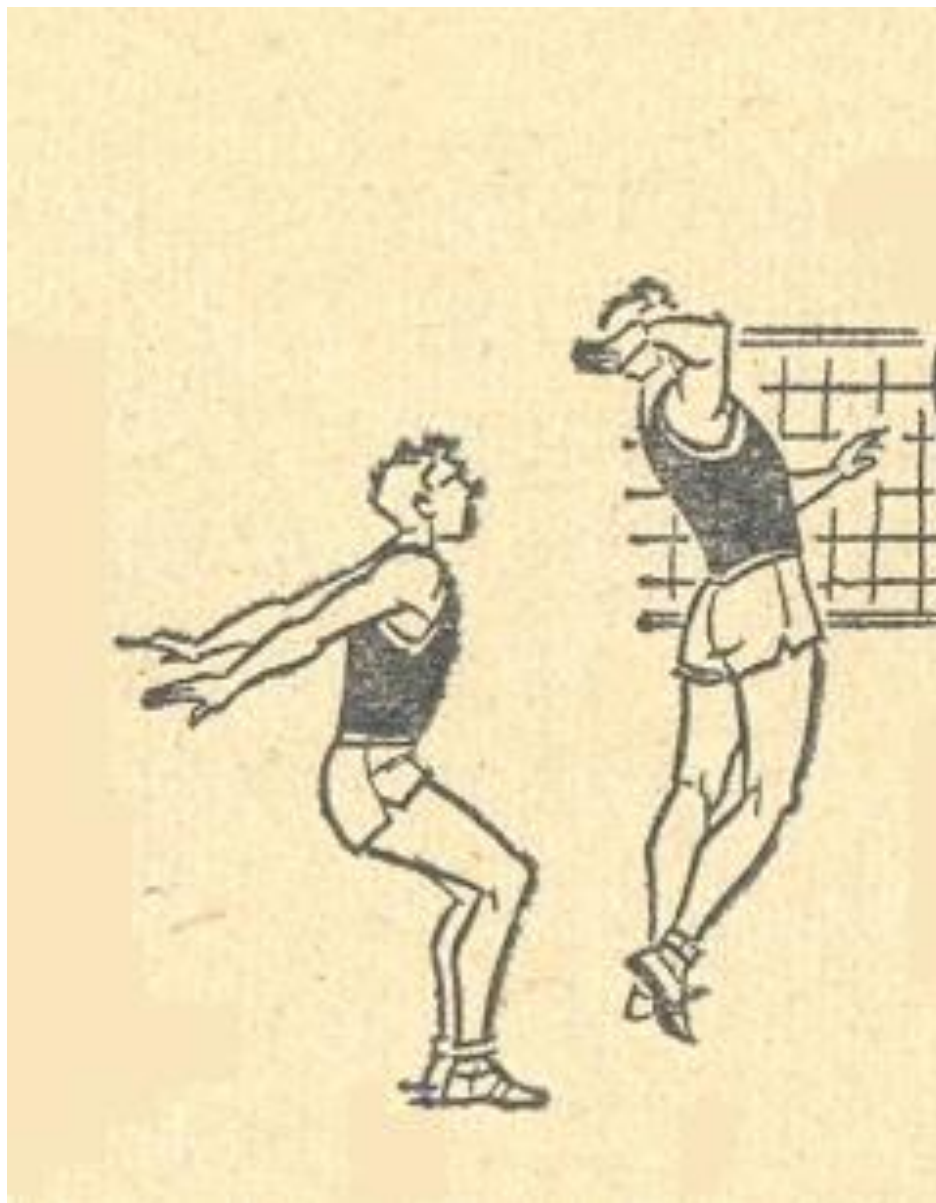
ТЕХНИКА ВЫПОЛНЕНИЯ НАПАДАЮЩЕГО УДАРА



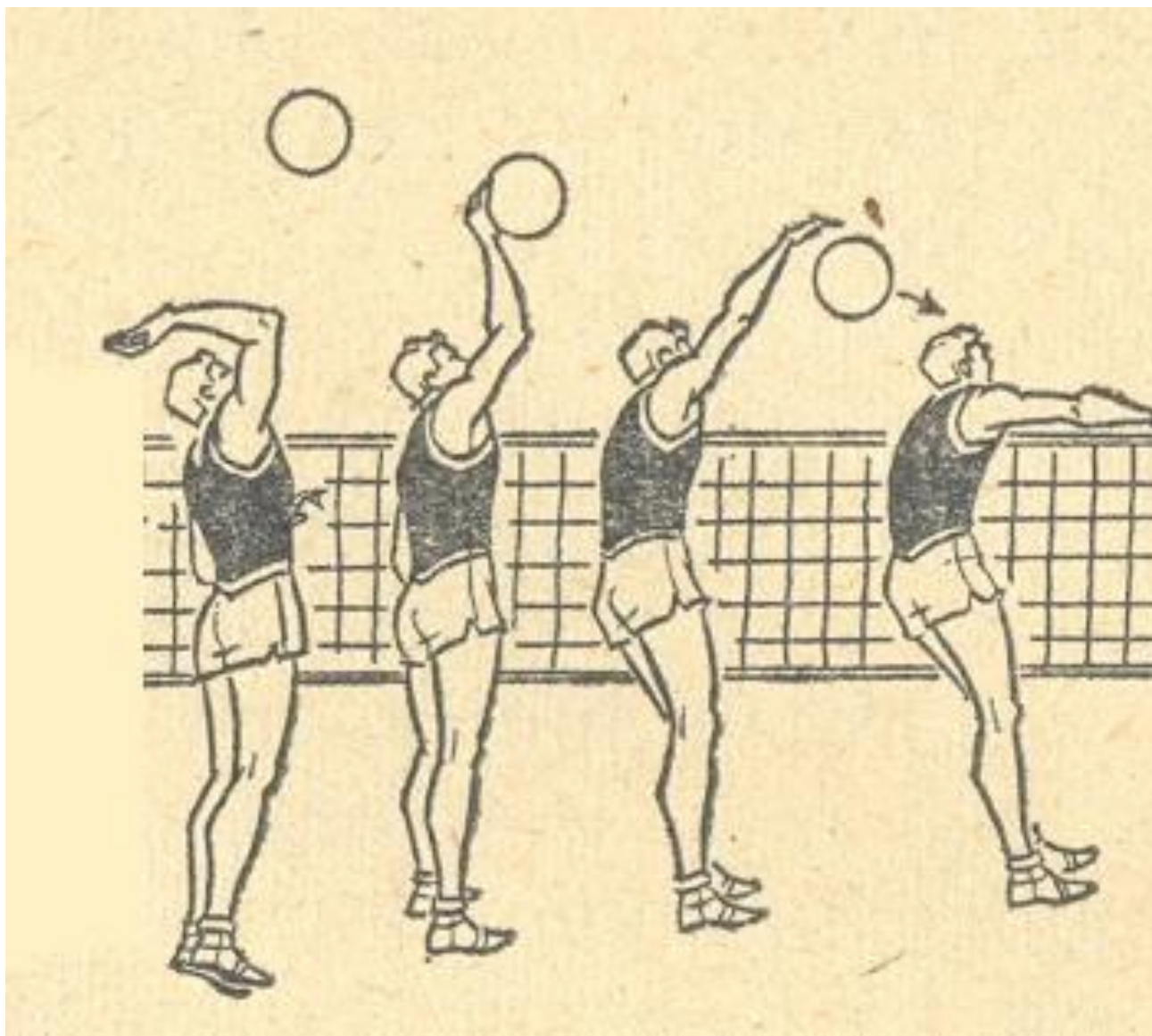
РАЗБЕГ 2-3 ШАГА



ПРЫЖОК



УДАР ПО МЯЧУ



ПРИЗЕМЛЕНИЕ



ПРЯМОЙ НАПАДАЮЩИЙ УДАР С ПЕРЕВОДОМ

