

8. in 9. razred, preverjanje

6. 5. 2020

ATLETIKA - SKOKI

KVIZ

1. Kako imenujemo palico, ki jo pri skoku v višino poskušajo preskočita atleti?

- A. ? Puščica.
- B. ? Prečka.
- C. ? Deščica.
- D. ? Letvica.

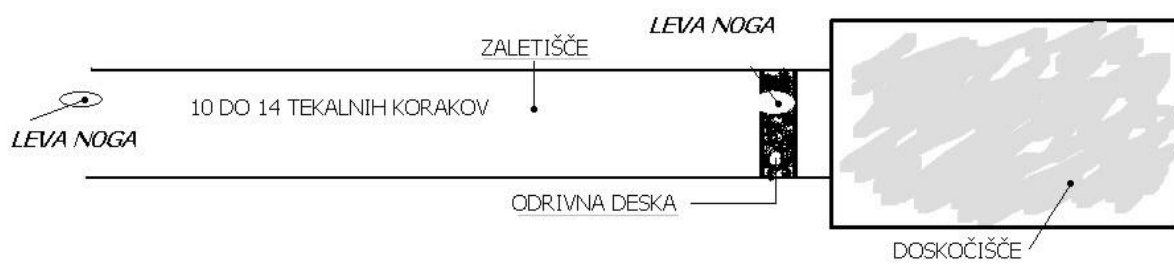
2. Kako določimo zmagovalca pri skoku v daljino, če imata dva tekmovalca enako dolžino najdaljšega skoka?

- A. ? Odloča povprečje skokov.
- B. ? Odloča drugi najdaljši skok.
- C. ? Oba zasedeta isto mesto.
- D. ? Odloča seštevek skokov.

3. Na kaj moramo pozorni glede varnosti pri skoku v višino s tehniko flop?

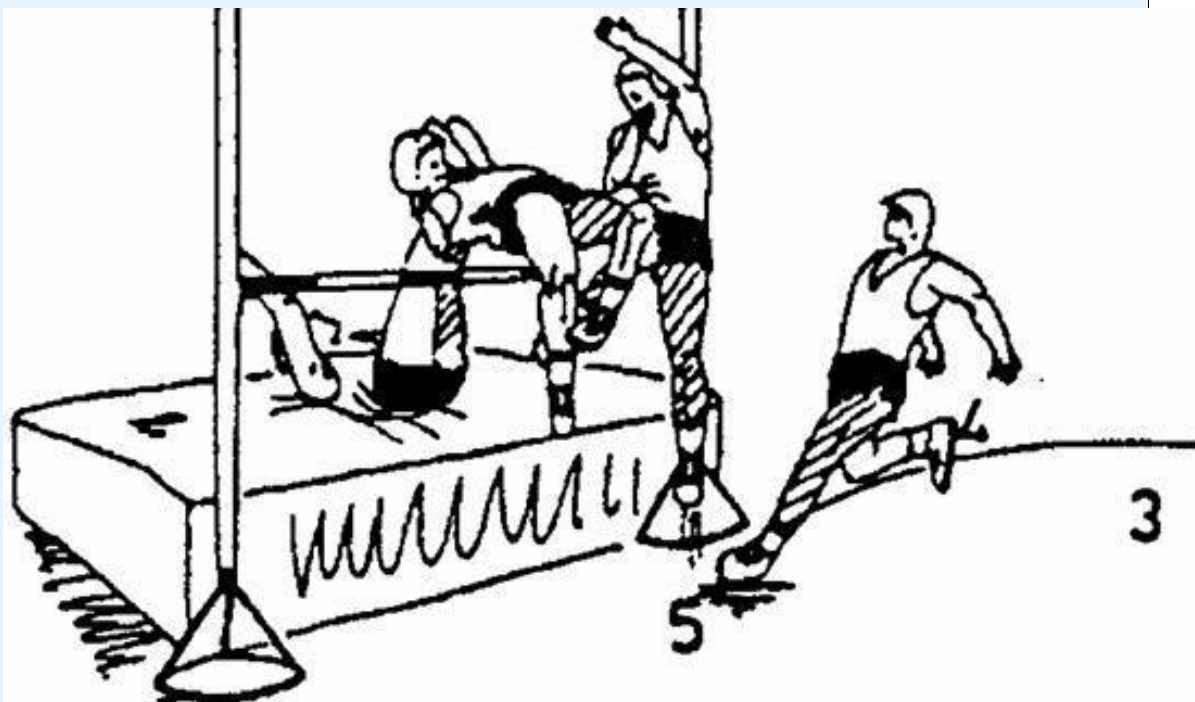
- A. ? Da je letvica postavljena dovolj visoko
- B. ? Da je na doskočišču postavljena blazina debeline vsaj 50 cm
- C. ? Da imamo dovolj prostora za doskok
- D. ? Da na doskočišče postavimo tanke blazine

4. Kaj vidiš na sliki?



- A. ? Nič od tega.
- B. ? Tekaško stezo.
- C. ? Poligon za skok v višino.
- ? Zaletišče in jamo za skok v daljino

5. Kakšno tehniko je uporabil atlet na sliki za preskok vrvice?



- A. ? Straddle.
- B. ? Prekoračno tehniko.
- C. ? Flop.
- D. ? Škarijce.

6. Kdaj mora skakalec v višino prenehati s tekmovanjem?

- E. ? Ko enkrat podre letvico na višini, jo na naslednji višini preskoči in je na naslednji še enkrat neuspešen.
- F. ? Ko trikrat zapored podre letvico na isti višini, kjer je opravljal poskuse.
- G. ? Ko trikrat zaporedoma podre letvico na isti višini.
- H. ? Ko trikrat zapored podre letvico ne glede na višino, kjer je opravljal poskuse.

7. Kakšen zalet je pravilen pri skoku v višino (tehnika flop)?

- a. ? Poševno proti letvici.
- b. ? V loku prosti letvici.
- c. ? Vodoravno proti letvici.
- d. ? Vijugasto proti letvici.

8. Katere faze vključuje skok v daljino z zaletom?

- a. ? Zalet, odziv z eno nogo, let, doskok.
- b. ? Poskok, zalet, odziv.
- c. ? Zalet, poskok, odziv, doskok.
- d. ? Odziv z eno nogo, let, doskok.

Rešitve pošlji na moj naslov

josip.gregorec@guest.arnes.si