**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** (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.**