



**КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА №3
ПО ДИСЦИПЛИНЕ
«ИЗБРАННЫЙ ВИД СПОРТА»
(ВОЛЕЙБОЛ)**

Вариант №	Содержание вопроса	ФИО студента
1	1. Средства, методы развития физических качеств (сила). 2. Конспект учебно-тренировочного занятия по волейболу для группы начальной подготовки: а) обучение технике стоек; б) обучение технике перемещений.	
2	1. Средства, методы развития физических качеств (выносливость). 2. Конспект учебно-тренировочного занятия по волейболу для группы начальной подготовки: а) обучение технике передач 2-мя руками сверху на месте; б) совершенствование техники стоек и перемещений.	
3	1. Средства, методы развития физических качеств (ловкость). 2. Конспект учебно-тренировочного занятия по волейболу для группы начальной подготовки: а) обучение технике передач 2-мя руками сверху после перемещений; б) совершенствование техники передач 2-мя руками сверху на месте.	
4	1. Средства, методы развития физических качеств (гибкость). 2. Конспект учебно-тренировочного занятия по волейболу для группы начальной подготовки: а) обучение технике передач 2-мя руками снизу на месте; б) совершенствование техники передач 2-мя руками сверху после перемещений.	
5	1. Средства, методы развития физических качеств (быстрота). 2. Конспект учебно-тренировочного занятия по волейболу для группы начальной подготовки: а) обучение технике передач 2-мя руками снизу после перемещений; б) совершенствование техники передач 2-мя руками снизу на месте.	
6	1. Специальная физическая подготовка баскетболистов (средства для развития СФП). 2. Конспект учебно-тренировочного занятия по волейболу для группы начальной подготовки: а) обучение технике нижней прямой подачи; б) совершенствование техники передач 2-мя руками снизу после перемещений.	
7	1. Структура разучивания технического приема в волейболе.	



	2. Конспект учебно-тренировочного занятия по волейболу для группы начальной подготовки: а) обучение технике верхней прямой подачи; б) совершенствование техники нижней прямой подачи.	
8	1. Средства и методы физической подготовки юношей 16-18 лет, занимающихся волейболом. 2. Конспект учебно-тренировочного занятия по волейболу для группы начальной подготовки: а) обучение технике нападающего удара; б) совершенствование техники верхней прямой подачи.	
9	1. Структура разучивания технического приема в волейболе. 2. Конспект учебно-тренировочного занятия по волейболу для группы начальной подготовки: а) обучение технике одиночного блокирования; б) совершенствование техники нападающего удара (разбег).	
10	1. Специальная физическая подготовка волейболистов (средства для развития СФП). 2. Конспект учебно-тренировочного занятия по баскетболу для группы начальной подготовки: а) обучение технике группового блокирования; б) совершенствование техники нападающего удара (ударные движения).	