

**ВСЕРОССИЙСКАЯ ОЛИМПИАДА
«ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА В СИСТЕМЕ
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ»**

Выберите правильный(-ые) ответ(-ы)

1. Стандартная длина беговой дорожки на стадионе равна ... м:

- а) 300;
- б) 400;
- в) 350;
- г) 285;
- д) 412.

2. Средние дистанции в беговых видах легкой атлетики:

- а) 3000, 5000 м;
- б) 200, 400 м;
- в) 800, 1500 м;
- г) 42 км 195 м;
- д) 100 м.

3. Максимальная длина дистанции по спортивной ходьбе у мужчин в официальных соревнованиях составляет ... км:

- а) 20;
- б) 50;
- в) 70;
- г) 100;
- д) 10.

4. Назовите спринтерские дистанции гладкого бега: (два ответа)

- а) 30 м, 50 м;
- б) 60 м, 100 м, 200 м;
- в) 400 м;
- г) 50 м, 110 м, 450 м;
- д) 150 м, 300 м, 600 м.

5. Виды легкой атлетики, не требующие проведения соревнований на стадионах: (два ответа)

- а) ходьба 50 км;
- б) марафон - 42 км 195 м;
- в) часовой бег;
- г) бег на 10000 м;
- д) бег на 1500 м.

6. Длина дистанций по марафонскому бегу:

- а) 20 км;
- б) 40 км 195 м;
- в) 42 км 195 м;
- г) 50 км 200 м;
- д) 45 км 300 м.

7. Вид легкой атлетики, не входящий в программу легкоатлетического десятиборья:

- а) бег 100 м;
- б) бег 400м;
- в) бег 800 м;
- г) бег 1500 м;
- д) бег 5000 м.

8. Беговые виды легкой атлетики, связанные с преодолением препятствий (барьеры):

- а) 100, 200 м;
- б) 800, 1500 м;
- в) 110, 400 м;
- г) 5000 м;
- д) 10000 м.

9. Виды легкой атлетики, в которых бег начинается из положения «низкого старта»:

- а) бег на средние дистанции;
- б) бег на короткие дистанции;
- в) бег на длинные дистанции;
- г) марафонский бег.

10. Прыжок, по которому не проводятся официальные соревнования:

- а) прыжок в высоту с разбега;
- б) прыжок с шестом;
- в) прыжок в длину с места;
- г) тройной прыжок;
- д) прыжок в длину с разбега.

11. Укажите, кто из двух спортсменов, показавших одинаковый результат в соревнованиях по прыжкам в длину с разбега, является победителем:

- а) спортсмен, показавший данный результат первым;
- б) спортсмен, показавший данный результат вторым;
- в) спортсмен, у которого лучше результат в предыдущей попытке;
- г) оба спортсмена.

12. Максимальное количество попыток на соревнованиях по метанию копья:

- а) три;
- б) пять;
- в) шесть;
- г) восемь;
- д) двенадцать.

13. В состав команды для участия в эстафетном беге входит ... человек:

- а) четыре;
- б) пять;
- в) шесть;
- г) восемь;
- д) десять.

14. Количество попыток спортсмена на соревнованиях по метанию копья:

- а) три;
- б) пять;
- в) шесть;
- г) семь;
- д) одиннадцать.

15. Размер длины зоны передачи палочки в эстафетном беге составляет ... м:

- а) 10;
- б) 12;
- в) 20;
- г) 21;
- д) 25.

16. Основное отличие бега от спортивной ходьбы:

- а) более длинный шаг;
- б) больше чистота шагов;
- в) переход опоры (с одной ноги на другую);
- г) наличие двойного шага;
- д) наличие фазы полета.

17. Какой фазы не существует в тройном прыжке в длину:

- а) шаг;
- б) скачек;
- в) полет;
- г) прыжок;
- д) отталкивание.

18. Ширина беговой дорожки на стадионе в легкой атлетике: (два ответа)

- а) 90 см;
- б) 1 метр;

- в) 1 м 22 см;
- г) 1 м 25 см;
- д) 1 м 30 см.

19. Назовите команды на старте в соревнованиях по бегу свыше 400 м:

- а) «на старт», «внимание», выстрел стартового пистолета;
- б) «на старт», «внимание», «марш»;
- в) «на старт», выстрел стартового пистолета.

20. Количество попыток в прыжках в высоту:

- а) 2;
- б) 3;
- в) 4;
- г) 5;
- д) 6.

21. Способ выполнения прыжка в высоту с разбега, где после отталкивания спортсмен преодолевает планку спиной к ней, называется:

- а) «перекидной»;
- б) «фосбюри – флоп»;
- в) «перешагивание»;
- г) прыжок с места;
- д) с разбега.

22. Крупнейшие спортивные соревнования нашего времени, которые проводят один раз в четыре года:

- а) универсиада;
- б) летние Олимпийские игры;
- в) зимние Олимпийские игры;
- г) спартакиады;
- д) чемпионат мира.