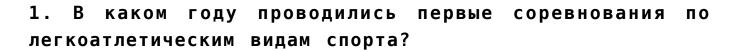
## Тест по Легкой атлетике с ответами

Тестовые вопросы по Легкой атлетике

Правильный вариант ответа отмечен знаком +



- +1) 776 г. до н.э
- 2) 888 г.
- 3) 1896 г.
- 4) 1912 г.
- 2. Позу, какого животного копируют спринтеры на старте?
- 1) Гепарда
- +2) Кенгуру
- 3) Страуса
- 4) Гончей собаки
- 3. К легкоатлетическим дисциплинам НЕ относят:
- 1) Бег
- 2) Прыжки
- +3) Поднятие тяжестей
- 4) Метание
- 4. Что, из перечня, НЕ входит в разряд технических дисциплин легкой атлетики?

+1) Ходьба
2) Вертикальные прыжки
3) Метания
4) Горизонтальные прыжки
5. Представители, какой профессии 1-ми стали состязаться в метании молота?
1) Пастухи
2) Плотники
+3) Кузнецы
4) Мельники
6. Протяженность марафонской дистанции:
1) 37 км 100 м
+2) 42 км 195 м
3) 50 км 170 м
4) 54 км 230 м
7. Какая температура считается оптимальной для проведения марафонского забега?
+1) 14-16C
2) 18-20C
3) 20-22C
4) 23-25C
8. Вес ядра для женщин —
+1) 4 κΓ

- 2) 4,5 κr
- 3) 5 кг
- 4) 7 KF

### 9. Диаметр сектора для метания диска -

- 1) 100 cm
- 2) 150 см
- 3) 200 см
- +4) 250 cm

## тест 10. Найдите фото с изображением самого быстрого атлета.



## 11. Из каких фаз состоит прыжок с разбега?

- +1) Разбег, отталкивание, полет, приземление
- 2) Толчок, подпрыгивание, полет, приземление
- 3) Разбег, подпрыгивание, приземление

4) Разбег, толчок, приземление 12. Какова длина спринтерской дистанции? +1) 100 M 2) 800 M 3) 500 M 4)300<sub>M</sub> 13. Как называется самый удобный в исполнении способ прыжка в высоту? 1) «Перекат» +2) «Ножницы» 3) «Перекид» 4) «Пила» 14. Что происходит, если во время прыжка с шестом он ломается? 1) Попытка все равно засчитывается 2) Попытка не засчитывается 3) Насчитываются штрафные баллы +4) Дается право осуществить повторную попытку 15. При какой скорости попутного ветра не фиксируется рекорд во время прыжка в длину? 1) Более 1 м/с +2) Более 2 м/с 3) Более 2,5 м/с 4) Более 1,75 м/с

16. При метании, какого снаряда, для разбега используется дорожка?
+1) Копья
2) Молота
3) Ядра
4) Диска
17. Каким образом удерживается шест при вертикальных прыжках?
1) Двумя руками на уровне груди
+2) Обеими руками на уровне пояса
3) На уровне бедер двумя руками
4) В произвольной позиции обеими руками
18. Как именуется спортсмен, задающий темп во время забегов на средние и длинные дистанции?
1) Доместик

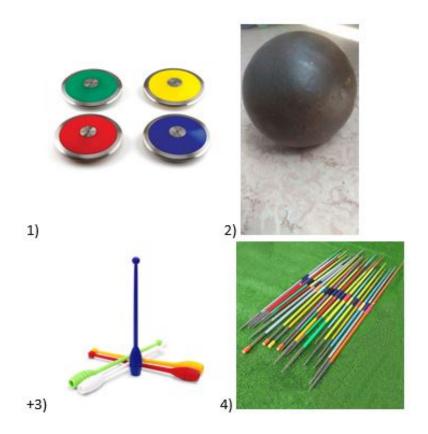
- 2) Спринтер
- 3) Фаворит
- +4) Пейсмейкер

### 19. Размер метательного копья:

- 1) 150 см (женское) и 175 см (мужское)
- 2) 180 см (женское) и 220 см (мужское)
- 3) 200 см (женское) и 240 см (мужское)
- +4) 230 см (женское) и 260 см (мужское)

## тест-20. Выберите на фото снаряд, НЕ используемый в

#### легкоатлетических дисциплинах.



# 21. Что должен сделать участник, которому сделали предупреждение на старте?

- 1) Отступить на один шаг назад
- +2) Поднять руку верх
- 3) Принести извинения
- 4) Пропустить старт

#### 22. Стипль-чез — это:

- 1) Бег по пересеченной местности
- 2) Забег на стадионе в течение 1 часа
- +3) Бег на 3 тыс. с препятствиями
- 4) Забег на дистанции 42 км

## 23. Ритм бега между барьерами:

+1) Три шага равномерные, 4-ый быстрее 2) 1-ый шаг быстрее и три одинаковые по скорости 3) Все шаги на одной скорости 4) Перед прыжком два шага с ускорением 24. Как спортсмен принимает эстафетную палочку во время спринтерского забега 4 по 100 м? 1) Двумя руками 2) Левой рукой +3) Правой рукой 4) Любой рукой 25. Что держали в руках античные атлеты во время прыжков в длину? 1) Палку 2) Флажок 3) Оливковую ветвь +4) Груз 26. Какого вида многоборья не существует? 1) 5-борья +2) 6-борья 3) 7-борья 4) 10-борья 27. С помощью какого знака судья показывает, что прыжок засчитан?

- 1) Поднятием правой руки
- +2) Белым флажком
- 3) Зеленым флажком
- 4) Тройным свистком

## 28. Кто должен поднять эстафетную палочку, упавшую во время передачи?

- +1) Передающий участник
- 2) Принимающий участник
- 3) Тот спортсмен, к которому она ближе лежит
- 4) Ее поднимать запрещено
- 29. Кто из атлетов первым преодолел высоту 6 м?
- 1) Е. Исимбаева
- 2) Н.Озолин
- +3) С. Бубка
- 4) Р. Гатауллин

тест\_30. Найдите фото с изображением забега по системе экидэн.

