**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