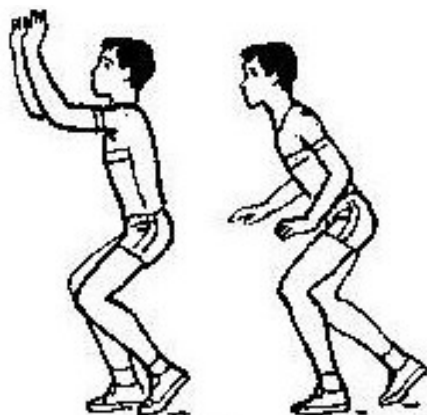


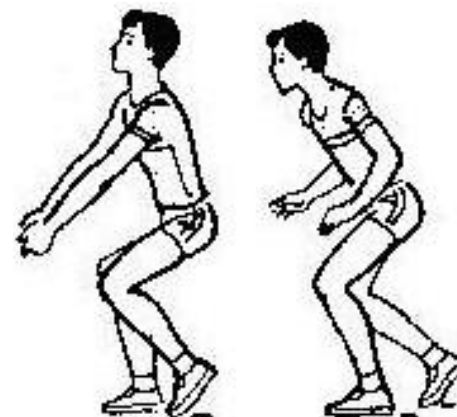
ВОЛЕЙБОЛ

ОСНОВНЫЕ ПРИЕМЫ ИГРЫ

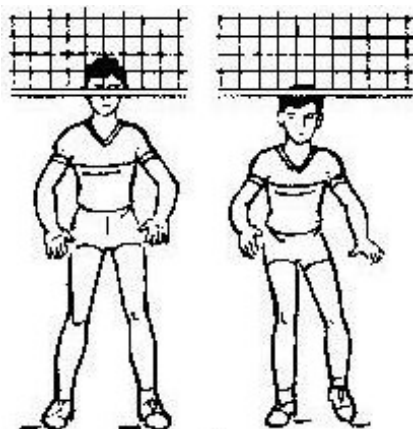
Исходные положения волейболиста



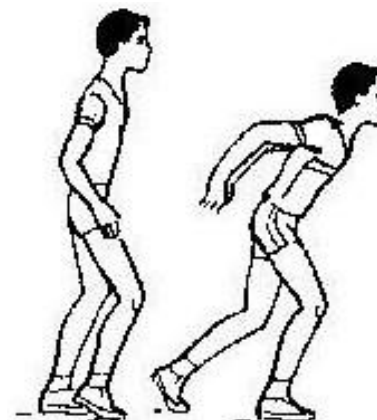
перед передачей



перед приемом снизу



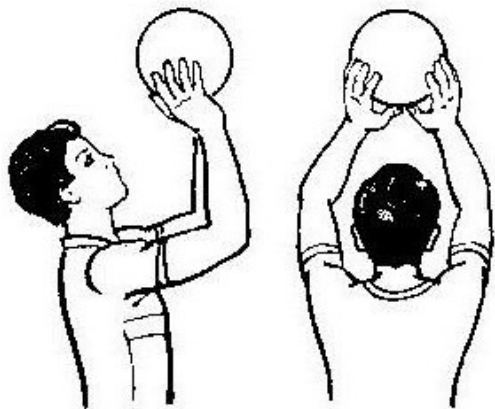
перед блокированием



перед нападающим ударом

ВОЛЕЙБОЛ

ОСНОВНЫЕ ПРИЕМЫ ИГРЫ



Положение рук на мяче

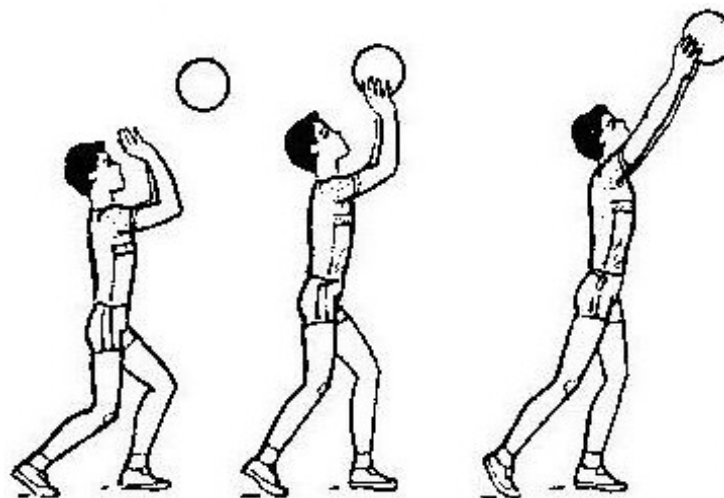


Прием мяча двумя руками сверху

*Следы на ладонях после
правильного приема*



*Следы на ладонях после
неправильного приема*



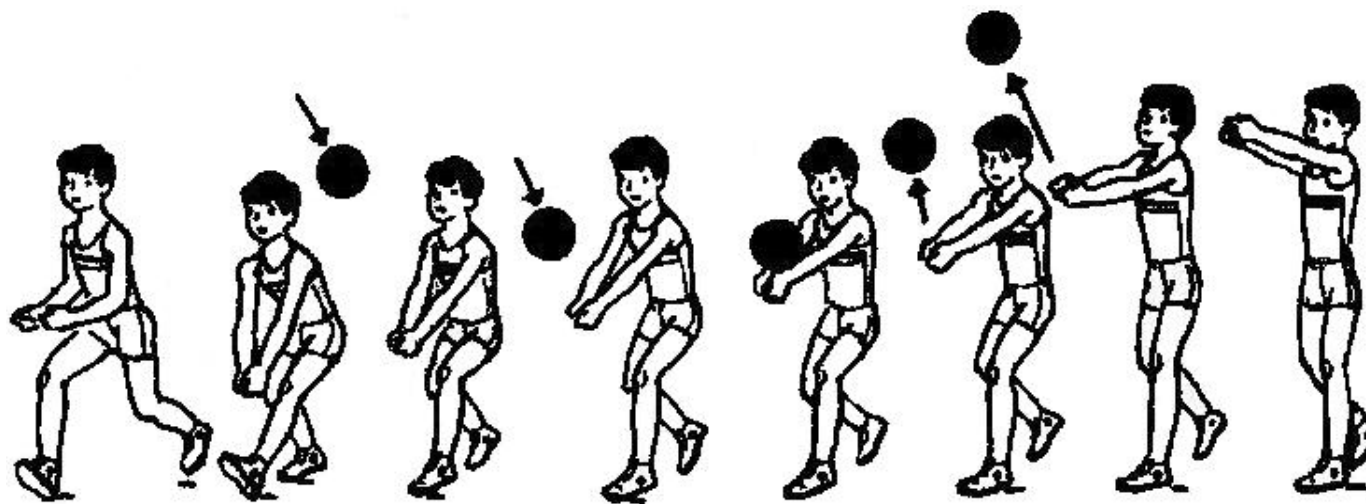
Передача мяча двумя руками сверху

ВОЛЕЙБОЛ

ОСНОВНЫЕ ПРИЕМЫ ИГРЫ



Прием мяча снизу двумя руками



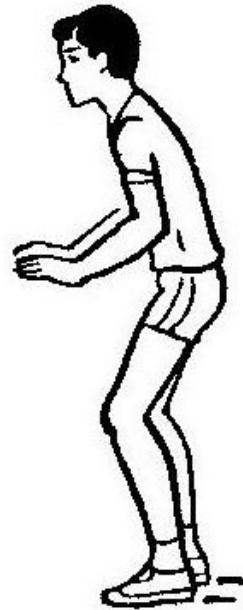
Передача мяча двумя руками снизу

ВОЛЕЙБОЛ

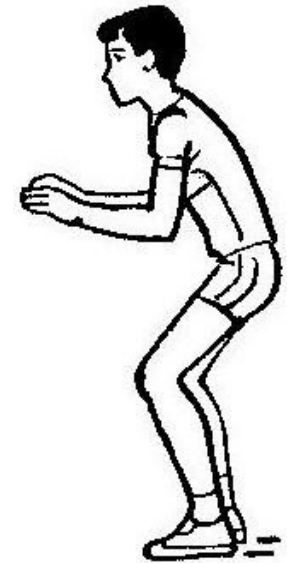
ОСНОВНЫЕ ПРИЕМЫ ИГРЫ



ВЫСОКАЯ
(для выполнения
атакующего удара,
блокирования)



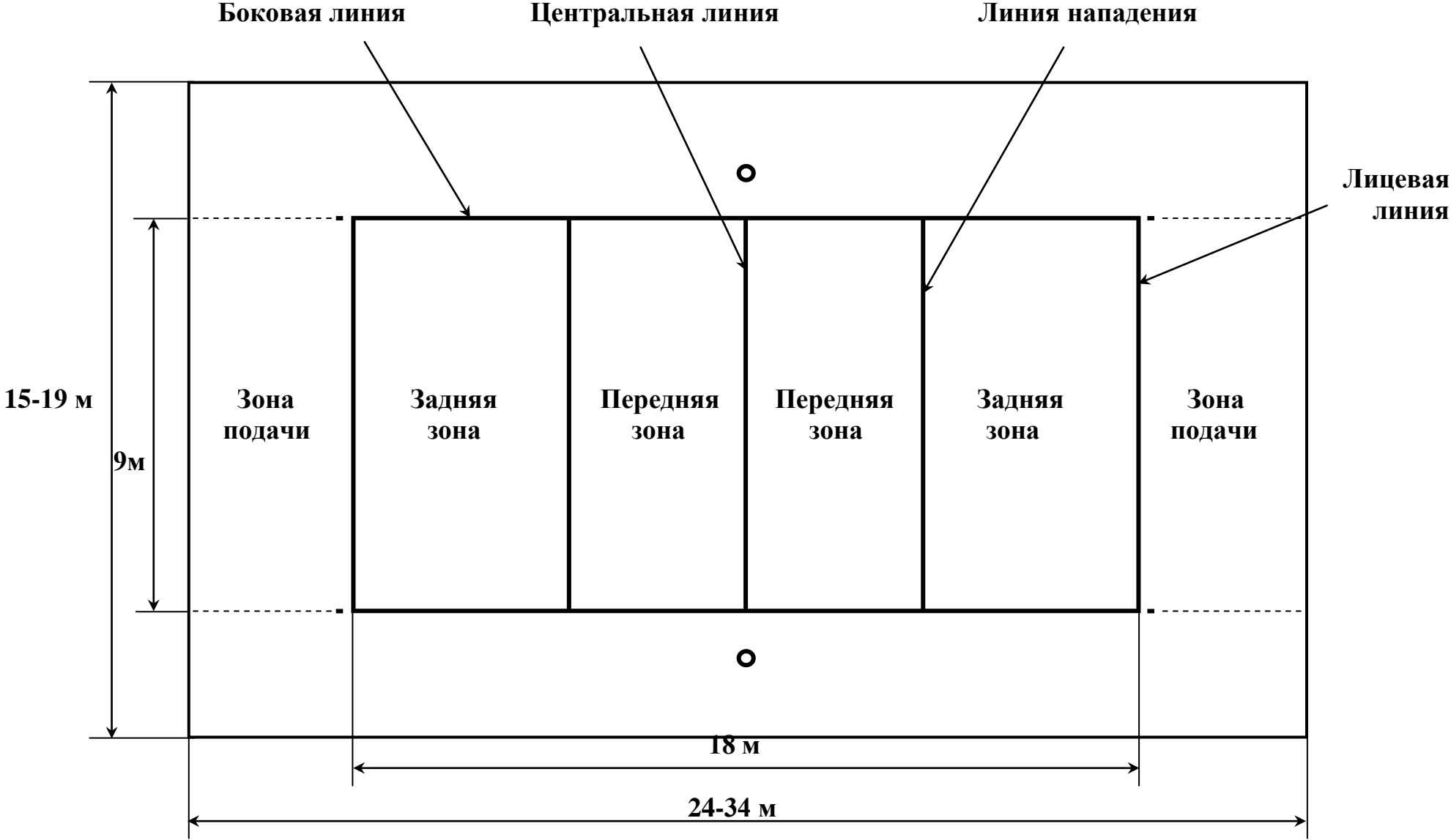
средняя
(для приема подачи)



низкая
(для приема мяча
от атакующего удара
или отскочившего
от блока)

Стойки волейболиста

ВОЛЕЙБОЛЬНАЯ ПЛОЩАДКА



ВОЛЕЙБОЛЬНАЯ ПЛОЩАДКА

Расположение игроков по зонам
и направление перехода игроков

