

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное агентство по образованию

Государственное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Оренбургский государственный университет»

Кафедра физического воспитания

Е.В. Удовиченко, М.С. Королёва, Н.П. Наумова

МЕТОДИКА СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ АТАКУЮЩИХ И КОНТРАТАКУЮЩИХ ДЕЙСТВИЙ В ВОЛЕЙБОЛЕ

Методические рекомендации

Рекомендовано к изданию Редакционно-издательским советом
Государственного образовательного учреждения высшего профессионального
образования «Оренбургский государственный университет»

Оренбург
ИПК ГОУ ОГУ
2010

УДК 796.325 (07)
ББК 75.569 я 7
У 31

Рецензент – доцент, кандидат педагогических наук М.И. Кабышева

- У 31 **Удовиченко, Е.В.**
Методика совершенствования атакующих и контратакующих действий в волейболе: методические рекомендации / Е.В. Удовиченко, Н.П. Наумова, М.С. Королёва; Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2010. – 58 с.

Материал методических рекомендаций изложен в соответствии с основными требованиями учебно-тренировочного раздела программы дисциплины «Физическая культура» для высших учебных заведений по теме: «Спортивные игры».

Методические рекомендации включают в себя объём информации, позволяющий существенно расширить знания, умения и навыки студентов в волейболе.

Содержание методических рекомендаций способствует приобретению физического совершенства, повышению функциональных и двигательных способностей.

Методические рекомендации предназначены для студентов спортивного учебного отделения, всем студентам желающим углубленно заниматься волейболом, а также могут быть полезны тренерам по видам спорта и преподавателям физической культуры.

УДК 796.325 (07)
ББК 75.569 я 7

© Удовиченко Е.В.,
Наумова Н.П.,
Королёва М.С. 2010
© ГОУ ОГУ, 2010