

## Wychowanie Fizyczne temat nr 3 - Podstawowe przepisy gry w SIATKÓWKĘ



### Ważne informacje na dziś:

- Znam podstawowe przepisy gry w siatkówkę
- Wiem jak wygląda profesjonalne boisko do piłki siatkowej
- Potrafię wymienić pozycje zawodników
- Dowiem się, o naszych sukcesach reprezentacyjnych w tej dyscyplinie sportu ☺

Witam leniwcę, dzisiaj zadanie teoretyczne, zakończone testem wyboru, który pokaże czy dokładnie przeanalizowaliście ten dokument i czy coś zostało w pamięci. Jeśli chodzi o mnie, bardzo lubię i doceniam ten sport, już jako 10 latek grałem z tatą na plaży, potem z kolegami w szkole (uczyłem się w tej dużej szkole przy lodowisku - SP7). Gra w siatkówkę może być emocjonująca i męcząca pod warunkiem, że każda osoba posiada odpowiednie umiejętności i jest skoncentrowana. Często na zajęciach widzę jak gramy w piłkę siatkową – 4 osoby skoncentrowane a 2 są myślami gdzie indziej i każda odbita piłka w ich stronę kończy się punktem dla przeciwnika... ☹ Świetną odmianą jest również siatkówka plażowa, można fajnie spędzić czas na plaży, grając z nowo poznanym kolegą czy koleżanką. Oczywiście trzeba mieć umiejętności wyniesione np. z WF ☺ W szkołach średnich w Giżycku, często nie ma wielkiej hali gimnastycznej, więc często chłopcy i dziewczyny jako dwie klasy podczas lekcji rywalizują pod siatką... a wtedy walić pięścią w piłkę albo odbijać głową to trochę wstyd... **NA PEWNO WARTO UMIEĆ WYKONAĆ PODSTAWOWE ELEMENTY**

Reprezentacja Polski mężczyzn w swojej historii zdobyła złoty medal na Igrzyskach Olimpijskich w Montrealu 1976, a także 3 tytuły Mistrzów Świata: w roku 1974 w Meksyku, w 2014 w Polsce, pokonując w meczu finałowym zespół Brazylii 3:1, przerywając tym samym trwającą nieprzerwanie 12 lat hegemonię tej drużyny, oraz w 2018 we Włoszech i Bułgarii, pokonując w meczu finałowym zespół

Brazylii 3:0, osiągając tym samym trwającą nieprzerwanie 4 lata hegemonię.

Ostatni medal reprezentacja Polski kobiet zapisała na swoim koncie w roku 2015. Podczas Pierwszych Igrzysk Europejskich w Baku kadra narodowa pod wodzą nowego szkoleniowca, Jacka Nawrockiego zdobyła srebrne medale i co rozbudziło nadzieje na powtórne dołączenie do europejskiej i światowej elity. Rozegrany w styczniu 2016 roku w Ankarze europejski turniej kwalifikacyjny nie przyniósł niestety upragnionej kwalifikacji olimpijskiej do Rio de Janeiro 2016. Obecny, mocno przebudowany i odmłodzony skład to kolejny rozdział w historii żeńskiej reprezentacji, a młode pokolenie posiada ogromny potencjał.



#### I. Podstawowe przepisy i informacje o siatkówce

- + boisko to prostokąt 18 x 9 m, z linia ataku na obu polach, 3 metry od linii środkowej
  - + siatka jest na wysokości różnej: 2,43 dla mężczyzn, 2,24 dla kobiet
  - + zespół składa się max z 14 zawodników ale na boisku gra tylko 6
  - + Każdy zespół może zarejestrować jednego zawodnika wyspecjalizowanego w grze obronnej zwanego "Libero". Libero może grać wyłącznie jako zawodnik linii obrony i nie wolno mu atakować z żadnego miejsca
  - + Jeśli zespół odbierający zagrywkę zdobywa punkt, zawodnicy dokonują zmiany pozycji, przesuując się o jedną pozycję zgodnie z ruchem wskazówek zegara. Pozycje to: ATAKUJĄCY, ROZGRYWAJĄCY, ŚRODKOWY BLOKU, PRZYJMUJĄCY, LIBERO
- Szczegóły > <https://dosiatkowki.pl/pozycje-w-siatkowce-charakterystyka/>

....Więcej informacji o **PODSTAWOWYCH** przepisach pod linkiem, Proszę w skupieniu przeczytać i wracać do tego podczas rozwiązywania testu ☺ :

[http://www.zs.swidnica.zgora.pl/organizacje/szkolnysport\\_siatka.htm](http://www.zs.swidnica.zgora.pl/organizacje/szkolnysport_siatka.htm)

Warunek zaliczenia dla was: TEST



Do testu podpis: np. Leon Zubowicz 6c

**TEST WYKONUJEMY TYLKO RAZ !!!!!**

<https://wordwall.net/play/1631/867/279>

opracował: Miłosz Kołodziejczyk