

Легкая атлетика.

Тестовые задания «легкая атлетика» 8 - 9 класс

- 1) Правильный вариант выполнения старта в беге на 100 метров?
  - а) высокий старт
  - б) низкий старт
  - в) оба варианта
  
- 2) Какая дистанция не относится к спринтерским дистанциям в беге?
  - а) 400 м
  - б) 800 м
  - в) 100 м
  
- 3) Измерение результата при прыжках в длину с разбега происходит по...
  - а) пяткам
  - б) носкам
  - в) по ближнему к линии отталкивания следу
  
- 4) К видам легкой атлетики относятся...
  - а) метания, шорт-трек, гимнастика
  - б) прыжки, бег, тяжелая атлетика
  - в) метания, прыжки, бег
  
- 5) К вертикальным прыжкам не относятся...
  - а) тройной прыжок
  - б) прыжки с шестом
  - в) фосбери- флоп
  
- 6) Относится ли лёгкая атлетика к олимпийским видам спорта?
  - а) нет
  - б) да
  - в) не все виды
  
- 7) Какие физические качества не развивает прыжок в длину с разбега?
  - а) силу
  - б) гибкость
  - в) скороть
  
- 8) Разминка перед соревнованиями в легкой атлетике необходима для...
  - а) предупреждения травм
  - б) улучшения спортивных достижений

в) повторения техники выполнения упражнений

9) Длина марафонской дистанции?

а) 42,195 км

б) 43,195 км

в) 38,250 км

10) В соответствии с правилами соревнований в эстафетном беге палочку нужно передавать в коридоре длиной ...

а) 10 м

б) 15 м

в) 20 м