

**Оценка освоения дополнительной общеобразовательной  
общеразвивающей программы  
Секция «Волейбол» (девушки)**

**1.1. Вопросы по темам**

***1.1.1. История развития волейбола. Общие основы волейбола.***

- 1) Кто придумал игру в волейбол?
- 2) Как дословно переводится слово «волейбол» с английского языка?
- 3) Когда была создана Международная федерация волейбола?
- 4) Команды каких стран стали первыми олимпийскими чемпионами по волейболу среди мужчин и среди женщин?
- 5) Когда были приняты первые правила игры в волейбол и когда изготовлен первый волейбольный мяч?
- 6) В каком году Международный олимпийский комитет признал волейбол олимпийским видом спорта?
- 7) Сколько игроков играет в команде по пляжному волейболу?
- 8) Когда наши волейболисты впервые выступили в международных соревнованиях?
- 9) Какая российская мужская волейбольная команда в 1990—2004 гг. выступала на соревнованиях наиболее удачно?
- 10) Какое место заняли российские волейболистки на Олимпийских играх 2004 г. в Афинах?

***1.1.2. Техника безопасности. Профилактика травматизма***

- 1) Что такое травма?
- 2) Виды травм.
- 3) Перечислите наиболее травмоопасные виды спорта, спортивные снаряды.
- 4) Назовите основные причины травматизма.
- 5) Как избежать травмы при занятиях физкультурой и спортом?
- 6) Перечислите основные задачи предупреждения спортивного травматизма.
- 7) Каковы общие правила профилактики травматизма?
- 8) Кто осуществляет контроль за соблюдением правил техники безопасности на занятиях?

9) Принципы оказания первой помощи при ушибах, переломах, кровотечениях.

10) Особенности оказания первой помощи при травмах позвоночника.

### ***1.1.3. Правила игры в волейбол и методика судейства.***

1) Как называется система действий в защите волейбольной команды, когда основные страхующие действия осуществляют игроки первой или пятой зоны?

2) Какие индивидуальные действия может осуществлять волейболист в защите?

3) Какие размеры имеет площадка для игры в волейбол?

4) Где находятся зоны подачи при игре в волейбол?

5) Где находится зона замены игроков на волейбольной площадке?

6) На какой высоте устанавливают верхний край волейбольной сетки для мужчин и женщин?

7) Сколько волейболистов должно быть на площадке во время игры?

8) Может ли «либеро» (специализированный игрок в защите) быть капитаном волейбольной команды?

9) Сколько замен может произвести волейбольная команда в каждой партии?

10) В каких случаях волейбольная команда получает очко?

11) Сколько очков необходимо набрать волейбольной команде, чтобы выиграть партию?

12) Сколько очков необходимо набрать в пятой партии для победы при счете партий 2:2?

### ***1.1.4. Техническая подготовка волейболистов.***

1) На какие две основные части подразделяют технику игры в волейбол?

2) Какие технические приемы выделяют в перемещениях по волейбольной площадке?

3) Какие элементы включает в себя техника нападения в волейболе?

4) Какие технические приемы используют волейболисты в защите?

5) Какие из подач в волейболе выполняют, применяя удар выше оси плечевого сустава игрока?

6) Что такое нападающий удар в волейболе?

7) Какими способами выполняют блок в волейболе?

8) С использованием каких систем игры выполняют командные действия волейболисты в нападении?

9) Какие системы командной игры используют волейболисты в защите?

10) Что такое «прием мяча» в волейболе?

11) В какой последовательности обучают технике передачи мяча сверху двумя руками в волейболе?

12) Что является главным при освоении выполнения передач в волейболе?

13) Какие упражнения необходимо последовательно освоить, чтобы уверенно выполнять нападающий удар в волейболе?

14) Какие ошибки наиболее часто допускают волейболисты при освоении техники выполнения передачи мяча сверху двумя руками?

15) Какие специфические физические качества необходимы волейболистам прежде всего?

16) Какие типичные ошибки допускают волейболисты при освоении техники приема мяча двумя руками снизу?

17) Какая существует зависимость между скоростью движения рук к мячу и скоростью полета мяча при приеме?

18) Какое упражнение чаще всего используют для освоения техники подбивания мяча, отскочившего от волейбольной сетки?

## 1.2. Оценка результатов обучения

Результаты обучения	Критерии оценки	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
1	2	3
РО1 Правила соревнований по волейболу	Правила организации и проведения соревнований, правила судейства на соревнованиях	Устный опрос
РО2 Гигиенические требования к одежде и спортивной форме	Требования к спортивной обуви для волейбола (подошва, материал); требования к форме (материал, покрой, требования к чистоте)	Устный опрос
РО3 Выполнять физические упражнения	Соблюдение порядка и техники выполнения разминки, силовых упражнений и упражнений на выносливость	Демонстрация при участии в соревнованиях
РО4 Владеть приемами самоконтроля в процессе занятий	Наблюдение за следующими показателями (самочувствие, эмоциональный настрой, масса и объём тела, потоотделение)	Демонстрация при участии в соревнованиях
РО5 Выполнять упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении приёма и передач мяча	Соблюдение порядка и техники передачи мяча и приема мяча во время игры	Демонстрация при участии в соревнованиях
РО6 Выполнять упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении подач мяча	Соблюдение порядка и техники подачи мяча во время игры	Демонстрация при участии в соревнованиях

1	2	3
Р07 Выполнять упражнения для развития качеств, необходимых при выполнении нападающих ударов	Соблюдение порядка и техники нападающего удара во время игры	Демонстрация при участии в соревнованиях
Р08 Выполнять упражнения для развития качеств, необходимых при блокировании	Соблюдение порядка и техники блокирования во время игры	Демонстрация при участии в соревнованиях

### 1.3. Оценка личностных результатов

Личностные результаты реализации программы воспитания	Критерии оценки
1	2
ЛР2 Проявляющий активную гражданскую позицию, демонстрирующий приверженность принципам честности, порядочности, открытости, экономически активный и участвующий в студенческом и территориальном самоуправлении, в том числе на условиях добровольчества, продуктивно взаимодействующий и участвующий в деятельности общественных организаций	сформированность гражданской позиции; проявление мировоззренческих установок на готовность молодых людей к работе на благо Отечества; проявление правовой активности и навыков правомерного поведения, уважения к Закону; участие в реализации просветительских программ, поисковых, археологических, военно-исторических, краеведческих отрядах и молодежных объединениях.
ЛР3 Соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России. Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением. Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих.	отсутствие фактов проявления идеологии терроризма и экстремизма среди обучающихся; соблюдение этических норм общения при взаимодействии с обучающимися, преподавателями.
ЛР6 Проявляющий уважение к людям старшего поколения и готовность к участию в социальной поддержке и волонтерских движениях.	участие в реализации просветительских программ, поисковых, археологических, военно-исторических, краеведческих отрядах и молодежных объединениях; добровольческие инициативы по поддержки инвалидов и престарелых граждан

1	2
<p>ЛР7 Осознающий приоритетную ценность личности человека; уважающий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности.</p>	<p>сформированность гражданской позиции; участие в волонтерском движении; проявление мировоззренческих установок на готовность молодых людей к работе на благо Отечества; проявление правовой активности и навыков правомерного поведения, уважения к Закону; проявление экологической культуры, бережного отношения к родной земле, природным богатствам России и мира; демонстрация умений и навыков разумного природопользования, нетерпимого отношения к действиям, приносящим вред экологии</p>
<p>ЛР9 Соблюдающий и пропагандирующий правила здорового и безопасного образа жизни, спорта; предупреждающий либо преодолевающий зависимости от алкоголя, табака, психоактивных веществ, азартных игр и т.д. Сохраняющий психологическую устойчивость в ситуативно сложных или стремительно меняющихся ситуациях.</p>	<p>демонстрация навыков здорового образа жизни и высокий уровень культуры здоровья обучающихся.</p>
<p>ЛР13 Демонстрирующий готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения в профессиональной деятельности.</p>	<p>соблюдение этических норм общения при взаимодействии с обучающимися, преподавателями; демонстрация навыков межличностного делового общения, социального имиджа; готовность к общению и взаимодействию с людьми самого разного статуса, этнической, религиозной принадлежности и в многообразных обстоятельствах.</p>
<p>ЛР14 Проявляющий сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности</p>	<p>оценка собственного продвижения, личностного развития; положительная динамика в организации собственной учебной деятельности по результатам самооценки, самоанализа и коррекции ее результатов; участие в конкурсах, соревнованиях.</p>