

Тест по Легкой атлетике с ответами

Тестовые вопросы по Легкой атлетике

Правильный вариант ответа отмечен знаком +

1. В каком году проводились первые соревнования по легкоатлетическим видам спорта?

+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) 14-16С

2) 18-20С

3) 20-22С

4) 23-25С

8. Вес ядра для женщин –

+1) 4 кг

2) 4,5 кг

3) 5 кг

4) 7 кг

9. Диаметр сектора для метания диска –

1) 100 см

2) 150 см

3) 200 см

+4) 250 см

тест 10. Найдите фото с изображением самого быстрого атлета.

1)



+2)



3)



4)



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 м

2) 800 м

3) 500 м

4) 300 м

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.



1)



2)



+3)



4)

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

1) Отступить на один шаг назад

+2) Поднять руку вверх

3) Принести извинения

4) Пропустить старт

22. Стиплъ-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.

1)



+2)



3)



4)

