

А

Рекомендовано к изданию экспертно-методическим советом  
Института спорта и физического воспитания  
ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ (ГЦОЛИФК)»  
Протокол № 8 «28» апреля 2022 г.

Ананьин А. С., Дворников А. В., Булыкина Л. В., Губа В. П., Учебное пособие для студентов ФГБОУ ВО «РГУФКСМиТ (ГЦОЛИФК)», обучающихся по направлениям подготовки 49.03.04 «Спорт», 49.03.01 «Физическая культура», 44.03.01 «Педагогическое образование» . – М.: «Колос-с», 2022. – 115 с.

ISBN 978-5-00129-487-0

Рецензенты:

Краткая аннотация учебного пособия:

В учебном пособии раскрываются общие вопросы подвижных игр и их место в спортивной тренировке юных волейболистов. Рассматриваются особенности применения подвижных игр при организации различных видов спортивной подготовки волейболистов. Представлена методика организации и проведения подвижных игр и их перечень в процессе физической, технической и тактической подготовки.

Учебное пособие предназначено для широкого круга специалистов по волейболу, а также студентов обучающихся по направлениям подготовки 49.03.04 «Спорт», 49.03.01 «Физическая культура», 44.03.01 «Педагогическое образование».

## Оглавление

Предисловие.....	5
Глава 1. Общая характеристика подвижных игр .....	7
1.1 Значение подвижных игр в системе подготовки спортсменов .....	7
1.2 Виды подвижных игр.....	9
1.3 Характеристика двигательных действий в подвижных играх.....	15
1.4 Рекомендации по проведению подвижных игр с учетом возрастных особенностей развития детей .....	19
1.5 Вопросы и задания для самоконтроля .....	27
Глава 2. Подвижные игры в спортивной тренировке волейболистов .....	29
2.1 Характерные особенности подвижных игр в спортивной тренировке волейболистов.....	29
2.2 Подвижные игры в видах спортивной подготовки волейболистов .....	30
2.2.1 Физическая подготовка.....	30
2.2.2 Техническая подготовка .....	32
2.2.3 Тактическая подготовка.....	33
2.2.4 Психологическая подготовка .....	34
2.3 Подвижные игры на различных этапах спортивной подготовки волейболистов.....	38
2.4 Вопросы и задания для самоконтроля .....	40
Глава 3. Методика организации и проведения подвижных игр в подготовке волейболистов.....	42
3.1 Подготовка к проведению игры.....	42
3.2 Объяснение игры .....	44
3.3 Определение команд, водящего, капитана, помощников .....	45
3.4 Процесс игры и поведение играющих .....	51
3.5 Окончание игры.....	56
3.6 Подведение итогов .....	57
3.7 Вопросы и задания для самоконтроля .....	60

Заключение.....	61
Приложения .....	62
Перечень подвижных игр применяемых в подготовке волейболистов.....	62
Примерный каталог подвижных и спортивных игр специальной направленности.....	98
Список рекомендуемой литературы.....	113