КОНСПЕКТ

Физическо възпитание и спорт – ЗИП – 12 клас

Самостоятелна форма

Волейбол

1.Правилознание

2. Техника

- подаване с две ръце отгоре и отдолу

- долен и горен начален удар

- подаване през глава назад

- забиване по посоката на засилване

3. Тактика

- Тактика при изпълнение на начален удар

- Тактика при забиване

- Подсигуряване на блокадата

- Индивидуални тактически действия при първо и второ подаване