

**Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Донецкий государственный университет»**

УТВЕРЖДАЮ:
Председатель приемной комиссии
Ректор
С. В. Беспалова
«20» января 2026 г.



**Программа вступительного испытания
по избранному виду спорта: волейбол**

при приеме на обучение по программе бакалавриата
49.03.01 Физическая культура (Профиль: Спортивная тренировка)

Разработчики программы:

Москалец Татьяна Валентиновна – заведующий кафедрой спортивных игр, канд. биол. наук, доцент.

Овчаренко Лидия Ивановна – старший преподаватель кафедры спортивных игр.

Программа утверждена на заседании Ученого совета института физической культуры и спорта от 18 декабря 2025 г., протокол № 4.

Директор института
физической культуры и
спорта, канд. пед. наук, доцент



И.П. Зенченков

СОДЕРЖАНИЕ

1. Общие положения и порядок проведения вступительного испытания	4
2. Порядок проведения и критерии оценивания	5
3. Список рекомендуемой литературы для подготовки к вступительному испытанию	7
4. Приложение 1	8
5. Приложение 2	12

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ И ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ

Поступающие на направление подготовки 49.03.01 Физическая культура (Профиль: Спортивная тренировка) сдают вступительное испытание профессиональной направленности по виду спорта «Волейбол».

Целью вступительного испытания профессиональной направленности по волейболу является определение практической подготовленности абитуриента к выполнению профессиональных задач, соответствующих его квалификации.

Программа экзамена составлена на основании федеральных стандартов спортивной подготовки по виду спорта «Волейбол».

Содержание вступительного испытания профессиональной направленности по виду спорта «Волейбол» включает контрольные упражнения с целью определения уровня физической подготовленности и сформированности специальных двигательных навыков согласно избранному виду спорта абитуриента.

Согласно правилам соревнований при сдаче практического тестирования абитуриенты должны иметь спортивную форму, соответствующую избранному виду спорта.

В случае отказа от выполнения отдельного теста в графе «результат» фиксируется «отказ», а в графе «баллы» выставляется 1 балл, при этом абитуриент в письменной форме лично фиксирует отказ.

Баллы за I и II этапы выводятся как среднее арифметическое суммы баллов, полученных за каждый контрольный тест. Оценки «59-1» балл (по 100-балльной шкале), полученные за выполнение контрольных тестов и упражнений, не добавляются к общей сумме баллов.

При этом сумма баллов, полученных на I и II этапах, делится на соответствующее количество тестов. Среднее арифметическое округляется в соответствии с арифметическими правилами округления до целого числа.

Окончательная оценка выводится как среднее арифметическое суммы баллов, полученных за I и II этапы.

Оценочная шкала представлена в нормативах по каждому виду спорта.

2. ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ И КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ

Критерии оценивания

вступительного испытания профессиональной направленности
по образовательной программе бакалавриата
направления подготовки 49.03.01 Физическая культура
(Профиль: Спортивная тренировка)
вид спорта – **ВОЛЕЙБОЛ**

I этап – «Специализация»

1. Верхняя прямая подача в зоны 1, 5, 6 – 15 подач (количество попаданий).

2. Передачи сверху и снизу двумя руками на точность из зоны 2 в зону 4. Упражнение выполняется в парах. Оценивается по 30 непрерывных передач (15 сверху, 15 снизу), выполняется каждым абитуриентом.

3. Прямой нападающий удар из зоны 4 в зоны 1, 6, 5. 15 попыток (количество попаданий).

4. Учебная двусторонняя игра. Оценивается техника и тактика игры.

Техника игры в нападении:

- техника перемещений;
- техника передач мяча;
- техника подач;
- техника нападающего удара.

Техника игры в защите:

- техника перемещений;
- техника приемов мяча;
- техника блокировки.

Тактика игры в нападении:

- индивидуальные действия;
- групповые действия;
- командные действия.

Тактика игры в защите:

- индивидуальные действия;
- групповые действия;
- командные действия.

Оценка технических и тактических действий в двусторонней игре оценивается по шкале нормативов дополнительных вступительных испытаний экзаменаторами.

II этап – «Физическая подготовка»

Бег 92 м «елочка».

На половине волейбольной площадки размещают 7 набивных мячей: мяч №1 - на правой боковой линии на расстоянии 3 м от лицевой; мяч № 2 – на левой боковой линии на расстоянии 3 м от лицевой; мяч № 3 – на пересечении правой боковой и трехметровой линий; мяч № 4 – на пересечении левой боковой и трехметровой линий; мяч №5 – на пересечении правой боковой и средней линий; мяч №6 – на пересечении левой боковой и средней линий; мяч №7 – на середине лицевой линии той же половины площадки; абитуриент располагается за серединой лицевой линии с мячом

№7. По сигналу с низкой стойки абитуриент начинает бег в направлении к мячу №1, касаясь его, бежит в обратном направлении к мячу №7, коснувшись его, бежит к мячу №2, коснувшись – возвращается к мячу №7; продолжает бег к мячам №3, 4, 5, 6, каждый раз касаясь в обратном направлении и мяча №7. Регистрируется время преодоления дистанции в секундах.

Прыжок вверх с разбега толчком обеих ног.

Абитуриент становится возле стенки на носки и поднимает вверх одну руку, при этом фиксируют расстояние от пола до кончиков пальцев руки (исходное положение). Выполняет прыжок вверх с разбега толчком обеих ног у стенки, касаясь в наивысшей точке прыжка стенки одной рукой. Высоту прыжка определяют в сантиметрах по разности показателей расстояния в исходном положении и в наивысшей точке прыжка.

Бросок набивного мяча (весом 1 кг) двумя руками из-за головы в прыжке.

Абитуриент стоит у контрольной линии, держит набивной мяч двумя руками внизу перед собой. Поднимая мяч вверх, делает замах назад за голову и выполняет бросок вперед в прыжке. Замер длины броска в метрах выполняют рулеткой от контрольной линии до ближайшего к ней следа мяча при приземлении.

В случае отказа от выполнения отдельного теста в графе «результат» фиксируется «отказ», а в графе «баллы» выставляется 1 балл, при этом абитуриент в письменной форме лично фиксирует отказ.

Баллы за I и II этапы выводятся как среднее арифметическое суммы баллов, полученных за каждый контрольный тест. Оценки «59-1» балл (по 100-балльной шкале), полученные за выполнение контрольных тестов и упражнений, не добавляются к общей сумме баллов. При этом сумма баллов, полученных на I и II этапах, делится на соответствующее количество тестов. Среднее арифметическое округляется в соответствии с арифметическими правилами округления до целого числа.

Окончательная оценка выводится как среднее арифметическое суммы баллов, полученных за I и II этапы, при этом в сумму не входят баллы, ниже 60.

3. СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ВСТУПИТЕЛЬНОМУ ИСПЫТАНИЮ

1. Приказ Министерства спорта РФ от 15 ноября 2022 г. № 987 "Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта "волейбол".
2. Единая всероссийская спортивная классификация по виду спорта волейбол [Электронный ресурс]:
https://sportsranks.ru/evsk/volleyball_mass/?ysclid=m92dlo7u31164523071

82	10	10			10	10	Не выполнен ие 2 техническ их и 1 тактическ ого действия	25.5	27.5	55	45	13,2 5	11,25
81			21	21				25.6	27.6	54	44	13,0 0	11,00
80								25.7	27.7	53	43	12,7 5	10,75
79			20	20				25.8	27.8	52	42	12,5 0	10,50
78							Не выполнен ие 2 техническ их и 2 тактическ их действий	25.9	27.9	51	41	12,2 5	10,25
77	9	9	19	19	9	9		26.0	28.0	50	40	12,0 0	10,00
76								26.1	28.1	49	39	11,7 5	9,75
75			18	18				26.2	28.2	48	38	11,5 0	9,50
74								26.3	28.3	47	37	11,2 5	9,25
73			17	17			Не выполнен ие 3 техническ их и 2 тактическ их действий	26.4	28.4	46	36	11,0 0	9,00
72	8	8			8	8		26.5	28.5	45	35	10,7 5	8,75
71			16	16				26.6	28.6	44	34	10,5 0	8,50
70								26.7	28.7	43	33	10,2 5	8,25
69			15	15				26.8	28.8	42	32	10,0 0	8,00
68								26.9	28.9	41	31	9,75	7,75
67	7	7	14	14	7	7		27.0	29.0	40	30	9,50	7,50
66							Не выполнен ие 3 техническ их и 3 тактическ их действий	27.1	29.1	38	28	9,25	7,25
65			13	13				27.2	29.2	37	27	9,00	7,00
64								27.3	29.3	36	26	8,75	6,75
63	6	6	12	12	6	6		27.4	29.4	35	25	8,50	6,50
62								27.5	29.5	34	24	8,25	6,25
61							Не выполнен ие 4 техническ их и 3 тактическ их действий	27.6	29.6	33	23	8,00	6,00
60	5	5	11	11	5	5		27.7	29.7	32	22	7,75	6,75
59			10	10			Не	27.8	29.8	31	21	7,50	5,50

58							выполнен ие 5 техническ их и 5 тактическ их действий									
57																
56																
55																
54									27.9	29.9	31	21	7.50	5.50		
53							Не выполнен ие 5 техническ их и 5 тактическ их действий									
52																
51																
50	4	4				4		4	28.0	30.0	30	20	7,25	5,25		
49																
48																
47																
46																
45																
44			9	9					28.1	30.1	29	19	7,00	5,00		
43																
42																
41																
40																
39								28.2	30.2	28	18	6,75	4,75			
38																
37																
36																
35			8	8				28.3	30.3	27	17	6,50	4,50			
34							Не исполнен ие 6 техническ их и 6 тактическ									
33																
32																
31																
30									28.4	30.4	26	16	6,25	4,25		

29							их действий Не выполнен ие всех техническ их и тактическ их действий							
28														
27														
26	3	3	7	7	3	3			28.5	30.5	25	15	6,00	4,00
25														
24														
23														
22														
21									28.6	30.6	24	14	5,75	3,75
20														
19														
18														
17														
16			6	6				Не выполнен ие всех техническ их и тактическ их действий 29.0	28.7	30.7	23	13	5,50	3,50
15														
14														
13														
12														
11									28.8	30.8	22	12	5,25	3,25
10														
9														
8														
7			5	5					28.9	30.9	21	11	5,00	3.00
6														
5														
4														
3														
2														
1	2	2	4 и мен ьше	2	2			31.0	20	10	4,00	2.00		

Критерии оценивания

вступительного испытания профессиональной направленности
по образовательной программе бакалавриата
направления подготовки 49.03.01 Физическая культура
(Профиль: Спортивная тренировка)
вид спорта – **ВОЛЕЙБОЛ**

I этап – «Специализация»

1. **Верхняя прямая подача** в зоны 1, 5, 6 – 15 подач (количество попаданий).

2. **Передачи сверху и снизу двумя руками** на точность из зоны 2 в зону 4. Упражнение выполняется в парах. Оценивается по 30 непрерывных передач (15 сверху, 15 снизу), выполняется каждым абитуриентом.

3. **Прямой нападающий удар** из зоны 4 в зоны 1, 6, 5. 15 попыток (количество попаданий).

4. **Учебная двусторонняя игра.** Оценивается техника и тактика игры.

Техника игры в нападении:

- техника перемещений;
- техника передач мяча;
- техника подач;
- техника нападающего удара.

Техника игры в защите:

- техника перемещений;
- техника приемов мяча;
- техника блокировки.

Тактика игры в нападении:

- индивидуальные действия;
- групповые действия;
- командные действия.

Тактика игры в защите:

- индивидуальные действия;
- групповые действия;
- командные действия.

Оценка технических и тактических действий в двусторонней игре оценивается по шкале нормативов дополнительных вступительных испытаний экзаменаторами.

II этап – «Физическая подготовка»

Бег 92 м «елочка».

На половине волейбольной площадки размещают 7 набивных мячей: мяч №1 – на правой боковой линии на расстоянии 3 м от лицевой; мяч №2 – на левой боковой линии на расстоянии 3 м от лицевой; мяч №3 – на пересечении правой боковой и трехметровой линий; мяч №4 – на пересечении левой боковой и трехметровой линий;

мяч №5 – на пересечении правой боковой и средней линий; мяч №6 – на пересечении левой боковой и средней линий; мяч №7 – на середине лицевой линии той же половины площадки; абитуриент располагается за серединой лицевой линии с мячом №7. По сигналу с низкой стойки абитуриент начинает бег в направлении к мячу №1, касаясь его, бежит в обратном направлении к мячу №7, коснувшись его, бежит к мячу №2, коснувшись – возвращается к мячу №7; продолжает бег к мячам №3, 4, 5, 6, каждый раз касаясь в обратном направлении и мяча №7. Регистрируется время преодоления дистанции в секундах.

Прыжок вверх с разбега толчком обеих ног.

Абитуриент становится возле стенки на носки и поднимает вверх одну руку, при этом фиксируют расстояние от пола до кончиков пальцев руки (исходное положение). Выполняет прыжок вверх с разбега толчком обеих ног у стенки, касаясь в наивысшей точке прыжка стенки одной рукой. Высоту прыжка определяют в сантиметрах по разности показателей расстояния в исходном положении и в наивысшей точке прыжка.

Бросок набивного мяча (весом 1 кг) двумя руками из-за головы в прыжке.

Абитуриент стоит у контрольной линии, держит набивной мяч двумя руками внизу перед собой. Поднимая мяч вверх, делает замах назад за голову и выполняет бросок вперед в прыжке. Замер длины броска в метрах выполняют рулеткой от контрольной линии до ближайшего к ней следа мяча при приземлении.

В случае отказа от выполнения отдельного теста в графе «результат» фиксируется «отказ», а в графе «баллы» выставляется 1 балл, при этом абитуриент в письменной форме лично фиксирует отказ.

Баллы за I и II этапы выводятся как среднее арифметическое суммы баллов, полученных за каждый контрольный тест. Оценки «59-1» балл (по 100-балльной шкале), полученные за выполнение контрольных тестов и упражнений, не добавляются к общей сумме баллов. При этом сумма баллов, полученных на I и II этапах, делится на соответствующее количество тестов. Среднее арифметическое округляется в соответствии с арифметическими правилами округления до целого числа.

Окончательная оценка выводится как среднее арифметическое суммы баллов, полученных за I и II этапы, при этом в сумму не входят баллы, ниже 60.

НОРМАТИВЫ

вступительного испытания профессиональной направленности
по образовательной программе бакалавриата
направления подготовки 49.03.01 Физическая культура
(Профиль: Спортивная тренировка)
вид спорта – **ВОЛЕЙБОЛ**
старше **35 лет**

I этап							II этап						
Количество баллов	1. Верхняя прямая подача		2. Передача сверху и снизу		3. Прямой нападающий удар		4. Учебная игра	Бег 92 м «елочка» (сек)		Прыжок в высоту (см)		Бросок набивного мяча (м)	
	муж	жен	муж	жен	муж	жен		муж	жен	муж	жен	муж	жен
100	13	13	29	29	12	12	Выполнение всех элементов	27.0	29.0	70	60	17,00	15,00
99			28	28				27.1	29.1	69	59	16,75	14,75
98								27.2	29.2	68	58	16,50	14,50
97			27	27				27.3	29.3	67	57	16,25	14,25
96								27.4	29.4	66	56	16,00	14,00
95	12	12	26	26	11	11	Не выполнение 1 тактического действия	27.5	29.5	65	55	15,75	13,75
94								27.6	29.6	64	54	15,50	13,50
93			25	25				27.7	29.7	63	53	15,25	13,25
92								27.8	29.8	62	52	15,00	13,00
91								27.9	29.9	61	51	14,75	12,75
90	11	11	24	24	10	10	Не выполнение	28.0	30.0	60	50	14,50	12,50

89							1 техничес кого и 1 тактичес кого действия	28.1	30.1	59	49	14,25	12,25
88			23	23				28.2	30.2	58	48	14,00	12,00
87								28.3	30.3	57	47	13,75	11,75
86			22	22				28.4	30.4	56	46	13,50	11,50
85	10	10	21	21	9	9	Не выполне ние 2 техничес ких и 1 тактичес кого действий	28.5	30.5	55	45	13,25	11,25
84								28.6	30.6	54	44	13,00	11,00
83								28.7	30.7	53	43	12,75	10,75
82			20	20				28.8	30.8	52	42	12,50	10,50
81							Не выполне ние 2 техничес ких и 2 тактичес ких действий	28.9	30.9	51	41	12,25	10,25
80	9	9	19	19	8	8		29.0	31.0	50	40	12,00	10,00
79								29.1	31.1	49	39	11,75	9,75
78			18	18				29.2	31.2	48	38	11,50	9,50
77								29.3	31.3	47	37	11,25	9,25
76			17	17			Не выполне ние 3 техничес ких и 2 тактичес ких действий	29.4	31.4	46	36	11,00	9,00
75	8	8	16	16	7	7		29.5	31.5	45	35	10,75	8,75
74								29.6	31.6	44	34	10,50	8,50
73								29.7	31.7	43	33	10,25	8,25

51															
50															
49															
48															
47			8	8				31.1	33.1	29	19	7,00	5,00		
46															
45															
44															
43															
42															
41								31.2	33.2	28	18	6,75	4,75		
40															
39															
38															
37			7	7				31.3	33.3	27	17	6,50	4,50		
36															
35															
34															
33															
32															
31								31.4	33.4	26	16	6,25	4,25		
30															
29															
28															
27															
26	3	3	6	6	3	3		31.5	33.5	25	15	6,00	4,00		
25															
24															
23															
22															
21															
20							He	31.6	33.6	24	14	5,75	3,75		

19							выполнение всех технических и тактических действий									
18																
17																
16			5	5					31.7	33.7	23	13	5,50	3,50		
15																
14																
13																
12																
11																
10									31.8	33.8	22	12	5,25	3,25		
9																
8																
7																
6			4	4					31.9	33.9	21	11	5,00	3.00		
5																
4																
3																
2																
1	2	2	3 и меньше		2	2			32.0	34.0	20	10	4,00	2.00		