

Легкая атлетика.

**Тест «Легкая атлетика»**

1. Самый трудный вид лёгкой атлетики - это:
  - А. Прыжки с шестом.
  - Б. Десятиборье.
  - В. Умение контролировать своё поведение.
  
2. Прибор для измерения скорости бега – это:
  - А. Секундомер.
  - Б. Спидометр.
  - В. Динамометр.
  
3. С помощью какого упражнения можно проверить быстроту:
  - А. Кросс 1 км.
  - Б. Прыжок в длину.
  - В. Бег 30 м.
  
4. Выбери физические качества человека:
  - А. Доброта, терпение, жадность.
  - Б. Сила, быстрота, выносливость, гибкость, ловкость.
  - В. Скромность, отзывчивость, верность.
  
5. Команда «На старт!» подаётся:
  - А. До начала бега.
  - Б. Во время бега.

В. После бега.

6. Во время бега на короткие дистанции спортсмены бегут:

А. Все по одной дорожке.

Б. Каждый по своей дорожке.

В. Кому как хочется.

7. Для чего нужны физкультминутки?

А. Снять утомление.

Б. Чтобы проснуться.

В. Чтобы быть здоровым.

8. К виду лёгкой атлетики относятся:

А. Прыжки через коня.

Б. Прыжки в длину.

В. Прыжки на батуте.