**Тест для обучающихся 7 классов по теме «Бег»**

*За каждый правильный ответ дается 1 балл*

*1. Бег на 2000 м. – это бег на:*

а) длинные дистанции; б) короткие дистанции; в) средние дистанции.

*2. Один отрезок при челночном беге равен:*

а) 5 м; б) 10 м; в) 15 м.

*3) Какое качество развивает бег на длинные дистанции:*

а) скорость; б) координацию; в) выносливость.

*4) Бег на короткие дистанции показывает, насколько у спортсмена развиты:*

а) скоростные характеристики; б) координация; в) выносливость.

*5) Какое качество развивает челночный бег?*

а) выносливость; б) координацию.

*6) Чем можно передавать эстафету? Ответ запиши словом.*

*Оценка «5» – 5 правильных ответов.*

*Оценка «4» – 4 правильных ответа.*

*Оценка «3» – 3 правильных ответа.*