

SAŽETAK

Tema mog diplomskog rada je „Metodika učenja osnovnih tehničko-taktičkih elemenata u odbojci“. Glavni problem i cilj ovog rada bio je prikaz tehnike, metodika obučavanja ,usavršavanja i izbor vježbi za učenje osnovnih tehničko-taktičkih elemenata u odbojci.

Prvi dio rada obuhvata objašnjenje kako i u kojim slučajevima se koriste tehnika i taktika u odbojci. Sama igra odbojke podrazumjeva dobro poznavanje i uvježbavanje taktičko tehničkih elemenata.

Drugi dio rad usmjeren je na uvježbavanje taktičko – tehničkih elementa. Sve vježbe u ovom radu se detaljno opisane i slikovito prikazane. Diplomski rad sadrži ukupno 159 slika.

Dakle svaka vježba sadrži svoj opis i svoju sliku. Sve ove vježbe mogu se koristiti u svim kategorijama krenuvši od mlađih kadeta i kadetkinja pa do seniorskih ekipa. Vježbe iz ovog diplomskog rada mogu se stalno ponavljati i nikad nisu suvišne.

Treći dio rada govori o tome da je odbojka specifičan sport, te se tehničko – taktički elementi moraju stalno ponavljati i uvježbavati, samim tim na osnovu tehnike i taktike svih odbojkaških elementata vežu komplikovanji i složeniji elementi.

ABSTRACT

The topic of my graduation thesis is „Methods of learning basic technical and tactical elements in volleyball“. The main problem and objective of this thesis is to demonstrate techniques, methods of teaching and improving as well as selecting basic technical and tactical elements in volleyball.

The first part of this thesis includes an explanation how and in which cases techniques and tactics are used in volleyball. The game involves good knowledge of tactical and technical elements.

The second part of this task focuses on training of tactical- technical elements. All exercises in this thesis are thoroughly described and vividly displayed. This graduation thesis includes a total of 159 images.

Each exercise consists of a description and an image. All mentioned exercises can be used in all categories, starting from junior cadets to senior teams. Exercises mentioned in this graduation thesis can be constantly repeated and thus are never redundant.

The third part of this thesis describes volleyball to be a specific sport, and as such the technical-tactical elements must be constantly repeated and trained, considering this all techniques and tactics of volleyball element are linked to more complicated and complex elements.