

Рекомендовано к изданию экспертно-методическим советом  
*Института спорта и физического воспитания* ФГБОУ ВО  
«РГУФКСМиТ»

Протокол №\_\_ «\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Суханов Андрей Валерьевич – к.п.н., доцент кафедры ТиМ волейбола ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»

Григорьев Виктор Анатольевич - старший преподаватель кафедры ТиМ волейбола ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ»

Фомин Евгений Васильевич – к.п.н., доцент кафедры ТиМ волейбола ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ», заслуженный работник физической культуры России

Учебно-методическое пособие по волейболу для студентов ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ», по волейболу для студентов ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ», обучающихся по направлениям: 49.04.03 «Спорт»; 49.03.01 «Физическая культура» профиль «Спортивная подготовка», «Спортивная подготовка в избранном виде спорта»

Москва, ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ», 2019 г. \_\_\_\_ с.

Краткая аннотация **учебно** – методического пособия:

**Учебно** – методическое пособие содержит материалы, касающиеся новейших тенденций в развитии техники игры в волейбол. Теоретическое и практическое решение проблемы адаптации техники блокирования и способов перемещения блокирующих игроков, к современным реалиям игры уровня ведущих команд. Описание групповых и командных систем взаимодействий между блокирующими игроками и игроками задней линии. Приложение с упражнениями на совершенствование техники блокирования.

**Учебно** – методическое пособие **предназначено для магистров физкультурных ВУЗов**, для тренеров СШОР, специалистов, тренеров в области волейбола и игроков.

## СОДЕРЖАНИЕ:

Введение.....	5
I. Одиночный блок.....	7
II. Предугадывание действий атакующего игрока.....	9
III. Информация для принятия решения блокирующего игрока.....,	10
IV. Структура деятельности блокирующего игрока.....	11
V. Особенности техники блокирования при его тактической реализации....	15
V.1 «Ожидающий блок».....	15
V.2 «Обязательный блок».....	20
V.3 «Стартующий блок».....	24
V.4 «Перегруженный блок».....	26
V.5 «Смягчающий блок».....	28
V.6 «Групповой блок».....	28
V.7 «Блокирование удара по ходу разбега игрока».....	34
Заключение .....	37
Список литературы.....	38
Список условных обозначений и сокращений.....	40
Приложение1.....	41
Приложение2.....	46