

**Контрольные тесты по итогам 2 четверти
Физкультура 9 класс**

Волейбол

1. Кто придумал и впервые сформулировал правила волейбол?
 - а) Уильям Дж. Морган
 - б) Майкл Джордан;
 - в) Вадим Хамуцких
2. Как переводится слово «волейбол»?
 - а) Летящий мяч;
 - б) мяч в воздухе;
 - в) парящий мяч.
3. Максимальное количество игроков в волейбол?
 - а) 10
 - б) 12
 - в) 14
 - г) 16
4. Максимальное количество замен игроков в партии?
 - а) 3
 - б) 4
 - в) 6
 - г) 8
5. Сколько раз можно подбросить мяч при подаче?
 - а) 1
 - б) 2
 - в) 3
 - г) Бесконечно
6. Сколько времени дается после свистка судьи на выполнение подачи?
 - а) 3 сек
 - б) 5 сек
 - в) 8 сек
 - г) 10 сек
7. Сколько времени дается на перерыв между партиями ?
 - а) 30 сек
 - б) 1 мин
 - в) 3 мин
 - г) 5 мин
8. Игрок Либеро является
 - а) Игроком нападения
 - б) Подающим игроком
 - в) Игроком защиты
9. Где выполняется подача мяча?
 - а) С площадки
 - б) из-за лицевой линии
 - в) со штрафной линии

10. Каков состав команды на площадке?

- а) 10 участников
- б) 6 участников
- в) 8 участников
- г) 12 участников

Лыжная подготовка

11. Какой из способов торможения на лыжах больше всего подходит для начинающего лыжника?

- а) Плугом
- б) Торможение падением
- в) Боком

12. Какой из подъемов в технике передвижения на лыжах имеет название одного из деревьев?

- а) Елочкой
- б) Лесенкой

13. Каким может быть старт в индивидуальных гонках?

- а) Только одиночным
- б) Только общим
- в) Одиночным, парным и общим

14. Какой способ(ход) передвижения на лыжах появился раньше?

- а) Коньковый
- б) Классический
- в) Попеременный

15. Какой длины должны быть лыжи для конькового хода?

- а) Эти лыжи должны быть на 10-20 см короче, чем лыжи классического хода
- б) Эти лыжи должны быть на 10-20 см длиннее, чем лыжи для классического хода
- в) Не имеет значения

16. Может ли лыжник не уступить сопернику во время лыжной гонки?

- а) нет, обязан уступить в любом случае
- б) можно
- в) только в том случае, если до финиша остается 100 м и менее

17. Какого способа передвижения не существует на лыжах

- а) Попеременно четырехшажный
- б) Попеременно двухшажный
- в) Оба существуют

18. Когда наши спортсмены лыжники дебютировали на зимних олимпийских играх?

- а) 1984г.
- б) 1878г.
- в) 1956г.

19. Как должен поступить лыжник на дистанции, если соперник догнавший его, просит уступить ему лыжню?

- а) Может не уступать лыжню
- б) Следует уступить лыжню, сойдя с нее обеими лыжами
- в) Следует уступить лыжню, сойдя с нее хотя бы одной лыжей

20. Может ли лыжник пройти какой либо отрезок дистанции на одной лыже ?

- а) Да
- б) Нет

Ответы

1-а; 2-а; 3-б; 4-в; 5-а; 6- в; 7-г; 8-в; 9-б; 10-б; 11-б; 12-а; 13-в; 14-б; 15-а; 16-в; 17-а; 18-в; 19-б; 20-б.

