

CHÀO MỪNG QUÝ THẦY, CÔ VỀ DỰ TIẾT HỌC HÔM NAY



Thứ năm, ngày 7 tháng 11 năm
2024

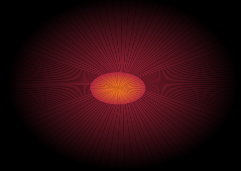
Lớp: 10A2



Lý thuyết (Bóng chuyền)

Luật Bóng chuyền

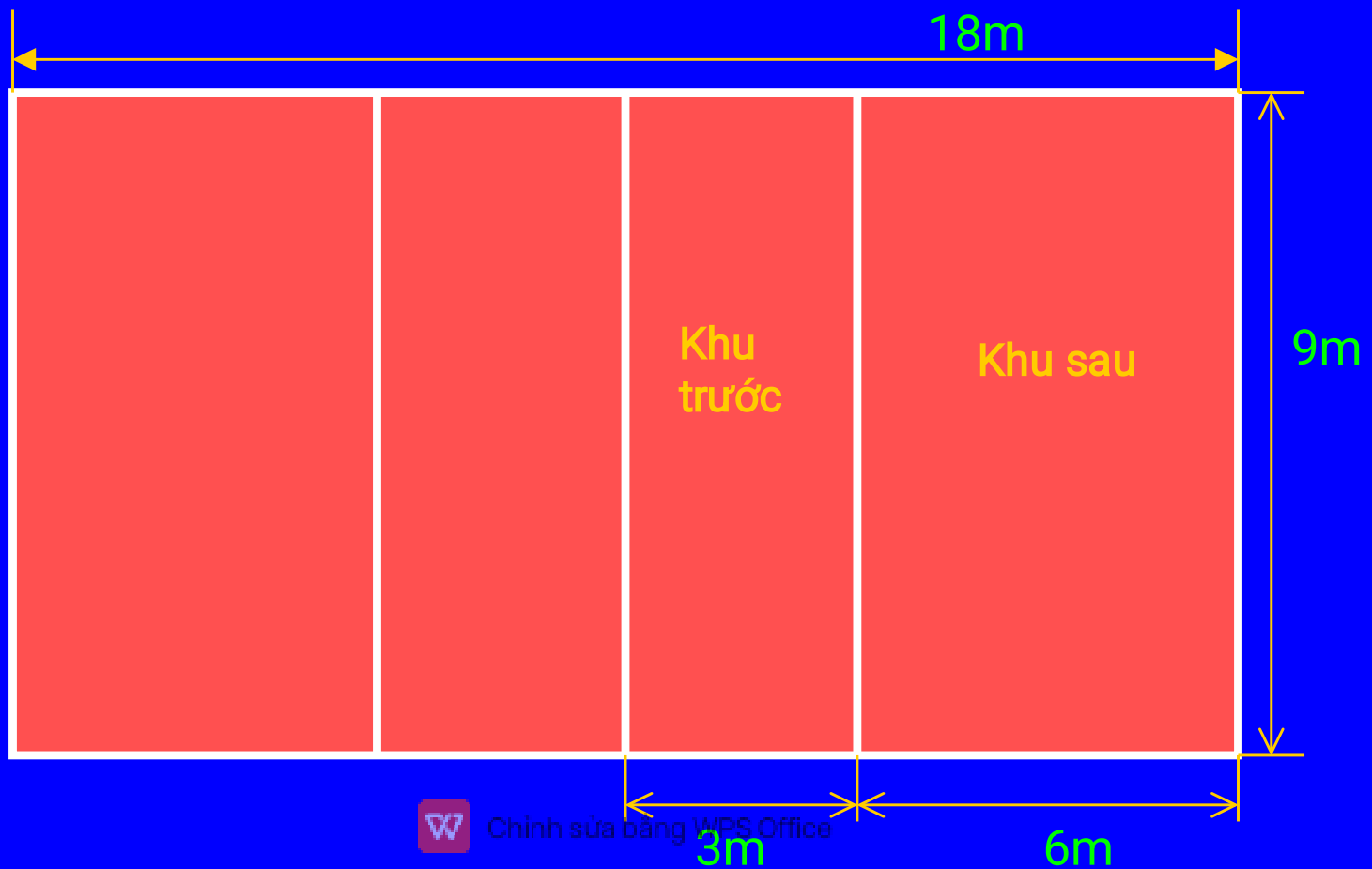
- 1: Sân thi đấu
- 2: Lưới thi đấu
- 3: Bóng thi đấu
- 4: Vị trí và luân chuyển vị trí

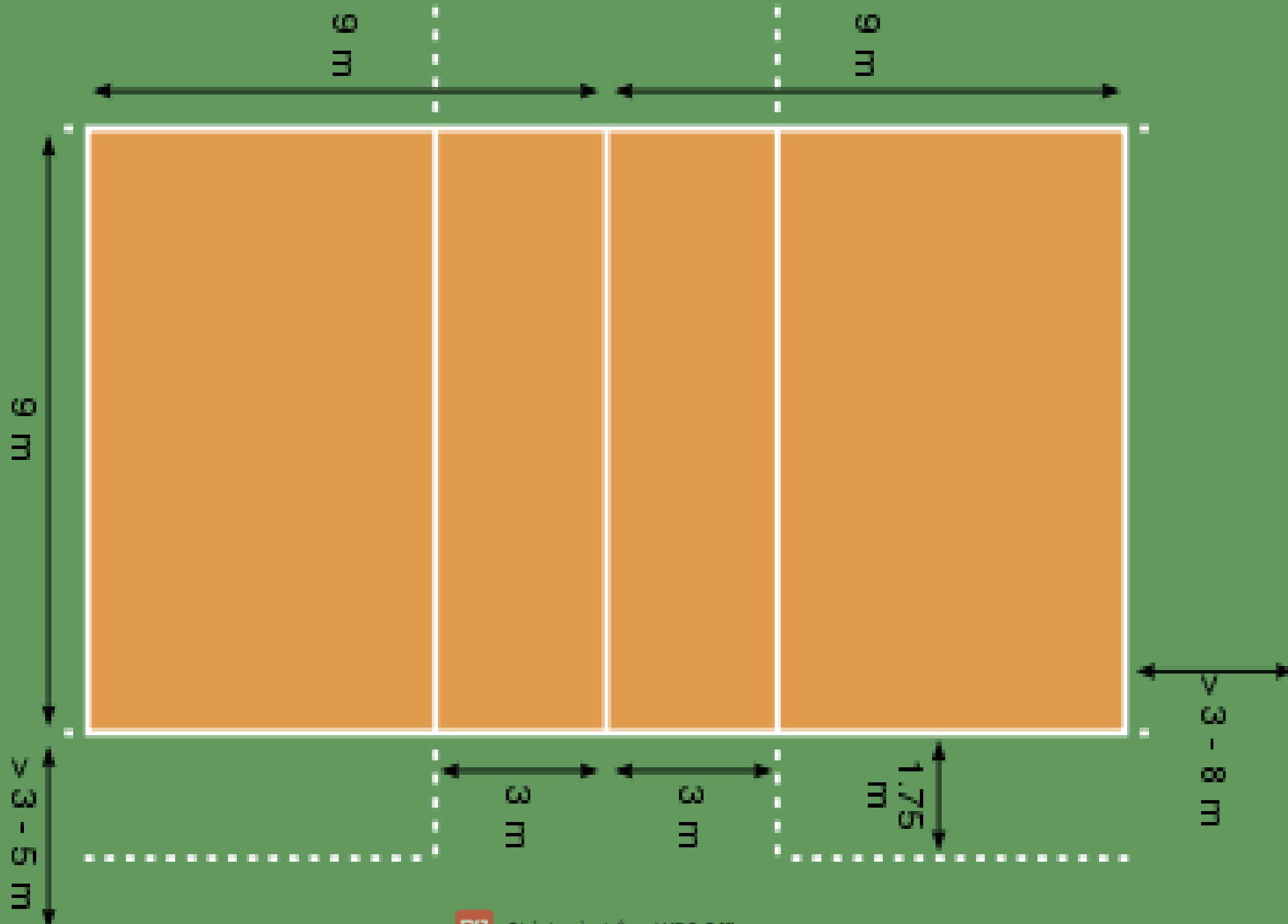


Lý thuyết (Bóng chuyền)

Luật Bóng chuyền

1: Sân thi đấu: Hình chữ nhật, cạnh 18m x 9m. Các đường kẻ trên sân có độ dày 5cm. Đường giữa sân chia sân làm hai phần bằng nhau. Mỗi nửa sân là một hình vuông 9m x 9m.







Chỉnh sửa bằng WPS Office

Thăm sàn thi đấu bóng chuyền Tinsue T-8111

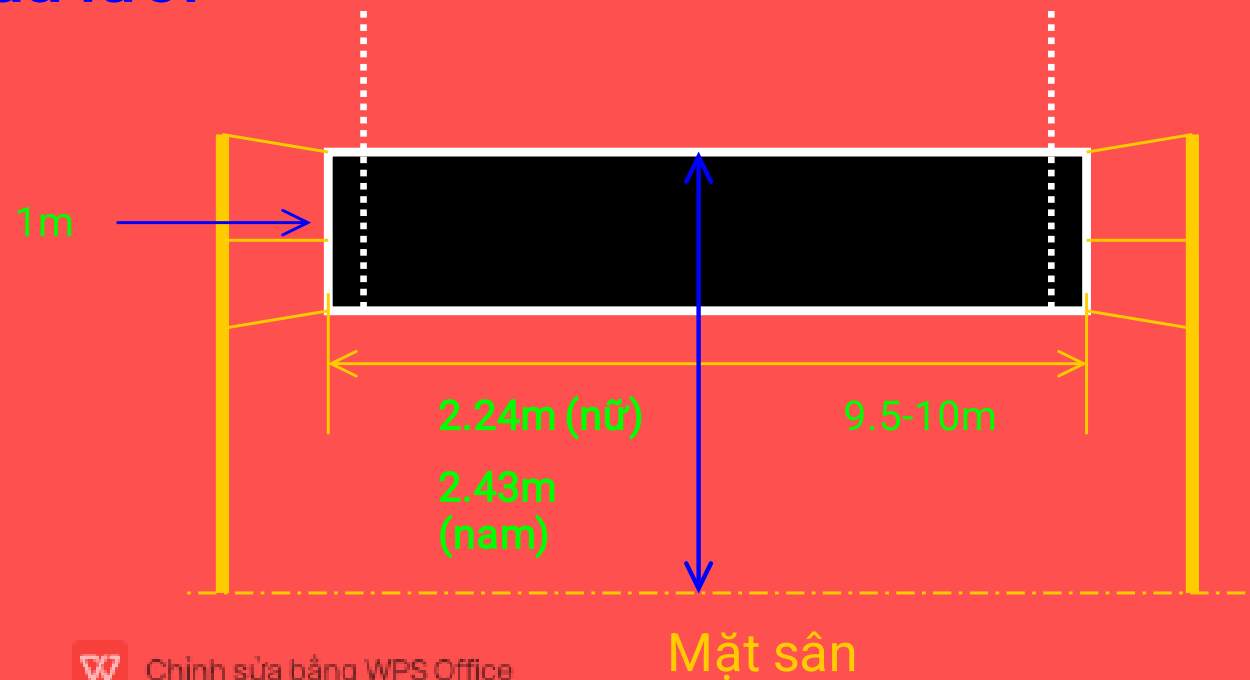
GLOBAL

Lý thuyết (Bóng chuyền)

Luật Bóng chuyền

2: Lưới thi đấu: Hình chữ nhật, màu đen, dài 9.5-10m, rộng 1m, các ô lưới hình vuông cạnh 10cm.

- Chiều cao lưới thi đấu của nữ là 2,24m
- Chiều cao lưới thi đấu của nam là 2,43m
- Chiều cao của lưới được tính từ mặt sân lên chính giữa mép trên của lưới



Sport



www.sportjsc.com

www.sportjsc.com

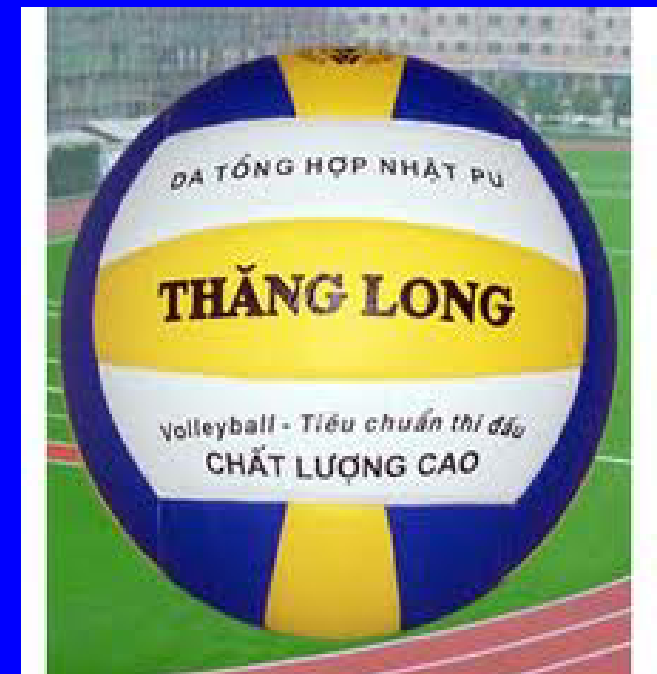
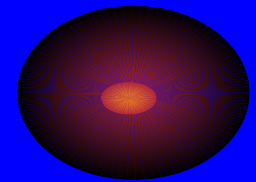
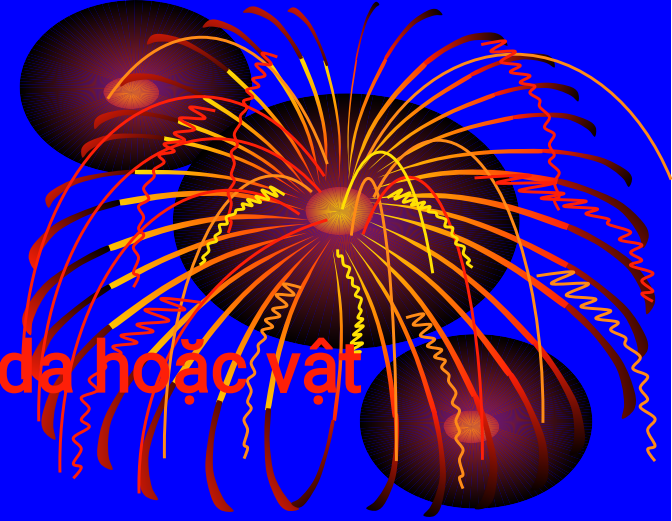
 Chỉnh sửa bằng WPS Office

Lý thuyết (Bóng chuyền) Luật Bóng chuyền

3: Bóng thi đấu: Hình cầu tròn, làm bằng da hoặc vật liệu giả da.

- Trọng lượng: 260-280g (khô)

- Chu vi: 65-67cm (đường tròn đi qua tâm bóng)



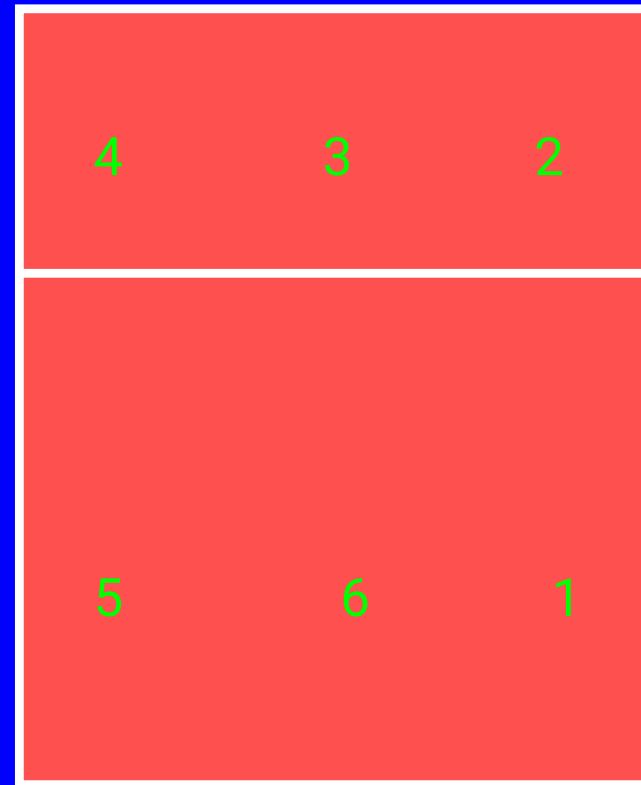
Lý thuyết (Bóng chuyền)

Luật Bóng chuyền

4: Vị trí và luân chuyển vị trí trên sân:

a. Vị trí: Trên sân gồm có 6 người đứng ở các vị trí như sau:

- Số 1: Sau-phải
- Số 2: Trước-phải
- Số 3: Trước-giữa
- Số 4: Trước-trái
- Số 5: Sau-trái
- Số 6: Sau-giữa



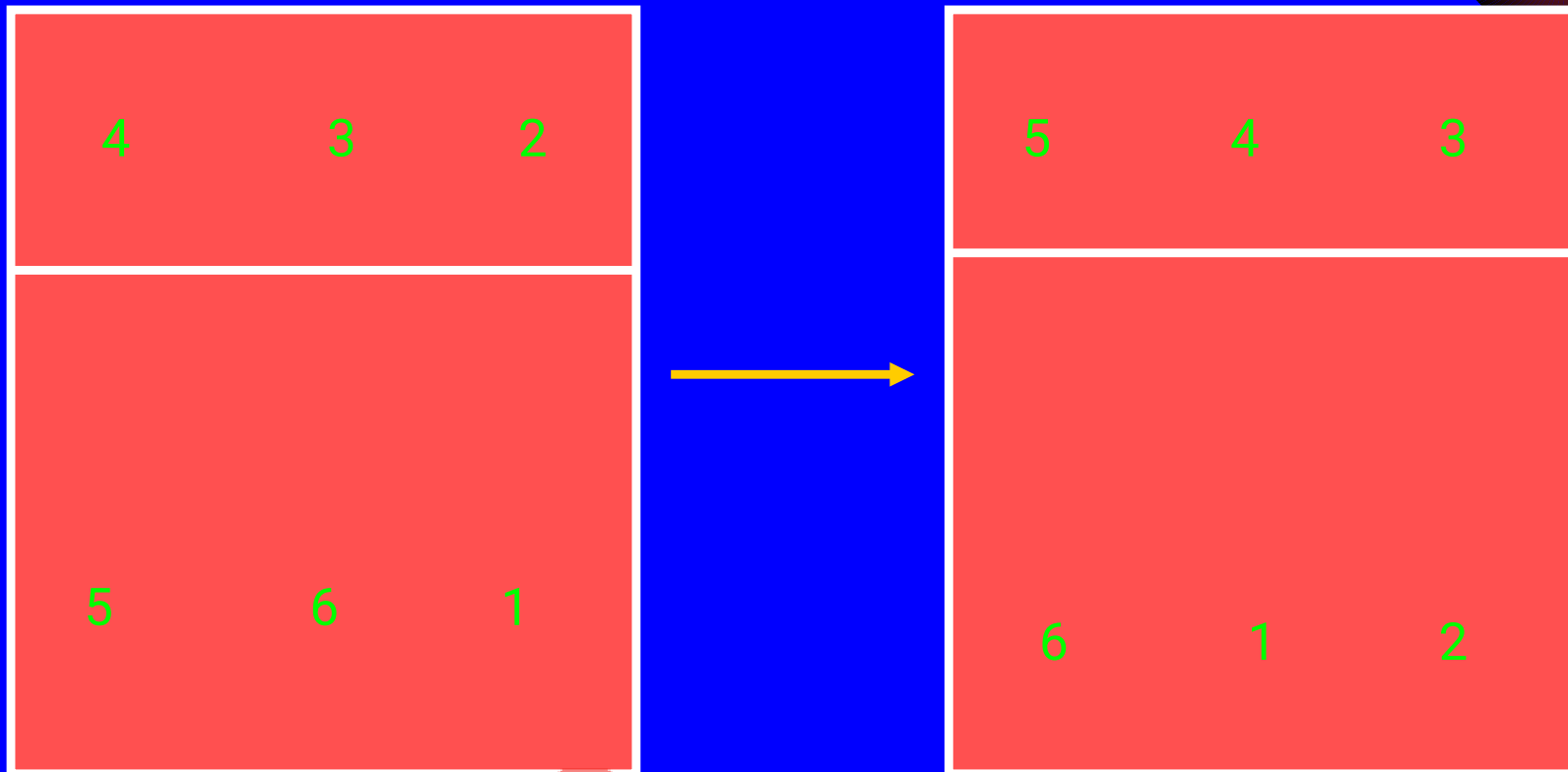
Lý thuyết (Bóng chuyền)

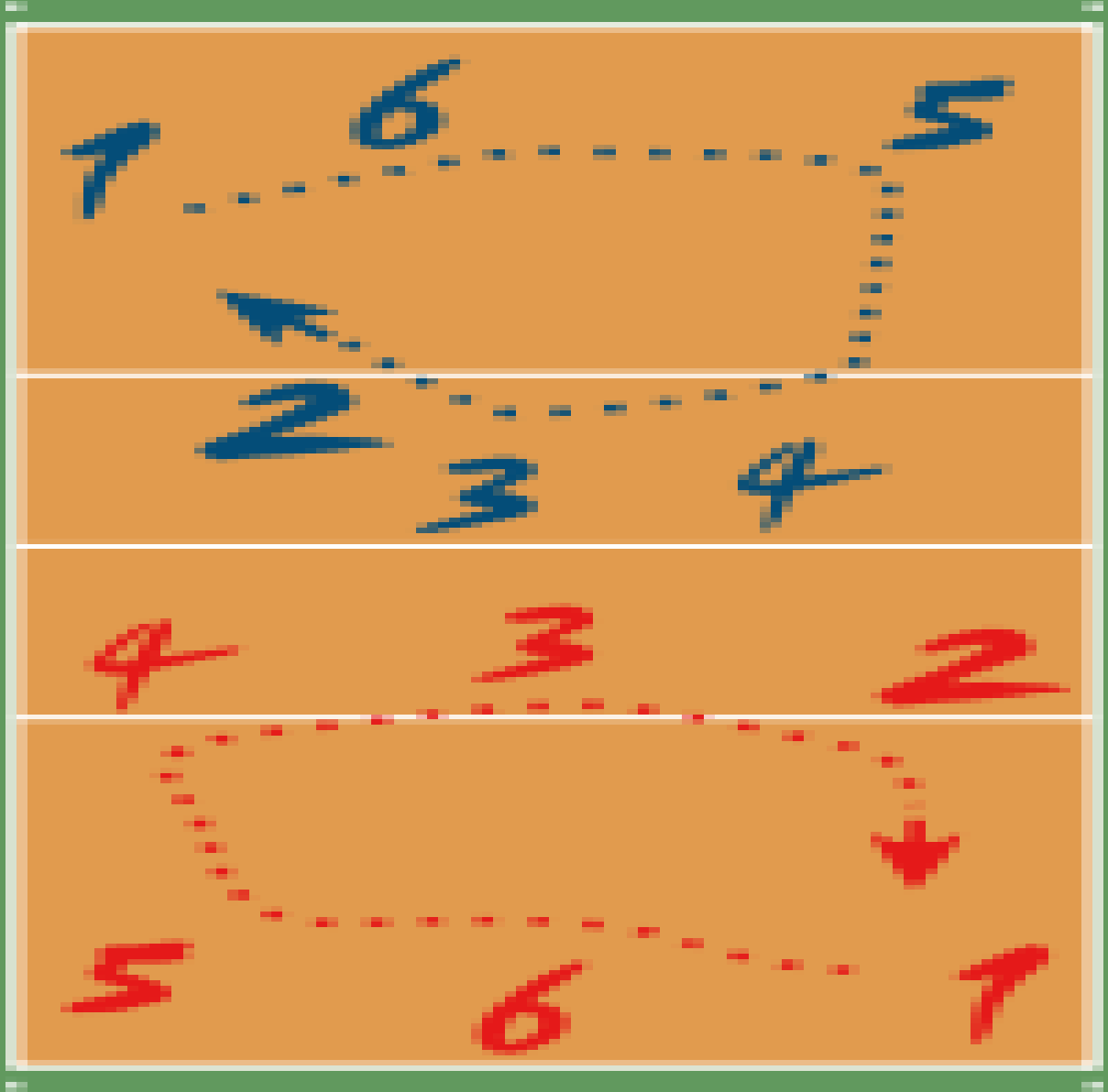
Luật Bóng chuyền

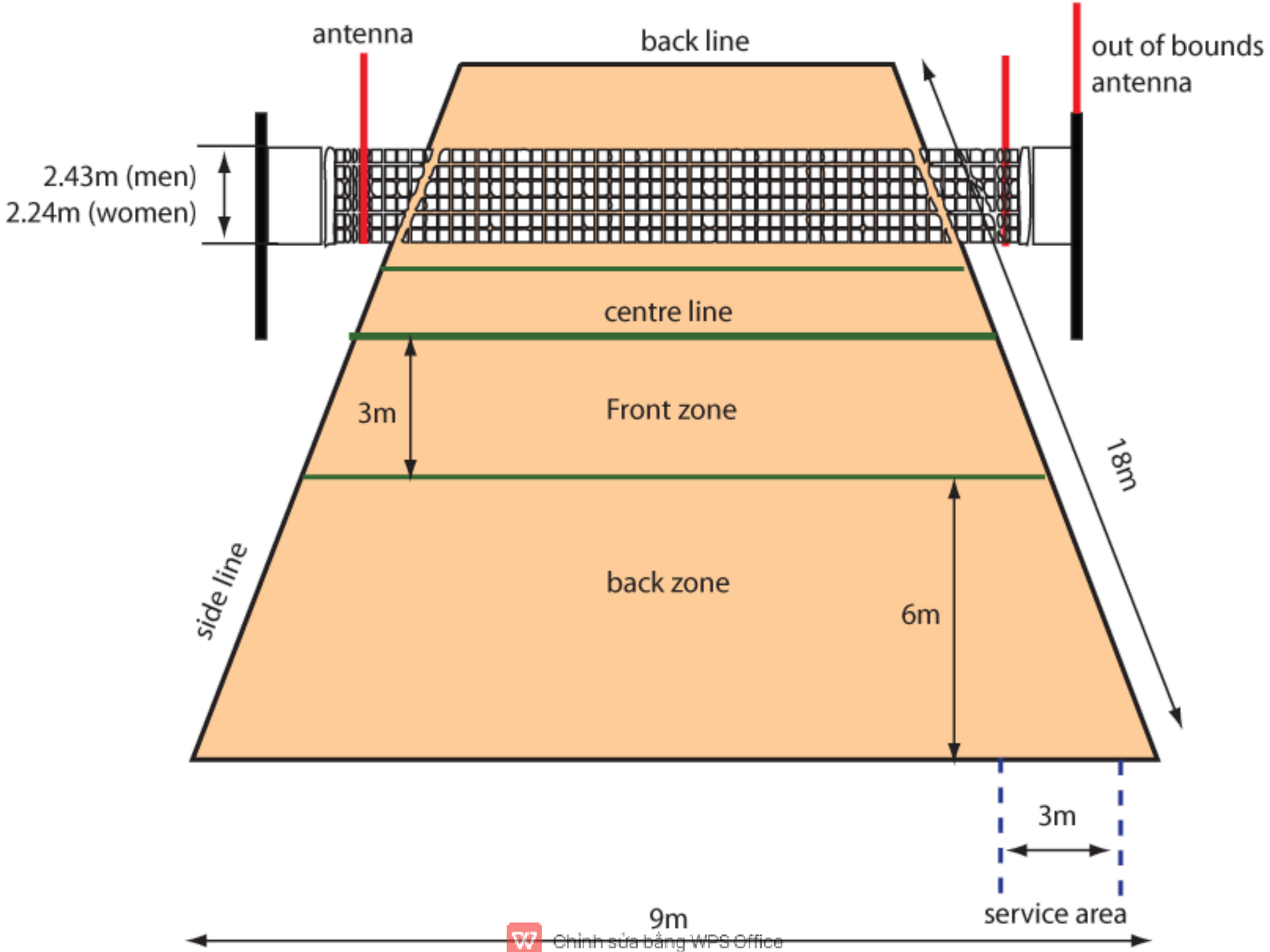
4: Vị trí và luân chuyển vị trí trên sân:

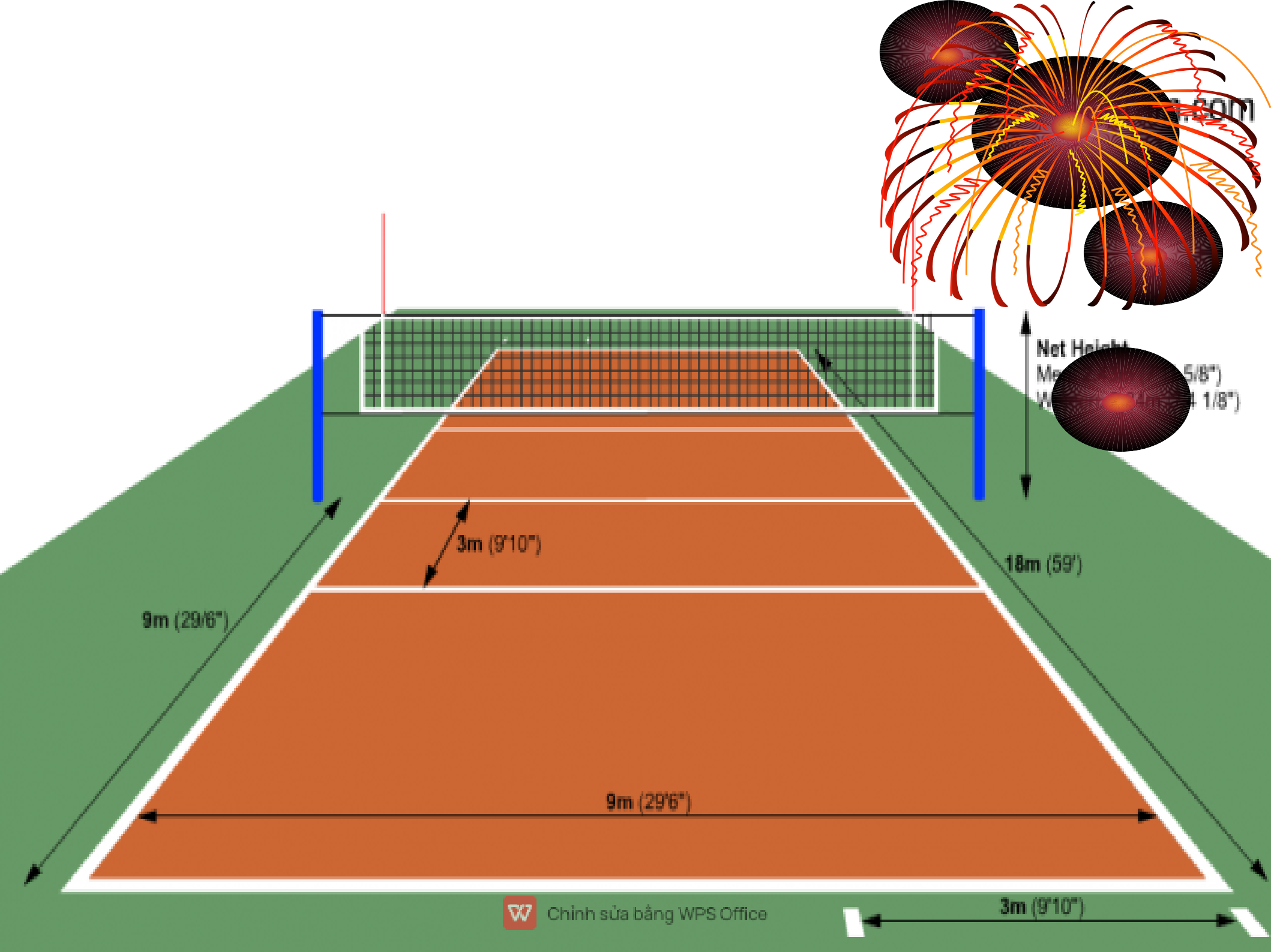
b. Luân chuyển vị trí: Khi giành lại quyền phát bóng, bên phát bóng phải thực hiện luân chuyển vị trí.

1>6>5>4>3>2 (phát bóng)









Tiết học hôm nay đến đây là hết.
Xin cảm ơn quý thầy cô và các
em!

