**Тест для учащихся 7 класса**

**по физической культуре для контроля знаний раздела: «Волейбол»**

***Цель:***определить уровень теоретических знаний учащихся по предмету «Физическая культура».

* оценка «5» ставится за правильное выполнение 15 и более заданий;
* оценка «4» – за правильное выполнение 13 заданий;
* оценка «3» – за правильное выполнение 11 заданий;

**Инструкция по заполнению тестовых заданий.**

Отвечая на вопросы, нужно выбрать один правильный ответ из предложенных вариантов.

**Бланк теоретического задания по волейболу для 7 класса**

ФИО\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Класс\_\_\_\_\_

1. Переход игроков осуществляется:  
а) куда покажет тренер  
б) против часовой стрелке  
в) по часовой стрелке

2. Как называется действие игрока позволяющий оставить мяч в игре после подачи:  
а) прием мяча   
б) все ответы верны  
в) отбивание мяча

3. Цель игры в три касания:  
а) запутать соперника  
б) подготовка к нападающему удару   
в) для разыгрывания мяча

4. Как называется свободный защитник:  
а) Лимеро  
б) Лидеро  
в) Либеро

5. В последнее время в практике волейбола распространены:  
а) три варианта комплектования стартовой шестерки  
б) два варианта комплектования стартовой шестерки   
в) четыре варианта комплектования стартовой шестерки

6. Групповые и командные тактические действия вначале изучаются:  
а) практически  
б) индивидуально  
в) теоретически

7. В достижении спортивного результата в волейболе условно можно выделить:  
а) две ступени  
б) три ступени   
в) пять ступеней

8. Стартовая позиция блокирующего игрока – в середине сетки, в … от нее:  
а) одном метре   
б) двух метрах  
в) полметре

9. Игра в защите состоит из:  
а) индивидуальных действий  
б) индивидуальных, группо­вых и командных действий   
в) приема, передачи и нападающего удара

10. Моделирование в волейболе представляет собой:  
а) тактику действий команды на конкретную игру  
б) тактику действий сильнейших игроков команды  
в) выражение конечного состояния отдельных волейболистов и команды в целом

11. Передача мяча начинается с:  
а) выбора направления движения мяча  
б) разгибания ног, туловища, рук   
в) удара по мячу и последующего сопровождения мяча

12. В волейболе быстрота проявляется в:  
а) четырех основных формах  
б) двух основных формах  
в) трех основных формах

13. Овладение спортивной техникой волейбола в процессе обучения осуществляется по:  
а) конкретным указаниям тренера  
б) определенной схеме   
в) произвольной схеме

14. При приеме подач игроку необходимо располагаться:  
а) не ближе средней части площадки   
б) в задней части площадки  
в) за границей площадки

15. В соревновательном периоде тренировочного процесса наиболее целесообразно применять:  
а) постепенное повышение нагрузки  
б) ступенчатый принцип нагрузки  
в) скачкообразный принцип нагрузки

16. Соревнования по волейболу могут быть:  
а) только командными   
б) командными и личными  
в) только личными

17. Впервые волейбол дебютировал как олимпийский вид спорта на олимпиаде в:  
а) Мехико  
б) Токио   
в) Мюнхене