

**Задание по физической культуре для дистанционного обучения
для групп Э-21**

дистанционное занятие 8.12.23

Тема: Волейбол

Задание №1 Ответить на вопросы по тесту письменно в тетради (тест см. ниже)

Задание №2 Просмотреть профессиональную игру в волейбол или лучшие момент в волейболе.

Задание №3 Выполнить контрольное упражнение записать в таблицу

Таблица №1


«Таблицу заполнять на отдельном листке в тетради или на листке А-4 (можно начертить самостоятельно от руки)»

Не терять.

(За контрольные упражнения студенты получают дополнительные оценки в журнал, при выполнении и выборочном контроле.)

Студенты, имеющие освобождения от физической культуры, это задание не делают, если есть медицинские противопоказания.

Все остальные студенты выполняют задание в полном объеме.

Ф.И.О. студента, группа Иванов Андрей Петрович группа		
число	Контрольные, тестовые упражнения	результат
	 <p>Выполнить упражнение «пресс» в течение 30 секунд девушки; 1 минута юноши</p>	Записать свой результат

Ответить на вопросы по тесту письменно в тетради

Тестовые задания по теме «Волейбол»

1 - Какое максимальное количество игроков может находиться на площадке в волейболе?

а) 6 б) 9 в) 12

2- Кто основал игру «волейбол»?

- а) Альфред Холстед
- б) Вильям Морган
- в) Джеймс Нейсмит

3 - Какая страна считается родиной волейбола?

- а) Россия
- б) США
- в) Япония

4- Какие действия являются 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

5 - Сколько очков необходимо набрать команде, чтобы выиграть партию в волейболе?

- А) 30 Б) 15 В) 25 Г) 28

6 .Какова высота волейбольной сетки на мужских соревнованиях?

- А) 2.28
- Б) 2.36
- В) 2.40
- Г) 2.43

7. Игра в волейбол ведётся на прямоугольной площадке размером

- А) 19 x 8
- Б) 19 x10
- В) 18 x 9

Г) 18 x 10

8. На сколько зон условно разделена площадка при игре в волейбол?

А) 6

Б) 12

В) 5

Г) 9

9. До скольких очков играют пятую (тай-брейковую) партию?

А) 25

Б) 15

В) 30

Г) 35

10. Сколько касаний разрешается выполнять при розыгрыше мяча одной команде?

А) 2 Б) 3 В) 4 Г) 5

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

А) против часовой стрелки

Б) по часовой стрелке

В) хаотично

Г) куда покажет судья

12 – Какое количество выигранных партий необходимо команде для победы в матче?

а) 2 б) 3 в) 4 г) 5

13 - Сколько секунд отводится на подачу игроку?

а) 5 б) 6 в) 8 г) 10

14 - Либоро – это...

- а) разыгрывающий игрок
- б) нападающий игрок
- в) игрок зоны защиты
- г) тренер

15 - Из 1 зоны игрок переходит в....

- а) 3 б) 4 в) 2 г) 6

16 - Как дословно переводится слово «волейбол» с английского языка?

- А) падающий мяч;
- Б) летающий мяч;
- В) планирующий мяч.

17. Какова высота волейбольной сетки на женских соревнованиях?

- А) 2.24
- Б) 2.26
- В) 2.38
- Г) 2.43

18. Игроку зоны защиты можно выполнять нападающий удар из:

- А) 1 зоны
- Б) 2 зоны
- В) 3 зоны
- Г) 4 зона

19. Игрок какой зоны выполняет подачу?

- А) 6 Б) 1 В) 2 Г) 5

20. Сколько игроков одной команды записано в протоколе игры?

- А) 10 Б) 12 В) 14 Г) 16

