Тест для 5-7 класса по теме «ЛЁГКАЯ АТЛЕТИКА», учебник

ФИ, класс

 М.Я. Виленский «Физическая культура 5-6-7 класс»

*Отметь правильный ответ галочкой в кружке.*

 **1 Какой вид спорта называют "королевой спорта"?**

Гимнастика



 Тяжёлая атлетика

****

Лёгкая атлетика

**2** **В каком году возникла легкая атлетика в России?**

 1912



 1888



 1900

**3 В каком направлении бегают на стадионе?**

**** Против часовой стрелки

Без разницы

 По часовой стрелке

**4 При самостоятельных занятиях легкой атлетикой наиболее эффективным является контроль за физической нагрузкой...**

 По частоте дыхания



 По частоте сердечных сокращений



 По снижению скорости бега



 По самочувствию

**5 Отсутствие разминки перед соревнованиями (или перед основной нагрузкой в тренировке) чаще всего приводит...**

 Экономии силы



 Травмам



 Улучшению спортивного результата

 **6 Какие беговые дистанции не входят в программу Олимпийских игр?**

 200 м. и 100 м.



 400 м. и 800 м.



 1500 м. и 3000 м.



 500м. и 1000м.

**7 Какая из дистанций считается спринтерской?**

 800 м.



 1500 м.



 100 м.



 500 м.

**8 Линия, которая обозначает начало дистанции..**

 Финишная

 Стартовая

 Центральная

**9 Какой самый доступный вид спорта?**

 Гимнастика

 Плавание

 Бег

 Фигурное катание

**10 Длина дистанции марафонского бега равна...**

 40 км.190 м.



 42 км. 195 м.

 32 км. 135 м.

Твоя оценка