

Zajęcia sportowe dziewcząt w Zespole Szkół w Naruszewie

W ramach projektu unijnego „Bądź twórczy- obserwuj, odkrywaj i działaj” odbyły się w Zespole Szkół w Naruszewie zajęcia sportowe piłki siatkowej dziewcząt. W roku szkolnym 2012/2013 w zajęciach uczestniczyło 15 dziewcząt z klas pierwszych, które doskonaliły podstawy gry w piłkę siatkową oraz poznały trudne elementy techniczne takie jak: blok pojedynczy i podwójny, zagrywka z wyskoku, wystawa piłki krótkiej, atak z drugiej strefy czy asekuracja bloku. Chętnie uczestniczyły w zajęciach, widać było, że chcą rozwijać swoje umiejętności i bardzo lubią ten rodzaj gry zespołowej. Dziewczęta zrobiły znaczące postępy, mają lepszą zagrywkę, odbiór piłki i atak. Znają bardzo dobrze przepisy gry i potrafią sędziować mecze piłki siatkowej. Wspólnie z chłopcami brały udział 8 kwietnia 2013 w wycieczce do Warszawy na mecz Politechniki Warszawskiej ze Skrą Bełchatów. Z dużym zainteresowaniem śledziły losy meczu. Uczestniczyły również z powodzeniem w zawodach o Puchar Wójta Gminy Naruszewo w piłce siatkowej. W ramach zajęć prowadzono: trening ogólnorozwojowy, mini gry, grę właściwą, doskonalono odbicie piłki sposobem górnym i dolnym, wystawę piłki wysokiej, przyjęcie zagrywki, uczono plasów piłki w pole przeciwnika, bloku pojedynczego i podwójnego, zagrywki tenisowej, z wyskoku, wystawy i ataku piłki krótkiej, ataku z drugiej linii. Po przeprowadzonych sprawdzianach (w grudniu 2012 i czerwcu 2013) okazało się, że dziewczęta zdecydowanie poprawiły elementy techniczne, a zwłaszcza serwis i atak w pole przeciwnika. Uczennice chętnie brały udział w takich zabawach z piłką jak: walka kogutów, dzień-noc, król, strzelec wyborowy, numery, przez siatkę, berek, piłka o ścianę.