

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»**

**НОВОЕ В СИСТЕМЕ
СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ
В ПЛЯЖНОМ ВОЛЕЙБОЛЕ:
ЗАРУБЕЖНЫЙ ОПЫТ**

Выпуск 20

Научно-методическое пособие

**Краснодар
2020**

УДК 796.328(072)
ББК 75.569я73
Н74

Печатается по решению редакционного совета
Кубанского государственного университета физической культуры,
спорта и туризма

Рецензенты: **В.В. Костюков**, доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой теории и методики спортивных игр, Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, г. Краснодар;
В.В. Нирка, главный тренер сборной команды России по пляжному волейболу.

Авторы-
составители: доктор педагогических наук, профессор **А.И. Погребной**,
кандидат педагогических наук **И.О. Комлев**,
переводчик **Е.В. Литвишко**

Н74 Новое в системе спортивной подготовки в пляжном волейболе: зарубежный опыт. Выпуск 20: научно-методическое пособие / авт.-сост. А.И. Погребной, И.О. Комлев, переводчик: Е.В. Литвишко. – Краснодар: КГУФКСТ, 2020. – 76 с.

В научно-методическом пособии раскрываются приоритетные направления зарубежных исследований, касающиеся изучения аспектов технико-тактической подготовки, психолого-педагогического и медико-биологического контроля, специфики соревновательной деятельности, а также другие важные направления подготовки высококвалифицированных спортсменов, специализирующихся в пляжном волейболе.

Научно-методическое пособие содержит переведенные и научно отредактированные материалы зарубежной периодической печати, включающие таблицы, схемы и иллюстрации. Рекомендуются тренерам, специалистам по физической культуре и спорту, преподавателям, студентам, магистрантам и аспирантам вузов физической культуры.

УДК 796.328(072)
ББК 75.569я73

© КГУФКСТ, 2020.

© Погребной А.И., Комлев И.О.,
Литвишко Е.В., составление, 2020.

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие.....	4
Введение.....	5
Пляжный волейбол.....	6
Технико-тактические действия в пляжном волейболе	6
Тренировка в пляжном волейболе	28
Соревновательная деятельность в пляжном волейболе	49
Психологические факторы в пляжном волейболе	68
Список использованных источников.....	71

ПРЕДИСЛОВИЕ

В настоящих методических рекомендациях использованы результаты НИОКР «Разработка научно-методических материалов по различным аспектам подготовки спортсменов высокого класса по базовым видам спорта в Южном федеральном округе (по материалам зарубежной печати)», выполненной в соответствии с государственным заданием Министерства спорта Российской Федерации ФГБОУ ВО «Кубанскому государственному университету физической культуры, спорта и туризма» № 777-00006-20-00 на 2020 год.