**ИТОГОВЫЙ ТЕСТ**

1. RUS код – это

А) Числовой код, под которым зарегистрирован спортсмен в базе данных Федерации;

Б) Числовой код, под которым зарегистрирован спортсмен в международной базе данных;

В) Номер, под которым спортсмен примет участие в соревнованиях;

2. К первой категории соревнований относятся:

А) Чемпионат, первенство муниципальных образований, другие официальные соревнования муниципальных образований, соревнования физкультурно-спортивных организаций;

Б) Международные соревнования (FIS) проводимые на территории Российской Федерации, чемпионат, Кубок, первенства Российской Федерации, всероссийские официальные спортивные соревнования, чемпионаты, первенства федеральных округов Российской Федерации;

В) Чемпионат, Кубок, первенство субъектов Российской Федерации, другие официальные соревнования субъектов Российской Федерации.

3. Соревнования по лыжным гонкам подразделяются на:

А) личные, лично-командные, командные;

Б) индивидуальные, групповые, парные;

В) смешанные, индивидуальные.

4. На всех соревнованиях по лыжным гонкам на официальные церемонии с поднятием флагов и исполнением гимнов спортсменам разрешается брать с собой:

А) лыжи, палки;

Б) не разрешается брать с собой спортивный инвентарь;

В) лыжные ботинки, шлем, очки.

5. На всех соревнованиях по лыжным гонкам, при проведении неофициальной презентации победителей (цветочная церемония) спортсмены обязательно должны взять на пьедестал:

А) сумки на поясе, мобильные телефоны на шее, рюкзаки, бутылки;

Б) лыжи, палки, лыжные ботинки, шлем, очки;

В) стартовый номер участника.

6. Что не указывается в Положении о соревнованиях:

А) Статус соревнований, место и сроки проведения соревнований, организаторы соревнований;

Б) Требования к участникам соревнований и условия их допуска, программа соревнований, порядок предоставления заявок на участие;

В)  Условия подведения итогов, награждение, состав главной судейской коллегии.

7. Официальные лица соревнований:

А) Технический делегат, ассистент технического делегата, председатель Комитета Федерации по организации и проведению соревнований;

Б) Оргкомитет, главный судья, главный секретарь;

В) Приглашенные лица, представители команд, главная судейская коллегия.

8. Кто не входит в состав ГСК?

А) заместитель главного секретаря;

Б) старший судья по стадиону;

В) главный судья-хронометрист.

9. Кто не входит в состав Жюри на соревнованиях 1-й категории:

А) Технический делегат;

Б) главный судья соревнований;

В) судья - руководитель службы хронометража и обработки результатов.

10. Кто ведет совещание представителей команд?

А) главный судья соревнования;

Б) главный секретарь соревнования;

В) технический делегат.

11. Длина дистанции в спринте у мужчин может быть:

А) 0,5 – 1,8 км

Б) 0,8 – 1,6 км

В) 1 – 1,8 км.

12. Где прорезана одна и более классических лыжней повторная смена или переступание в лыжню или из лыжни:

А) допускается 2 раза;

Б) запрещено;

В) допускается 3 раза.

13. Что обозначает HD ?

А) разница высот между самой высокой и самой низкой точками соревновательной трассы;

Б) подъем с наибольшей суммой отдельных подъемов (самый большой подъем);

В) общая сумма всех подъемов на трассе.

14. Что обозначает MC ?

А) разница высот между самой высокой и самой низкой точками соревновательной трассы;

Б) подъем с наибольшей суммой отдельных подъемов (самый большой подъем);

В) общая сумма всех подъемов на трассе.

15. Что обозначает TC ?

А) разница высот между самой высокой и самой низкой точками соревновательной трассы;

Б) подъем с наибольшей суммой отдельных подъемов (самый большой подъем);

В) общая сумма всех подъемов на трассе.

16. Ширина трассы категории А допускает проведение соревнований:

А) Соревнования с раздельным стартом классический стиль

Б) Соревнования с масс-стартом классический стиль.

В) Соревнования с раздельным стартом свободный стиль.

17. Ширина трассы категории В допускает проведение соревнований:

А) Эстафета классический стиль;

Б) Скиатлон классическая часть;

В) Соревнования с масс-стартом свободный стиль.

18. Ширина трассы категории D допускает проведение соревнований:

А) Персьют классический стиль;

Б) Персьют свободный стиль;

В) Скиатлон.

19. На всероссийских соревнованиях наивысшая точка трассы для лыжных гонок не должна превышать (над уровнем моря):

А) 1600 м;

Б) 2000 м;

В) 1800 м.

20. Что такое пит-боксы?

А) специально отведенные места для кормления спортсменов;

Б) специально отведенные места для смены лыж;

В) специально отведенные места для подготовки лыж.

21. Технические заявки должны быть получены и проверены секретарем соревнований

А) не позднее, чем за 2 ч до начала совещания представителей команд;

Б) сразу после совещания представителей команд;

В) за день до начала соревнований.

22. Поздние заявки могут быть приняты

А) главным секретарем за 2 часа до старта;

Б) Жюри до начала жеребьевки;

В) главным судьей за 1 час до старта.

23. На соревнованиях по лыжным гонкам используются следующие виды стартов:

А) раздельный старт, масс-старт, старт в персьюте и старт забегов;

Б) индивидуальный старт, масс-старт, командный старт;

В) раздельный старт, командный старт; общий старт.

24. При использовании электронной системы старта (стартовая калитка (турникет), стартовые часы) спортсмен может стартовать:

А) в любое время в течение 3 секунд;

Б) сразу после звукового сигнала;

В) в любое время в течение 3 секунд до стартового сигнала и 3 секунд после стартового сигнала.

25. В соревнованиях с раздельным стартом или стартом в персьюте спортсмен, который совершил фальстарт:

А) не будет возвращен к стартовой линии;

Б) будет возвращен к стартовой линии и соревнования начинаются заново;

В) не будет возвращен к стартовой линии и к его времени прибавят 5 с.

26. Для определения официального времени финиша спортсмена при использовании системы фотофиниша точкой измерения является:

А) носок ботинка, который первым достиг финишной линии;

Б) стопа спортсмена, которая находится впереди, пересекает финишную линию;

В) любая часть спортсмена, которая находится впереди, пересекает финишную линию.

27. На этапах эстафеты следует использовать стартовые номера различных цветов. На соревнованиях 1-й категории используются цвета:

А) 1-й этап - синий; 2-й этап - зеленый; 3-й этап - желтый, 4-й этап – красный;

В) 1-й этап - желтый; 2-й этап - зеленый; 3-й этап - красный, 4-й этап – синий;

В) 1-й этап - красный; 2-й этап - зеленый; 3-й этап - желтый, 4-й этап - синий.

28. В соревнованиях классическим стилем максимальная длина лыжных палок не должна превышать:

А) 83% от роста участника;

Б) 87% от роста участника;

В) 80% от роста участника.

29. В соревнованиях свободным стилем максимальная длина лыжных палок не должна превышать:

А) 90% от роста участника;

Б) 83% от роста участника.

В) 100% от роста участника.

30. На дистанции с длиной трассы более 50 км разрешается осуществлять замену лыж в пит-боксах:

А) 1 раз;

Б) 2 раза;

В) 3 раза.