Тест - контроль

усвоение учебного материала

отделение ВОЛЕЙБОЛ

**1. Основным способом приема мяча с подачи в волейболе является …**

а) нижняя передача мяча двумя руками;

б) нижняя передача одной рукой;

в) верхняя передача двумя руками.

**2. Верхняя передача мяча выполняется приемом мяча …**

а) на все пальцы обеих рук;

б) на три пальца и ладони рук;

в) на ладони;

г) на большой и указательный пальцы обеих рук.

**3. При приеме мяча двумя руками снизу не рекомендуется принимать мяч …**

а) на сведённые предплечья,

б) на раскрытые ладони;

в) на сомкнутые кулаки.

**4. Обязательным условием правильного выполнения верхней передачи мяча является …**

а) приём игроком стойки волейболиста;

б) своевременный выход игрока под мяч и выбор исходного положения;

в) своевременное сгибание и разгибание ног.

**5. При верхней передаче мяча на большое расстояние передача заканчивается**

а) коротким движением рук и полным выпрямлением ног;

б) полусогнутыми руками;

в) полным выпрямлением рук и ног.

**6. При приёме мяча сверху двумя руками соприкосновение пальцев с мячом должно происходить на …**

а) уровне верхней части лица в 15-20 см от него;

б) расстоянии 30-40 см выше головы;

в) уровне груди.

**7. Что не является ошибкой при приеме мяча сверху?**

а) приём на выставленные вперед большие пальцы рук,

б) прием на кисти рук, поставленные параллельно друг другу,

в) прием на все пальцы рук.

**8. Какой способ приема мяча следует применить, если подача сильная и мяч немного не долетает до игрока?**

а) сверху двумя руками,

б) снизу двумя руками,

в) одной рукой снизу.

**9. Часто при неправильном приеме мяча сверху происходит растяжение мышц (связок) большого пальца руки. Что нельзя делать при оказании первой доврачебной помощи?**

а) охлаждать поврежденный сустав,

б) согревать поврежденный сустав,

в) обратиться к врачу через несколько дней.

**10. Есть ли ошибка в постановке пальцев рук при приеме мяча сверху (рис. 1)?**

а) ошибки нет,

б) ошибка есть.

**11. Какой подачи не существует?**

а) одной рукой снизу,

б) двумя руками снизу,

в) верхней прямой,

г) верхней боковой.

**12. Выпрыгивание на блок выполняется толчком вверх …**

а) одной ногой;

б) обеими ногами.

**13. Укажите правильное исходное положение рук при блокировании (рис. 2).**

а) 1;

б) 2.

**14. Напишите, какие действия или термины относятся к волейболу: 1) очко, 2) гол, 3) зона, 4) пенальти, 5) подсечка, 6) переход, 7) блок, 8) вне игры, 9) партия, 10) штрафной удар.**

а) 1, 3, 7, 9;

б) 1, 2, 5, 7, 10;

в) 2, 4, 5, 6, 8.

**15. Волейбольная площадка условно делится на зоны. На какой из площадок правильно обозначены зоны (рис. 3)?**

а) 1;

б) 2;

в) 3.

**16. Укажите правильное направление перехода из зоны в зону при получении права на подачу (рис. 4).**

а) 1;

б) 2;

в) 3.

**17. На крупных соревнованиях по волейболу игра проводится из …**

а) двух партий;

б) трех партий;

в) пяти партий.

**18. До скольких очков ведется счет в решающей (3-й или 5-й) партии?**

а) до 15 очков,

б) до 20 очков,

в) до 25 очков.

**19. Допускается ли команда волейболистов до участия в соревнованиях, если в ее составе 5 человек?**

а) допускается,

б) не допускается,

в) допускается с согласия команды соперника.

**20. Сколько еще касаний мяча может сделать принимающая подачу команда, если прием мяча с подачи считать первым касанием?**

а) одно.

б) два,

в) три.

**21. Если после разрешения судьи на подачу, подающий игрок подбросил мяч и не произвел по нему удар, то …**

а) подача считается проигранной;

б) подача повторяется этим же игроком;

в) подача повторяется другим игроком этой же команды.

**22. Если при подаче мяч коснулся сетки и перелетел на сторону соперника, то**

а) подача повторяется;

б) игра продолжается;

в) подача считается проигранной.

**23. Если при подаче мяча подающий игрок наступает на разметку лицевой линии площадки или переходит ее, то …**

а) подача повторяется;

б) подача считается проигранной;

в) игра продолжается.

**24. Сколько игроков-волейболистов могут одновременно находиться на волейбольной площадке во время проведения соревнований?**

а) шесть,

б) десять,

в) двенадцать.

**25. Какой жест судьи означает удаление игрока с площадки (рис. 5)?**

**26.Какой жест судьи означает «спорный мяч» (рис. 6)?**

**27.Игроки каких зон могут принимать участие в групповом блоке (ставить групповой блок)?**

а) 1, 2, 3;

б) 2, 3, 4;

в) 3, 4, 5.

**28. Специальная разминка волейболиста включает в себя ?…**

а) беговые упражнения с утяжелителями,

б) упражнения с мячом;

в) силовые упражнения с гантелями.

**29. При каком счете может закончиться игра пятой партии?**

а) 15:13;

б) 25:26;

в) 27:29.

**30. Стойка волейболиста помогает игроку …**

а) быстро переместиться «под мяч»;

б) следить за полетом мяча;

в) выполнить нападающий удар.

