**Лёгкая атлетика**

Легкий:

1. Какой вид лёгкой атлетики является самым быстрым?

А) Марафон

Б) Спортивная ходьба

В) Бег на 100 метров

Г) Прыжки в длину

Правильный ответ: В) Бег на 100 метров

2. Как называется бег на дистанцию 100 метров?

A) Спринт

Б) Марафон

В) Стайерский бег

Г) Барьерный бег

Правильный ответ: A) Спринт

3. Сколько метров в стандартном круге беговой дорожки на стадионе?

А) 200 метров

Б) 400 метров

В) 800 метров

Г) 1000 метров

Правильный ответ: Б) 400 метров

4. Как называется забег на самую длинную дистанцию в лёгкой атлетике?

А) Полумарафон

Б) Марафон

В) Стайерский бег

Г) Спринт

Правильный ответ: Б) Марафон (42,195 км)

5. Какой снаряд метают в толкании ядра?

А) Диск

Б) Копьё

В) Ядро

Г) Молот

Правильный ответ: В) Ядро

6. Какой атлетический инструмент используется для прыжков в длину?

А) штанга

Б) скакалка

В) упругая доска

Г) мат

Правильный ответ: В) упругая доска

7. Как называется соревнование, где спортсмены бегут, перепрыгивая через барьеры?

А) Стипль-чез

Б) Барьерный бег

В) Эстафета

Г) Спринт

Правильный ответ: Б) Барьерный бег

8. Сколько этапов в эстафете 4×100 метров?

А) 2

Б) 3

В) 4

Г) 5

Правильный ответ: В) 4 (четыре спортсмена передают эстафетную палочку)

9. В каком виде лёгкой атлетики спортсмены соревнуются в прыжках в яму с песком?

А) Прыжки в высоту

Б) Прыжки в длину

В) Тройной прыжок

Г) Прыжки с шестом

Правильный ответ: Б) Прыжки в длину

10. Что означает «фальстарт» в соревнованиях по бегу?

A) Неправильный финиш

Б) Ранний старт до сигнала

В) Бег за пределами дорожки

Г) Замена спортсмена

Правильный ответ: B) Ранний старт до сигнала

Средний:

1. Какой из этих видов НЕ входит в десятиборье у мужчин?

А) Прыжки в высоту

Б) Толкание ядра

В) Метание диска

Г) Прыжки с шестом

Правильный ответ: В) Метание диска

2. Какая дистанция в марафоне?

А) 21,0975 км

Б) 42,195 км

В) 50 км

Г) 10 км

Правильный ответ: Б) 42,195 км

3. В каком виде лёгкой атлетики спортсмены используют "фосбери-флоп"?

А) Прыжки в длину

Б) Прыжки в высоту

В) Тройной прыжок

Г) Прыжки с шестом

Правильный ответ: Б) Прыжки в высоту

4. Как называется бег с барьерами на дистанции 110 метров у мужчин?

А) Стипль-чез

Б) Барьерный бег

В) Эстафетный бег

Г) Спринт

Правильный ответ: Б) Барьерный бег

5. Какое правило существует в прыжках в высоту, согласно которому спортсмен может касаться планки?

А) касание недопустимо

Б) касание разрешено

В) касание допустимо только с ноги

Г) касание возможно, если оно легкое

Правильный ответ: Б) касание разрешено

6. В каком виде соревнований используются эстафетные палочки?

А) бег на длинные дистанции

Б) спринтерские эстафеты

В) скачки

Г) метание

Правильный ответ: Б) спринтерские эстафеты

7. Как называется техника прыжка в высоту, при которой спортсмен переворачивается спиной к планке?

A) "Стридл"

Б) "Перешагивание"

В) "Фосбери-флоп"

Г) "Рулет"

Правильный ответ: В) "Фосбери-флоп"

8. Сколько кругов должен пробежать спортсмен на стандартном стадионе во время забега на 5000 метров?

A) 10

Б) 12,5

В) 20

Г) 25

Правильный ответ: Б) 12,5

9. Как называется специальная разметка на беговой дорожке, с которой начинается финальный рывок спортсмена?

A) Разгонная зона

Б) Зона ускорения

В) Отметка 200 метров

Г) Последние 100 метров

Правильный ответ: Г) Последние 100 метров

10. Что означает термин "пейсмейкер" в соревнованиях по бегу?

A) Судья соревнования

Б) Спортсмен, задающий темп

В) Название обуви для бегунов

Г) Тренер спортсмена

Правильный ответ: Б) Спортсмен, задающий темп

Сложный:

1. Какая минимальная скорость ветра позволяет засчитать результат в спринтерских дисциплинах?

A) 1 м/с

Б) 2 м/с

В) 4 м/с

Г) 5 м/с

Правильный ответ: Б) 2 м/с

2. Какая техника используется в метании молота для максимального ускорения?

A) Одиночный разворот

Б) Двойной разворот

В) Четырёхкратный разворот

Г) Бросок через плечо

Правильный ответ: В) Четырёхкратный разворот

3. В каком году был впервые использован стиль "Фосбери-флоп" в прыжках в высоту на Олимпийских играх?

A) 1968

Б) 1972

В) 1956

Г) 1980

Правильный ответ: A) 1968

4. Какова длина разбега перед прыжком в длину на профессиональных соревнованиях?

A) 30 метров

Б) 35 метров

В) 40 метров

Г) 45 метров

Правильный ответ: В) 40 метров

5. Какая форма стартового блока используется в беге на короткие дистанции?

A) Низкий старт

Б) Высокий старт

В) Старт с места

Г) Старт из шага

Правильный ответ: A) Низкий старт

6. Какие мышцы играют ключевую роль в фазе выталкивания при прыжках в длину?

A) Бицепс бедра

Б) Икроножные мышцы

В) Квадрицепсы

Г) Дельтовидные мышцы

Правильный ответ: В) Квадрицепсы

7. Как измеряется результат в прыжках в длину?

A) Отрыв от планки

Б) Первое касание земли ближе к линии

В) Последнее касание перед падением

Г) Максимальная точка полёта

Правильный ответ: Б) Первое касание земли ближе к линии

8. Как называется участок беговой дорожки, где заканчивается передача эстафетной палочки?

A) Зона финиша

Б) Зона передачи

В) Последние 10 метров

Г) Зона безопасности

Правильный ответ: Б) Зона передачи

9. Какая страна выиграла наибольшее количество медалей в истории чемпионатов мира по лёгкой атлетике?

А) США

Б) Россия

В) Кения

Г) Германия

Правильный ответ: А) США

10. В каком виде лёгкой атлетики используется техника "вертушка"?

А) Метание молота

Б) Метание диска

В) Толкание ядра

Г) Метание копья

Правильный ответ: А) Метание молота

**Настольный теннис**

Лёгкий:

1. Сколько очков нужно набрать, чтобы выиграть сет в настольном теннисе?

A) 11

Б) 15

В) 21

Г) 25

Правильный ответ: A) 11

2. Сколько игроков участвуют в одиночном матче настольного тенниса?

A) 2

Б) 4

В) 6

Г) 8

Правильный ответ: A) 2

3. Как называется начальный удар в настольном теннисе?

A) Пас

Б) Сервис

В) Смеш

Г) Отскок

Правильный ответ: Б) Сервис

4. Чем отбивают мяч в настольном теннисе?

A) Лопаткой

Б) Ложкой

В) Ракеткой

Г) Палкой

Правильный ответ: В) Ракеткой

5. Из чего обычно сделан мяч для настольного тенниса?

A) Резина

Б) Пластик

В) Дерево

Г) Стекло

Правильный ответ: Б) Пластик

6. Какое максимальное количество игроков может участвовать в парном матче?

A) 2

Б) 4

В) 6

Г) 8

Правильный ответ: Б) 4

7. Что означает "винер" в настольном теннисе?

A) Удар, после которого мяч не был возвращён

Б) Ошибка при подаче

В) Замедленный удар

Г) Игра на время

Правильный ответ: A) Удар, после которого мяч не был возвращён

8. Как называется вращающийся удар в настольном теннисе?

A) Спин

Б) Блок

В) Флип

Г) Лоб

Правильный ответ: A) Спин

9. Если мяч при подаче касается сетки и попадает в правильную зону, что происходит?

A) Переигровка подачи

Б) Очко засчитывается

В) Игрок получает штраф

Г) Матч завершается

Правильный ответ: A) Переигровка подачи

10. Как называется быстрый атакующий удар, направленный вниз?

A) Лоб

Б) Чоп

В) Смеш

Г) Флип

Правильный ответ: В) Смеш

Средний:

1. Какова стандартная высота сетки в настольном теннисе?

A) 12 см

Б) 15,25 см

В) 17 см

Г) 20 см

Правильный ответ: Б) 15,25 см

2. Сколько раз можно коснуться мяча во время одного удара в настольном теннисе?

A) 1

Б) 2

В) 3

Г) Неограниченно

Правильный ответ: A) 1

3. В каком году настольный теннис впервые стал олимпийским видом спорта?

A) 1984

Б) 1988

В) 1992

Г) 2000

Правильный ответ: Б) 1988

4. Что означает "топспин" в настольном теннисе?

A) Удар с нижним вращением

Б) Удар с верхним вращением

В) Остановка мяча перед ударом

Г) Медленный отскок мяча

Правильный ответ: Б) Удар с верхним вращением

5. Какой размер стандартного теннисного стола?

A) 2,00 м × 1,00 м

Б) 2,74 м × 1,525 м

В) 3,05 м × 1,525 м

Г) 2,50 м × 1,40 м

Правильный ответ: Б) 2,74 м × 1,525 м

6. Какой хват используется для китайского стиля игры?

A) Классический хват

Б) "Перо"

В) "Клешня"

Г) "Захват кисти"

Правильный ответ: Б) "Перо"

7. Сколько выигранных сетов требуется для победы в профессиональном матче настольного тенниса?

A) 2

Б) 3

В) 4

Г) 5

Правильный ответ: Г) 5

8. Как называется резкий атакующий удар, нанесённый по высокому мячу?

A) Лоб

Б) Топспин

В) Смеш

Г) Блок

Правильный ответ: В) Смеш

9. Сколько сантиметров должен подняться мяч после броска при подаче?

A) 15 см

Б) 25 см

В) 30 см

Г) 40 см

Правильный ответ: В) 30 см

10. Как называется зона, где игрок должен подавать мяч в парном разряде?

A) Правая половина

Б) Левая половина

В) Центральная зона

Г) Линия подачи

Правильный ответ: A) Правая половина

Сложный:

1. Как называется техника удара, при которой мяч сильно вращается, но летит с небольшой скоростью?

A) Чоп

Б) Топспин

В) Флип

Г) Смеш

Правильный ответ: A) Чоп

2. Какой угол наклона ракетки используется при выполнении топспина против сильного нижнего вращения?

A) Почти вертикальный

Б) Почти горизонтальный

В) 45 градусов

Г) 90 градусов

Правильный ответ: Б) Почти горизонтальный

3. Какой диаметр стандартного мяча для настольного тенниса?

A) 35 мм

Б) 38 мм

В) 40 мм

Г) 42 мм

Правильный ответ: В) 40 мм

4. Что означает термин "петля" в настольном теннисе?

A) Особая подача с вращением

Б) Удар с высоким траекторным изгибом

В) Техника защиты от атак

Г) Ошибочное движение при подаче

Правильный ответ: Б) Удар с высоким траекторным изгибом

5. Какой слой в ракетке отвечает за максимальную скорость и силу удара?

A) Верхний слой резины

Б) Основа ракетки

В) Клеевой слой

Г) Задний слой резины

Правильный ответ: Б) Основа ракетки

6. В каком году Международная федерация настольного тенниса (ITTF) запретила использование быстрой клеевой системы?

A) 2008

Б) 2010

В) 2012

Г) 2015

Правильный ответ: A) 2008

7. Как называется удар, при котором мяч резко меняет направление после касания стола?

A) Короткий блок

Б) Кручёный флип

В) Сильный топспин

Г) Срезка

Правильный ответ: Г) Срезка

8. Какова максимальная толщина накладки на ракетку согласно правилам ITTF?

A) 1,8 мм

Б) 2,0 мм

В) 2,5 мм

Г) 4,0 мм

Правильный ответ: В) 2,5 мм

9. Какая стратегия игры считается наиболее эффективной против защитного игрока?

A) Быстрая смена направлений ударов

Б) Медленные удары с высоким отскоком

В) Прямые удары без вращения

Г) Постоянное движение в обороне

Правильный ответ: A) Быстрая смена направлений ударов

10. В каком случае игроку присуждается техническое поражение?

A) За три фальстарта подряд

Б) За использование ракетки с неправильной толщиной накладки

В) За отказ выйти на матч

Г) За два удара подряд одной рукой

Правильный ответ: В) За отказ выйти на матч

**Плавание**

Лёгкий:

1. Какой стиль плавания выполняется лицом вниз с движениями рук и ног?

А) брасс

Б) вольный стиль

В) баттерфляй

Г) на спине

Правильный ответ: Б) вольный стиль

2. В каком стиле плавания используются гребковые движения ногами в форме лягушки?

А) на спине

Б) брасс

В) баттерфляй

Г) вольный стиль

Правильный ответ: Б) брасс

3. Какая дистанция является стандартной для олимпийских заплывов?

А) 50 метров

Б) 100 метров

В) 200 метров

Г) 400 метров

Правильный ответ: Б) 100 метров

4. Что такое "эстафета" в плавании?

А) Заплыв на время

Б) Командное соревнование

В) Индивидуальный заплыв

Г) Плавание на длительную дистанцию

Правильный ответ: Б) Командное соревнование

5. Какой чемпионат проходит каждые два года и включает соревнования по плаванию?

А) Олимпийские игры

Б) Чемпионат мира

В) Европейские игры

Г) Кубок мира

Правильный ответ: Б) Чемпионат мира

6. Как называется плавательная шапочка, которая помогает избежать сопротивления воды?

А) шапочка для плавания

Б) головной убор

В) резинка

Г) капюшон

Правильный ответ: А) шапочка для плавания

7. Какой аксессуар помогает плавцам видеть под водой?

А) очки для плавания

Б) маска

В) ласты

Г) шлем

Правильный ответ: А) очки для плавания

8. Какой аксессуар часто используют для улучшения скольжения в воде?

А) шапочка

Б) ласты

В) очки

Г) плавки

Правильный ответ: Б) ласты

9. Какой стиль плавания считается наиболее трудным?

А) брасс

Б) на спине

В) вольный стиль

Г) баттерфляй

Правильный ответ: Г) баттерфляй

10. Какое правило применяется в соревнованиях по плаванию на поворотах?

А) Поворот ногами

Б) Касание рукой

В) Перегонка

Г) Старт с места

Правильный ответ: Б) Касание рукой

Средний:

1. Какой стиль плавания считается самым быстрым на коротких дистанциях?

А) брасс

Б) вольный стиль

В) баттерфляй

Г) на спине

Правильный ответ: Б) вольный стиль

2. Какое основное правило существует для пловцов в эстафете?

А) Каждый пловец должен проплыть одну и ту же дистанцию

Б) Пловцы могут бросать эстафету на любое расстояние

В) Стартовать можно только с воды

Г) Пловец должен касаться борта перед передачей

Правильный ответ: Г) Пловец должен касаться борта перед передачей

3. Как называется техника дыхания во время стиля баттерфляй?

А) На каждую руку

Б) На каждую вторую руку

В) Выше платная

Г) Непрерывная

Правильный ответ: А) На каждую руку

4. На какой дистанции проводятся олимпийские соревнования среди мужчин в вольном стиле?

А) 100 метров

Б) 200 метров

В) 400 метров

Г) 1500 метров

Правильный ответ: Г) 1500 метров

5. Какой исторический момент связан с плаванием в 1988 году?

А) Первая победа советских пловцов на Олимпиаде

Б) Появление первых женских соревнований

В) Установление рекорда мирового плавания

Г) Принятие плавания в качестве олимпийского вида спорта

Правильный ответ: A) Первая победа советских пловцов на Олимпиаде

6. Как называется соревнование по плаванию на открытой воде?

А) Карибский кубок

Б) Открытая вода

В) Марафон плавания

Г) Свим-ран

Правильный ответ: В) Марафон плавания

7. Кто первым установил мировой рекорд в плавании на 100 метров?

А) Майкл Фелпс

Б) Марк Шпиц

В) Александр Попов

Г) Иан Торп

Правильный ответ: Б) Марк Шпиц

8. На каком этапе заплыва находится пловец, когда он уже выполнил старт и погружение, но ещё не начал свой основной гребок?

А) Подводный

Б) Переходный

В) Входящий

Г) Стартовый

Правильный ответ: А) Подводный

9. Чему равен минимальный возраст для участия в Олимпийских играх по плаванию?

А) 12 лет

Б) 14 лет

В) 16 лет

Г) 18 лет

Правильный ответ: Б) 14 лет

10. Какое значение имеет "финишный поворот" в плавании?

А) Дает возможность сбросить время

Б) Увеличивает скорость

В) Позволяет изменить стиль

Г) Обеспечивает быстрое изменение направления

Правильный ответ: Г) Обеспечивает быстрое изменение направления

Сложный:

1. Какой стиль плавания легально запрещает касание борта или дна акватики любыми частями тела во время поворота?

А) Вольный стиль

Б) Баттерфляй

В) Брасс

Г) На спине

Правильный ответ: Б) Баттерфляй

2. Какой пловец считается рекордсменом по количеству золотых медалей на Олимпийских играх в плавании?

А) Иан Торп

Б) Майкл Фелпс

В) Марк Шпиц

Г) Райан Лохте

Правильный ответ: Б) Майкл Фелпс

3. В каком году плавание впервые вошло в программу Олимпийских игр?

А) 1896

Б) 1900

В) 1904

Г) 1908

Правильный ответ: А) 1896

4. Какой элемент дыхательной техники является наиболее сложным для стиля брасс?

А) Задержка дыхания

Б) Дыхание с поворотом головы

В) Дыхание с поднятыми плечами

Г) Дыхание под водой

Правильный ответ: Б) Дыхание с поворотом головы

5. Какой норматив является стандартом для квалификации на Олимпийские игры по плаванию?

А) Установленный временной минимум

Б) Место на чемпионате мира

В) Участие в турнирах по плаванию

Г) Личный рекорд

Правильный ответ: А) Установленный временной минимум

6. Каково максимальное количество участников в эстафете 4х100 метров вольным стилем на Олимпийских играх?

А) 16

Б) 10

В) 8

Г) 12

Правильный ответ: А) 16

7. Какой велосипедный стиль использует элементы плавания для тренировки?

А) Параллельный

Б) Водный

В) Аэробный

Г) Дельфиновый

Правильный ответ: Б) Водный

8. На каком расстоянии в плавании умеряет средний темп для длинных дистанций на чемпионатах мира?

А) 1500 метров

Б) 800 метров

В) 500 метров

Г) 200 метров

Правильный ответ: А) 1500 метров

9. Какой стиль плавания требует от пловца максимального усилия рук и ног одновременно?

А) На спине

Б) Вольный стиль

В) Брасс

Г) Баттерфляй

Правильный ответ: Г) Баттерфляй

10. Какой элемент стартовой техники считается наиболее эффективным для увеличения скорости старта?

А) Поворот на 90 градусов

Б) Прыжок с бортика

В) Сгибание коленей перед стартом

Г) Выход из воды

Правильный ответ: Б) Прыжок с бортика

**Волейбол**

Лёгкий:

1. Какое число игроков в команде по волейболу на поле?

А) 6

Б) 5

В) 7

Г) 8

Правильный ответ: А) 6

2. Как называется действие, когда игрок отправляет мяч на сторону соперника, используя руку?

А) Подача

Б) Нападение

В) Блок

Г) Прием

Правильный ответ: Б) Нападение

3. Как называется зона, откуда выполняется подача мяча?

А) Зона атаки

Б) Зона защиты

В) Подающая зона

Г) Зона блока

Правильный ответ: В) Подающая зона

4. Какой элемент волейбольной игры выполняется для остановки мяча, летящего к земле, на стороне своей команды?

А) Подача

Б) Блок

В) Прием

Г) Нападение

Правильный ответ: Б) Блок

5. Какое количество очков необходимо набрать для победы в сете на международных соревнованиях?

А) 15

Б) 25

В) 30

Г) 20

Правильный ответ: Б) 25

6. Кто обычно отвечает за организацию игры и следит за соблюдением правил на поле?

А) Судья

Б) Капитан

В) Тренер

Г) Игрок

Правильный ответ: А) Судья

7. Какой элемент выполняется для передачи мяча между игроками?

А) Подача

Б) Пас

В) Блок

Г) Нападение

Правильный ответ: Б) Пас

8. Какую форму принимает мяч по волейболу?

А) Квадратную

Б) Прямоугольную

В) Круглую

Г) Овальную

Правильный ответ: В) Круглую

9. Как называется удар, когда мяч отправляется на нерегулярной высоте для атаки?

А) Прием

Б) Нападение

В) Все это вместе

Г) Чемпионский отправка

Правильный ответ: Б) Нападение

10. Какой тип подачи выполняется с использованием силы и скорости, чтобы сделать мяч трудным для приема?

А) Легкая подача

Б) Сильная подача

В) Прыжковая подача

Г) Подача обратной вращения

Правильный ответ: В) Прыжковая подача

Средний:

1. Какое максимальное число касаний мяча допустимо для одной команды, прежде чем мяч будет отправлен на сторону соперника?

А) 3

Б) 4

В) 5

Г) 6

Правильный ответ: А) 3

2. Как называется форма, которую принимает игрок для блока?

А) Позиция "на корточках"

Б) Позиция "в прыжке"

В) Позиция "стопами на ширине плеч"

Г) Позиция "узкий шаг"

Правильный ответ: Б) Позиция "в прыжке"

3. Какое событие приводит к "эйсу"?

А) Успешная подача, которую противник не смог принять

Б) Защитное действие игрока

В) Атака с помощью блока

Г) Ошибка соперника

Правильный ответ: А) Успешная подача, которую противник не смог принять

4. Как называется технический элемент, позволяющий игроку поднимать мяч с земли после касания соперника?

А) Прием

Б) Сетование

В) Подъем

Г) Блокировка

Правильный ответ: А) Прием

5. В каком году волейбол был включен в программу Олимпийских игр?

А) 1964

Б) 1972

В) 1980

Г) 1992

Правильный ответ: А) 1964

6. Какой стиль игры предполагается, если команда активно использует на задней линии "бэксайд" удары?

А) Наступающее нападение

Б) Защитная игра

В) Научно обоснованное нападение

Г) Спонтанное нападение

Правильный ответ: А) Наступающее нападение

7. Как называются способы подачи, которые выполняются с переносом мяча на собранных пальцах?

А) Технические подачи

Б) Подачи в следующем

В) Подачи сверху

Г) Подачи сверху с поворотом

Правильный ответ: В) Подачи сверху

8. Какое название носит награда, присуждаемая лучшему игроку турнира?

А) Золотая медаль

Б) MVP

В) Лучший атакующий

Г) Почетный приз

Правильный ответ: Б) MVP

9. Какой элемент игры направлен на создание различий в нападении противника?

А) Тактическая игра

Б) Стратегическая игра

В) Защитная работа

Г) Настройка игры

Правильный ответ: Б) Стратегическая игра

10. Какая из перечисленных позиций не существует в волейболе?

А) Либеро

Б) Центральный блокирующий

В) Разведчик

Г) Наблюдатель

Правильный ответ: В) Разведчик

Сложный:

1. Какой термин используется для обозначения ошибки, при которой игрок касается сетки во время игры?

А) Фол

Б) Анти-игра

В) Неправильный контакт

Г) Обнаруженный контакт

Правильный ответ: А) Фол

2. Каково максимальное количество игроков, которые могут находиться на площадке одновременно в команде?

А) 5

Б) 6

В) 7

Г) 8

Правильный ответ: Б) 6

3. Кто стал первым тренером сборной СССР по волейболу, которая завоевала золото на Олимпиаде в 1964 году?

А) Геннадий Шипулин

Б) Артемий Скрытнев

В) Александр Куликов

Г) Борис Гребенщиков

Правильный ответ: А) Геннадий Шипулин

4. Какой из предложенных методов подачи используется для достижения наиболее высокой скорости подачи мяча?

А) Подача снизу

Б) Подача верхом

В) Подача с разбегом

Г) Подача с вращением

Правильный ответ: Б) Подача верхом

5. Какое фиаско произошло с командой сборной России на Олимпийских играх в Рио-де-Жанейро в 2016 году?

А) Не смогли пройти квалификацию

Б) Выбыли в четвертьфинале

В) Завоевали бронзу

Г) Завоевали золото

Правильный ответ: Б) Выбыли в четвертьфинале

6. Что такое "профильный блок" в технике волейбола?

А) Блокировка, направленная на мяч

Б) Блокировка с поворотом

В) Многослойная блокировка

Г) Блокировка без поворота

Правильный ответ: А) Блокировка, направленная на мяч

7. Какое из следующих обстоятельств считается нарушением правил при подаче?

А) Осуществление подачи с позиции за задней линией

Б) Подача с высоким подбросом

В) Совершение контакта мяча с сеткой

Г) Подача, сделанная с одного колена

Правильный ответ: В) Совершение контакта мяча с сеткой

8. Какой из этих игроков считается одним из лучших разыгрывающих в истории волейбола?

А) Ким Мизута

Б) Густаво Кунья

В) Клаус Крамп

Г) Олег Клюкин

Правильный ответ: А) Ким Мизута

9. Что такое "психологическая игра" в контексте волейбольного матча?

А) Стратегия изменения игроков

Б) Манипуляция с эмоциями соперника

В) Технические приемы

Г) Действия, зависящие от судейства

Правильный ответ: Б) Манипуляция с эмоциями соперника

10. Какой метод тренировок яpко отличается от остальных, направленный на улучшение скорости реакций и координации?

А) Физическая нагрузка

Б) Тактическое взаимодействие

В) Игра на площадке

Г) Психологическая подготовка

Правильный ответ: А) Физическая нагрузка

**Футбол**

Лёгкий:

1. Какой предмет используется для игры в футбол?

А) Мяч

Б) Клюшка

В) Ракетка

Г) Фрисби

Правильный ответ: А) Мяч

2. Сколько игроков в команде на поле во время футбольного матча?

А) 7

Б) 9

В) 11

Г) 13

Правильный ответ: В) 11

3. Как называется место, откуда выполняется удар с точки пенальти?

А) Штрафная площадка

Б) Угол поля

В) Центральный круг

Г) Краевой флажок

Правильный ответ: А) Штрафная площадка

4. Какой термин используется для обозначения забитого гола?

А) Удар

Б) Гол

В) Мяч

Г) Забив

Правильный ответ: Б) Гол

5. Какой известный футболист носит номер 10 в большинстве своих команд?

А) Лионель Месси

Б) Криштиану Роналду

В) Неймар

Г) Златан Ибрагимович

Правильный ответ: А) Лионель Месси

6. Какой турнир считается самым престижным клубным турниром в Европе?

А) Лига чемпионов

Б) Кубок УЕФА

В) Лига Европы

Г) Кубок конфедераций

Правильный ответ: А) Лига чемпионов

7. Как называется главный судья на футбольном матче?

А) Рефери

Б) Удалец

В) Судья

Г) Арбитр

Правильный ответ: А) Рефери

8. Какой цвет карты получает игрок за серьезное нарушение правил?

А) Зеленый

Б) Желтый

В) Красный

Г) Синий

Правильный ответ: В) Красный

9. Какое событие происходит каждые четыре года и включает лучшие футбольные команды мира?

А) Лига чемпионов

Б) Чемпионат мира

В) Кубок Африки

Г) Лига Европы

Правильный ответ: Б) Чемпионат мира

10. Какая страна является родиной футбольного клуба "Барселона"?

А) Италия

Б) Испания

В) Германия

Г) Англия

Правильный ответ: Б) Испания

Средний:

1. Какое правило описывает положение игрока, находящегося ближе к воротам соперника, чем последний защитник?

А) Фол

Б) Офсайд

В) Пенальти

Г) Не игра

Правильный ответ: Б) Офсайд

2. Какой клуб выиграл наибольшее количество титулов Лиги чемпионов УЕФА по состоянию на 2023 год?

А) Милан

Б) Ливерпуль

В) Реал Мадрид

Г) Барселона

Правильный ответ: В) Реал Мадрид

3. Кто из футболистов стал лучшим бомбардиром чемпионата мира 2014 года?

А) Марио Гётце

Б) Том Мюллер

В) Лионель Месси

Г) Хавьер Эрнандес

Правильный ответ: Б) Том Мюллер

4. Какой термин обозначает момент, когда команда выполняет угол от ворот соперника?

А) Угол

Б) Фланг

В) Штрафной

Г) Ввод мяча

Правильный ответ: А) Угол

5. Какой знаменитый тренер выиграл Лигу чемпионов трижды подряд с "Реалом"?

А) Карло Анчелотти

Б) Юпп Хайнкес

В) Зинедин Зидан

Г) Хосеп Гвардиола

Правильный ответ: В) Зинедин Зидан

6. Как называется соревнование, в котором играет сборная Европы?

А) Чемпионат мира

Б) Кубок Америки

В) Чемпионат Европы

Г) Кубок конфедераций

Правильный ответ: В) Чемпионат Европы

7. Сколько времени длится стандартный футбольный матч, без учета добавленного времени?

А) 60 минут

Б) 75 минут

В) 90 минут

Г) 120 минут

Правильный ответ: В) 90 минут

8. Какой футбольный клуб провел наибольшее количество сезонов в английской Премьер-лиге (по состоянию на 2023 год)?

А) Манчестер Юнайтед

Б) Арсенал

В) Ливерпуль

Г) Эвертон

Правильный ответ: Г) Эвертон

9. Кто является автором знаменитого гола "Рука Бога" на чемпионате мира?

А) Роналдо

Б) Диего Марадона

В) Пеле

Г) Зинедин Зидан

Правильный ответ: Б) Диего Марадона

10. На каком стадионе проходит финал Лиги чемпионов УЕФА?

А) Олд Траффорд

Б) Уэмбли

В) Стад де Франс

Г) Непрямого определенного местоположения

Правильный ответ: Г) Непрямого определенного местоположения

Сложный:

1. Какой футболист является самым ценным игроком Кубка мире по футболу 2018 года?

А) Килиан Мбаппе

Б) Лионель Месси

В) Христано Роналду

Г) Лука Модрич

Правильный ответ: Г) Лука Модрич

2. Кто был первым тренером в истории, который выиграл Лигу чемпионов с тремя разными клубами?

А) Увелюс Клаус

Б) Карло Анчелотти

В) Хосеп Гвардиола

Г) Жозе Моуринью

Правильный ответ: Б) Карло Анчелотти

3. В каком году состоялся первый чемпионат мира по футболу?

А) 1930

Б) 1934

В) 1938

Г) 1942

Правильный ответ: А) 1930

4. Какой клуб первым выиграл Кубок Европы (Лигу чемпионов)?

А) Реал Мадрид

Б) Селтик

В) Аякс

Г) Милан

Правильный ответ: А) Реал Мадрид

5. Какая страна является единственным хозяином чемпионата мира по футболу в 1998 году?

А) Бразилия

Б) Франция

В) Италия

Г) Германия

Правильный ответ: Б) Франция

6. Сколько мячей забил Роналду в финалах Лиги чемпионов по состоянию на 2023 год?

А) 10

Б) 12

В) 15

Г) 17

Правильный ответ: Б) 12

7. Какое правило допускает пробитие свободного удара до свистка судьи?

А) Правило 11

Б) Правило 12

В) Правило 13

Г) Правило 14

Правильный ответ: А) Правило 11

8. Какой футболист забил самый быстрый гол в истории чемпионатов мира?

А) Фрэнсис Микел

Б) Хуан Мата

В) Хакан Шалханоглу

Г) Хавьер Эрнандес

Правильный ответ: А) Фрэнсис Микел

9. В каком клубе начал свою карьеру Лионель Месси?

А) Реал Сарагоса

Б) Барселона

В) Ньюэллс Олд Бойз

Г) Аргентинос Хуниорс

Правильный ответ: В) Ньюэллс Олд Бойз

10. В каком году клуб Манчестер Юнайтед выиграл свою первую Лигу чемпионов?

А) 1968

Б) 1991

В) 1999

Г) 2008

Правильный ответ: А) 1968

**Баскетбол**

Лёгкий:

1. Какой цвет мячей используется в профессиональном баскетболе?

А) Красный

Б) Оранжевый

В) Синий

Г) Жёлтый

Правильный ответ: Б) Оранжевый

2. Сколько игроков находится на площадке с каждой стороны во время игры?

А) 4

Б) 5

В) 6

Г) 7

Правильный ответ: Б) 5

3. Кто считается одним из самых известных игроков в истории баскетбола?

А) Леброн Джеймс

Б) Майкл Джордан

В) Коби Брайант

Г) Шакил О'Нил

Правильный ответ: Б) Майкл Джордан

4. Какой статистический показатель обозначает количество забитых мячей за игру?

А) Ассисты

Б) Ребаунды

В) Очки

Г) Фолы

Правильный ответ: В) Очки

5. Как называется соревнование, в котором принимают участие лучшие игроки НБА?

А) Финал НБА

Б) Матч всех звёзд

В) Летняя лига

Г) Плей-офф

Правильный ответ: Б) Матч всех звёзд

6. Какой из этих терминов относится к позиции игрока в баскетболе, который чаще всего ведет мяч и организует игру?

А) Центровой

Б) Атакующий защитник

В) Разыгрывающий защитник

Г) Форвард

Правильный ответ: В) Разыгрывающий защитник

7. В каком году была основана Национальная баскетбольная ассоциация (НБА)?

А) 1946

Б) 1950

В) 1960

Г) 1970

Правильный ответ: А) 1946

8. Какое спортивное оборудование используется для бросков в корзину?

А) Мяч

Б) Клюшка

В) Костюм

Г) Наколенники

Правильный ответ: А) Мяч

9. Сколько очков даётся за бросок из-за трёхочковой линии?

А) 1

Б) 2

В) 3

Г) 4

Правильный ответ: В) 3

10. Кто является самым титулованным клубом НБА по количеству чемпионств на 2023 год?

А) Лос-Анджелес Лейкерс

Б) Чикаго Буллс

В) Бостон Селтикс

Г) Сан-Антонио Сперс

Правильный ответ: В) Бостон Селтикс

Средний:

1. Какой игрок является рекордсменом по количеству очков в одном матче НБА?

А) Коби Брайант

Б) Уилт Чамберлейн

В) Майкл Джордан

Г) Леброн Джеймс

Правильный ответ: Б) Уилт Чамберлейн

2. Какой термин используется для описания моментального броска после дриблинга, без остановки?

А) Слэм-данк

Б) Джамп-шот

В) Лейап

Г) Трёшка

Правильный ответ: Б) Джамп-шот

3. Какова максимальная высота, на которую может подняться кольцо в профессиональном баскетболе?

А) 2.8 метра

Б) 3.05 метра

В) 3.15 метра

Г) 3.2 метра

Правильный ответ: Б) 3.05 метра

4. Какой возраст является обязательным для участия в драфте НБА?

А) 18 лет

Б) 19 лет

В) 20 лет

Г) 21 год

Правильный ответ: Б) 19 лет

5. Кто первым стал игроком, набравшим 30 000 очков в карьере НБА?

А) Карим Абдул-Джаббар

Б) Майкл Джордан

В) Леброн Джеймс

Г) Коби Брайант

Правильный ответ: А) Карим Абдул-Джаббар

6. Какой из этих типов фолов иногда называется "техническим фолом"?

А) Фол при броске

Б) Не спортивный фол

В) Нарушение 24-секундного правила

Г) Фол в атаке

Правильный ответ: Б) Не спортивный фол

7. Какой из этих клубов никогда не выигрывал чемпионат НБА?

А) Нью-Йорк Никс

Б) Лос-Анджелес Лейкерс

В) Чикаго Буллс

Г) Орландо Мэджик

Правильный ответ: Г) Орландо Мэджик

8. В каком городе находится команда "Даллас Маверикс"?

А) Хьюстон

Б) Сан-Антонио

В) Даллас

Г) Мемфис

Правильный ответ: В) Даллас

9. Кто тренировал сборную США по баскетболу на Олимпийских играх 1992 года, известную как "Дрим Тим"?

А) Фил Джексон

Б) Майк Кшижевски

В) Пат Райли

Г) Ларри Браун

Правильный ответ: Б) Майк Кшижевски

10. В каком году была проведена первая игра НБА?

А) 1946

Б) 1949

В) 1950

Г) 1955

Правильный ответ: Б) 1949

Сложный:

1. Какой минимальный процент реализации бросков с игры считается высоким для профессионального игрока в НБА?

A) 35%

Б) 45%

В) 50%

Г) 60%

Правильный ответ: Б) 45%

2. В каком году была введена трехочковая линия в НБА?

A) 1979

Б) 1984

В) 1990

Г) 1995

Правильный ответ: A) 1979

3. Какая ширина стандартной баскетбольной площадки согласно правилам FIBA?

A) 15 метров

Б) 18 метров

В) 20 метров

Г) 28 метров

Правильный ответ: A) 15 метров

4. Каким правилом ограничивается время владения мячом одной командой в НБА?

A) 14 секунд

Б) 24 секунды

В) 30 секунд

Г) 35 секунд

Правильный ответ: Б) 24 секунды

5. Как называется тактический приём защиты, когда игроки занимают фиксированные позиции на площадке, а не следуют за соперником?

A) Индивидуальная защита

Б) Зонная защита

В) Прессинг

Г) Дабл-тим

Правильный ответ: Б) Зонная защита

6. Как называется ситуация, когда игрок делает три шага без ведения мяча?

A) Фол

Б) Проход

В) Перехват

Г) Пробежка

Правильный ответ: Г) Пробежка

7. Какой максимальный размер штрафных бросков, который может получить игрок за один фол?

A) 1 бросок

Б) 2 броска

В) 3 броска

Г) 4 броска

Правильный ответ: В) 3 броска

8. Какая максимальная высота баскетбольного кольца от пола согласно международным стандартам?

A) 3,05 м

Б) 3,25 м

В) 3,50 м

Г) 4,00 м

Правильный ответ: A) 3,05 м

9. Какое правило используется в защите для ограничения времени нахождения игрока под кольцом?

A) 3-секундное правило

Б) 5-секундное правило

В) 8-секундное правило

Г) 24-секундное правило

Правильный ответ: A) 3-секундное правило

10. Сколько игроков одновременно находится на площадке у одной команды во время матча?

A) 4

Б) 5

В) 6

Г) 7

Правильный ответ: Б) 5