

Міжрегіональний центр професійно-
технічної освіти художнього
моделювання і дизайну

ГУРТOK СПОРТИВНІ ІГРИ



Керівник гуртка
Викладач
Пестерніков В.В

м.Львів 2023



ПЛАН

Настільний теніс

Волейбол

Баскетбол

Підготовка та проведення змагань з джури

Настільний теніс

Настільний теніс - популярний вид спорту, який розвиває швидкість, реакцію та координацію. Він виник на початку ХХ століття у Великобританії і швидко набрав популярність у всьому світі.

Основні правила гри полягають у тому, що гравці повинні по черзі відбивати м'ячик ракеткою, намагаючись заробити очки. Техніка гри включає в себе різні види ударів та прийомів, а тактика полягає в обранні найкращого способу атаки та захисту.

На тренуваннях ми використовуємо різні вправи для вдосконалення навичок у настільному тенісі та покращення фізичної підготовки.



Волейбол

Волейбол - командна спортивна гра, яка була створена у США в 1895 році. Гра складається з двох команд, які намагаються закинути м'яч на половину суперника так, щоб він торкнувся землі.

Основні правила волейболу включають різні техніки подачі, прийому, атаки та блокування. Тактика волейболу полягає в обранні найкращого способу атакувати та захищатись від суперника.

На тренуваннях ми працюємо над розвитком індивідуальних навичок та командної гри, використовуючи вправи для покращення фізичної підготовки, координації та співпраці між гравцями. Ми також акцентуємо увагу на стратегії та розумінні гри, що допомагає гравцям підвищити свій рівень майстерності та забезпечує успішні виступи на змаганнях.



Баскетбол

Баскетбол є одним з найпопулярніших видів спорту у світі. Він був створений Джеймсом Нейсмітом у 1891 році в Сполучених Штатах. Гра має на меті забити якомога більше очок, закинувши м'яч у кошик суперника.

Основні правила баскетболу включають дотримання часових обмежень, обмежень на кількість особистих помилок та різні техніки ведення м'яча, пасів та бросків. Тактика баскетболу полягає в створенні ефективних атак та оборони проти суперника.

На тренуваннях ми працюємо над розвитком індивідуальних навичок та командної гри, використовуючи вправи для покращення фізичної підготовки, координації та співпраці між гравцями.



Підготовка та проведення змагань з джури

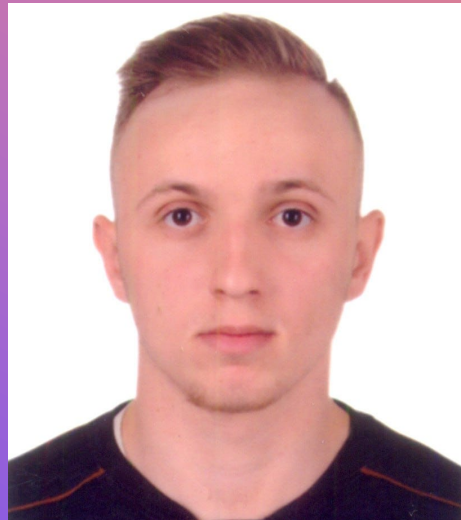
«Сокіл» («Джура») - це всеукраїнська дитячо-юнацька військово-патріотична гра, спрямована на виховання громадянської свідомості, патріотизму та військово-прикладних навичок серед дітей та молоді. Гра проводиться з метою зміцнення національної свідомості, розвитку фізичної підготовки та формування морально-психологічних якостей майбутніх захисників України.



ВИКЛАДАЧ



ГУРТОК СПОРТИВНІ ІГРИ



**Пестерніков Владислав
Валентинович**



Дякуємо за
увагу!

Запрошуємо до
активної участі у
гуртку спортивні
ігри!