

7. razred

Preverjanje, 4. 5. 2020

ATLETIKA - METI

KVIZ

1. Kaj pri metih pomeni mišična veriga?

- A. ? Metanje verige
- B. ? Vključevanje mišic nog, trupa in roke v izvajanje meta.
- C. ? Vključevanje mišic roke v izvajanje meta
- D. ? Nekaj kar je med seboj povezano.

2. Kako so sestavljeni metalni koraki?

- A. ? Metalne korake sestavljajo poljubni tekalni koraki.
- B. ? Metalni koraki so sestavljeni iz koraka, križnega koraka in položaja za izmet.
- C. ? Metalne korake sestavlja križni korak in položaj za izmet.
- D. ? Metalne korake sestavlja uvodni korak in križni korak.

3. Kakšna je tehnika meta žogice?

- A. ? Zalet in met.
- B. ? Položaj za izmet in ohranjanje ravnotežnega položaja.
- C. ? Zalet, izmet in zaustavljanje in ohranjanje ravnotežnega položaja.
- D. ? Zalet, položaj za izmet, izmet in zaustavljanje in ohranjanje ravnotežnega položaja.

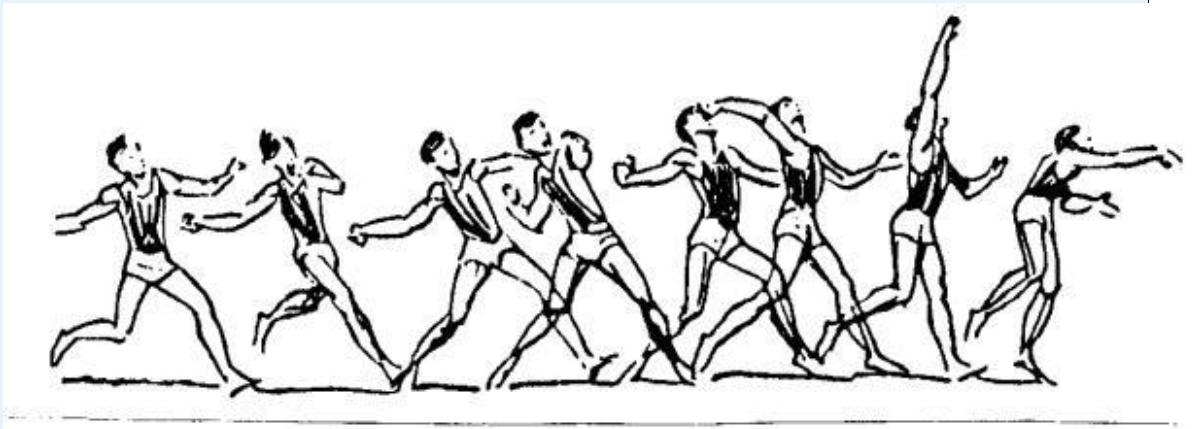
4. Kateri od naštetih metov ne sodi med atletske mete?

- A. ? Met kopija.
- B. ? Met kladiva.
- C. ? Met diska.
- D. ? Met palice.

5. Kakšna teža žogice se uporablja pri metu žogice?

- A. ? 250 g
- B. ? 25 g
- C. ? 150 g
- D. ? 300 g

6. Kakšno gibanje vidiš na sliki?



- A. ? Met žogice.
- B. ? Met krogle.
- C. ? Met diska.
- D. ? Met kopija

Naloga za 7. 5.

Reši kviz za košarko

1. Odmor med drugo in tretjo četrtino traja 15 minut.

A. ? Drži.

B. ? Ne drži.

2. Pri košarki ima žoga dva statusa, lahko je živa ali mrtva.

A. ? Drži.

B. ? Ne drži.

3. Kaj pomeni sodniški znak, ki ga prikazuje slika?



A. ? nepravilno vodenje

B. ? koraki

C. ? žoga je vrnjena nazaj v polje

4. Kaj pomeni sodniški znak, ki ga prikazuje slika?



- A. ? osebna napaka
- B. ? situacija s sodniškim metom
- C. ? en prosti met

5. Kaj pomeni sodniški znak, ki ga prikazuje slika?



- A. ? poskus meta za dve točki
- B. ? uspešen met za dve točki
- C. ? dve minuti do konca tekme

6. Kaj pomeni sodniški znak, ki ga prikazuje slika?



- A. ? tehnična napaka
- B. ? odmor (time-out)
- C. ? nešportna napaka

7. Kaj pomeni sodniški znak, ki ga prikazuje slika?



- A. ? nepravilno vodenje
- B. ? koraki
- C. ? žoga je šla z igrišča

8. Kaj pomeni sodniški znak, ki ga prikazuje slika?



- A. ? poskus meta za tri točke
- B. ? dosežen met za tri točke
- C. ? prekršek treh sekund

9. Kaj pomeni sodniški znak, ki ga prikazuje slika?



- A. ? osebna napaka
- B. ? nepravilna uporaba rok
- C. ? nešportna napaka
- D. ? osebna napaka
- E. ? izključujoča napaka
- F. ? dva prosta meta

10. Kaj pomeni sodniški znak, ki ga prikazuje slika?



- A. ? sodniški met

B. ? še minuta do konca tekme

C. ? zaustavitev ure

Rešitve pošlji na moj naslov

josip.gregorec@guest.arnes.si