

УДК 796.325(075)  
ББК 75.569я81  
С40

Рецензенты:

*А. В. Ежова — кандидат педагогических наук, доцент;*

*А. В. Лантев — кандидат педагогических наук*

**Сираковская, Я. В.**

С40 Тактическая подготовка в волейболе : методические рекомендации / Я. В. Сираковская, О. В. Шкирева, А. В. Завьялов. — Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. — 37 с.

ISBN 978-5-4499-0535-2

В методических рекомендациях представлены основы тактической подготовки в волейболе.

Представлены упражнения, используемые в процессе обучения, показана их логическая последовательность, описаны методические приёмы, с помощью которых можно наиболее успешно освоить тактику игры в волейболе.

Методические рекомендации предназначены для студентов институтов физической культуры.

Текст печатается в авторской редакции.

УДК 796.325(075)  
ББК 75.569я81

ISBN 978-5-4499-0535-2 © Я. В. Сираковская, О. В. Шкирева, А. В. Завьялов, текст, 2019  
© Издательство «Директ-Медиа», оформление, 2019

## Оглавление

Общие основы теории тактики игры в волейбол.....	3
Обучение и совершенствование тактики игры в нападении .....	8
Обучение и совершенствование тактики игры в защите .....	22
Литература.....	33