Тестовые задания по теме «Легкая атлетика»

Для 8 класса

1. Какой вид спорта называют «Королевой спорта»?

1) гимнастика;

2) легкая атлетика;

3) плавание;

4) футбол.

 2. К видам легкой атлетики не относятся:

|  |  |
| --- | --- |
| 1) | прыжки в длину; |
| 2) | спортивная ходьба; |
| 3) | прыжки с шестом; |
| 4) | прыжки через гимнастического коня; |

 3. Грамотный прыгун в длину хорошо знает длину своего разбега. Чем измеряется длина разбега?

|  |  |
| --- | --- |
| 1) | Рулеткой; |
| 2) | "на глазок"; |
| 3) | беговым шагом; |
| 4) | Ступнями;4. Наиболее выгодным в легкой атлетики считается начало бега на спринтарские дистанции с:

|  |  |
| --- | --- |
| 1) |  низкого старта; |
| 2) |  высокого старта; |
| 3) |  полунизкого старта; |
| 4) |  положения упор присев; |

5. Как наказывается бегун, допустивший второй фальстарт в беге на 100 метров?

|  |  |
| --- | --- |
| 1) | Предупреждается; |
| 2) | ставится на 1 метр позади всех стартующих; |
| 3) | бежит вне зачета; |
| 4) | снимается с соревнований; |

  |

6. Если при метании снаряд (мяч, граната, копье) вышел за пределы сектора, то по правилам соревнований:

|  |  |
| --- | --- |
| 1) | результат засчитывается; |
| 2) | разрешается дополнительный бросок; |
| 3) | попытка засчитывается, а результат нет; |
| 4) | спортсмену делается предупреждение, за 2 нарушение – дисквалификация; |

7. Бег на короткую дистанцию развивает:

|  |  |
| --- | --- |
| 1) | Гибкость; |
| 2) | Силу; |
| 3) | Быстроту; |
| 4) | Выносливость; |

 8. Чему равен марафонский бег?

|  |  |
| --- | --- |
| 1) | 50 км; |
| 2) | 42 км; |
| 3) | 42 км 195 м; |
| 4) | 50 км 195 м;9. Бег на длинную дистанцию развивает :1) силу;2) гибкость;3) выносливость;4) прыгучесть; |

 10. Сопоставь:

 Варианты:

|  |  |
| --- | --- |
| 1) | спринт; |
| 2) | стаерский бег; |
| 3) | стипль-чез; |
| 4) | фосбери флоп; |

Соответствие:

|  |  |
| --- | --- |
| А) | бег на короткую дистанцию; |
| Б) | бег на средние дистанции; |
| В) | бег по беговой дорожке с барьерами и ямой с водой; |
| Г) | способ прыжка в высоту; |