

Сдружение „Волейболен клуб Борино”

с. Борино, обл. Смолян

Програма за ММС „Спорт за децата в свободното време”

Направление „Начално обучение по вид спорт”

Приключиха спортните занимания, организирани от сдружение „Волейболен клуб Борино” с председател Октай Мисирков, по спечелен проект по програмата на Министерството на младежта и спорта „Спорт за децата в свободното време”, направление „Начално обучение по вид спорт”, със сключен Договор №36-00-246/20.02.2014 год.

Децата на възраст от 9 до 17 години от средно общообразователно училище „Никола Йонков Вапцаров” с. Борино в продължение на 24 седмици имаха възможността да участват в спортни занимания напълно безплатно, да бъдат ангажирани през свободното си време, да подобрят здравословното си състояние и да бъдат физически активни.

По време на заниманията в групите основно беше заложено: първо развитието на физическите качества на децата, на опорно-двигателния апарат и физическата дееспособност. Това се постига чрез подходящи за възрастта упражнения и подвижни игри. Второ усвояването на волейбола като спорт.

Обучението на волейболната игра се осъществяваше по следната методика:

-подаване с две ръце отгоре

- Поемане и отпращане в равнината на тялото;
- Подаване в цел;
- Подаване след предвижване;
- Подаване над и зад глава.

-подаване с две ръце отдолу

- Поемане и отпращане в равнината на тялото;
- Подаване в цел;

- Подаване след предвижване;
- Подаване в стоеж, определен от летежа на идващата топка;
- Посрещане на начален удар и подаване в цел.

-начален удар

- Обикновен долен начален удар;
- Обикновен горен лицев начален удар;

-тактическа подготовка – създават се елементарни тактически умения и навици за индивидуални и колективни действия на спортния терен.

-игрова подготовка – формират се елементарни игрови познания базиращи се на усвоения обем от техниката.

-игра по правилата на мини волейбола.

Чрез настоящия проект се постигна положителен резултат!!!