



Poglądowy TEST konkursowy do Ogólnopolskiego Konkursu Edukacyjnego Leonardo Da Vinci – Sport wiosna 2015

Test sprawdza wiedzę z zakresu taktyki i techniki gier zespołowych, gimnastyki i lekkiej atletyki oraz aktualności sportowych w Polsce i na świecie. Test zawiera pytania z zakresu zasad bezpieczeństwa i higieny osobistej na lekcjach wychowania fizycznego, udzielania pierwszej pomocy, przepisów gier zespołowych. Pytania obejmują również historię starożytnych i nowożytnych igrzysk olimpijskich, symboli i dyscyplin olimpijskich. Testy obejmują zagadnienia z gimnastyki, lekkiej atletyki. Pytania testowe wymagają również znajomości Legend sportu.

1. Pierwsze w historii nowożytnej letnie Igrzyska Olimpijskie zostały rozegrane w:

- a) Atenach
- b) Antwerpii
- c) Paryżu

2. „Spalony” w piłce nożnej to sytuacja powstała w wyniku

- a) ustawienia się zawodnika bez piłki na połowie drużyny przeciwnej, poza jej linią obrony
- b) otrzymania przez zawodnika dwóch czerwonych kartek
- c) wyjścia zawodnika z piłką na aut

3. Zimowe Igrzyska Olimpijskie są organizowane, co

- a) 2 lata
- b) 4 lata
- c) 6 lat

4. Która z piłek jest największa?

- a) do koszykówki
- b) do siatkówki
- c) do piłki ręcznej

5. Ile najwięcej razy drużyna piłki siatkowej może odbić piłkę, zanim skieruje ją do przeciwnika?

- a) dwa
- b) trzy
- c) cztery

6. Numer telefonu na pogotowie ratunkowe to

- a) 997
- b) 998
- c) 999

7. Która z niżej podanych dyscyplin sportowych należy do tzw. "sportów walki" ?

- a) żeglarstwo
- b) wyciskanie
- c) boks
- d) podnoszenie ciężarów

8. Skacząc wzwyż dokonujesz pomiaru

- a) szybkości
- b) siły
- c) skoczności

9. Z czym kojarzą ci się pojęcia: rzutnia , koło , siatka , siła

- a) rzut oszczepem
- b) pchnięcie kulą
- c) bieg z przeszkodami

10. Falstart to:

- a) wyjście z bloków przed sygnałem „start”
- b) nazwa biegu z przeszkodami
- c) skok spalony

11. Co oznacza „fair play” w sporcie?

- a) rozpoczęcie gry
- b) uczciwe zachowanie się zawodnika podczas rywalizacji sportowej
- c) sposób uderzenia piłeczki tenisowej

12. Prawidłowe ciśnienie krwi dla wieku 10 – 30 lat wynosi

- a) 120/80
- b) 100/55
- c) 120/90

13. Ćwiczenia z gimnastyki korekcyjnej służą do:

- a) przygotowania organizmu do wysiłku
- b) rozwijania szybkości
- c) zapobiegania wadom postawy

14. Kółka olimpijskie oznaczają:

- a) kolory tęczy
- b) barwy podstawowe
- c) kontynenty

15. Rozgrzewka służy do:

- a) przygotowania organizmu do wysiłku fizycznego
- b) odpoczynku
- c) rozwijania skoczności

16. Wymień 6 dyscyplin sportowych, gdzie zawody odbywają się na wodzie:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.

17. *Mecz piłki nożnej trwa:*

- a) 2 x 30min.
- b) 2 x 40min.
- c) 2 x 45min.

18. *Władysław Kozakiewicz to słynny polski*

- a) skoczek narciarski
- b) zapaśnik
- c) lekkoatleta

19. *Pierre de Coubertain to*

- a) polityk
- b) założyciel MKOL
- c) najślynniejszy sportowiec pierwszej olimpiady nowożytnej

20. *Pierwsze w historii ludzkości Igrzyska Olimpijskie zostały rozegrane*

- a) w Egipcie
- b) w Rzymie
- c) w Grecji

21. *Irena Szewińska to słynna polska*

- a) łyżwiarka figurowa
- b) pływaczka
- c) lekkoatletka

22. *Czy tętno to:*

- a) ilość krwi przetoczonej przez minutę
- b) ilość uderzeń serca na 30 sek
- c) liczba skurczów serca na minutę
- d) jedna z żył w organizmie człowieka

23. *Wypoczynek czynny oznacza*

- a) sen
- b) ruch na świeżym powietrzu
- c) pobyt w saunie

24. *W grze w koszykówkę zabronione jest*

- a) trzymanie piłki w obu rękach jednocześnie
- b) kozłowanie piłki obiema rękoma jednocześnie
- c) podanie piłki do tego samego zawodnika, od którego ją otrzymaliśmy

25. *Dystans biegu maratońskiego to:*

- a) 42 km 195 m
- b) 42 km 295 m
- c) 41 km 195 m

26. *Zawodnik uczestniczący w konkurencji skoku w dal może przekroczyć wyznaczoną linię odbicia o:*

- a) 2cm
- b) 5cm
- c) jej przekroczenie powoduje, że skok jest nieważny (spalony)

27. *Z pojęciem bekhend, forhend kojarzy ci się dyscyplina:*

- a) siatkówka
- b) koszykówka
- c) tenis stołowy

28. *Najbardziej utytułowany chodziarz Polski to:*

- a) Andrzej Supron
- b) Artur Partyka
- c) Robert Korzeniowski

29. Co oznacza skrót „UKS”?

- a) Uczniowski Klub Sportowy
- b) Unijny Klub Sportowy
- c) Uczniowskie Koło Sportowe

30. Wyjaśnij, dlaczego należy przestrzegać ustalone reguły w trakcie rywalizacji sportowej. (forma wypowiedzi pisemnej dowolna – 10 zdań)

.....

.....

.....

.....

.....