



Γνωριμία με τα αθλήματα των ρίψεων

14 Questions

NAME : _____

CLASS : _____

DATE : _____

1. Ποια είναι τα αθλήματα των ρίψεων

☐ a) σφυροβολία☐ b) σφαιροβολία☐ c) δισκοβολία☐ d) διελκυστίνδα☐ e) ακοντισμός

2. Ποιες είναι οι επικρατέστερες τεχνικές της σφαιροβολίας;

☐ a) Τεχνική Φλοπ☐ b) Τεχνική Ο' Μπράιαν☐ c) Τεχνική Στράντλ☐ d) Τεχνική Μπαρίσνικοφ

3. Η τεχνική Ο' Μπράιαν είναι

☐ a) περιστροφική☐ b) ευθύγραμμη

4. Ποια από τα αθλήματα των ρίψεων ήταν και Αρχαία

Ολυμπιακά αθλήματα;

☐ a) Δίσκος☐ b) Σφαίρα☐ c) Σφύρα☐ d) Ακόντιο

5. Ο αθλητής στη σφαιροβολία είναι άκυρος αν στο τέλος της προσπάθειάς του βγει από

☐ a) το μπροστινό μέρος της βαλβίδας☐ b) το πίσω μέρος της βαλβίδας

6. Υπάρχει συγκεκριμένος τομέας ρίψης όπου εντός των ορίων του πρέπει να πέσει το εκάστοτε όργανο ρίψης, αλλιώς ακυρώνεται η προσπάθεια του αθλητή

☐ a) σωστό

☐ b) λάθος

7. Όταν ο αθλητής εγκαταλείπει τη βαλβίδα πριν η σφαίρα αγγίξει το έδαφος είναι

☐ a) έγκυρος

☐ b) άκυρος

8. Ο αθλητής είναι άκυρος αν

☐ a) πετάξει τη σφαίρα και με τα 2 χέρια του

☐ b) χρησιμοποιήσει ξεπερασμένη τεχνική

9. Τι θεωρούνται τα αγωνίσματα των ρίψεων;

☐ a) Τα αγωνίσματα των καλύτερων

☐ b) Τα αγωνίσματα των δυνατών

☐ c) Τα αγωνίσματα των όμορφων

10. Πόσο ζυγίζει η σφαίρα και η σφύρα για τους άνδρες και πόσο για τις γυναίκες;

☐ a) 10 κιλά για τους άνδρες και 5 για τις γυναίκες

☐ b) 7 κιλά και 260 γρ. για τους άνδρες και 4 για τις γυναίκες

☐ c) 4 κιλά και 200 γρ. για άνδρες και γυναίκες

11. Πόσο ζυγίζει ο δίσκος για τους άνδρες και πόσο για τις γυναίκες;

☐ a) 4 κιλά για τους άνδρες και 2 για τις γυναίκες

☐ b) 2 κιλά για τους άνδρες και 1 για τις γυναίκες

☐ c) 8 κιλά για άνδρες και γυναίκες

12. Πόσο ζυγίζει το ακόντιο για τους άνδρες και πόσο για τις γυναίκες;

☐ a) 4 κιλά για τους άνδρες και 2 για τις γυναίκες

☐ b) 2 κιλά για τους άνδρες και 1 για τις γυναίκες

☐ c) 800 γρ. για άνδρες και 600 για γυναίκες

13. Σε όλες τις ρίψεις υπάρχει

☐ a) βαλβίδα ρίψης

☐ b) διάδρομος ρίψης (ακόντιο)

☐ c) διάδρομος φόρας

☐ d) διάδρομος προσγείωσης

14. Αν ο αθλητής πατήσει τον αναστολέα είναι

☐ a) άκυρος

☐ b) έγκυρος αν κάνει μια πολύ καλή προσπάθεια

Answer Key

1. a,b,c,e
2. b,d
3. b
4. a,d

5. a
6. a
7. b
8. a

9. b
10. b
11. b
12. c

13. a,b
14. a