

Методическая разработка «Обучение технико – тактическим действиям волейболистов старшего школьного возраста»

Выполнила

Горбова Ольга

Группа ф-411/з

Руководитель: Теплых Вероника Владимировна

Актуальность

- На сегодня авторы: Беляева А.В., Голомазов, В.А., Железняк, Ю.Д. и др. предлагают ряд разнообразных методик по обучению технико-тактическим действиям. Учителям по физической культуре и тренерам по данному виду спорта необходимо иметь структурированный материал, для более успешной реализации поставленных задач.
- В связи с этим сегодня актуален вопрос о создании методической разработки «Обучение технико-тактическим действиям волейболистов старшего школьного возраста»

Идея проектирования

- Состоит в создании методической разработки, которая обеспечит учителей физической культуры и тренеров методическими материалами, необходимыми для организации работы по обучению технике и тактики игры в волейбол учащихся старшего школьного возраста.



Цель:

- составить методическую разработку по обучению технико-тактическим действиям волейболистов старшего школьного возраста.



Схема методической разработки включает:

- название разработки;
- сведения об авторе;
- цель;
- описание хода проведения мероприятия;
- методические советы по его организации и подведению итогов;
- список использованной литературы;
- приложения (схемы, таблицы, рисунки, тестовые задания, карточки).

Содержание методической разработки

II Проектная часть. Методическая разработка «Обучение технико – тактическим действиям волейболистов старшего школьного возраста»

- 2.1. Введение
- 2.2. Содержание Методической разработки «Обучение технико – тактическим действиям волейболистов старшего школьного возраста»
 - 2.2.1. Обучение техническим действиям волейболистов старшего школьного возраста
 - 2.2.1.1. Обучение перемещениям
 - 2.2.1.2. Обучение приёму и передачам мяча
 - 2.2.1.3. Обучение подачам мяча сверху
 - 2.2.1.4. Обучение нападающему удару
 - 2.2.1.5. Обучение групповому блокированию
 - 2.2.2. Обучение командным тактическим действиям волейболистов старшего школьного возраста
 - 2.2.2.1. Обучение командным тактическим действиям в нападении
 - 2.2.2.2. Обучение командным тактическим действиям в защите
 - 2.2.3. Литература

Введение

- Методическая разработка представляет собой структурированный материал по обучению технико-тактическим приёмам игры в волейбол для учащихся старшего школьного возраста.
- Упражнения построенные в определенном порядке усложнения, способствуют формированию технико-тактических умений.

Содержание методической разработки:

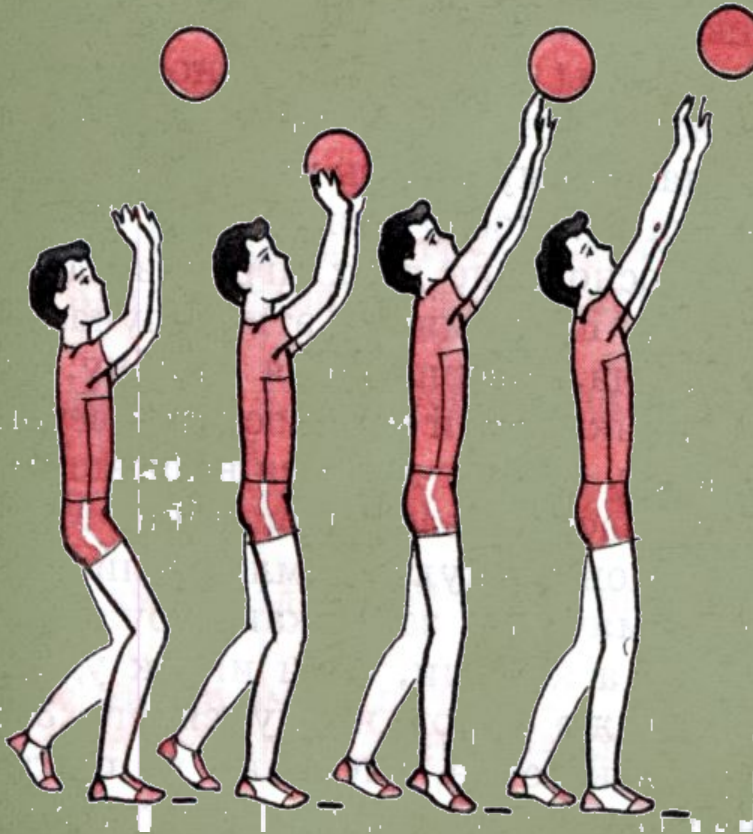
- 1. Обучение техническим действиям волейболистов старшего школьного возраста.
- 1.1. Обучение перемещениям.
- 1.2. Обучение приёму и передачам мяча.
- 1.3. Обучение подачам мяча сверху.
- 1.4. Обучение нападающему удару.
- 1.5. Обучение групповому блокированию.
- 2. Обучение командным тактическим действиям волейболистов старшего школьного возраста.
- 2.1. Обучение командным тактическим действиям в нападении.
- 2.2. Обучение командным тактическим действиям в защите.

Перемещения



- Перемещения игроков — ходьба (приставным или и обычным шагом), бег или прыжки, иногда их сочетание — бывают различными по скорости.

Техника выполнения передачи мяча сверху двумя руками



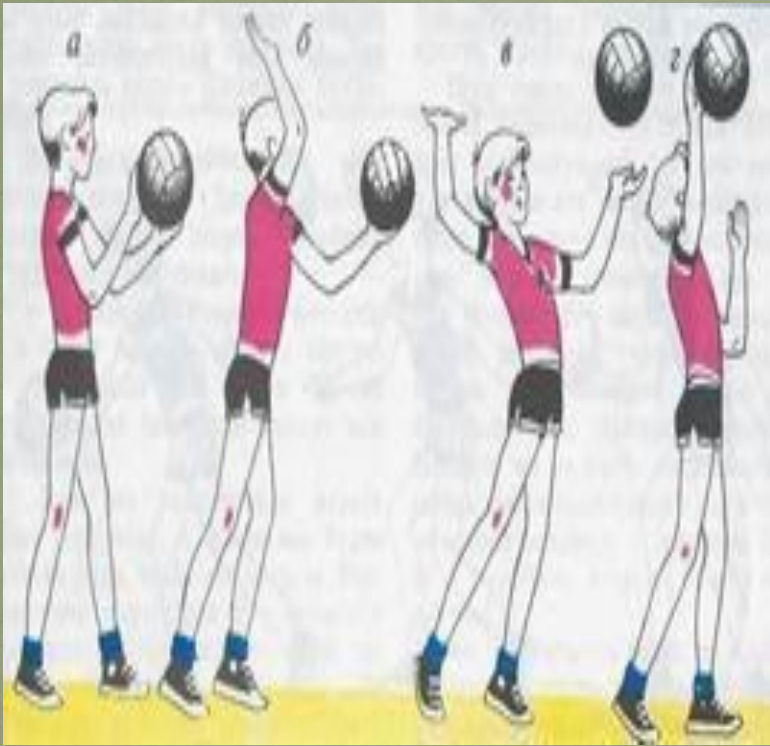
- При выполнении передачи нужно успеть занять устойчивое исходное положение, затем, разгибая ноги и руки, отрывистыми касанием кончиков пальцев рук мячу придается нужное направление.
- Встреча рук с мячом происходит над лицом несколько впереди, нельзя мяч отбивать ладонями, это нарушение правил игры.

Прием и передача мяча в волейболе



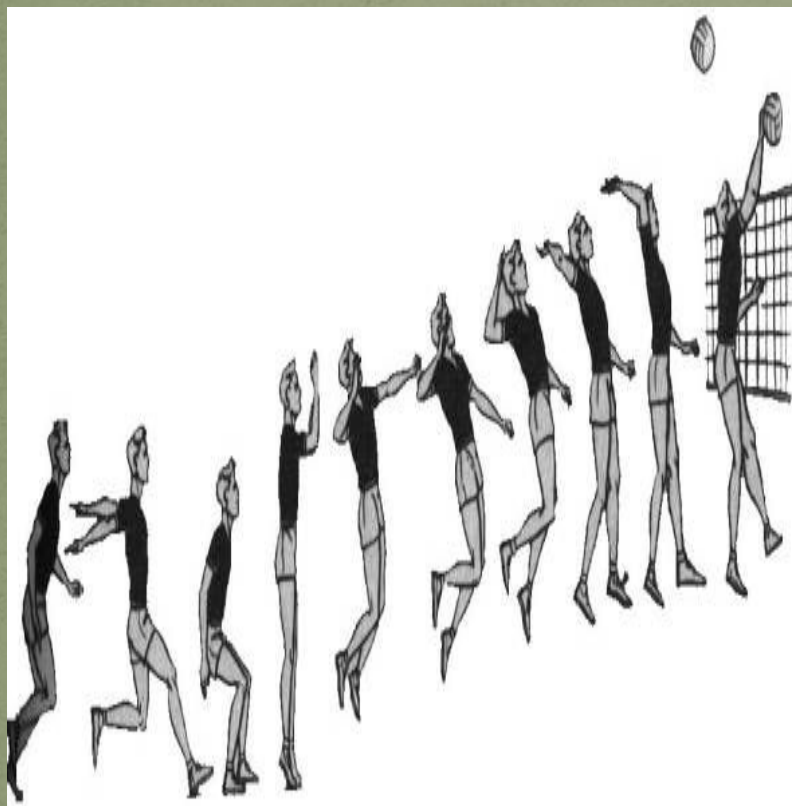
- Прием и передача — единое действие, суть которого — изменить направление полета мяча на такое, которое обеспечит максимальную вероятность выигрыша очка.

Подача мяча сверху



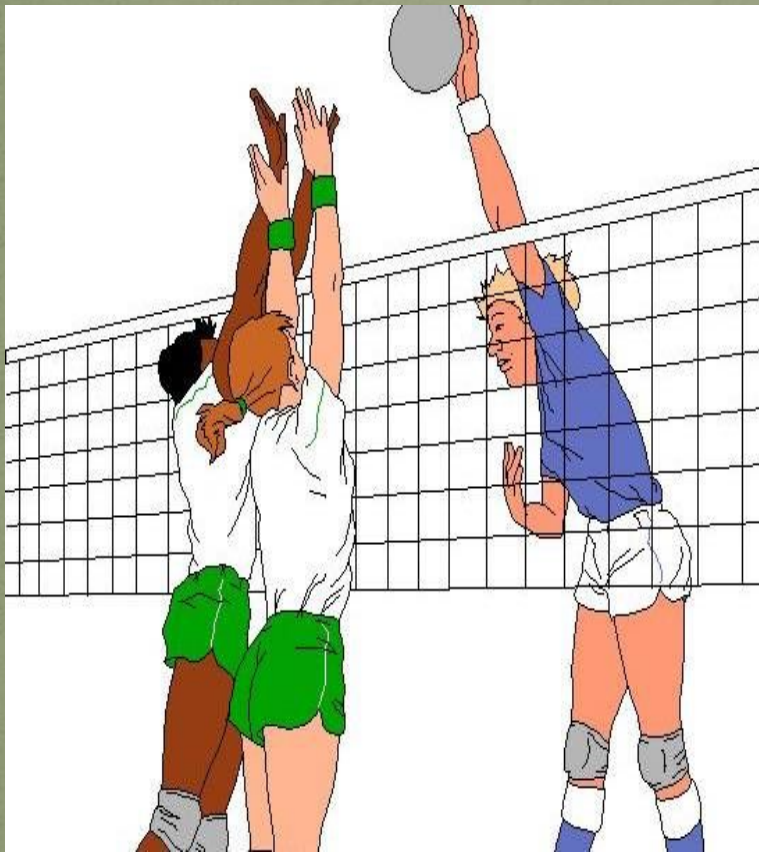
- подача – это способ введения мяча в игру. В современном волейболе подача используется не только для начала игры, но и как средство нападения.

Нападающий удар



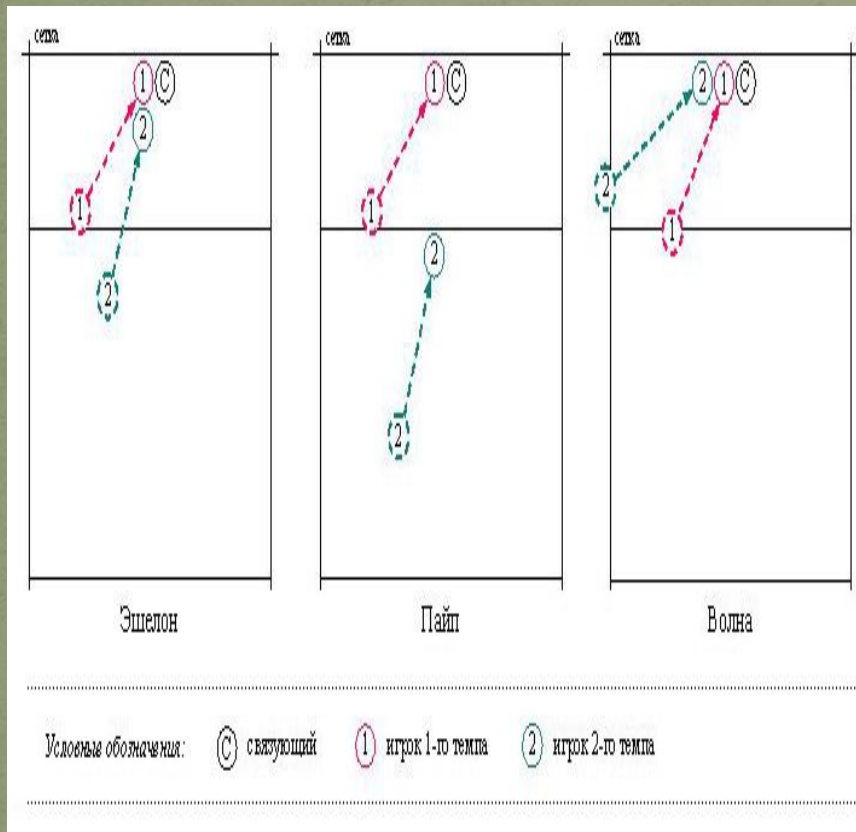
- Это самый эффективный способ завершения атаки, именно он чаще всего приносит победные очки

Групповое блокирование



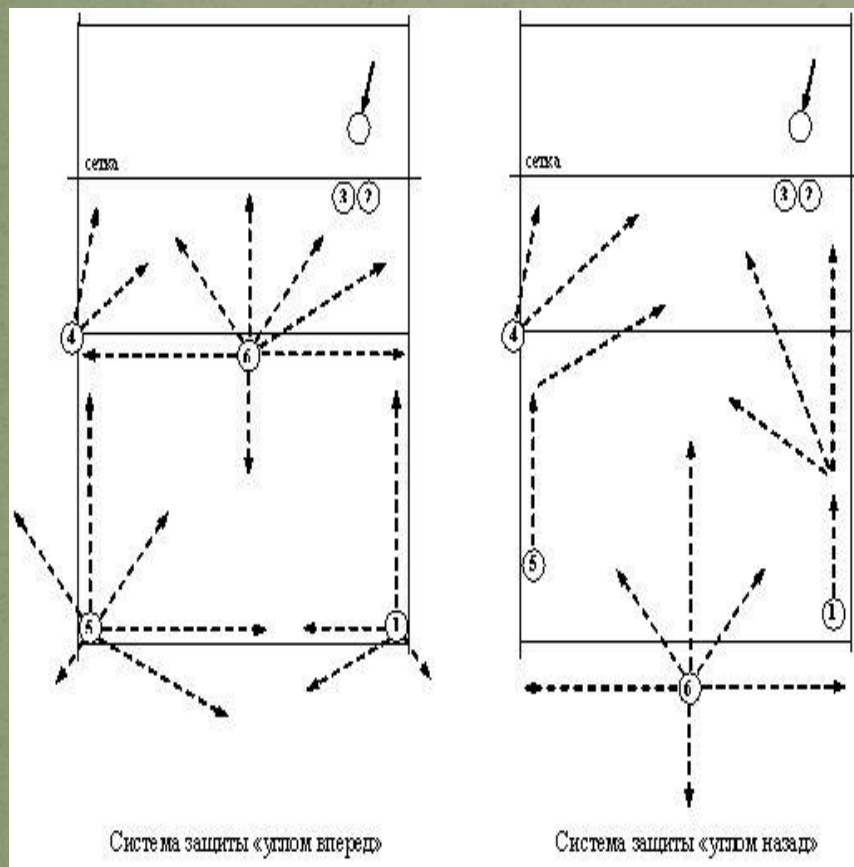
- Блокирование — технический элемент игры в волейбол, применяемый для противодействия атакующим ударам соперника, заключающийся в преграждении пути полёта мяча с помощью выпрыгивания и выставления рук над сеткой.

Командные тактические действия в нападении



- Нападающий удар с передачи, направленной за голову, при отвлекающих действиях партнера.
- «Крест»
- «Обратный крест»
- «Эшелон»
- «Вдогонку»

Командные тактические действия в защите



- Система игры в защите «углом назад» способствует более результативному взаимодействию всех звеньев защищающейся команды.

Заключение

- Данная методическая разработка частично была апробирована на уроках физической культуры в МБОУ Троицкая СОШ с. Троицк в 9-11 классах, в разделе спортивные игры «волейбол». При подготовке к учебному занятию удобно использовать материалы данной методической разработки, так как она содержит структурированный материал по обучению техническим и тактическим приёмам игры в волейбол для учащихся старшего школьного возраста.