

## *Школьная секция по волейболу - это круто!*

*Большую часть дня мы проводим в школе, там мы получаем знания, развиваемся, занимаемся спортом и учимся дружить. Домой из школы быстро уходить не хочется, потому что есть еще увлекательные и интересные секции в школе. Порой трудно выбрать, куда лучше пойти: на танцы или клуб шахматистов, волейбол или хор, кружок корреспондентов или баскетбол. Я*



*хожу на одну из секций – волейбол, тренирует которую Совков Михаил Петрович.*

*Волейбол — это спортивная командная игра. На специальной площадке, разделённой сеткой, играют две команды по шесть человек. Игроки стремятся направить мяч на сторону соперника таким образом, чтобы он приземлился на площадке противника. При этом для организации атаки игрокам одной команды разрешается не более трёх касаний мяча подряд. Каждый игрок имеет строгую специализацию на площадке. Важнейшими качествами для игроков в волейбол являются прыгучесть для возможности высоко подняться над сеткой, реакция, координация, физическая сила для эффективного произведения атакующих ударов.*



*В начале тренировки Михаил Петрович напоминает нам о правилах игры. Затем мы интенсивно разминаемся, а потом переходим к игровой практике, где делимся на команды и начинаем играть. В конце занятия обязательно разбираем ошибки и недочёты, получаем рекомендации для занятий дома. Школьная команда участвует во всех районных соревнованиях по волейболу.*



*Мне нравится волейбол за то, что он развивает ловкость и силу рук, быстроту реакции и точность глазомера, а еще внимательность. У тех, кто много играет в волейбол, хорошо развита координация движений. Сама игра в волейбол, предоставляет уникальные возможности не только для физического, но и для нравственного воспитания, выработки воли и характера, воспитывает чувство коллективизма. Приходите к нам на волейбол!*



*Кузнецова Даша.*