

## Волейбол

- 1. Основным способом приема и передачи мяча 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 сомкнутые предплечья;
  - б) на раскрытые ладони;
  - в) на сомкнутые кулаки.
- 4. Обязательным условием правильного выполнения верхней передачи мяча является ...**
  - а) прием 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 приеме мяча сверху 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) Прием 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.
- 10. Есть ли ошибка в постановке пальцев 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 задней 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;
- б) упражнения с мячом;
- в) силовые упражнения.

29. При каком счете может закончиться игра в первой партии?

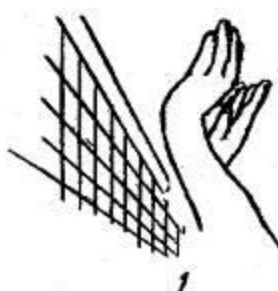
- а) 15:13;
- б) 25:26;
- в) 27:29.

30. Стойка волейболиста помогает игроку ...

- а) быстро переместиться «под мяч»;
- б) следить за полетом мяча;
- в) выполнить нападающий удар.



Рис. I

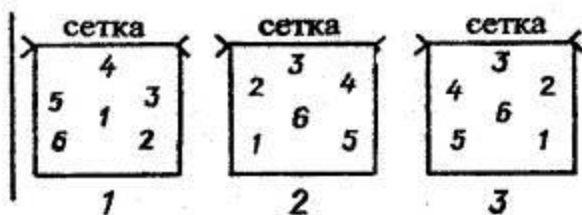


1



2

Рис. II

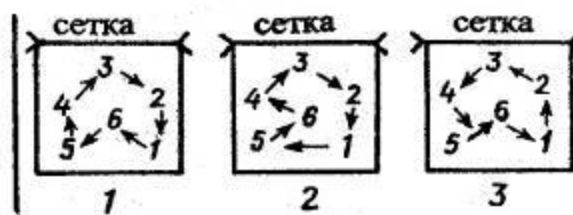


1

2

3

Рис. III



1

2

3

Рис. IV



1



2



3

Рис. V



4



5



6

Рис. VI