

ТЕСТ

по правилам техники
безопасности и
предупреждения
травматизма при
проведении занятий
по лёгкой атлетике.

a)

б)

в)

г)



В прыжковой яме-месте приземления надо:

а) съесть пиццу

**б) разрыхлить
песок**

**в) выкопать
землянку**

г) закопать муху



При занятиях легкой атлетикой спортивная обувь должна быть:

- а) с нескользкой подошвой**
- б) сладкой**
- в) на каблуках**
- г) застенчивой**



а)

б)

в)

г)



a)

б)

в)

г)

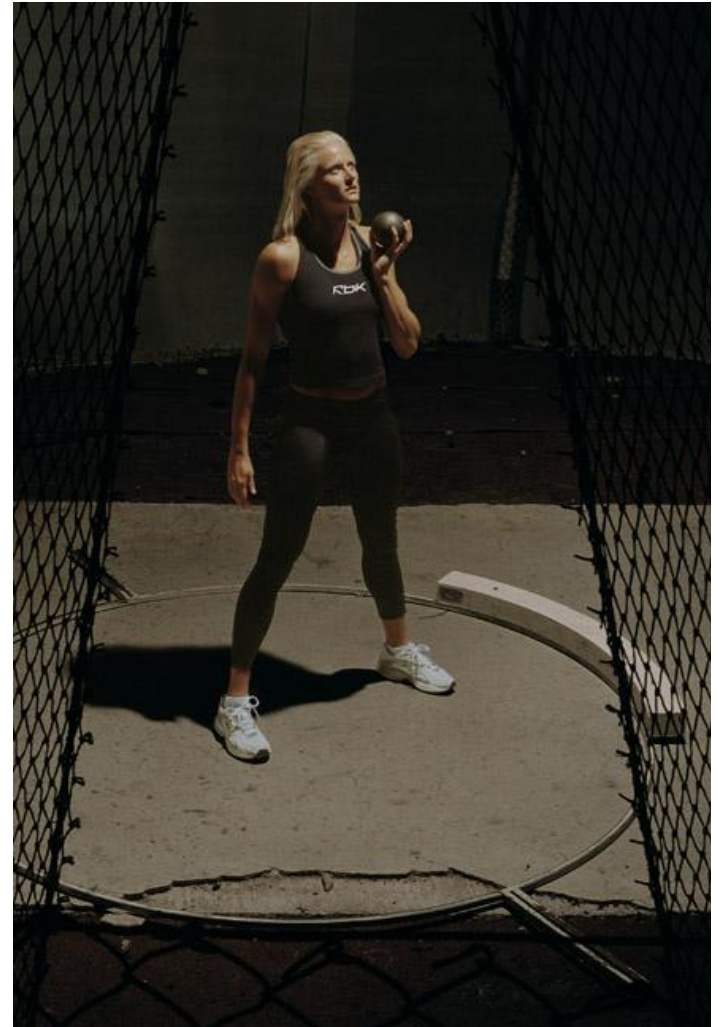


a)

б)

в)

г)



При выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы:

- а) не потеряться
- б) не было столкновений
- в) не нашли
- г) не заблудиться



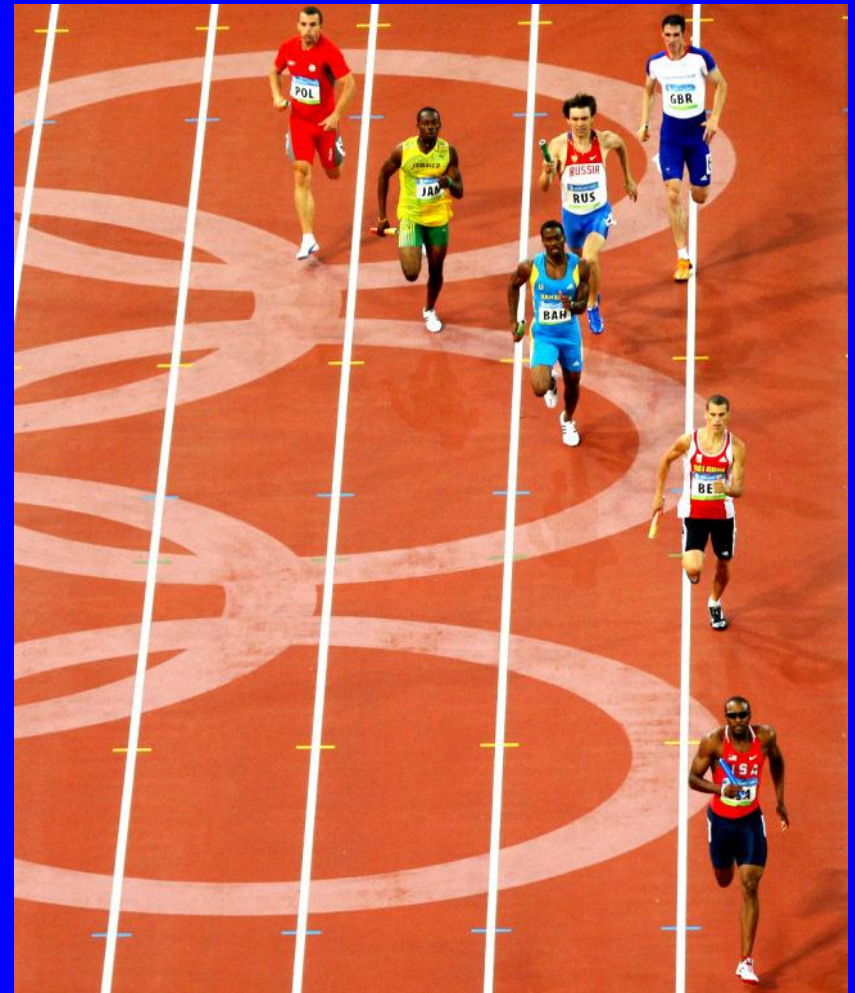
Перед началом занятий надо:

- а) сосчитать звёзды**
- б) плотно пообедать**
- в) догнать кошку**
- г) провести разминку**



Во избежание столкновений ИСКЛЮЧИТЬ ОСТАНОВКУ :

- а) по требованию
- б) у дятла
- в) времени
- г) резко
«стопорящую»



Во время занятий по метанию, я должен стоять:

- а) НЕ в зоне броска
- б) в зоне отдыха
- в) в экономической зоне
- г) в зоне парадокса



При плохом самочувствии необходимо:

- а)** прекратить занятие и сообщить учителю
- б)** продолжить занятие
- в)** мурлыкать
- г)** пойти на дискотеку



Тест разработала

учитель

Физической культуры

школы №1090

СЗАО г. Москвы

Гулевич

Ирина Алексеевна



