

АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЦЕНТРОСОЮЗА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ КООПЕРАЦИИ»  
КАЗАНСКИЙ КООПЕРАТИВНЫЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

**ЭЛЕКТИВНАЯ ДИСЦИПЛИНА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И  
СПОРТУ. ВОЛЕЙБОЛ.**

Направление подготовки: 43.03.01 Сервис

Направленность (профиль): «Сервис транспортных средств»

Форма обучения: заочная

Квалификация (степень) выпускника: бакалавр

Срок обучения: заочная форма – 4 года 6 мес.

Вид учебной работы	Трудоемкость, часы
	Заочная форма
1. Контактная работа обучающихся с преподавателем:	12
Аудиторные занятия, часов всего, в том числе:	10
• лекции	10
• практические	-
Промежуточная аттестация (контактная работа)	2
2. Самостоятельная работа студентов, всего	314
3. Промежуточная аттестация: зачет	2
Итого	328

Казань 2019

Фазлеев Н.Ш. Элективная дисциплина по физической культуре и спорту. Волейбол: Рабочая программа дисциплины (модуля). – Казань: Казанский кооперативный институт (филиал) Российского университета кооперации, 2019. – 45 с.

Рабочая программа по дисциплине (модулю) «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту. Волейбол» по направлению подготовки 43.03.01 Сервис, направленность «Сервис транспортных средств» составлена Фазлеевым Н.Ш., доцентом кафедры физической культуры и спорта Казанского кооперативного института (филиала) Российского университета кооперации в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки «Сервис», утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «08» июня 2017 г. № 514, и учебными планами по направлению подготовки 43.03.01 Сервис, направленность (профиль) «Сервис транспортных средств» (год начала подготовки -2019).

#### **Рабочая программа:**

**обсуждена и рекомендована** к утверждению решением кафедры физической культуры и спорта Казанского кооперативного института (филиала) Российского университета кооперации от «12» марта 2019 г., протокол № 6.

**одобрена** Научно-методическим советом Казанского кооперативного института (филиала) от 03.04.2019, протокол № 5.

**утверждена** Ученым советом Российского университета кооперации от 18.04.2019, протокол № 4.

© АНОО ВО ЦС РФ  
«Российский университет  
кооперации» Казанский  
кооперативный институт  
(филиал), 2019  
© Фазлеев Н.Ш., 2019

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи освоения дисциплины (модуля) .....	4
2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы .....	4
3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю).....	4
4. Объем дисциплины (модуля) и виды учебной работы .....	6
5. Содержание дисциплины (модуля).....	6
5.1. Содержание разделов, тем дисциплины (модуля).....	6
5.2. Междисциплинарные связи с обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами (модулями) .....	9
5.3. Разделы, темы дисциплины (модуля) и виды занятий.....	10
6. Лабораторный практикум .....	14
7. Практические занятия (семинары).....	14
8. Примерная тематика курсовых проектов (работ).....	14
9. Самостоятельная работа студента .....	14
10. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....	15
11. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля).....	15
12. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля) .....	16
13. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационно-справочных систем (при необходимости) .....	16
14. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю).....	16
15. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля) .....	17
16. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины для преподавателей, образовательные технологии.....	18
<b>ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ) .....</b>	<b>19</b>
1. Паспорт фонда оценочных средств .....	20
1.1. Компетенции, формируемые в процессе изучения дисциплины.....	20
1.2. Сведения об иных дисциплинах (преподаваемых, в том числе, на других кафедрах) участвующих в формировании данных компетенций .....	20
1.3. Этапы формирования и программа оценивания контролируемой компетенции.....	20
1.4 Показатели и критерии оценивания компетенций, шкала оценивания .....	22
2. Типовые контрольные задания для оценки результатов обучения по дисциплине и иные материалы для подготовки к промежуточной аттестации .....	26
2.1. Материалы для подготовки к промежуточной аттестации .....	26
Комплект билетов для проведения промежуточной аттестации .....	31
Комплект тестовых заданий для проведения зачета по дисциплине .....	34
2.3. Критерии оценки для проведения зачета по дисциплине.....	36
2.4. Методические материалы, определяющие процедуру оценивания по дисциплине.....	37
<b>ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ТЕКУЩЕЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ).....</b>	<b>38</b>
<b>КОМПЛЕКТ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАДАНИЙ.....</b>	<b>39</b>
<b>ТЕМЫ ДОКЛАДОВ .....</b>	<b>40</b>
<b>КОМПЛЕКТ ВОПРОСОВ ДЛЯ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ .....</b>	<b>42</b>

## **1. Цели и задачи освоения дисциплины (модуля)**

Цель освоения дисциплины — является формирование физической культуры личности и способности направленного использования разнообразных средств и методов физической культуры и спорта для сохранения и укрепления здоровья, психофизической подготовки и обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

Задачи освоения дисциплины:

- понимание социальной значимости физической культуры и спорта и её роли в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и спортом;
- овладение системой практических умений и навыков в зависимости от выбранного вида спорта, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности,
- самоопределение в физической культуре и спорте;
- приобретение личного опыта повышения двигательных и функциональных возможностей, обеспечение общей и профессионально-прикладной физической подготовленности к будущей профессии и быту;
- совершенствование спортивного мастерства студентов.

## **2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы**

Дисциплина относится к дисциплинам по выбору вариативной части дисциплин блока Б1 «Дисциплины (модули)».

Для изучения учебной дисциплины необходимо обладать знаниями, полученными основной образовательной программы среднего (полного) общего образования.

## **3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю)**

Изучение дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующей универсальной компетенции:

УК-7 - способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности.

В результате освоения дисциплины студент:

Формируемые компетенции (код компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), характеризующие этапы формирования компетенций	Наименование оценочного средства
УК-7	Знать основы физической культуры и спорта, физического воспитания, самовоспитания и самообразования, физического развития, физической и функциональной подготовленности, психофизической подготовленности	Доклад
	Знать об организме человека и его функциональных системах, о саморегуляции и совершенствовании организма, адаптации, показателях состояния основных функциональных систем	
	Знать о здоровье, здоровом образе и стиле жизни, основах жизнедеятельности, двигательной активности, способах профилактики заболеваний, долголетие	
	Уметь поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности и соблюдает нормы здорового образа жизни	Практические задания
	Уметь использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.	
	Уметь использовать средства и методы физической культуры в развитии и формировании основных физических качеств	
	Уметь использовать знания особенностей функционирования человеческого организма и отдельных его систем под влиянием занятий физической культурой и спортом в различных условиях внешней среды	Практические задания
	Владеть жизненно важными умениями и навыками	Контрольная работа
	Владеть навыками применения средств физической культуры для развития отдельных физических качеств	
	Владеть навыками применения средств физической культуры для коррекции	
Владеть навыками индивидуального подхода к применению средств спортивной подготовки; организации и проведения массовых спортивных, спортивно-оздоровительных мероприятий и соревнований по избранным видам спорта		

#### 4. Объем дисциплины (модуля) и виды учебной работы

##### *заочная форма обучения*

Вид учебной деятельности	Часов	
	Всего	По курсам
		1
1. Контактная работа обучающихся с преподавателем:	12	12
Аудиторные занятия всего, в том числе:	10	10
Лекции	10	10
Промежуточная аттестация (контактная работа)	2	2
2. Самостоятельная работа студента всего, в том числе:	314	314
Другие виды самостоятельной работы	314	314
Вид промежуточной аттестации - зачет	2	2
ИТОГО:	часов	
Общая трудоемкость	328	328

#### 5. Содержание дисциплины (модуля)

##### 5.1. Содержание разделов, тем дисциплины (модуля)

###### **Раздел 1. Теоретические основы волейбола**

Тема 1.1. История волейбола.

Тема 1.2. Волейбол, как составная часть физического воспитания.

Тема 1.3. Основные тенденции развития волейбола на современном этапе.

###### **Раздел 2. Развитие основных физических качеств, необходимых для жизнедеятельности и будущей профессии.**

Тема 2.1. Техника безопасности на занятиях по волейболу.

Тема 2.2. Развитие физических качеств: выносливости, силы, быстроты движений, ловкости и гибкости.

Тема 2.3. Включение подводящих и специальных упражнений в подвижные и учебные игры.

###### **Раздел 3. Прием контрольных тестов для оценки уровня физической и профессионально-прикладной подготовленности.**

Тема 3.1. Контрольные тесты для определения уровня физической подготовленности студента: бег 100 м, 12-минутный бег, поднимание туловища.

Тема 3.2. Контрольные тесты для определения уровня профессионально-прикладной физической подготовленности: тест Руфье, проба Генчи, одновременное поднимание ног и туловища, лежа на животе или удержание туловища в горизонтальном положении, наклон туловища вперед из положения стоя.

#### **Раздел 4. Обучение стойкам и перемещениям волейболиста, совершенствование навыка.**

Тема 4.1. Стартовая стойка (исходные положения). Виды стоек волейболиста: высокая, средняя, низкая.

Тема 4.2. Соответствие стоек волейболиста техническим приемам: передаче мяча, нападающему удару, игровым действиям в защите.

Тема 4.3. Перемещения по игровой площадке лицом, боком, спиной вперед: шаги (приставные, скрестные), скачок, бег, остановки. Сочетание способов перемещения. Подготовительные упражнения, упражнения по технике.

#### **Раздел 5. Обучение передаче мяча сверху двумя руками.**

Тема 5.1. Подготовительные упражнения без мяча: имитация верхней передачи стоя, после перемещения вправо, влево, вперед, назад (в высокой, средней, низкой стойках, в прыжке, в падении). Подготовительные упражнения с набивным мячом, волейбольным мячом.

Тема 5.2. Передача мяча сверху двумя руками, стоя лицом в направлении передачи. Подводящие упражнения, упражнения по технике.

Тема 5.3. Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи. Подводящие упражнения, упражнения по технике.

Тема 5.4. Передача мяча сверху двумя руками, стоя левым, правым боком в направлении передачи. Подводящие упражнения, упражнения по технике.

Тема 5.5. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке. Подготовительные, подводящие упражнения, упражнения по технике.

#### **Раздел 6. Обучение верхней прямой подаче.**

Тема 6.1. Обучение технике верхней прямой подачи. Подготовительные, подводящие и упражнения по технике.

Тема 6.2. Закрепление техники верхней прямой подачи. Упражнения по технике.

Тема 6.3. Подвижные игры с элементами изученных технических приемов.

#### **Раздел 7. Обучение технике передачи мяча снизу двумя руками.**

Тема 7.1. Подготовительные упражнения без мяча: имитация нижней передачи стоя, после перемещения вправо, влево, вперед, назад (в средней и низкой стойках, в падении). Подготовительные упражнения с мячом.

Тема 7.2. Передача мяча снизу двумя руками, стоя лицом в направлении передачи. Подводящие упражнения, упражнения по технике.

Тема 7.3. Закрепление техники передачи мяча снизу двумя руками. Упражнения по технике.

Тема 7.4. Эстафеты с техническими элементами волейбола.

## **Раздел 8. Обучение технике прямого нападающего удара.**

Тема 8.1. Подготовительные упражнения без мяча: имитация нападающего удара стоя на месте, с одного шага, с трех шагов; имитация нападающего удара во 2, 3 и 4 зонах нападения. Подготовительные упражнения с теннисным мячом, волейбольным мячом.

Тема 8.2. Подводящие упражнения и упражнения по технике.

Тема 8.3. Закрепление техники прямого нападающего удара. Нападающие удары: прямой по ходу, с переводом. Упражнения по технике.

Тема 8.4. Учебная игра.

## **Раздел 9. Обучение одиночному и групповому блокированию.**

Тема 9.1. Имитация одиночного блокирования на месте, с шага, после перемещения вдоль сетки. Групповое блокирование: с места, после перемещения.

Тема 9.2. Подготовительные упражнения, подводящие упражнения и упражнения по технике.

Тема 9.3. Закрепление техники блокирования. Зонное блокирование, «ловящий» блок.

Тема 9.4. Учебно-тренировочная игра.

## **Раздел 10. Обучение тактике игры.**

Тема 10.1. Тактика нападения: индивидуальные действия. Выбор места для второй передачи, для нападающего удара. С мячом: выбор способа подачи, направления подачи, направления второй передачи, удара или «обмана». Методика обучения.

Тема 10.2. Тактика нападения: групповые действия. Взаимодействие игроков передней линии, задней линии: при первой передаче (после приема подачи), при второй передаче для нападающего удара. Методика обучения.

Тема 10.3. Тактика нападения: командные действия. Система игры в нападении со второй передачи игроком передней линии. Система игры в нападении со второй передачи игроком задней линии, вышедшим к сетке. Методика обучения.

Тема 10.4. Тактика защиты: индивидуальные действия. Выбор места для приема подачи, при блокировании, при страховке. Определение времени для прыжка при блокировании. С мячом: выбор способа приема мяча, «неподвижное», «подвижное» блокирование. Методика обучения.

Тема 10.5. Тактика защиты: групповые действия. Взаимодействия игроков передней линии при блокировании игроков задней линии во время приема подачи, нападающих ударов. Взаимодействие игроков передней и задней линии при блокировании и страховке. Методика обучения.

Тема 10.6. Командные действия. Система игры углом вперед. Система игры в защите углом назад. Методика обучения.

Тема 10.7. Товарищеская игра между учебными группами.



## **Раздел 11. Организация и проведение соревнований по волейболу.**

Тема 11.1. Виды соревнований.

Тема 11.2. Ведение документации соревнований.

Тема 11.3. Способы проведения соревнований.

## **Раздел 12. Правила игры и методика судейства соревнований по волейболу.**

Тема 12.1. Официальные правила волейбола.

Тема 12.2. Упрощенные правила игры.

Тема 12.3. Терминология. Официальные судейские жесты.

Тема 12.4. Обязанности членов судейской бригады.

Тема 12.5. Организация турнира по волейболу между учебными группами.

## **Раздел 13. Прием контрольных тестов для оценки уровня специальной физической и технической подготовленности.**

Тема 13.1. Контрольные тесты для оценки уровня специальной физической подготовленности обучающихся.

Тема 13.2. Контрольные тесты для оценки уровня технической подготовленности обучающихся.

### **5.2. Междисциплинарные связи с обеспечиваемыми (последующими) дисциплинами (модулями)**

Дисциплина «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту. Волейбол» формирует компетенцию УК-7, необходимую в дальнейшем для поддержания должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности; пропаганды активного долголетия, здорового образа жизни и профилактики заболеваний.

### 5.3. Разделы, темы дисциплины (модуля) и виды занятий

#### *заочная форма обучения*

№ п/п	Наименование темы дисциплины (модуля)	Виды занятий, включая самостоятельную работу студентов (в часах)		
		Лекции	Самостоятельная работа	Всего
1.	Тема 1.1. История волейбола.	2	6	8
2.	Тема 1.2. Волейбол, как составная часть физического воспитания.	2	6	8
3.	Тема 1.3. Основные тенденции развития волейбола на современном этапе.		6	6
4.	Тема 2.1. Техника безопасности на занятиях по волейболу.		6	6
5.	Тема 2.2. Развитие физических качеств: выносливости, силы, быстроты движений, ловкости и гибкости.		6	6
6.	Тема 2.3. Включение подводящих и специальных упражнений в подвижные и учебные игры.		6	6
7.	Тема 3.1. Контрольные тесты для определения уровня физической подготовленности студента: бег 100 м, 12-минутный бег, поднимание туловища.		6	6
8.	Тема 3.2. Контрольные тесты для определения уровня профессионально-прикладной физической подготовленности: тест Руфье, проба Генчи, одновременное поднимание ног и туловища, лежа на животе или удержание туловища в горизонтальном положении, наклон туловища вперед из положения стоя.		6	6
9.	Тема 4.1. Стартовая стойка (исходные положения). Виды стоек волейболиста: высокая, средняя, низкая.		6	6
10.	Тема 4.2. Соответствие стоек волейболиста техническим приемам: передаче мяча, нападающему удару, игровым действиям в защите.		6	6
11.	Тема 4.3. Перемещения по игровой площадке лицом, боком, спиной вперед: шаги (приставные, скрестные), скачок, бег, остановки. Сочетание способов перемещения. Подготовительные упражнения, упражнения по технике.		6	6
12.	Тема 5.1. Подготовительные		6	6

№ п/п	Наименование темы дисциплины (модуля)	Виды занятий, включая самостоятельную работу студентов (в часах)		
		Лекции	Самостоятельная работа	Всего
	упражнения без мяча: имитация верхней передачи стоя, после перемещения вправо, влево, вперед, назад (в высокой, средней, низкой стойках, в прыжке, в падении). Подготовительные упражнения с набивным мячом, волейбольным мячом.			
13.	Тема 5.2. Передача мяча сверху двумя руками, стоя лицом в направлении передачи. Подводящие упражнения, упражнения по технике.		6	6
14.	Тема 5.3. Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной в направлении передачи. Подводящие упражнения, упражнения по технике.		6	6
15.	Тема 5.4. Передача мяча сверху двумя руками, стоя левым, правым боком в направлении передачи. Подводящие упражнения, упражнения по технике.		6	6
16.	Тема 5.5. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке. Подготовительные, подводящие упражнения, упражнения по технике.		6	6
17.	Тема 6.1. Обучение технике верхней прямой подачи. Подготовительные, подводящие и упражнения по технике.		6	6
18.	Тема 6.2. Закрепление техники верхней прямой подачи. Упражнения по технике.		6	6
19.	Тема 6.3. Подвижные игры с элементами изученных технических приемов.		6	6
20.	Тема 7.1. Подготовительные упражнения без мяча: имитация нижней передачи стоя, после перемещения вправо, влево, вперед, назад (в средней и низкой стойках, в падении). Подготовительные упражнения с мячом.		6	6
21.	Тема 7.2. Передача мяча снизу двумя руками, стоя лицом в направлении передачи. Подводящие упражнения, упражнения по технике.		6	6

№ п/п	Наименование темы дисциплины (модуля)	Виды занятий, включая самостоятельную работу студентов (в часах)		
		Лекции	Самостоятельная работа	Всего
22.	Тема 7.3. Закрепление техники передачи мяча снизу двумя руками. Упражнения по технике.		6	6
23.	Тема 7.4. Эстафеты с техническими элементами волейбола.		6	6
24.	Тема 8.1. Подготовительные упражнения без мяча: имитация нападающего удара стоя на месте, с одного шага, с трех шагов; имитация нападающего удара во 2, 3 и 4 зонах нападения. Подготовительные упражнения с теннисным мячом, волейбольным мячом.		6	6
25.	Тема 8.2. Подводящие упражнения и упражнения по технике.		6	6
26.	Тема 8.3. Закрепление техники прямого нападающего удара. Нападающие удары: прямой по ходу, с переводом. Упражнения по технике.		6	6
27.	Тема 8.4. Учебная игра.		6	6
28.	Тема 9.1. Имитация одиночного блокирования на месте, с шага, после перемещения вдоль сетки. Групповое блокирование: с места, после перемещения.		6	6
29.	Тема 9.2. Подготовительные упражнения, подводящие упражнения и упражнения по технике.		6	6
30.	Тема 9.3. Закрепление техники блокирования. Зонное блокирование, «ловящий» блок.		6	6
31.	Тема 9.4. Учебно-тренировочная игра.		6	6
32.	Тема 10.1. Тактика нападения: индивидуальные действия. Выбор места для второй передачи, для нападающего удара. С мячом: выбор способа подачи, направления подачи, направления второй передачи, удара или «обмана». Методика обучения.	3	6	9
33.	Тема 10.2. Тактика нападения: групповые действия. Взаимодействие игроков передней линии, задней линии: при первой передаче (после приема подачи), при второй передаче для		6	6

№ п/п	Наименование темы дисциплины (модуля)	Виды занятий, включая самостоятельную работу студентов (в часах)		
		Лекции	Самостоятельная работа	Всего
	нападающего удара. Методика обучения.			
34.	Тема 10.3. Тактика нападения: командные действия. Система игры в нападении со второй передачи игроком передней линии. Система игры в нападении со второй передачи игроком задней линии, вышедшим к сетке. Методика обучения.		6	6
35.	Тема 10.4. Тактика защиты: индивидуальные действия. Выбор места для приема подачи, при блокировании, при страховке. Определение времени для прыжка при блокировании. С мячом: выбор способа приема мяча, «неподвижное», «подвижное» блокирование. Методика обучения.	3	6	9
36.	Тема 10.5. Тактика защиты: групповые действия. Взаимодействия игроков передней линии при блокировании игроков задней линии во время приема подачи, нападающих ударов. Взаимодействие игроков передней и задней линии при блокировании и страховке. Методика обучения.		8	8
37.	Тема 10.6. Командные действия. Система игры углом вперед. Система игры в защите углом назад. Методика обучения.		8	8
38.	Тема 10.7. Товарищеская игра между учебными группами.		8	8
39.	Тема 11.1. Виды соревнований.		8	8
40.	Тема 11.2. Ведение документации соревнований.		8	8
41.	Тема 11.3. Способы проведения соревнований.		8	8
42.	Тема 12.1. Официальные правила волейбола.		8	8
43.	Тема 12.2. Упрощенные правила игры.		8	8
44.	Тема 12.3. Терминология. Официальные судейские жесты.		8	8
45.	Тема 12.4. Обязанности членов судейской бригады.		8	8
46.	Тема 12.5. Организация турнира по волейболу между учебными группами.		8	8
47.	Тема 13.1. Контрольные тесты для оценки уровня специальной		8	8

№ п/п	Наименование темы дисциплины (модуля)	Виды занятий, включая самостоятельную работу студентов (в часах)		
		Лекции	Самостоятельная работа	Всего
	физической подготовленности обучающихся.			
48.	Тема 13.2. Контрольные тесты для оценки уровня технической подготовленности обучающихся.		8	8
	<b>Итого</b>	<b>10</b>	<b>314</b>	<b>328</b>

## 6. Лабораторный практикум

Лабораторные занятия не предусмотрены учебными планами.

## 7. Практические занятия (семинары)

Семинарские занятия не предусмотрены учебными планами.

## 8. Примерная тематика курсовых проектов (работ)

Курсовые проекты (работы) не предусмотрены учебными планами.

## 9. Самостоятельная работа студента

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины (модуля)	Виды самостоятельной работы студента	Оценочное средство
1	Раздел 1. Развитие основных физических качеств, необходимых для жизнедеятельности и будущей профессии	Домашнее задание/ Доклад	Устный опрос
2	Раздел 2. Прием контрольных тестов для оценки уровня физической и профессионально-прикладной подготовленности	Домашнее задание/ Доклад	Устный опрос
3	Раздел 3. Обучение стойкам и перемещениям волейболиста, совершенствование навыка	Домашнее задание/ Доклад	Устный опрос
4	Раздел 4. Обучение верхней передаче мяча, совершенствование навыка	Домашнее задание/ доклад	Презентация
5	Раздел 5. Обучение нижней передаче мяча, совершенствование навыка	Домашнее задание/ Доклад	Устный опрос
6	Раздел 6. Обучение нижней прямой передаче мяча, совершенствование навыка	Домашнее задание/ Доклад	Устный опрос
7	Раздел 7. Обучение верхней и нижней передаче двумя руками за голову, совершенствование навыка	Домашнее задание/ Доклад	Презентация
8	Раздел 8. Обучение отбиванию мяча кулаком от верхнего края сетки	Домашнее задание/ Доклад	Презентация
9	Раздел 9. Обучение верхней прямой передаче мяча, совершенствование навыка	Домашнее задание/ Доклад	Устный опрос
10	Раздел 10. Обучение прямому нападающему удару, совершенствование навыка	Домашнее задание/ Доклад	Презентация
11	Раздел 11. Одиночное блокирование, совершенствование навыка	Домашнее задание/ Доклад	Презентация
12	Раздел 12. Совершенствование изученных приемов в подвижных играх	Домашнее задание/ Доклад	Устный опрос
13	Раздел 13. Совершенствование изученных	Домашнее задание/ Доклад	Презентация

№ п/п	Наименование раздела, темы дисциплины (модуля)	Виды самостоятельной работы студента	Оценочное средство
	приемов в учебных играх	Доклад	
14	Раздел 14. Прием контрольных тестов для оценки уровня специальной физической и технической подготовленности	Домашнее задание/ Доклад	Устный опрос

## **10. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)**

Самостоятельная работа студентов предполагает тщательное освоение учебной и научной литературы по изучаемой дисциплине.

При изучении основной рекомендуемой литературы студентам необходимо обратить внимание на выделение основных понятий, их определения, научно-технические основы, узловые положения, представленные в изучаемом тексте.

При самостоятельной работе студентов с дополнительной литературой необходимо выделить аспект изучаемой темы (что в данном материале относится непосредственно к изучаемой теме и основным вопросам).

Дополнительную литературу целесообразно прорабатывать после основной, которая формирует базис для последующего более глубокого изучения темы. Дополнительную литературу следует изучать комплексно, рассматривая разные стороны изучаемого вопроса. Обязательным элементом самостоятельной работы студентов с литературой является ведение необходимых записей: конспекта, выписки, тезисов, планов.

Для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине используются следующее учебно-методическое обеспечение:

а) основная литература:

Физическая культура и спорт : учебно-методическое пособие, квалификация (степень) выпускника «бакалавр» / авт.-сост. : Н. А. Лопатин, А. И. Шульгин ; Кемеров. гос. ин-т культуры. - Кемерово : Кемеров. гос. ин-т культуры, 2019. - 99 с. - ISBN 978-5-8154-0493-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1154343> (дата обращения: 11.10.2020). – Режим доступа: по подписке.

б) дополнительная литература:

Физическая культура : учебное пособие / Н. В. Чертов. - Ростов-на-Дону : Издательство ЮФУ, 2012. - 118 с. - ISBN 978-5-9275-0896-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/551007> (дата обращения: 11.10.2020). – Режим доступа: по подписке.

## **11. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)**

а) нормативные документы:

1. Федеральный закон от 04.12.2007 N 329-ФЗ (ред. от 03.07.2016) "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" - Консультант

Плюс. [Электрон. ресурс].

б) основная литература:

Физическая культура и спорт : учебно-методическое пособие, квалификация (степень) выпускника «бакалавр» / авт.-сост. : Н. А. Лопатин, А. И. Шульгин ; Кемеров. гос. ин-т культуры. - Кемерово : Кемеров. гос. ин-т культуры, 2019. - 99 с. - ISBN 978-5-8154-0493-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1154343> (дата обращения: 11.10.2020). – Режим доступа: по подписке.

в) дополнительная литература:

Физическая культура : учебное пособие / Н. В. Чертов. - Ростов-на-Дону : Издательство ЮФУ, 2012. - 118 с. - ISBN 978-5-9275-0896-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/551007> (дата обращения: 11.10.2020). – Режим доступа: по подписке.

## **12. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)**

1. Официальный сайт Министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации: <http://minstm.gov.ru>.

2. Федеральный портал «Российское образование»: <http://www.edu.ru>.

3. Национальная информационная сеть «Спортивная Россия»: <http://www.infosport.ru/xml/t/default.xml>

4. Официальный сайт Олимпийского комитета России: [www.olympic.ru](http://www.olympic.ru)

5. Сайт Министерства спорта, туризма и молодёжной политики: [www.sport.minstm.gov-ru](http://www.sport.minstm.gov-ru)

6. Министерство по делам молодежи и спорту Республики Татарстан: <http://mdms.tatarstan.ru/>

## **13. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационно-справочных систем (при необходимости)**

– Справочная Правовая Система «Консультант Плюс»

Каждый обучающийся в течение всего обучения обеспечивается индивидуальным неограниченным доступом электронно-библиотечной системе и электронной информационно-образовательной среде.

## **14. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)**

Образовательный процесс обеспечивается специальными



помещениями, которые представляют собой спортивный зал с оборудованием и инвентарем для занятий волейболом, аудитории для проведения занятий лекционного типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, помещения для самостоятельной работы студентов и помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования.

Специальные помещения соответствуют действующим противопожарным правилам и нормам, укомплектованы специализированной мебелью.

Аудитории лекционного типа, оснащенные проекционным оборудованием и техническими средствами обучения, обеспечивающими представление учебной информации большой аудитории, демонстрационным оборудованием.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой, обеспечивающей доступ к сети Интернет и электронной информационно-образовательной среде университета.

## **15. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)**

Дисциплина «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту. Волейбол» - это система приобретения жизненно необходимых качеств, знаний, умений и навыков. Дисциплина является обязательной для всех направлений подготовки бакалавров, а также средством укрепления здоровья, оптимизации физического и психофизиологического состояния студентов в процессе профессиональной психофизической подготовки конкурентоспособных специалистов сервисной отрасли.

В обеспечении физической культуры студентов лежит комплексный, системный характер образования, воспитания и профессиональной подготовки специалистов, в которых органически сливаются формирование мировоззрения, общественно-политическое, трудовое, нравственное, физическое, эстетическое и другие виды воспитания.

Дисциплина включает в себя воздействие на физиологические системы организма студентов, совершенствование их физических и морально-волевых качеств и психологической устойчивости на нервно-эмоциональную и умственную сферу занимающихся.

Она является процессом планомерного, систематического воздействия на студентов под наблюдением и руководством преподавателей, которые должны сформировать у будущих специалистов понимание социального значения физической культуры и спорта в условиях производственной деятельности и на этой основе сформировать физическую культуру личности. Согласно вышесказанному разработана педагогическая технология формирования физической культуры личности студента.

Достижение поставленной цели предусматривает решение воспитательных, образовательных, развивающих и оздоровительных задач,

соответствующих требованиям государственного образовательного стандарта.

Функциональная модель педагогической технологии формирования физической культуры личности студента представляет собой сложную многокомпонентную систему, элементы которой взаимообусловлены, взаимосвязаны и дополняют друг друга.

Реализация настоящей рабочей программы по дисциплине «Физическая культура и спорт (элективная дисциплина). Волейбол» осуществляется с учетом состояния учебно-спортивной базы, природно-климатических условий, квалификации и специализации профессорско-преподавательского состава, сложившихся традиций и методов работы, физической подготовленности и состояния здоровья студентов, современных требований к выпускникам ВУЗа.

## **16. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины для преподавателей, образовательные технологии**

Оценочные средства для контроля успеваемости и результатов освоения дисциплины (модуля):

а) для текущей успеваемости: доклад, практические задания, контрольная работа;

б) для самоконтроля обучающихся: тесты;

в) для промежуточной аттестации: вопросы для зачета.

При реализации различных видов учебной работы по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту. Волейбол» используются следующие образовательные технологии:

1) лекции с использованием методов проблемного изложения материала;

2) проведение практико-ориентированных занятий.

№	Занятие в интерактивной форме	Количество часов по заочной форме	
		Лекция	Практ.
1	Тема 1. История волейбола. Виды: Лекция с демонстрацией видеоматериалов (слайды)	1	-
2	Тема 2. Волейбол, как составная часть физического воспитания. Виды: Лекция с демонстрацией видеоматериалов (слайды)	1	-
	Итого:	2	-

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЦЕНТРОСОЮЗА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ КООПЕРАЦИИ»  
КАЗАНСКИЙ КООПЕРАТИВНЫЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)**

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ  
ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО  
ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

**ЭЛЕКТИВНАЯ ДИСЦИПЛИНА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И  
СПОРТУ. ВОЛЕЙБОЛ.**

Направление подготовки: 43.03.01 Сервис  
Направленность: «Сервис транспортных средств»

## 1. Паспорт фонда оценочных средств

### 1.1. Компетенции, формируемые в процессе изучения дисциплины

Индекс	Формулировка компетенции
УК-7	способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности

### 1.2. Сведения об иных дисциплинах (преподаваемых, в том числе, на других кафедрах) участвующих в формировании данных компетенций

#### 1.2.1 Компетенция УК-7 формируется в процессе изучения дисциплин (прохождения практик):

Физическая культура и спорт

Элективная дисциплина по физической культуре и спорту. Легкая атлетика

Элективная дисциплина по физической культуре и спорту. Баскетбол

Элективная дисциплина по физической культуре и спорту. Футбол

Элективная дисциплина по физической культуре и спорту. Адаптивная физическая культура.

### 1.3. Этапы формирования и программа оценивания контролируемой компетенции

№	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Наименование оценочного средства
1.	УК-7	Раздел 1. Развитие основных физических качеств, необходимых для жизнедеятельности и будущей профессии Раздел 2. Прием контрольных тестов для оценки уровня физической и профессионально-прикладной подготовленности Раздел 3. Обучение стойкам и перемещениям волейболиста, совершенствование навыка Раздел 4. Обучение верхней передаче мяча, совершенствование навыка Раздел 5. Обучение нижней передаче мяча, совершенствование навыка Раздел 6. Обучение нижней прямой передаче мяча, совершенствование навыка Раздел 7. Обучение верхней и нижней передаче двумя руками за голову, совершенствование навыка Раздел 8. Обучение отбиванию мяча кулаком от верхнего края сетки Раздел 9. Обучение верхней прямой передаче мяча, совершенствование навыка Раздел 10. Обучение прямому нападающему удару, совершенствование навыка	Доклад Практические задания Контрольная работа

№	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Наименование оценочного средства
		Раздел 11. Одиночное блокирование, совершенствование навыка Раздел 12. Совершенствование изученных приемов в подвижных играх Раздел 13. Совершенствование изученных приемов в учебных играх Раздел 14. Прием контрольных тестов для оценки уровня специальной физической и технической подготовленности	

### **Процедура оценивания**

1. Процедура оценивания результатов освоения программы учебной дисциплины включает в себя оценку уровня сформированности компетенций студента при осуществлении текущего контроля и проведении промежуточной аттестации.

2. Уровень сформированности компетенции (УК-7) определяется по качеству выполненной студентом работы и отражается в следующих формулировках: высокий, хороший, достаточный, недостаточный.

3. При выполнении студентами заданий текущего контроля и промежуточной аттестации оценивается уровень обученности «знать», «уметь», «владеть» в соответствии с запланированными результатами обучения и содержанием рабочей программы дисциплины:

- профессиональные знания студента могут проверяться при ответе на теоретические вопросы, выполнении тестовых заданий, практических работ,
- степень владения профессиональными умениями – при решении ситуационных задач, выполнении практических работ и других заданий.

4. Результаты выполнения заданий фиксируются в баллах в соответствии с показателями и критериями оценивания компетенций. Общее количество баллов складывается из:

- суммы баллов за выполнение практических заданий на выявление уровня обученности «уметь»,
- суммы баллов за выполнение практических заданий на выявление уровня обученности «владеть»,
- суммы баллов за ответы на теоретические и дополнительные вопросы,

5. По итогам текущего контроля и промежуточной аттестации в соответствии с показателями и критериями оценивания компетенций определяется уровень сформированности компетенций студента и выставляется оценка по шкале оценивания.

## 1.4 Показатели и критерии оценивания компетенций, шкала оценивания

Компетенции	Показатели оценивания	Критерии оценивания компетенций				Итого
		Высокий (верно и в полном объеме) - 5 б.	Средний (с незначительными замечаниями) - 4 б.	Низкий (на базовом уровне, с ошибками) - 3 б.	Недостаточный (содержит большое количество ошибок, ответ не дан) – 2 б.	
<i>Теоретические показатели</i>						
УК-7	Знает основы физической культуры и спорта, физического воспитания, самовоспитания и самообразования, физического развития, физической и функциональной подготовленности, психофизической подготовленности; <hr/> <i>Доклад</i>	Верно и в полном объеме знает основы физической культуры и спорта, физического воспитания, самовоспитания и самообразования, физического развития, физической и функциональной подготовленности, психофизической подготовленности	С незначительными замечаниями знает основы физической культуры и спорта, физического воспитания, самовоспитания и самообразования, физического развития, физической и функциональной подготовленности, психофизической подготовленности	На базовом уровне, с ошибками знает основы физической культуры и спорта, физического воспитания, самовоспитания и самообразования, физического развития, физической и функциональной подготовленности, психофизической подготовленности	Не знает основы физической культуры и спорта, физического воспитания, самовоспитания и самообразования, физического развития, физической и функциональной подготовленности, психофизической подготовленности	15
	Знает об организме человека и его функциональных системах, о саморегуляции и совершенствовании организма, адаптации, показателях состояния основных функциональных систем <hr/> <i>Доклад</i>	Верно и в полном объеме знает об организме человека и его функциональных системах, о саморегуляции и совершенствовании организма, адаптации, показателях состояния основных функциональных систем	С незначительными замечаниями знает об организме человека и его функциональных системах, о саморегуляции и совершенствовании организма, адаптации, показателях состояния основных функциональных систем	На базовом уровне, с ошибками знает об организме человека и его функциональных системах, о саморегуляции и совершенствовании организма, адаптации, показателях состояния основных функциональных систем	Не знает об организме человека и его функциональных системах, о саморегуляции и совершенствовании организма, адаптации, показателях состояния основных функциональных систем	
	Знает о здоровье, здоровом образе и стиле жизни, основах жизнедеятельности,	Верно и в полном объеме знает о здоровье, здоровом	С незначительными замечаниями знает о здоровье, здоровом	На базовом уровне, с ошибками знает о здоровье, здоровом	Не знает о здоровье, здоровом образе и стиле жизни, основах	

Компетенции	Показатели оценивания	Критерии оценивания компетенций				Итого
		Высокий (верно и в полном объеме) - 5 б.	Средний (с незначительными замечаниями) - 4 б.	Низкий (на базовом уровне, с ошибками) - 3 б.	Недостаточный (содержит большое количество ошибок, ответ не дан) – 2 б.	
	двигательной активности, способах профилактики заболеваний, долголетие <hr/> <i>Доклад</i>	образе и стиле жизни, основах жизнедеятельности, двигательной активности, способах профилактики заболеваний, долголетие	образе и стиле жизни, основах жизнедеятельности, двигательной активности, способах профилактики заболеваний, долголетие	образе и стиле жизни, основах жизнедеятельности, двигательной активности, способах профилактики заболеваний, долголетие	жизнедеятельности, двигательной активности, способах профилактики заболеваний, долголетие	
<i>Практические показатели</i>						
УК-7	Умеет использовать средства и методы физической культуры в развитии и формировании основных физических качеств <hr/> <i>Практические задания</i>	Верно и в полном объеме может использовать средства и методы физической культуры в развитии и формировании основных физических качеств	С незначительными замечаниями может использовать средства и методы физической культуры в развитии и формировании основных физических качеств	На базовом уровне, с ошибками может использовать средства и методы физической культуры в развитии и формировании основных физических качеств	Не может использовать средства и методы физической культуры в развитии и формировании основных физических качеств	20
	Умеет использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности. <hr/> <i>Практические задания</i>	Верно и в полном объеме может использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.	С незначительными замечаниями может использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.	На базовом уровне, с ошибками может использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.	Не может использовать основы физической культуры для осознанного выбора здоровьесберегающих технологий с учетом внутренних и внешних условий реализации конкретной профессиональной деятельности.	
	Умеет поддерживать должный уровень	Верно и в полном объеме может	С незначительными замечаниями может	На базовом уровне, с ошибками может	Не может поддерживать	

Компетенции	Показатели оценивания	Критерии оценивания компетенций				Итого
		Высокий (верно и в полном объеме) - 5 б.	Средний (с незначительными замечаниями) - 4 б.	Низкий (на базовом уровне, с ошибками) - 3 б.	Недостаточный (содержит большое количество ошибок, ответ не дан) – 2 б.	
	физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности <hr/> <i>Практические задания</i>	поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	
	Умеет использовать знания особенностей функционирования человеческого организма и отдельных его систем под влиянием занятий физической культуры и спорта в различных условиях внешней среды <hr/> <i>Практические задания</i>	Верно и в полном объеме может использовать знания особенностей функционирования человеческого организма и отдельных его систем под влиянием занятий физической культуры и спорта в различных условиях внешней среды	С незначительными замечаниями может использовать знания особенностей функционирования человеческого организма и отдельных его систем под влиянием занятий физической культуры и спорта в различных условиях внешней среды	На базовом уровне, с ошибками может использовать знания особенностей функционирования человеческого организма и отдельных его систем под влиянием занятий физической культуры и спорта в различных условиях внешней среды	Не может использовать знания особенностей функционирования человеческого организма и отдельных его систем под влиянием занятий физической культуры и спорта в различных условиях внешней среды	
<i>Владеет</i>						
УК-7	Владеть жизненно важными умениями и навыками <hr/> <i>Контрольная работа</i>	Верно и в полном объеме владеет жизненно важными умениями и навыками	С незначительными замечаниями владеет жизненно важными умениями и навыками	На базовом уровне, с ошибками владеет жизненно важными умениями и навыками	Не владеет жизненно важными умениями и навыками	20
	Владеть навыками применения средств физической культуры для развития отдельных физических качеств	Верно и в полном объеме владеет навыками применения средств физической культуры для развития	С незначительными замечаниями владеет навыками применения средств физической культуры для развития	На базовом уровне, с ошибками владеет навыками применения средств физической культуры для развития	Не владеет навыками применения средств физической культуры для развития отдельных	



Компетенции	Показатели оценивания	Критерии оценивания компетенций				Итого
		Высокий (верно и в полном объеме) - 5 б.	Средний (с незначительными замечаниями) - 4 б.	Низкий (на базовом уровне, с ошибками) - 3 б.	Недостаточный (содержит большое количество ошибок, ответ не дан) – 2 б.	
	<i>Контрольная работа</i>	отдельных физических качеств	отдельных физических качеств	отдельных физических качеств	физических качеств	
	Владеть навыками применения средств физической культуры для коррекции	Верно и в полном объеме владеет навыками применения средств физической культуры для коррекции	С незначительными замечаниями владеет навыками применения средств физической культуры для коррекции	На базовом уровне, с ошибками владеет навыками применения средств физической культуры для коррекции	Не владеет навыками применения средств физической культуры для коррекции	
	<i>Контрольная работа</i>	отдельных физических качеств	отдельных физических качеств	отдельных физических качеств	физических качеств	
	Владеть навыками индивидуального подхода к применению средств спортивной подготовки; организации и проведения массовых спортивных, спортивно-оздоровительных мероприятий и соревнований по избранным видам спорта	Верно и в полном объеме владеет навыками индивидуального подхода к применению средств спортивной подготовки; организации и проведения массовых спортивных, спортивно-оздоровительных мероприятий и соревнований по избранным видам спорта	С незначительными замечаниями владеет навыками индивидуального подхода к применению средств спортивной подготовки; организации и проведения массовых спортивных, спортивно-оздоровительных мероприятий и соревнований по избранным видам спорта	На базовом уровне, с ошибками владеет навыками индивидуального подхода к применению средств спортивной подготовки; организации и проведения массовых спортивных, спортивно-оздоровительных мероприятий и соревнований по избранным видам спорта	Не владеет навыками индивидуального подхода к применению средств спортивной подготовки; организации и проведения массовых спортивных, спортивно-оздоровительных мероприятий и соревнований по избранным видам спорта	
	<i>Контрольная работа</i>	отдельных физических качеств	отдельных физических качеств	отдельных физических качеств	физических качеств	
	<i>ВСЕГО:</i>					55

### Шкала оценивания:

Оценка	Баллы	Уровень сформированности компетенции
Зачтено	31-55	достаточный
Не зачтено	30 и менее	недостаточный

## **2. Типовые контрольные задания для оценки результатов обучения по дисциплине и иные материалы для подготовки к промежуточной аттестации**

### **2.1. Материалы для подготовки к промежуточной аттестации**

#### **Вопросы к зачету:**

1. История возникновения волейбола.
2. Развитие отечественного волейбола.
3. Эволюция правил игры в волейбол.
4. Поддачи (виды подач, анализ техники, методика обучения, тактика применения подач).
5. Перемещения и стойки в волейболе (способы, виды, анализ).
6. Анализ техники и методика обучения передачи мяча сверху двумя руками.
7. Анализ техники и методика обучения приему и передачи мяча снизу двумя руками.
8. Анализ техники и методика обучения нападающему удару.
9. Анализ техники и методика обучения блокированию.
10. Система игры в нападении с первой передачи (откидки).
11. Система игры в нападении со второй передачи входящего игрока второй линии.
12. Система игры в нападении со строй передачи игрока 1-й линии.
13. Система игры в защите «углом вперед».
14. Система игры в защите «углом назад».
15. Классификация средств (физических упражнений) в системе подготовки волейболистов.
16. Общие положения физической подготовки. Характеристика игровой деятельности волейболистов
17. Сущность игры в волейбол (размеры площадки, стойка и сетка, основные игровые зоны, мяч, вес, размер).
18. Обязанности игроков и тренеров.
19. Положение о соревнованиях.
20. Организация соревнования (календарь, заявки, протокол).
21. Права и обязанности главного судьи соревнований.
22. Права и обязанности главного секретаря соревнований.
23. Права и обязанности первого судьи.
24. Права и обязанности второго судьи.
25. Права и обязанности судьи/секретаря. Ведение технического протокола.
26. Официальные процедуры.
27. Жесты судей.
28. Способы проведения соревнований.

## Типовые практические контрольные задания по волейболу

### Практические контрольные нормативы (1-2 курс)

1. – Техника и точность выполнения верхней передачи в круге R= 1,5 м. (количество раз):  
«отлично» - 20, «хорошо» - 18, «удовлетворительно» - 15.
2. - Техника и точность выполнения нижней передачи в круге R= 1,5 м. (количество раз):  
«отлично» - 20, «хорошо» - 18, «удовлетворительно» - 15.
3. - Техника выполнения нападающих ударов (количество раз из 4 зоны в любую зону на противоположной стороне площадки из 6-ти н/у):  
«отлично» - 6, «хорошо» - 5, «удовлетворительно» - 4.
4. - Техника выполнения верхней прямой подачи (количество раз из 10 подач):  
«отлично» - 9, «хорошо» - 7, «удовлетворительно» - 5.
5. - Учебно-тренировочные игры (в качестве игрока и в составе судейской бригады) (из 3 – х игр):  
«отлично» - 3, «хорошо» - 2, «удовлетворительно» - 1.

### **Критерии оценки**

- «отлично» - 3 балла;
- «хорошо» - 2 балла;
- «удовлетворительно» - 1 балл.

### Практические контрольные нормативы (3 курс)

1. - Техника и точность выполнения верхней передачи после перемещений (количество раз):  
«отлично» - 20, «хорошо» - 18, «удовлетворительно» - 15.
2. - Техника и точность выполнения доводки (нижняя передача), (количество раз из 10 приемов: 5 – в первой зоне, 5 – в пятой зоне).  
«отлично» - 8, «хорошо» - 6, «удовлетворительно» - 4.
3. - Техника и точность выполнения нападающих ударов (количество раз из 9 н/у: из зон 4-3-2-3-4-3-2-3-4):  
«отлично» - 8, «хорошо» - 6, «удовлетворительно» - 4.
4. - Техника и точность выполнения верхней прямой подачи (по заданию) (количество раз из 10 подач: 5 – в первую зону, 5 – в пятую зону):  
«отлично» - 9, «хорошо» - 7, «удовлетворительно» - 5.
5. - Техника выполнения и количество защитных действий (количество раз: 3 – в пятой зоне, 3 – в шестой зоне, 3 – в первой зоне):  
«отлично» - 7, «хорошо» - 5, «удовлетворительно» - 3.
6. - Учебно-тренировочные игры (в качестве игрока и в составе судейской бригады) (из 3 – х игр):

«отлично» - 3, «хорошо» - 2, «удовлетворительно» - 1

### **Критерии оценки**

«отлично» - 3 балла;

«хорошо» - 2 балла;

«удовлетворительно» - 1 балл.

**Образцы тестовых заданий для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины, а также для контроля самостоятельной работы:**

1. Какую стойку принимает волейболист при игре в защите
  - а) игрок находится в высокой стойке, туловище сильно наклонено вперед.
  - б) игрок находится в полуприседе, туловище слегка наклонено вперед.
  - в) игрок находится в полуприседе, туловище сильно наклонено вперед.
  - г) игрок находится в высокой стойке, туловище отклонено назад.
  
2. Какого из перечисленных блокирований не существует в волейболе?
  - а) одиночное
  - б) двойное
  - в) тройное
  - г) смешанное
  
3. Назовите правильную последовательность при обучении игровым приемам волейбола.
  - а) общее ознакомление; выполнение в упрощенных условиях; совершенствование приема в игре
  - б) выполнение; совершенствование в игре
  - в) ознакомление и совершенствование в игре
  - г) выполнение в игре.
  
4. Что не относится к словесному методу обучения в волейболе?
  - а) беседа
  - б) рассказ
  - в) объяснение
  - г) показ
  
5. Сколько перерывов имеет каждая команда?
  - а) 3
  - б) 1
  - в) 2
  - г) 4
  
6. Сколько длится один перерыв в волейболе?

- а) 1 мин
- б) 30 сек
- в) 40 сек
- г) 1,5 мин

7. Назовите технические элементы волейбола, где ловкость спортсменом не применяется.

- а) нападающий удар
- б) подача
- в) блокирование
- г) игра в защите

8. Назовите технический элемент, где прыгучесть наиболее важна и необходима.

- а) подачи и вторая передача
- б) блокирование и подача
- в) вторая передача и блокирование
- г) нападающий удар и блокирование

9. Что не относится к тактической подготовке волейболиста?

- а) чтение литературы по технике волейбола
- б) выработка умения распределить свои силы в игре и период соревнований.
- в) беседы с тренерами коллегами по команде о тактике
- г) анализ своих выступлений в соревнованиях

### **Литература для подготовки к зачету:**

а) нормативные документы:

Федеральный закон от 04.12.2007 N 329-ФЗ (ред. от 03.07.2016) "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" - Консультант Плюс. [Электрон. ресурс].

б) основная литература:

Физическая культура и спорт : учебно-методическое пособие, квалификация (степень) выпускника «бакалавр» / авт.-сост. : Н. А. Лопатин, А. И. Шульгин ; Кемеров. гос. ин-т культуры. - Кемерово : Кемеров. гос. ин-т культуры, 2019. - 99 с. - ISBN 978-5-8154-0493-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1154343> (дата обращения: 11.10.2020). – Режим доступа: по подписке.

в) дополнительная литература:

Физическая культура : учебное пособие / Н. В. Чертов. - Ростов-на-Дону : Издательство ЮФУ, 2012. - 118 с. - ISBN 978-5-9275-0896-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/551007> (дата

обращения: 11.10.2020). – Режим доступа: по подписке.

**Промежуточная аттестация**  
**Комплект билетов для проведения промежуточной аттестации**

АВТНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЦЕНТРОСОЮЗА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ КООПЕРАЦИИ»  
**КАЗАНСКИЙ КООПЕРАТИВНЫЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)**

Направление подготовки: 43.03.01 Сервис

Направленность: «Сервис транспортных средств»

Дисциплина: «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту. Волейбол»

**БИЛЕТ № 1**

1. Возникновение и развитие волейбола.
2. Современный волейбол и прогноз его дальнейшего развития.
3. Техника и совершенствование стоек и перемещений.

**БИЛЕТ № 2**

1. Техника и совершенствование подач.
2. Техника и совершенствование передачи сверху двумя руками в опорном положении и в падении.
3. Техника и совершенствование передачи сверху одной и двумя руками в прыжке.

**БИЛЕТ № 3**

1. Техника и совершенствование передачи снизу одной и двумя руками в опорном положении.
2. Техника и совершенствование приема мяча снизу одной и двумя руками в падении.
3. Техника и совершенствование прямого нападающего удара.

**БИЛЕТ № 4**

1. Техника и совершенствование бокового нападающего удара.
2. Техника и совершенствование нападающего удара с переводом.
3. Техника и совершенствование блокирования.

**БИЛЕТ № 5**

1. Общие положения и классификация техники игры.
2. Основные понятия тактики игры, функции игроков и комплектование команды.
3. Классификация тактики игры.

### **БИЛЕТ № 6**

1. Цель и задачи тактической подготовки. Контроль тактической подготовки.
2. Тактика приема подач и нападающих ударов.
3. Тактика одиночного блокирования.

### **БИЛЕТ № 7**

1. Тактика взаимодействий игроков при нападающих ударах.
2. Тактика взаимодействий игроков при передачах.
3. Тактика взаимодействий блокирующих игроков.

### **БИЛЕТ № 8**

1. Тактика взаимодействий защитников между собой.
2. Тактика взаимодействий защитников со страхующими.
3. Тактика взаимодействий защитников с блокирующими.

### **БИЛЕТ № 9**

1. Тактика взаимодействий защитников и страхующих с блокирующими.
2. Тренировка в системе подготовки волейболистов. Принципы и закономерности спортивной тренировки.
3. Содержание спортивной тренировки волейболистов, формирование двигательных навыков и этапы обучения.

### **БИЛЕТ № 10**

1. Классификация средств (физических упражнений) в системе подготовки волейболистов.
2. Общие положения физической подготовки. Характеристика игровой деятельности волейболистов
3. Эволюция правил соревнований.

### **БИЛЕТ № 11**

1. Организация соревнований по волейболу.
2. Положение о соревнованиях. Подготовка к игре (жеребьевка и разминка у сетки).
3. Права и обязанности главного судьи соревнований.

### **БИЛЕТ № 12**

1. Права и обязанности главного секретаря соревнований.
2. Права и обязанности первого судьи.
3. Права и обязанности второго судьи.

### **БИЛЕТ № 13**

1. Права и обязанности судьи/секретаря. Ведение технического протокола.
2. Судейская бригада. Официальные процедуры, жесты судей.
3. Круговой способ проведения соревнований.



### **БИЛЕТ № 14**

1. Способы проведения соревнований с выбыванием.
2. Правила поведения участников соревнований. Ошибки и наказания.
3. Особенности тренировки команд мастеров и сборных команд.

**Промежуточная аттестация**  
**Комплект тестовых заданий для проведения зачета по дисциплине**

АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЦЕНТРОСОЮЗА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ КООПЕРАЦИИ»  
**КАЗАНСКИЙ КООПЕРАТИВНЫЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)**

Направление подготовки: 43.03.01 Сервис

Направленность: «Сервис транспортных средств»

Дисциплина: «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту. Волейбол»

Тестовые задания для проверки уровня обученности ЗНАТЬ:

1. Какое действие является нарушением правил при подаче мяча?
  - а) игрок ударил несколько раз мячом об пол;
  - б) заступил ногой пространство площадки;
  - в) выполнил прыжок перед подачей;
  - г) подачу подавал за 2 метра от площадки.
  
2. Какие действия при розыгрыше мяча являются не ошибочными?
  - а) касание сетки игроком, выполняющим активное игровое действие;
  - б) заступ игрока задней линии трехметровой линии при атаке;
  - в) двойное касание или задержка мяча;
  - г) касание сетки мячом.
  
3. Сколько очков необходимо набрать команде, чтобы выиграть I и II партию в волейболе?
  - а) 30
  - б) 35
  - в) 25
  - г) 40
  
4. Какова высота волейбольной сетки на женских соревнованиях?
  - а) 2.24;
  - б) 2.28;
  - в) 2.30;
  - г) 2.35.
  
5. В волейбол играют мячом весом:
  - а) 260-280 г.
  - б) 290-300 г.
  - в) 310-330 г.

г) 340-350 г.

6. Сколько касаний разрешается выполнять при розыгрыше мяча?

а) 3;

б) 4;

в) 6;

г) 8.

7. Когда и где проходил первый в истории олимпийский волейбольный турнир?

а) 1980 на Играх XXII Олимпиады в Москве;

б) 1964 год на Играх VIII Олимпиады в Токио;

в) 1968 год на Играх XIX Олимпиады в Мехико;

г) 1952 год на Играх XV Олимпиады в Хельсине.

8. По истечению скольких секунд при подаче мяч передается другой команде?

а) 3;

б) 4;

в) 6;

г) 8.

Тестовые задания для проверки уровня обученности УМЕТЬ, ВЛАДЕТЬ:

1. Каким образом игроки переходят из одной зоны в другую?

а) против часовой стрелки;

б) по часовой стрелке;

в) хаотично;

г) куда покажет судья.

2. Может ли игрок в 3 зоне принять мяч после подачи?

а) нет, не может;

б) мяч могут принять только игроки в 5,6 и 1 зоне;

в) любой игрок может принять мяч;

г) да, может.

3. Как называется действие игрока позволяющий оставить мяч в игре после подачи?

а) касание мяча;

б) прием мяча;

в) отбивание мяча;

г) бросок.

4. Цель игры в три касания?

- а) таковы правила игры;
- б) для разыгрывания мяч;
- в) подготовка к нападающему удару;
- г) запутать соперника.

5. Как называется свободный защитник?

- а) Фигаро;
- б) Либеро;
- в) Лимеро;
- г) Лидеро.

6. Какова высота волейбольной сетки на мужских соревнованиях?

- а) 2.28;
- б) 2.36;
- в) 2.40;
- г) 2.43.

7. Партия считается выигранной, если:

- а) команда первая набирает 30 очков;
- б) команда первая набирает 15 очков с преимуществом минимум 2 очка;
- в) команда, которая больше наберет очков за определенное время;
- г) команда первая набирает 25 очков с преимуществом минимум 2 очка.

### **2.3. Критерии оценки для проведения зачета по дисциплине**

Оценка «зачтено» выставляется студенту, если:

1. Студент в течение семестра посещал лекции и практические занятия.
2. Студент выполнил все домашние задания ведущего преподавателя.
3. Студент выполнил программу СРС в полном объеме.
4. На зачете студент показал высокий, средний или низкий уровень сформированности компетенции, знание материала, вынесенного на зачетную сессию, понимание теоретических основ принятия управленческих решений; понятий и методов, определяющих процессы принятия решений; инструменты и средства обоснования и поддержки управленческих решений.

Оценка «не зачтено» выставляется студенту, если он показал недостаточный уровень сформированности компетенции, не выполнил домашние задания, программу СРС, дал неправильный ответ хотя бы на один из основных вопросов, сделал большое количество ошибок в ответе, не понимает сущности излагаемых вопросов; дает неуверенные и неточные ответы на дополнительные вопросы.

## **2.4. Методические материалы, определяющие процедуру оценивания по дисциплине**

Общая процедура оценивания определена Положением о фондах оценочных средств.

1. Процедура оценивания результатов освоения программы дисциплины включает в себя оценку уровня сформированности общекультурных и профессиональных компетенций студента, уровней обученности: «знать», «уметь», «владеть».

2. При сдаче зачета:

– профессиональные знания студента могут проверяться при ответе на теоретические вопросы, при выполнении тестовых заданий, практических работ;

– степень владения профессиональными умениями, уровень сформированности компетенций (элементов компетенций) – при решении ситуационных задач, выполнении практических работ и других заданий.

3. Результаты промежуточной аттестации фиксируются в баллах. Общее количество баллов складывается из следующего:

- до 60% от общей оценки за выполнение практических заданий,
- до 30% оценки за ответы на теоретические вопросы,
- до 10% оценки за ответы на дополнительные вопросы.

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЦЕНТРОСОЮЗА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ КООПЕРАЦИИ»  
КАЗАНСКИЙ КООПЕРАТИВНЫЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)**

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО  
КОНТРОЛЯ И ТЕКУЩЕЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ  
(МОДУЛЮ)**

**ЭЛЕКТИВНАЯ ДИСЦИПЛИНА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И  
СПОРТУ. ВОЛЕЙБОЛ.**

Направление подготовки: 43.03.01 Сервис  
Направленность: «Сервис транспортных средств»

## 1. Материалы для текущего контроля

АВТНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЦЕНТРОСОЮЗА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ КООПЕРАЦИИ»  
КАЗАНСКИЙ КООПЕРАТИВНЫЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)

### КОМПЛЕКТ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАДАНИЙ

по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту.  
Волейбол»

Таблица балльно-рейтинговой системы оценки физической  
подготовленности студентов

#### I КУРС

Волейбол				
Подача мяча любым способом через сетку с лицевой линии из 5-ти раз	Приём-передача мяча над собой			
	верх.		ниж.	
	юн.	дев.	юн.	дев.
5	25	17	17	12
4	20	15	15	10
3	17	12	12	8
2	14	9	9	6
1	10	6	6	4

#### Критерии оценки:

- оценка «отлично» выставляется студенту, если задание выполнено верно и в полном объеме;
- оценка «хорошо» выставляется студенту, если задание выполнено с незначительными замечаниями;
- оценка «удовлетворительно» выставляется, если задание выполнено на базовом уровне, но с ошибками;
- оценка «неудовлетворительно» выставляется, если содержится большое количество ошибок, задание не выполнено.

АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЦЕНТРОСОЮЗА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ КООПЕРАЦИИ»  
КАЗАНСКИЙ КООПЕРАТИВНЫЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)

**ТЕМЫ ДОКЛАДОВ**

(для студентов, освобожденных по состоянию здоровья от практических занятий)

по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту.  
Волейбол»

1. Воспитание силы у волейболистов
2. Воспитание ловкости у волейболистов.
3. Воспитание гибкости у волейболистов.
4. Воспитание быстроты у волейболистов.
5. Передача мяча двумя руками сверху в волейболе. Техника, методика обучения
6. Прием, передача мяча двумя руками снизу в волейболе.
7. Передачи мяча в волейболе. Их разновидности. Методика совершенствования.
8. Верхняя прямая подача мяча в волейболе. Техника выполнения, методика совершенствования.
9. Прямой нападающий удар в волейболе. Техника выполнения, методика обучения.
10. Блок. Техника выполнения, методика обучения.
11. Индивидуальные действия в нападении. Методика обучения.
12. Групповые взаимодействия в нападении. Методика обучения
13. Командные в действия нападении.
14. Система игры с выходящим связующим из зоны.
15. Командные действия в нападении. Система игры с выходящим связующим из-за игрока.
16. Расстановка игроков принимающей подачу команды.
17. Индивидуальные действия в защите. Методика обучения.
18. Индивидуальные взаимодействия в защите. Методика обучения.
19. Командные действия в защите. Система игры углом вперед.
20. Командные действия в защите. Система игры углом назад.

**Критерии оценки:**

- оценка «отлично» выставляется студенту, если задание выполнено верно и в полном объеме;
- оценка «хорошо» выставляется студенту, если задание выполнено с



незначительными замечаниями;

- оценка «удовлетворительно» выставляется, если задание выполнено на базовом уровне, но с ошибками;

- оценка «неудовлетворительно» выставляется, если содержится большое количество ошибок, задание не выполнено.

АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ЦЕНТРОСОЮЗА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ КООПЕРАЦИИ»  
КАЗАНСКИЙ КООПЕРАТИВНЫЙ ИНСТИТУТ (ФИЛИАЛ)

**КОМПЛЕКТ ВОПРОСОВ ДЛЯ КОНТРОЛЬНОЙ РАБОТЫ  
(в форме тестирования)**

по дисциплине «Элективная дисциплина по физической культуре и спорту.  
Волейбол»

**Бланковое тестирование  
Инструкция**

Перед вами написан ряд вопросов с несколькими вариантами ответов. Внимательно прочтите и ответьте на каждый из них. Сосредоточьтесь и в бланке поставьте ту букву, которая, на ваш взгляд, соответствует правильному ответу. Зачеркивать и исправлять в бланке нельзя. Время проведения тестирования 20 минут.

Ф.И.О. \_\_\_\_\_

Дата заполнения \_\_\_\_\_

Группа \_\_\_\_\_

1. Год восьмидесятилетия российского (Советского) волейбола:

- а) 1995г
- б) 2000г
- в) 2003г
- г) 2006г

2. Разновидность волейбола с двумя игроками в команде:

- а) песочный волейбол
- б) летний волейбол
- в) мини волейбол
- г) пляжный волейбол

3. Вид подготовки волейболистов:

- а) техническая
- б) тактическая
- в) командная
- г) игровая

4. Изобретатель игры с мячом через сетку «минтонетт»:

- а) Д. Крокер

- б) А. Романов
- в) Уильям Дж. Морган
- г) Генри Морган

5. Олимпиада, впервые проводившая соревнования по волейболу:

- а) с 1996 (игры XXVI Олимпиады, Атланта, США)
- б) с 1972 (игры XX Олимпиады)
- в) с 1964 (игры XVIII Олимпиады, Токио, Япония)
- г) с 1936 (игры XI Олимпиады, Берлин, ГДР)

6. Тактические действия в волейболе:

- а) индивидуальные
- б) групповые
- в) личные
- г) командные

7. Индивидуальные действия игрока в защите – это ...

- а) действия с мячом
- б) противодействия с мячом
- в) действия с другими игроками
- г) действия с тренером

8. Система игры в защите – это ...

- а) страховка блокирующего игрока
- б) страховка двумя игроками передней линии
- в) страховка всеми игроками команды
- г) страховка игроком передней линии

9. Первый президент Международной федерации волейбола:

- а) Поль Либо
- б) Николай Карполь
- в) Рубен Акоста
- г) Антонио Самаранч

10. Соревнования, входящие в современную систему соревнований Международной федерации волейбола:

- а) Олимпийские игры в рамках летних игр, один раз в 4 года
- б) Чемпионат Мира один раз в 4 года
- в) Гран При ежегодно 1993 для сильнейших жен. команд мира
- г) Кубок Европейских Чемпионов

11. Официальная дата рождения советского волейбола:

- а) 16 ноября 1903 года
- б) 28 июня 1923 года
- в) 7 января 1937 года

г) 18 марта 1948 года

12. Звание, учрежденное в 1965 году:

- а) «Мастер спорта СССР»
- б) «Мастер спорта СССР международного класса»
- в) «Заслуженный мастер спорта СССР»
- г) «Кандидат в мастера спорта СССР»

13. Тактические действия в нападении:

- а) высоко
- б) просто
- в) первым темпом
- г) вторым темпом

14. «Волна» - это ...

- а) удар с укороченной передачи вдоль сетки на высоте, не выше полутора метров
- б) удар по мячу в момент появления его над сеткой
- в) удар, когда оба нападающих выходят обычно в одну зону и передача выполняется вдоль сетки
- г) удар «вторым прыжком» перед пасующим игроком или сзади него

15. Функции игроков в волейболе:

- а) нападающий
- б) подбирающий
- в) защитник
- г) страхующий
- д) разводящий

16. Назовите последовательность «Разбора игры» в волейболе:

- а) анализируют выполнение индивидуальных заданий
- б) оценивают силы противника
- в) беседуют об эффективности игры
- г) отмечают правильность действий тренера

17. Стартовые стойки игроков:

- а) по степени сгибания рук в локтях
- б) по степени сгибания ног в голеностопе
- в) по степени наклона головы
- г) по степени сгибания ног в коленях

18. Приемы защиты в волейболе:

- а) блок
- б) прием мяча двумя руками сверху
- в) подача

г) прием мяча двумя руками снизу

**Критерии оценки:**

- оценка «отлично» выставляется студенту, если задание выполнено верно и в полном объеме;
- оценка «хорошо» выставляется студенту, если задание выполнено с незначительными замечаниями;
- оценка «удовлетворительно» выставляется, если задание выполнено на базовом уровне, но с ошибками;
- оценка «неудовлетворительно» выставляется, если содержится большое количество ошибок, задание не выполнено.