

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Наумова Наталия Александровна
Должность: Ректор
Дата подписания: 17.08.2026 11:31:25
Уникальный программный ключ:
6b5279da4e034bffa79172800da907b3594c69e2

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования
«ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ»
(ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ПРОСВЕЩЕНИЯ)

Факультет физической культуры и спорта
Кафедра спортивных дисциплин

УТВЕРЖДЕН

на заседании кафедры спортивных дисциплин

Протокол от «27» февраля 2026 г. № 6

Зав. кафедрой

/Антипов А.В./

ФОНД
ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
по дисциплине (модулю)

Волейбол

Направление подготовки
49.03.01 Физическая культура

Профиль:
Спортивная тренировка

Квалификация
Бакалавр

Форма обучения
Заочная

Москва
2026

Содержание

1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы.....	3
2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания.....	4
3. Контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.....	7
4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....	8

1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Код и наименование компетенции	Этапы формирования
УК-7 Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельная работа

2.Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

Оцениваемые компетенции	Уровень сформированности	Этап формирования	Описание показателей	Критерии оценивания	Шкала оценивания
УК-7	Пороговый	1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельная работа	Знает историю возникновения и развития игры; правила соревнований, особенности их трактовки, основы техники и тактики (индивидуальных, и командных тактических действий в защите и нападении) игры, кинематические, динамические, ритмические, анатомические характеристики техники изучаемого вида спорта. умеет определять ошибки при выполнении технико-тактических действий; проводить анализ техники выполнения волейбольных приемов и	Оценка Реферата Ответ на контрольные вопросы. Тестирование физической подготовленности и Тестирование технической подготовленности и Зачет	41-60 баллов

			тактических действий, поддерживать должный уровень общей физической подготовленности развития специальных физических способностей, необходимых для обучения и совершенствовани я техники и тактики игры		
	Продвинутый	1.Работа на учебных занятиях 2.Самостоятельна работа	Знает историю возникновения и развития игры; правила соревнований, особенности их трактовки, основы техники и тактики (индивидуальных, и командных тактических действий в защите и нападении) игры, кинематические, динамические, ритмические, анатомические характеристики техники изучаемого вида спорта. умеет определять ошибки при выполнении технико-тактических действий; проводить анализ техники выполнения волейбольных приемов и тактических действий, поддерживать должный уровень общей физической подготовленности развития специальных физических способностей, необходимых для обучения и совершенствовани	Оценка Реферата Ответ на контрольные вопросы. Тестирование физической подготовленност и Тестирование технической подготовленност и Зачет	61-100 баллов

			я техники и тактики игры Владеет основными техническими приемами и тактическими действиями игры; судейской жестикуляцией, навыками совместной работы в составе судейской бригады при судействе учебных игр (1,2 судья и судьи на линиях),		
--	--	--	---	--	--

Шкала оценивания:

Пороговый уровень оценивания компетенций: 41-60 баллов;

Продвинутый уровень оценивания компетенций: 61-100 баллов

3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

1. Контрольные нормативы по оцениванию физической подготовленности.

1. *Бег 20 м.* Проводится с высокого старта на песчаной поверхности (слой рыхлого песка 30-40 см) (юноши не более 4с, девушки не более 5 с).

2. *Челночный бег 8х5,66м («Конверт».)* Волейболист стоит в центре площадки, касаясь рукой плашки на песке (рисунок 1). По сигналу он бежит в угол площадки, касается его пальцами руки и, возвратившись назад, касается рукой плашки в центре площадки. Затем, таким же образом он перемещается последовательно в остальные три угла площадки и возвращается обратно. Секундомер выключается в тот момент, когда игрок возвращается в центр площадки последний раз и, пробегая плашку, касается ее рукой. Разрешается обегать углы последовательно - по часовой стрелке или против (юноши не более 13.0 с, девушки не более 15.0 с).

3. *Прыжок в длину с места.* Выполняется толчком двух ног. Замер делается от линии старта до ближайшего к ней следа, оставленного при приземлении. Учитывается лучший результат из трех попыток (юноши не менее 130 см, девушки не менее 120 см)

4. *Прыжок вверх с места.* Спортсмен толчком двух ног на песке без разбега и напрыгивания выпрыгивает вверх и касается измерительной планки. Затем он касается планки стоя на песке полной стопой. Разница между отметками составляет высоту прыжка. Учитывается лучший результат из трех попыток (юноши не менее 26 см, девушки не менее 20 см)

5. *Метание набивного мяча весом 1 кг из-за головы двумя руками сидя.*

Плечи находятся вертикально над линией отсчета. Учитывается лучший результат из трех попыток (юноши не менее 5 м, девушки не менее 3.5 м)

2. Контрольные нормативы по оцениванию технической подготовленности.

Выполнение одного норматива оценивается 4 баллами (максимум 28 баллов)

Испытания в передачах сверху. Испытания преследуют цель определить степень владения навыками верхней передачи. В кругу диаметром 3 метра, необходимо выполнить верхнюю передачу, на высоту не менее 1-1,5 метров. Для выполнения испытания необходимо сделать 20 передач подряд без потери мяча, не выходя за пределы круга. Также учитывается качественное техническое исполнение передач. (3 балла)

Испытания в передачах снизу. Испытания преследуют цель определить степень владения навыками нижней передачи. В кругу диаметром 3 метра, необходимо выполнить нижнюю

передачи, на высоту не менее 1-1,5 метров. Для выполнения испытания необходимо сделать 20 передач подряд без потери мяча, не выходя за пределы круга. Также учитывается качественное техническое исполнение передач. (3 балла)

Передачи мяча сверху двумя руками на точность. Испытания преследуют цель определить степень владения навыками верхней передачи. Выполняется по 20 передач вдоль сетки в парах без потери мяча, учитывается их точность и качество. Расстояние передачи 5-6 м, высота 3-4 м, расстояние от сетки не более 1,5 м (3 балла)

Испытания в передачах снизу в парах. Испытания преследуют цель определить степень владения навыками нижней передачи. В паре выполнить 20 передач снизу друг другу через сетку без потери мяча. Зона выполнения передач ограничена 1/3 частью волейбольной площадки. (3 балла)

Испытания на точность подач. Основные требования: при качественном техническом исполнении заданного способа подачи послать мяч в определенном направлении - в правую и левую половину площадки. Каждый учащийся выполняет 5 попыток в каждую половину. Все подачи подавать с места, которое было выбрано испытуемым первоначально. Для выполнения задания необходимо по три раза попасть в каждую часть площадки. (3 балла)

Испытания на точность нападающих ударов. Требования в этих испытаниях сводятся к тому, чтобы качественно в техническом исполнении произвести нападающий удар с собственного подброса, учащиеся могли достаточно сильно послать мяч с определенной точностью. При ударах из зоны 4 площадь попадания ограничивается лицевой, боковой линиями, а также линией параллельной боковой на расстоянии 4 м от нее. Каждый учащийся должен выполнить 5 попыток. Для выполнения задания необходимо из пяти попыток три выполнить успешно. (3 балла)

Испытания на точность первой передачи (прием мяча). Испытания преследуют цель определить степень владения навыками приема подачи. Выполняется подача, нацеленная на зону, где расположен испытуемый. Только при этом условии идут в зачет попытки. Прием подачи осуществляется из 6 зоны в зону 3. Принимая мяч в зоне 6, учащийся должен направить его в зону 3 (квадрат 3х3) на высоту 1,5-2 м. Каждому учащемуся дается 5 попыток. Учитываются количество попаданий и качество выполнения. Необходимо выполнить три приема из пяти. (3 балла)

3. Примерная тематика рефератов:

Раздел «История пляжного волейбола».

1. История возникновения и развития пляжного волейбола в мире.
2. История развития и современное состояние пляжного волейбола в РФ.
3. Эволюция правил и технико-тактических действий игры.
4. Знаменитые отечественные тренеры и их вклад в развитие пляжного волейбола.
5. Знаменитые зарубежные тренеры и их вклад в развитие пляжного волейбола.
6. Знаменитые отечественные волейболисты и их вклад в развитие пляжного волейбола.
7. Знаменитые зарубежные волейболисты и их вклад в развитие пляжного волейбола.

Раздел «Тактические действия волейбола»

1. Характеристика индивидуальных тактических действий защиты в волейболе.
2. Характеристика командных тактических действий защиты в волейболе.
3. Характеристика индивидуальных тактических действий нападения в волейболе.
4. Характеристика командных тактических действий нападения в волейболе.

4. Контрольные вопросы.

1. Возникновение и этапы развития пляжного волейбола.
2. Развитие пляжного волейбола в России.
3. Правила соревнований и их эволюция.
4. Техника безопасности на занятиях по пляжному волейболу. Причины возникновения опасных ситуаций на занятиях, их предупреждение.
5. Виды стартовых стоек, техника перемещений и остановок в пляжном волейболе.

6. Анализ техники выполнения передачи двумя руками сверху различными способами.
7. Анализ техники выполнения передачи двумя руками снизу.
8. Анализ техники выполнения подач различными способами.
9. Анализ техники выполнения приема подач различными способами (сверху, снизу).
10. Анализ техники выполнения нападающего удара, и его разновидностей.
11. Анализ техники защитных действий при различных нападающих ударах.
12. Анализ техники выполнения блокирования.
13. Разновидности страховки (страховка за блоком, страховка нападающего, самостраховка при падении и блокировании, страховка в приеме подачи и нападающих ударах).
14. Характеристика индивидуальных тактических действий в падении.
15. Характеристика индивидуальных тактических действий в защите.
16. Характеристика командных тактических действий в падении.
17. Характеристика командных тактических действий в защите.

5. Судейство учебных игр на практических занятиях в учебной группе.

Для судейства учебных игр студенту необходимо знать правила соревнований, правильно трактовать их применение относительно сложившейся игровой ситуации, владеть судейской жестикуляцией, проводить анализ техники выполнения волейбольных приемов и тактических действий, уметь определять ошибки при выполнении технико-тактических действий.

3 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

Текущий и итоговый контроль очное обучение (2 семестр), (з/о 3 семестр)

Посещение практических занятий - максимум 17 баллов (з/о 3 семестр максимум 10 баллов) (за посещение одного занятия начисляется 1 балл).

Выполнение контрольных нормативов по физической подготовленности – максимум 20 баллов (выполнение одного норматива оценивается 4 баллами) (з/о максимум 20 баллов, выполнение одного норматива оценивается 4 баллами)

Выполнение контрольных нормативов по технической подготовленности – максимум 28 баллов (выполнение одного норматива оценивается 4 баллами) (з/о максимум 35 баллов, выполнение одного норматива оценивается 5 баллами)

Написание рефератов по разделам – за один реферат максимум 5 баллов, минимум 2. Всего студенты пишут 2 реферата (за 2 реферата максимум 10 баллов).

Судейство учебных игр в качестве 1,2 судьи и судьи на линии – максимум 9 баллов, минимум 2.

Ответ на два устных вопроса – за каждый правильный ответ начисляется 8 баллов (всего 16 баллов).

Для зачета студенту необходимо набрать минимум 41 балл (пороговый уровень)

ИТОГО: максимум 100 баллов

1. Критерии оценивания реферата.

Оценочная стоимость (2/5 баллов) (з/о 2/5 баллов)

Критерии оценивания:

5 баллов (максимально) - Владеет навыком получения и обработки информации, ее анализа, систематизации и обобщения (содержание реферата подробно раскрывает выбранную тему; Оформление реферата осуществлено с учетом всех требований по оформлению).

Из 5 баллов вычитается по 0,5 баллов за каждую допущенную ошибку:

- список литературы менее 6 источников;
- отсутствие ссылок в тексте;
- содержание реферата кратко раскрывает выбранную тему;
- не соблюдены требования по структуре оформления реферата.

2 балла (минимально)– демонстрирует навык самостоятельной работы (содержание реферата раскрывает выбранную тему по одному литературному источнику).

Реферат не оценивается, если его содержание не соответствует выбранной теме

2. Критерии оценивания судейства учебных игр.

в качестве 1,2 судьи и судьи на линии – максимум 9 баллов (з/о максимум 9 баллов)

баллы	критерии оценивания
максимум 9 баллов	- знает правила соревнований, правильно трактует их применение относительно сложившейся игровой ситуации, хорошо владеет судейской жестикуляцией.
7 баллов	- допускает 1 ошибку в трактовке правил относительно сложившейся игровой ситуации, 1 ошибку при демонстрации судейской жестикуляции.
5 балла	- допускает 2 ошибки в трактовке правил относительно сложившейся игровой ситуации, 2 ошибки при демонстрации судейской жестикуляции.
3 балла	- допускает 3 ошибки в трактовке правил относительно сложившейся игровой ситуации, 3 ошибки при демонстрации судейской жестикуляции
0 баллов	Более 3 ошибок в трактовке.

4. Критерии оценивания выполнения контрольных нормативов по физической подготовленности.

1. *Бег 20 м.* Проводится с высокого старта на песчаной поверхности (слой рыхлого песка 30-40 см) (юноши не более 4с, девушки не более 5 с). (4 балла) (з/о 4 балла)

2. *Челночный бег 8х5,66м («Конверт».)* Волейболист стоит в центре площадки, касаясь рукой плашки на песке (рисунок 1). По сигналу он бежит в угол площадки, касается его пальцами руки и, возвратившись назад, касается рукой плашки в центре площадки. Затем, таким же образом он перемещается последовательно в остальные три угла площадки и возвращается обратно. Секундомер выключается в тот момент, когда игрок возвращается в центр площадки последний раз и, пробегая плашку, касается ее рукой. Разрешается обегать углы последовательно - по часовой стрелке или против (юноши не более 13.0 с, девушки не более 15.0 с). (4 балла) (з/о 4 балла)

3. *Прыжок в длину с места.* Выполняется толчком двух ног. Замер делается от линии старта до ближайшего к ней следа, оставленного при приземлении. Учитывается лучший результат из трех попыток (юноши не менее 130 см, девушки не менее 120 см) (4 балла) (з/о 4 балла)

4. *Прыжок вверх с места.* Спортсмен толчком двух ног на песке без рабега и напрыгивания выпрыгивает вверх и касается измерительной планки. Затем он касается планки стоя на песке полной стопой. Разница между отметками составляет высоту прыжка. Учитывается лучший результат из трех попыток (юноши не менее 26 см, девушки не менее 20 см) (4 балла) (з/о 4 балла)

5. *Метание набивного мяча весом 1 кг из-за головы двумя руками сидя.*

Плечи находятся вертикально над линией отсчета. Учитывается лучший результат из трех попыток (юноши не менее 5 м, девушки не менее 3.5 м) (4 балла) (з/о 4 балла)

4 Критерии оценивания выполнения контрольных нормативов по технической подготовленности.

Испытания в передачах сверху. Испытания преследуют цель определить степень владения навыками верхней передачи. В кругу диаметром 3 метра, необходимо выполнить верхнюю передачу, на высоту не менее 1-1,5 метров. Для выполнения испытания необходимо сделать 20 передач подряд без потери мяча, не выходя за пределы круга. Также учитывается качественное техническое исполнение передач. (4 балла) (з/о 5 баллов)

Испытания в передачах снизу. Испытания преследуют цель определить степень владения навыками нижней передачи. В кругу диаметром 3 метра, необходимо выполнить нижнюю передачи, на высоту не менее 1-1,5 метров. Для выполнения испытания необходимо сделать 20 передач подряд без потери мяча, не выходя за пределы круга. Также учитывается качественное техническое исполнение передач. (4 балла) (з/о 5 баллов)

Передачи мяча сверху двумя руками на точность. Испытания преследуют цель определить степень владения навыками верхней передачи. Выполняется по 20 передач вдоль сетки в парах

без потери мяча, учитывается их точность и качество. Расстояние передачи 5-6 м, высота 3-4 м, расстояние от сетки не более 1,5 м (4 балла) (з/о 5 баллов)

Испытания в передачах снизу в парах. Испытания преследуют цель определить степень владения навыками нижней передачи. В паре выполнить 20 передач снизу друг другу через сетку без потери мяча. Зона выполнения передач ограничена 1/3 частью волейбольной площадки. (4 балла) (з/о 5 баллов)

Испытания на точность подачи. Основные требования: при качественном техническом исполнении заданного способа подачи послать мяч в определенном направлении - в правую и левую половину площадки. Каждый учащийся выполняет 5 попыток в каждую половину. Все подачи подавать с места, которое было выбрано испытуемым первоначально. Для выполнения задания необходимо по три раза попасть в каждую часть площадки. (4 балла) (з/о 5 баллов)

Испытания на точность нападающих ударов. Требования в этих испытаниях сводятся к тому, чтобы качественно в техническом исполнении произвести нападающий удар с собственного подброса, учащиеся могли достаточно сильно послать мяч с определенной точностью. При ударах из зоны 4 площадь попадания ограничивается лицевой, боковой линиями, а также линией параллельной боковой на расстоянии 4 м от нее. Каждый учащийся должен выполнить 5 попыток. Для выполнения задания необходимо из пяти попыток три выполнить успешно. (4 балла) (з/о 5 баллов)

Испытания на точность первой передачи (прием мяча). Испытания преследуют цель определить степень владения навыками приема подачи. Выполняется подача, нацеленная на зону, где расположен испытуемый. Только при этом условии идут в зачет попытки. Прием подачи осуществляется из 6 зоны в зону 3. Принимая мяч в зоне 6, учащийся должен направить его в зону 3 (квадрат 3х3) на высоту 1,5-2 м. Каждому учащемуся дается 5 попыток. Учитываются количество попаданий и качество выполнения. Необходимо выполнить три приема из пяти. (4 балла) (з/о 5 баллов)

7. Критерии оценивания посещения практических учебных занятий.

За посещение одного занятия и активную работу при выполнении практических заданий начисляется 1 балл, пропуск занятия-0 баллов.

8. Критерии оценивания ответа на контрольные вопросы.

баллы	критерии оценивания
8 баллов (з/о 8 баллов)	- студент показывает полные и глубокие знания программного материала, грамотно его излагает, логично и аргументировано отвечает на поставленный вопрос, а также дополнительные вопросы, показывает высокий уровень теоретических знаний.
6 баллов (з/о 6 баллов)	- студент показывает глубокие знания программного материала, достаточно полно отвечает на поставленный вопрос и дополнительные вопросы, умело формулирует выводы. В тоже время при ответе допускает несущественные погрешности.
4 балла (з/о 4 балла)	- студент показывает достаточные, но не глубокие знания программного материала; при ответе не допускает грубых ошибок или противоречий, однако в формулировании ответа отсутствует должная связь между анализом, аргументацией и выводами. Для получения правильного ответа требуется уточняющие вопросы.
0 баллов (з/о 0 баллов)	- студент показывает недостаточные знания программного материала, не способен аргументировано и последовательно его излагать, допускаются грубые ошибки в ответах, неправильно отвечает на поставленный вопрос или затрудняется с ответом.

9. Критерии зачета.

Для зачета студенту необходимо набрать минимальное количество баллов 41 (это пороговый уровень) за предложенные виды заданий, сюда же засчитываются баллы по работе и посещению практических занятий. От 61 балла и более - продвинутый уровень.

Шкала соответствия рейтинговых оценок пятибалльным оценкам: 100 – 81% - «отлично» (5); 80 – 61% - «хорошо» (4); 60 - 41% - «удовлетворительно» (3); 40 – 21 % - «неудовлетворительно» (2), 20 – 0 % - «необходимо повторное изучение».

Ответ студента на экзамене или зачёте оценивается в % с учетом шкалы соответствия рейтинговых оценок пятибалльным оценкам.

Оценка по 5-балльной системе		Оценка по 100-балльной системе
5	отлично	81 – 100
4	хорошо	61 - 80
3	удовлетворительно	41 - 60
2	неудовлетворительно	21 - 40
1	необходимо повторное изучение	0 - 20