

Domande

A048

SCIENZE MOTORIE E SPORTIVE NEGLI ISTITUTI DI ISTRUZIONE
SECONDARIA DI II GRADO

Prova OR22_A048_T1

La risposta corretta è sempre la [a]

Quesito 1

Il "passo" è:

- [a] la distanza che intercorre tra due impugnature o tra due prese
 - [b] la distanza che intercorre tra le due ginocchia
 - [c] la distanza che intercorre tra il corpo del ginnasta e l'attrezzo
 - [d] la distanza che intercorre tra le due braccia
-

Quesito 2

Si definisce atteggiamento del corpo umano:

- [a] la figura statica assunta dalle parti del corpo o dal corpo in toto indipendentemente dai rapporti con il mondo esterno
 - [b] il rapporto delle parti del corpo o del corpo in toto con il mondo esterno
 - [c] il rapporto di contatto delle parti del corpo con gli attrezzi e con il suolo
 - [d] il rapporto del baricentro del corpo con i mezzi di sostegno e con il suolo
-

Quesito 3

Quando il centro di gravità è sotto il sostegno, il corpo si trova in

- [a] attitudine di sospensione
 - [b] attitudine di appoggio
 - [c] attitudine neutra
 - [d] attitudine di volo
-

Quesito 4

Nella stazione di decubito laterale

- [a] il corpo è in appoggio al suolo esclusivamente con il fianco
 - [b] il corpo è in appoggio al suolo esclusivamente con la parte dorsale del corpo
 - [c] il corpo è in appoggio al suolo esclusivamente con la parte ventrale del corpo
 - [d] il corpo è in appoggio al suolo esclusivamente con entrambe le mani e i piedi
-

Quesito 5

A seconda della distanza che intercorre tra due prese, il passo può essere connotato come:

- [a] stretto
 - [b] piccolo
 - [c] medio
 - [d] adeguato
-

Quesito 6

Un arto si definisce in atteggiamento lungo quando

- [a] tutti i segmenti dell'arto compongono una figura rettilinea e le due estremità dell'arto sono lontane
- [b] le due estremità dell'arto sono avvicinate e i segmenti che lo compongono formano tra loro angoli acuti
- [c] le due estremità dell'arto sono avvicinate e i segmenti che lo compongono

formano tra loro angoli retti o ottusi

[d] l'estremità distale è ruotata attorno al proprio asse longitudinale

Quesito 7

Si definisce adduzione il movimento che

[a] avvicina un segmento all'asse mediale, sul piano frontale

[b] avvicina un segmento all'asse mediale, sul piano sagittale

[c] allontana un segmento dall'asse mediale, sul piano frontale

[d] allontana un segmento dall'asse mediale, sul piano sagittale

Quesito 8

L'azione che si svolge in modo ciclico senza un inizio e una fine identificabili (esempio: correre, camminare, pedalare) viene definita:

[a] abilità continua

[b] abilità discreta

[c] abilità seriale

[d] abilità coniugata

Quesito 9

Gli schemi posturali identificano

[a] atti motori segmentari che coinvolgono solo alcune parti del corpo e che avvengono senza modificarne sostanzialmente la posizione

[b] atti motori globali che comportano una traslocazione nello spazio

[c] situazioni apparentemente statiche del corpo

[d] situazioni apparentemente dinamiche del corpo

Quesito 10

Selezionare la dizione errata:

- [a] attitudine ad arco
 - [b] presa poplitea
 - [c] passo largo
 - [d] decubito prono
-

Quesito 11

Per i licei scientifici a indirizzo sportivo (DPR n. 52/2013), gli obiettivi di apprendimento relativi alla disciplina "Scienze motorie e sportive"

- [a] sono identici a quelli previsti per gli altri percorsi liceali
 - [b] differiscono, rispetto a quelli previsti per gli altri licei, soltanto al termine del quinto anno
 - [c] differiscono, rispetto a quelli previsti per gli altri licei, soltanto al termine del primo biennio
 - [d] differiscono, rispetto a quelli previsti per gli altri licei, soltanto al termine del secondo biennio
-

Quesito 12

Durante l'esecuzione di un "push down" ai cavi, nell'atto di sollevare un peso tramite un'estensione dell'avambraccio sul braccio, pensando al ruolo del tricipite brachiale, l'articolazione del gomito è un esempio di:

- [a] leva di primo genere
 - [b] leva di terzo genere
 - [c] leva di secondo genere
 - [d] leva di secondo genere o di terzo genere, in base alla lunghezza del braccio della resistenza
-

Quesito 13

Durante la rianimazione cardiopolmonare di un adolescente le linee guida BLSD 2021 suggeriscono un ritmo per il massaggio cardiaco di circa:

- [a] 100-120 compressioni al minuto
 - [b] 50-60 compressioni al minuto
 - [c] 30-40 compressioni al minuto
 - [d] 70-90 compressioni al minuto
-

Quesito 14

Quale o quali tra i seguenti vasi trasporta o trasportano sangue di tipo arterioso:

- [a] vene polmonari
 - [b] vena porta
 - [c] arterie polmonari
 - [d] vene giugulari
-

Quesito 15

Nell'ambito della prossemica viene definita distanza intima quella distanza fra due soggetti che va dal contatto fisico a circa:

- [a] 45 centimetri
 - [b] 75 centimetri
 - [c] 1,2 metri
 - [d] 3,5 metri
-

Quesito 16

A seguito di una lesione di un arto, in caso di emorragia arteriosa esterna, il primo soccorso prevede:

- [a] far sdraiare l'infortunato, sollevare l'arto, applicare un laccio emostatico tra la ferita e l'estremità prossimale dell'arto stesso senza arrestarne la circolazione, esercitare una compressione con della garza sulla ferita
 - [b] far sdraiare l'infortunato, sollevare l'arto, applicare un laccio emostatico tra la ferita e l'estremità distale dell'arto stesso per arrestarne la circolazione, esercitare una compressione con della garza sulla ferita
 - [c] far sdraiare l'infortunato, sollevare l'arto, applicare un laccio emostatico tra la ferita e l'estremità distale dell'arto stesso senza arrestarne la circolazione, esercitare una compressione con della garza sulla ferita
 - [d] far sdraiare l'infortunato senza sollevare l'arto, applicare un laccio emostatico tra la ferita e l'estremità prossimale dell'arto stesso senza arrestarne la circolazione, esercitare una compressione con della garza sulla ferita
-

Quesito 17

Nel doping, i narcotici

- [a] riducono le sensazioni di dolore
 - [b] aumentano la capacità di utilizzare l'ossigeno a livello muscolare
 - [c] non causano dipendenza
 - [d] non agiscono a livello polmonare, dunque non causano difficoltà respiratorie
-

Quesito 18

Quale delle seguenti affermazioni riguardanti l'azione dei muscoli inspiratori non è corretta?

- [a] Agiscono sulla pleura viscerale per far espandere i polmoni
 - [b] Fanno aumentare il volume della gabbia toracica
 - [c] Espandono attivamente la gabbia toracica e i polmoni si espandono passivamente
 - [d] Fanno espandere la gabbia toracica il che determina una diminuzione della pressione all'interno delle vie aeree
-

Quesito 19

Considerando l'asse ipotalamo-ipofisi-gonadi, il GnRH

- [a] è secreto dall'ipotalamo e controlla la secrezione ipofisiaria di LH e FSH
 - [b] è secreto dall'adenoipofisi e controlla la secrezione gonadica di ormoni steroidei
 - [c] è secreto dall'ipotalamo e controlla la secrezione ipofisiaria di LH e TSH
 - [d] è secreto dall'adenoipofisi e controlla la secrezione gonadica di ormoni glucocorticoidi
-

Quesito 20

Negli stili di insegnamento di "produzione"

- [a] gli allievi svolgono un ruolo attivo, l'azione didattica coinvolge prevalentemente fattori cognitivi e motori
 - [b] gli allievi imitano e ripetono, l'azione didattica coinvolge prevalentemente fattori motori quantitativi
 - [c] l'insegnante è al centro del setting didattico, l'azione didattica consente tempi rapidi di apprendimento motorio
 - [d] l'insegnante presenta il compito motorio definendone le modalità esecutive, il numero delle ripetizioni, la durata degli intervalli e la scelta delle attrezzature
-

Quesito 21

Il Drop Jump Test può essere utilizzato per valutare

- [a] la forza reattiva
 - [b] la capacità aerobica lattacida
 - [c] la forza massimale
 - [d] la resistenza alla forza di salto
-

Quesito 22

Nell'ottica di una sana e corretta alimentazione, le proteine svolgono prevalentemente una funzione

- [a] plastica
 - [b] energetica
 - [c] idrica e regolatrice
 - [d] termoregolatrice
-

Quesito 23

A seguito di pronazione dell'avambraccio, visti anteriormente

- [a] il radio incrocia anteriormente l'ulna
 - [b] radio e ulna sono tra loro paralleli
 - [c] radio e omero sono tra loro paralleli
 - [d] il radio incrocia posteriormente la fibula
-

Quesito 24

Lo strappo muscolare è:

- [a] la lacerazione delle fibre del muscolo o parte di esse
 - [b] il grado più semplice di lesione muscolare
 - [c] una contrattura muscolare involontaria acuta
 - [d] una contrattura muscolare involontaria acuta e improvvisa
-

Quesito 25

Le linee guida dell'OMS (2020) raccomandano per l'infanzia e l'adolescenza

- [a] almeno una media di 60 minuti al giorno di attività fisica di intensità da

moderata a vigorosa prevalentemente di carattere aerobico

- [b] almeno 30 minuti al giorno di attività fisica di intensità da moderata a vigorosa prevalentemente di carattere aerobico
 - [c] almeno 60 minuti al giorno di attività fisica di intensità da moderata a vigorosa prevalentemente di carattere anaerobico
 - [d] non più di 20 minuti al giorno di attività vigorosa da effettuarsi in 4 ripetizioni da 5 minuti ciascuna
-

Quesito 26

Secondo il regolamento del gioco della pallacanestro, al giocatore in possesso della palla è permesso

- [a] muovere un piede, mantenendo l'altro fermo sul punto di contatto con il terreno, senza dover palleggiare
 - [b] trattenere in mano la palla senza passare, palleggiare o tirare per un massimo di 8 secondi
 - [c] palleggiare la palla con una o con due mani in base alla situazione di gioco, purché una volta fermato il palleggio questo non riprenda
 - [d] dopo aver palleggiato il pallone, lanciarlo volontariamente contro il tabellone, per poi ricominciare a palleggiarlo
-

Quesito 27

Lo sport unificato (Unified Sports) di Special Olympics

- [a] riunisce nella medesima squadra atleti con e senza disabilità intellettiva che si allenano e competono insieme
 - [b] riunisce nella medesima squadra atleti con disabilità intellettiva che si allenano e competono insieme
 - [c] riunisce nella medesima squadra atleti con disabilità motoria che si allenano e competono insieme
 - [d] si riferisce all'unione di più discipline sportive in cui competono atleti con disabilità intellettiva e motoria
-

Quesito 28

Nei campionati studenteschi, per il getto del peso nella categoria juniores maschile

- [a] si utilizzano attrezzi da 6 kg
 - [b] si utilizzano attrezzi da 7,260 kg
 - [c] si utilizzano attrezzi da 4,260 kg
 - [d] si utilizzano attrezzi da 5 kg
-

Quesito 29

Le Indicazioni Nazionali dei Licei (2010) rispetto all'obiettivo specifico di apprendimento "lo sport, le regole e il fair play" per il secondo biennio specificano:

- [a] lo studente coopererà in équipe, utilizzando e valorizzando con la guida del docente le propensioni individuali e l'attitudine a ruoli definiti; saprà osservare ed interpretare i fenomeni legati al mondo sportivo ed all'attività fisica; praticherà gli sport approfondendone la teoria, la tecnica e la tattica.
 - [b] ogni allievo saprà prendere coscienza della propria corporeità al fine di perseguire quotidianamente il proprio benessere individuale.
 - [c] la maggior padronanza di sé e l'ampliamento delle capacità coordinative, condizionali ed espressive permetteranno agli studenti di realizzare movimenti complessi e di conoscere ed applicare alcune metodiche di allenamento tali da poter affrontare attività motorie e sportive di alto livello, supportate anche da approfondimenti culturali e tecnico-tattici.
 - [d] lo studente sarà in grado di sviluppare un'attività motoria complessa, adeguata ad una completa maturazione personale.
-

Quesito 30

Le Indicazioni Nazionali dei Licei (2010) rispetto all'obiettivo specifico di apprendimento "la percezione di sé ed il completamento dello sviluppo funzionale delle capacità motorie ed espressive" per il secondo biennio specificano:

- [a] la maggior padronanza di sé e l'ampliamento delle capacità coordinative, condizionali ed espressive permetteranno agli studenti di realizzare movimenti complessi e di conoscere ed applicare alcune metodiche di allenamento tali da

poter affrontare attività motorie e sportive di alto livello, supportate anche da approfondimenti culturali e tecnico-tattici.

[b] lo studente coopererà in équipe, utilizzando e valorizzando con la guida del docente le propensioni individuali e l'attitudine a ruoli definiti; saprà osservare ed interpretare i fenomeni legati al mondo sportivo ed all'attività fisica; praticherà gli sport approfondendone la teoria, la tecnica e la tattica.

[c] ogni allievo saprà prendere coscienza della propria corporeità al fine di perseguire quotidianamente il proprio benessere individuale.

[d] lo studente sarà in grado di sviluppare un'attività motoria complessa, adeguata ad una completa maturazione personale.

Quesito 31

L'apprendimento motorio secondo l'approccio cognitivista viene favorito da metodi di insegnamento di tipo

[a] prescrittivo

[b] esplorativo

[c] non direttivo

[d] ecologico

Quesito 32

In risposta a stimolazione simpatica del miocardio, l'effetto "inotropo positivo" induce

[a] l'aumento della forza di contrazione cardiaca

[b] l'aumento della frequenza di contrazione cardiaca

[c] la diminuzione della frequenza di contrazione cardiaca

[d] la diminuzione della forza di contrazione cardiaca

Quesito 33

Nel giovane adulto, il valore medio della gittata cardiaca a riposo è

- [a] 5 litri al minuto
 - [b] 2,5 litri al minuto
 - [c] 7,5 litri al minuto
 - [d] 10 litri al minuto
-

Quesito 34

Nel giovane adulto, la frequenza respiratoria durante esercizio massimale può arrivare a

- [a] 40-60 atti al minuto
 - [b] 15-20 atti al minuto
 - [c] 120-140 atti al minuto
 - [d] 90-110 atti al minuto
-

Quesito 35

Il sistema metabolico anaerobico lattacido fornisce energia da

- [a] ATP, ADP, CP (creatinfosfato)
 - [b] carboidrati, lipidi, proteine
 - [c] ATP, CP (creatinfosfato)
 - [d] ATP, CPK (creatinfosfokinasi), CP (creatinfosfato)
-

Quesito 36

La forza erogata per centimetro quadrato di sezione muscolare

- [a] è simile tra uomini e donne
- [b] è nettamente superiore negli uomini rispetto alle donne
- [c] è nettamente superiore nelle donne rispetto agli uomini
- [d] è di poco superiore nelle donne rispetto agli uomini

Quesito 37

La definizione di "capacità di collegare tra loro più sequenze motorie, quindi più movimenti di differenti parti del corpo" si riferisce

- [a] alla capacità coordinativa di "accoppiamento e combinazione"
 - [b] alla capacità coordinativa di "trasformazione"
 - [c] alla capacità coordinativa di "differenziazione cinestetica"
 - [d] alla capacità condizionale di "reazione"
-

Quesito 38

In una azione muscolare isotonica

- [a] la forza muscolare erogata è costante
 - [b] la velocità di movimento è costante
 - [c] la forza erogata è massima e la distanza tra i capi articolari è costante
 - [d] l'erogazione della forza è esplosiva
-

Quesito 39

Nel lancio di un attrezzo, i parametri determinanti della traiettoria che questo assumerà sono:

- [a] la velocità, l'angolo e l'altezza di rilascio dell'attrezzo
 - [b] la velocità e l'altezza dell'atleta, ma non l'angolo d'uscita dell'attrezzo
 - [c] l'angolo di rilascio dell'attrezzo, ma non la sua velocità e la sua altezza
 - [d] l'angolo e l'altezza di rilascio dell'attrezzo, ma non la sua velocità
-

Quesito 40

Quale tra le seguenti articolazioni è un esempio di enartosi?

- [a] L'articolazione coxo-femorale
 - [b] L'articolazione omero-radiale
 - [c] L'articolazione sterno-clavicolare
 - [d] L'articolazione radio-ulnare prossimale
-

Quesito 41

Content Comprehension

The rising price of gas is in the news again. Energy, in fact, is a major issue for everyone. Heating or cooling our homes and workplaces, manufacturing the goods we all depend on or simply cooking our meals all rely on a steady supply. With all European gas prices rocketing towards the end of 2021 to ten times the prices charged in January, it is becoming increasingly urgent to find a solution. (Adapted from *The Guardian* 4 January 2022)

The price of gas

- [a] is something that affects us all in various ways.
 - [b] has increased gradually in Europe in 2021.
 - [c] is mainly a problem being faced by manufacturers.
 - [d] is only increasing in some countries in Europe.
-

Quesito 42

Lexis in Context

Will we still even have physical school buildings in 2050, or might our entire education system have changed? Traditional models that have flourished over the past two hundred years in many parts of the West have remained remarkably fixed. Social, economic and technological changes, however, may dictate changes to existing models as technology provides the potential for more students to gain

greater access to education and everyone may be provided with more personalized learning paths and flexible choices in what and how we study.

(Adapted from *Interesting Engineering* 8 June 2021)

"have flourished" in this context means

- [a] have spread successfully
 - [b] have attracted no attention
 - [c] have not been adopted widely
 - [d] have declined
-

Quesito 43

Content Comprehension

Dave Eggers, prize winning author of *Zeitoun*, now gives us a disturbing view of a potential future, which is a little too close for comfort. *The Circle* is a powerful tech company, which reflects the quintessential technology companies of our times. It promotes transparency and introduces small cameras called "See Change" that can be placed unobtrusively everywhere, so that injustice can be captured, commented on, and then transmitted back to the Circle.

"See Change" is a technology that

- [a] enables hidden observation everywhere.
 - [b] can only be used to promote *The Circle*.
 - [c] everyone can only use in private spaces.
 - [d] can only be used by *The Circle's* employees.
-

Quesito 44

Grammar

Nobody could _____ imagined behaviour like that from such a respectable person.

- [a] have
 - [b] has
 - [c] is
 - [d] be
-

Quesito 45

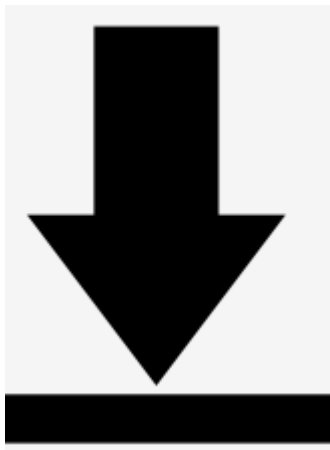
Lexis

It was early evening, the sun was setting and the day was drawing to _____ .

- [a] a close
 - [b] an ending
 - [c] dawn
 - [d] a break
-

Quesito 46

Quale operazione indica questo simbolo ?



- [a] scaricare un file

- [b] caricare un file
 - [c] caricare una pagina web
 - [d] uscire dal proprio account
-

Quesito 47

Quando, in ambiente Windows, il computer risulta bloccato e non dà la possibilità di avviare nessuna operazione, cosa è consigliabile fare?

- [a] Premere CTRL+ALT+CANC per provare a sbloccarlo
 - [b] Premere CTRL+ALT+INVIO per provare a sbloccarlo
 - [c] Premere CTRL+MAIUSC+ INVIO per provare a sbloccarlo
 - [d] Premere ALT + CANC+ INVIO
-

Quesito 48

Usando un client di posta elettronica, cosa indica il campo "Ccn":

- [a] Un campo dove inserire altri destinatari a cui va indirizzata la e-mail per conoscenza, rendendo invisibili tali indirizzi agli altri
 - [b] Un campo dove inserire altri destinatari a cui va indirizzata la e-mail per conoscenza, rendendo visibili tali indirizzi a tutti.
 - [c] Un campo dove si possono inviare simultaneamente al più 10 indirizzi e-mail
 - [d] E' un campo in cui si può inserire l'oggetto dell'e-mail inviata
-

Quesito 49

Per contrastare il bullismo e il cyberbullismo è compito di ogni istituto scolastico (LEGGE 29 maggio 2017, n. 71) quello di

- [a] Individuare fra i docenti un referente con il compito di coordinare le iniziative di prevenzione e di contrasto del cyberbullismo.
- [b] Individuare un esperto esterno con il compito di coordinare le iniziative di prevenzione e di contrasto del cyberbullismo, anche avvalendosi della

collaborazione delle Forze di polizia nonché delle associazioni e i centri di aggregazione giovanile presenti sul territorio.

- [c] Individuare fra i rappresentanti dei genitori un referente con il compito di coordinare le iniziative di prevenzione e di contrasto del cyberbullismo, anche avvalendosi della collaborazione delle Forze di polizia nonché delle associazioni e dei centri di aggregazione giovanile presenti sul territorio.
 - [d] Individuare fra i docenti un referente con il compito di formulare un regolamento interno avvalendosi della collaborazione delle Forze di polizia nonché delle associazioni e dei centri di aggregazione giovanile presenti sul territorio.
-

Quesito 50

Fra le seguenti opzioni, cosa s'intende per hardware di un PC:

- [a] Tutte le componenti fisiche
 - [b] E' il Sistema Operativo che consente un corretto funzionamento di tutte le periferiche
 - [c] Solo il mouse e la tastiera
 - [d] Solo i componenti fisici che hanno interfacce USB
-