**1. Тема: «Волейбол – верхний, нижний прием мяча»**

Просмотр видео по ссылкам:

<https://yandex.ru/video/preview/3787605933490244742>

<https://yandex.ru/video/preview/9321356617394112010>

<https://yandex.ru/video/preview/16151084188268333705>

**Тема: «Волейбол – подача мяча»**

Просмотр видео по ссылкам:

<https://yandex.ru/video/preview/700980402908302591>

**Тема: «Волейбол – нападающий удар»**

<https://yandex.ru/video/preview/14501636474654503846>

**Тема: «Волейбол – игра в защите»**

<https://yandex.ru/video/preview/11915246997085350542>

**2.** После просмотра видео, пройти онлайн тест на знание правил волейбола, результат прислать на почту [**LapeschkoA@mail.ru**](mailto:LapeschkoA@mail.ru) (скрин результата, где указана ваша оценка)

<https://onlinetestpad.com/ru/test/604152-test-na-znanie-pravil-volejbola>

**Пример скрина**



**3. Пройдите тест 2 на знание волейбола**

**Тест по теме: “Волейбол”**

**1. Либеро может:**  
а) ставить блоки  
б) осуществлять переход  
в) проводить атаки  
г) принимать подачу.

**2. Как в волейболе называется нарушение правил?**  
а) фол  
б) касание рукой соперника  
в) касание рукой пола

**3. Кто такой либеро?**а) судья;  
б) игрок;  
в) тренер.

**4. Является создателем волейбола:**  
а) Джордж Майкен  
б) Д.Фрейзер  
в) Уильям Дж. Морган

**5. Часто при неправильном приеме мяча сверху происходит растяжение мышц (связок) большого пальца руки. Выберите, что нельзя делать при оказании первой доврачебной помощи:**  
а) Охлаждать поврежденный сустав  
б) Согревать поврежденный сустав  
в) Обратиться к врачу

**6. Выберите вариант, в котором верно указаны размер волейбольной площадки и названия линий:**  
а) 18 х 9 м, лицевая, боковая, средняя, нападения  
б) 24 х 14 м, лицевая, боковая, средняя, нападения, трёхочковая  
в) 18 х 9 м, средняя, боковая, штрафная, линия защиты  
г) 18 х 15 м, лицевая, боковая, средняя, трёхочковая, штрафная

**7. Выберите, когда партия считается выигранной:**  
а) если команда первая набирает 15 очков с преимуществом минимум 2 очка  
б) если команда первая набирает 30 очков  
в) если команда первая набирает 25 очков с преимуществом минимум 2 очка

**8. Выберите, сколько касаний мяча разрешается на площадке:**  
а) 2  
б) 3  
в) 1

**9. Определите, сколько еще касаний мяча может сделать принимающая подачу команда, если прием мяча с подачи считать первым касанием:**  
а) Одно  
б) Два  
в) Три

**10. Команда волейболистов в составе 5 человек допускаятся до участия в соревнованиях. Верно ли это?**  
а) Да  
б) Нет

11. Какая сетка используется при игре в волейбол?  
а) в форме кольца  
б) в форме ворот  
в) сетка по центру разделяющая площадку

**12. Выберите, что из данного является нарушением правил при розыгрыше:**  
а) офсайт  
б) касание любой части сетки игроком+  
в) двойное ведение

**13. Существует следующая разновидность волейбола:**  
а) пионербол  
б) мотобол  
в) гандбол

**14. Сколько всего партий в волейболе?**  
а) 2  
б) 3-5(при тай-бреке)  
в) 4

**15. Время одной партии по волейболу:**  
а) 15 минут  
б) 45 минут  
в) не ограниченно

**16. Какая должна быть высота сетки у мужчин?**а) 2.43  
б) 2.50  
в) 2.20

**17. Переход игроков осуществляется против часовой стрелки. Так ли это?**  
а) да  
б) нет

**18. Определите, как игроку помогает стойка волейболиста:**  
а) быстро переместиться «под мяч»  
б) следить за полетом мяча  
в) выполнить нападающий удар

**19. Какая должна быть высота сетки у женщин?**  
а) 2.34  
б) 2.14  
в) 2.24

**20. \_\_\_ ступени выделяют в достижении спортивного результата в волейболе.**  
а) 2  
б) 3

**21. Моделирование в волейболе это:**  
а) тактика действий команды на конкретную игру  
б) тактика действий сильнейших игроков команды  
в) выражение конечного состояния отдельных волейболистов и команды в целом +

**22. Определите, что является обязательным условием правильного выполнения верхней передачи мяча:**  
а) прием игроком стойки волейболиста  
б) своевременный выход игрока под мяч и выбор исходного положения+  
в) своевременное сгибание и разгибание ног

**23. Выберите, как заканчивается передача при верхней передаче мяча на большое расстояние:**  
а) коротким движением рук и полным выпрямлением ног;  
б) полусогнутыми руками;  
в) полным выпрямлением рук и ног.

**24. Каким образом должно происходить соприкосновение пальцев с мячом при приеме мяча сверху?**  
а) на уровне верхней части лица в 15-20 см от него  
б) на расстоянии 30-40 см выше головы  
в) на уровне груди

**25. Выберите, что не является ошибкой при приеме мяча сверху:**а) Прием на выставленные вперед большие пальцы рук  
б) Прием на кисти рук, поставленные параллельно друг другу  
в) Прием на все пальцы рук

**26. Способ приема мяча, который следует применить, если подача сильная и мяч немного не долетает до игрока:**  
а) Сверху двумя руками  
б) Снизу двумя руками  
в) Одной рукой снизу

**27. Что нужно, чтобы правильно воздействовать на мяч при передаче снизу партнеру?**  
а) надо ударить по мячу прямыми руками  
б) надо подойти под мяч и воздействовать на мяч ногами и прямыми руками, учитывая силу полета мяча  
в) надо подойти под мяч и сыграть за счет ног

**28. Из какого количества партий состоит игра на крупных соревнованиях по волейболу?**  
а) двух партий  
б) трех партий  
в) пяти партий

**29. Определите, до скольких очков ведется счет в решающей (3-й или 5-й) партии:**  
а) До 15 очков  
б) До 20 очков  
в) До 25 очков

**30. Выберите, сколько игроков может быть на площадке во время игры в одной команде:**  
а) 5  
б) 6  
в) 8

**Ответы на тест приносим на следующее занятие, написанные на листке.**