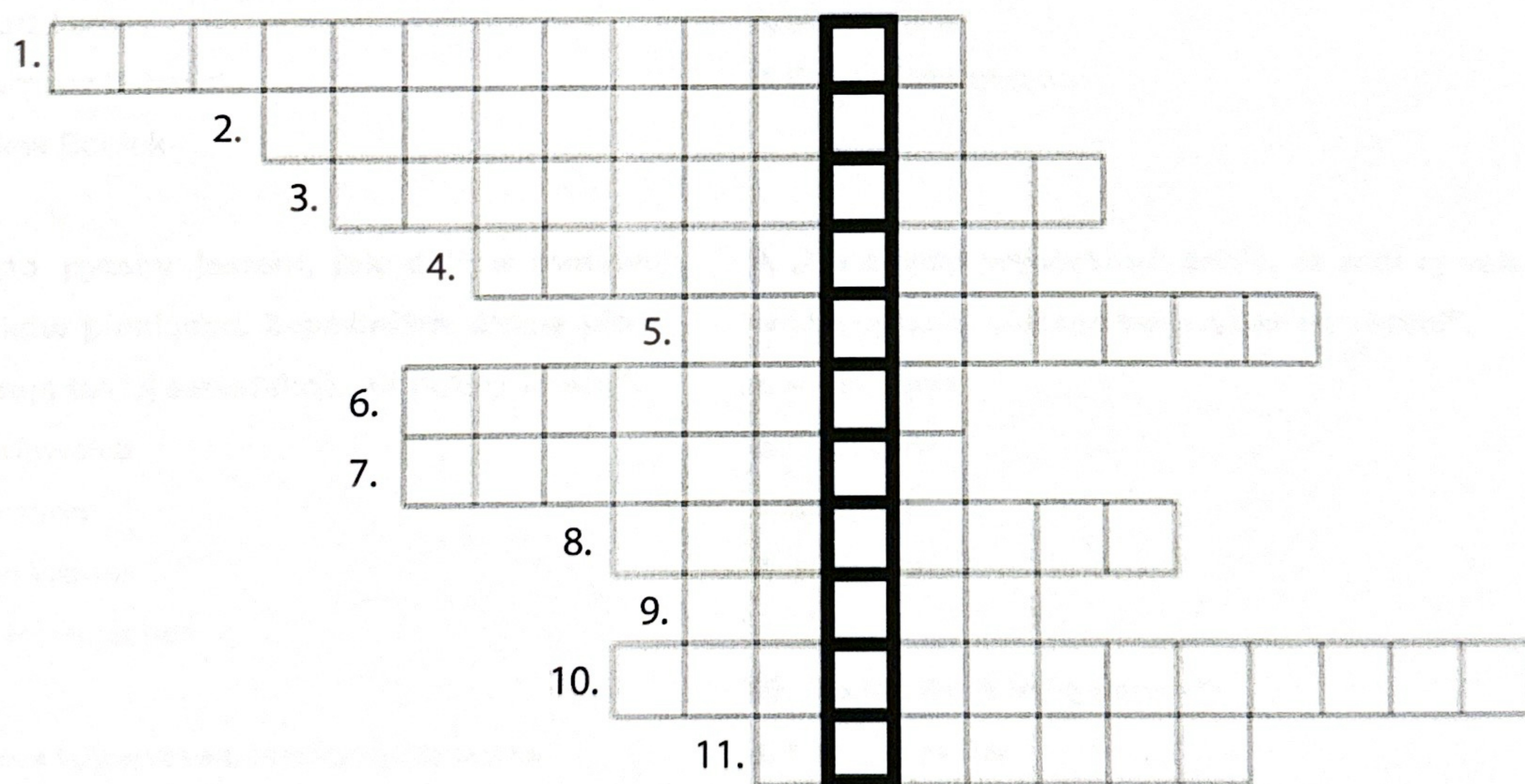


# KRZYŻÓWKA LEKKOATLETYCZNA

Rozwiąż poniższą krzyżówkę. Po jej rozwiązaniu przygotuj 3 zdania związane z odgadniętymi hasłami, dotyczące najlepszych sportowców, przepisów, przebiegu rywalizacji itp.

1. Konkurencja rzutowa z kulą.
2. Zawodnicy w tej konkurencji rzucają kulą zawieszoną na lince.
3. W tej konkurencji rzutowej podstawowy sprzęt podobny jest do talerza.
4. W tej konkurencji zawodnicy wykonują po rozbiegu trzy odbicia.
5. Zawodnicy w tej konkurencji lądują na miękkim materacu – zeskoku.
6. W tej konkurencji zawodnik po odbiciu ląduje w piasku.
7. Jest to konkurencja drużynowa, w której pałeczkę przekazują cztery osoby.
8. Zawodnicy rywalizują w kilku konkurencjach, w których zdobywają punkty za każdy wynik.
9. Konkurencje rozgrywane na różnych dystansach na bieżni lekkoatletycznej.
10. Konkurencja rzutowa, w której zawodnicy wykonują rozbieg w formie biegowej.
11. Konkurencja biegowa rozgrywana na najdłuższym dystansie.



Odpowiedzi znajdują się w karcie rozwiązań.

# SPORTOWY QUIZ – PIŁKA RĘCZNA

**1. Wymiary boiska do piłki ręcznej wynoszą**

**(dł. x szer.):**

- a. 28 m x 15 m,
- b. 18 m x 9 m,
- c. 60 m x 35 m,
- d. 40 m x 20 m.

**2. W 2007 roku na Mistrzostwach Świata Reprezentacja Polski zdobyła:**

- a. złoty medal,
- b. srebrny medal,
- c. brązowy medal,
- d. nie zdobyli żadnego medalu.

**3. Uporządkuj:**

**W jakiej odległości od linii bramkowej znajdują się poszczególne linie: 8 m, 9 m, 10 m, 4 m, 7 m, 6 m, 5 m**

- a. linia, która ogranicza wyjście bramkarza w czasie obrony rzutu karnego,
- b. linia pola bramkowego,
- c. linia rzutów karnych,
- d. linia rzutów wolnych.

**4. Tak zwana linia 6-metrów, to linia:**

- a. rzutów wolnych,
- b. pola bramkowego,
- c. zmian,
- d. rzutów karnych.

**5. Podstawowy czas gry seniorów wynosi:**

- a. 55 min,
- b. 2 x 25 min,
- c. 2 x 30 min,
- d. 3 x 20 min.

**6. Ile zawodnik może zrobić maksymalnie kroków, poruszając się z utrzymaną piłką?**

- a. 2 kroki,
- b. 5 kroków,
- c. 1 krok,
- d. 3 kroki.

**7. Ilu zawodników może przebywać (maksymalnie) na boisku podczas gry?**

- a. 10,
- b. 9,
- c. 8,
- d. 7.

**8. Czy sędzia boczny dokonuje zmian zawodników rezerwowych z zawodnikami będącymi na boisku?**

- a. Tak – sędzia pokazuje na tablicy, którzy zawodnicy dokonują zmiany,
- b. Nie – rezerwowi mogą zmieniać się w każdej chwili (w odpowiedniej strefie).

**9. Jakie rzuty wyróżniamy w piłce ręcznej? (wybierz poprawne odpowiedzi)**

- a. rzut rozpoczynający grę,
- b. rzut z linii bocznej,
- c. rzut od bramki,
- d. rzut kapitana,
- e. rzut wolny,
- f. rzut szybki,
- g. rzut trenera,
- h. rzut karny,
- i. rzut kończący grę.

**10. Czy można dokonać zmiany bramkarza na chwilę przed wykonaniem przez drużynę przeciwną rzutu karnego?**

- a. tak,
- b. nie.

Odpowiedzi znajdują się w karcie rozwiązań.

