Тестовые задания для контроля и оценки теоретико-методических знаний учащихся по учебному предмету «физическая культура», раздел программы «легкая атлетика»

1)Правильный вариантвы 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

11) Во всех видах прыжков нога в момент соприкосновения с опорой должна быть…

а) согнута в коленном суставе

б) выпрямлена в коленном суставе

в) поставлена на всю стопу

12) Все соревнования в легкой атлетике проводятся согласно…

а) положению

б) своду правил

в) хартии

13) Стайерские дистанции начинаются от…

а) 1000 м

б) 2000 м

в) 3000 м

14) Сколько попыток выполняют спортсмены на соревнованиях по прыжкам с шестом?

а) одну

б) три

в) пять

15) Мировой рекорд прыжков с шестом у женщин?

а) 5,06 м

б) 5,08 м

в) 6,01 м

16) В метаниях разрешается выполнять разбег по технике…

а) с трех шагов

б) с пяти шагов

в) любой вид разбега

17) Бег с препятствиями у женщин включает дистанцию…

а) 2000 м

б) 3000 м

в) 2000 м и 3000 м

18) Главная задача стартового разгона в беге на короткие дистанции — это…

а) сохранять скорость до финиша

б) оторваться от соперников

в) как можно быстрее набрать максимальную скорость бега

19) Соревнования по лёгкой атлетике проводятся…

а) в крытых манежах

б) на открытых стадионах

в) оба варианта

20) Для организации и непосредственного проведения соревнований назначается…

а) главная судейская коллегия

б) организаторский штаб

в) комитет проведения соревнований