

12º POAH – ATIVIDADE SOBRE O ATLETISMO

Nome: Lucas Gabriel Da Silva, Série: 1º Ano.

1- Qual é a prova oficial mais curta do Atletismo?

R: 100 metros rasos.

2- Quantos metros tem uma pista oficial de Atletismo?

R: Medindo 100 metros de comprimento, e 65 metros de largura. A pista circunda o campo, tendo a dimensão de 400 metros e 7 metros de largura.

3- Em uma prova de velocidade (100m, 200m e 400m), quantas vezes o atleta pode queimar, ou seja, sair em falso antes do tiro de largada até que seja desclassificado da prova?

R: Não há segunda chance: Uma falha é o suficiente para a desclassificação.

4- Quais são os tipos de lançamentos existentes no Atletismo?

a) Lança, disco, vara e martelo

b) Bola, disco, lança e vara

c) Disco, martelo e dardo

d) Vara, disco, peso e martelo

5- Quais os tipos de saltos fazem parte do Atletismo?

a) Altura, distância, extensão e com vara

b) Distância, altura, triplo e com vara

c) Triplo, com vara e peso

d) Com vara, em distância e em extensão

6- O Atletismo é uma modalidade esportiva em que as provas são quase sempre disputadas individualmente, exceto:

a) As provas com barreiras

b) As provas de maratona

c) As provas de fundo

d) As provas de revezamento

7- Dentre as corridas presentes nas provas de atletismo, qual seria a mais longa?

a) Corridas de fundo

b) Corridas de meio fundo

c) Maratona

d) Corridas de revezamento

8- O atleta corre numa pista, de no mínimo 40 metros, e deve efetuar o salto antes de uma tábua de 20cm de largura. Ao cair na areia é feita a medição da distância obtida. Que tipo de salto a descrição se refere?

a) Salto em altura

b) Salto em distância

c) Salto triplo

d) Salto com vara

9-O lançamento de peso consiste no arremesso de uma esfera metálica que pesa _____ para os homens adultos e _____ para as mulheres adultas. Assinale a alternativa correta.

a) 6,5kg e 4kg

b) 7,26kg e 4kg

c) 8,45kg e 3kg

d) 6,75kg e 4,5kg

10-As corridas de meio fundo são provas de meia distância realizada na pista de atletismo. Fazem parte dessa modalidade as seguintes provas:

a) 400m e 800m

b) 800m e 1500m

c) 3000m e 5000m

d) 5000m e maratona