

Domande

A048

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

Prova OR22_A048_T2

La risposta corretta è sempre la [a]

Quesito 1

Si definiscono "prese":

- [a] i rapporti di contatto delle parti del corpo con gli attrezzi e con il suolo
 - [b] i rapporti tra il centro di gravità del corpo e i mezzi di sostegno
 - [c] le figure statiche assunte dal corpo indipendentemente dai rapporti con il mondo esterno
 - [d] le figure dinamiche assunte dal corpo nello spazio
-

Quesito 2

L'atteggiamento totale del corpo umano si dice "Tipo" quando

- [a] il punto più alto del capo è alla distanza massima dalla punta dei piedi uniti ed in estensione
 - [b] tutti i segmenti del corpo dal capo ai piedi sono ruotati attorno al proprio asse longitudinale
 - [c] il busto è leggermente inclinato avanti e l'addome retratto
 - [d] gli arti inferiori sono in atteggiamento breve e il busto in atteggiamento lungo
-

Quesito 3

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

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

Quesito 4

Nella stazione di decubito prono

- [a] il corpo è in appoggio al suolo esclusivamente con tutta la sua parte anteriore
 - [b] il corpo è in appoggio al suolo esclusivamente con una delle due parti laterali
 - [c] il corpo è in appoggio al suolo esclusivamente con tutta la sua parte posteriore
 - [d] il corpo è in appoggio al suolo esclusivamente con le mani e i piedi
-

Quesito 5

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

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

Quesito 6

Un arto si definisce in atteggiamento breve quando

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

[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 abduzione il movimento che

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

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

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

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

Quesito 8

L'azione breve che si svolge con un inizio e una fine identificabili (esempio: tirare a canestro) viene definita

[a] abilità discreta

[b] abilità continua

[c] abilità seriale

[d] abilità coniugata

Quesito 9

Gli schemi motori identificano

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

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

[c] situazioni apparentemente statiche del corpo

[d] situazioni apparentemente dinamiche del corpo

Quesito 10

Selezionare la dizione errata:

- [a] attitudine a squadra
 - [b] presa metacarpea
 - [c] passo unito
 - [d] decubito laterale
-

Quesito 11

In quale anno il MIUR ha pubblicato le linee guida e le indicazioni operative in merito all'attività di educazione fisica, motoria e sportiva nelle scuole secondarie di primo e secondo grado?

- [a] 2009
 - [b] 1999
 - [c] 2006
 - [d] 2015
-

Quesito 12

Durante l'esecuzione di un "biceps curl" con manubrio, nell'atto di sollevare un peso tramite una flessione dell'avambraccio sul braccio, pensando al ruolo del bicipite brachiale, l'articolazione del gomito è un esempio di:

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

Quesito 13

Durante la rianimazione cardiopolmonare di un adolescente le linee guida BLSD 2021 suggeriscono di imprimere una pressione per il massaggio cardiaco che consenta di far scendere il torace di circa:

- [a] 5 o 6 centimetri
 - [b] 1 o 2 centimetri
 - [c] 10 o 11 centimetri
 - [d] 12 o 13 centimetri
-

Quesito 14

Quale tra le seguenti affermazioni sul ciclo cardiaco è la sola ad essere corretta:

- [a] durante la sistole atriale le valvole semilunari aortica e polmonare sono chiuse
 - [b] durante la sistole ventricolare il volume ventricolare aumenta rispetto a quello della fase di diastole
 - [c] durante la sistole ventricolare la pressione ventricolare si riduce rispetto a quella della fase di diastole
 - [d] durante la sistole atriale la valvola tricuspide è aperta mentre quella mitrale è chiusa
-

Quesito 15

Nell'ambito della prossemica, la distanza che viene maggiormente utilizzata nel rapporto insegnante-allievo è detta

- [a] distanza sociale
 - [b] distanza intima
 - [c] distanza personale
 - [d] distanza pubblica
-

Quesito 16

La respirazione artificiale si attua

- [a] in tutti i casi in cui si constata un respiro assente o insufficiente
 - [b] solo in caso di rianimazione cardiaca con compressioni toraciche esterne
 - [c] in tutti i casi in cui il paziente è incosciente
 - [d] solo in caso di ipovolemia
-

Quesito 17

Nel doping, gli ormoni peptidici sono

- [a] sostanze naturali con funzione di "messaggeri" per la liberazione di altri ormoni
 - [b] sostanze che funzionano come diuretici
 - [c] sostanze che non hanno effetti dannosi
 - [d] anestetici locali
-

Quesito 18

L'azione dei muscoli papillari

- [a] impedisce alle valvole atrio-ventricolari di prollassare durante la sistole
 - [b] apre le valvole atrio-ventricolari durante la diastole
 - [c] produce la rotazione degli occhi verso il basso e verso l'esterno
 - [d] provoca la dilatazione della pupilla agendo sull'iride
-

Quesito 19

L'ormone LH

- [a] è una gonadotropina che stimola la produzione di testosterone da parte delle cellule del Leydig del testicolo
 - [b] è una gonadotropina che stimola la produzione di testosterone da parte delle cellule del Sertoli del testicolo
 - [c] è un ormone ipotalamico che stimola la produzione di estrogeni da parte delle cellule endometriali
 - [d] è un ormone ipofisario che stimola la produzione di estrogeni da parte delle cellule endometriali
-

Quesito 20

Considerando gli stili di insegnamento "produttivi"

- [a] nello stile "problem solving" l'insegnante propone un compito in cui sono richieste soluzioni motorie aperte
 - [b] nello stile della "pratica" l'insegnante struttura il compito per diversi livelli di difficoltà esecutiva
 - [c] nello stile della "autovalutazione" gli allievi autovalutano le proprie esecuzioni motorie in base ai criteri prestabiliti dall'insegnante
 - [d] nello stile della "reciprocità" gli allievi eseguono in coppia le attività alternandosi nell'osservazione reciproca
-

Quesito 21

Il test di Conconi può essere utilizzato per valutare

- [a] la soglia anaerobica
 - [b] la forza massimale
 - [c] il tempo di reazione
 - [d] la coordinazione fine
-

Quesito 22

Il glicogeno è uno zucchero

- [a] complesso che viene immagazzinato nei muscoli e nel fegato
 - [b] complesso che viene immagazzinato solo nei muscoli
 - [c] semplice che viene immagazzinato solo nei muscoli
 - [d] semplice che viene immagazzinato nei muscoli e nel fegato
-

Quesito 23

A seguito di supinazione dell'avambraccio, visti anteriormente

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

Quesito 24

La cuffia dei rotatori è un'area di origine

- [a] di tendini del muscolo sottoscapolare, sovraspinato, sottospinato e piccolo rotondo
 - [b] di legamenti del muscolo sottoscapolare, sottospinato e piccolo rotondo
 - [c] di tendini del muscolo sottoscapolare, sottospinato e grande rotondo
 - [d] di tendini del muscolo sottoscapolare, sovraspinato, sottospinato e grande rotondo
-

Quesito 25

Le Life Skills sono:

- [a] abilità necessarie ad un comportamento adattivo e positivo che rendono gli individui capaci di affrontare efficacemente le richieste e le sfide della vita quotidiana
- [b] abilità motorie acquisite nell'arco della vita che migliorano lo stato di salute dell'individuo con disabilità

- [c] il quadro di riferimento valoriale delle azioni umane nel contesto della educazione alla salute
 - [d] capacità motorie coordinative speciali fondamentali per il corretto approccio alla vita
-

Quesito 26

Secondo il regolamento del gioco della pallavolo, il "libero"

- [a] esegue tutti i fondamentali individuali, tranne il muro e la battuta e si riconosce per il colore della maglietta che è diverso da quello dei compagni di squadra
 - [b] esegue tutti i fondamentali individuali e si riconosce per il colore della maglietta che è diverso da quello dei compagni di squadra
 - [c] esegue tutti i fondamentali individuali, tranne il muro e si riconosce per il colore della maglietta che è diverso da quello dei compagni di squadra
 - [d] esegue tutti i fondamentali individuali, tranne la battuta e si riconosce per il colore della maglietta che è diverso da quello dei compagni di squadra
-

Quesito 27

Il basket è uno sport

- [a] adattato e integrato
 - [b] adattato
 - [c] integrato
 - [d] solo amatoriale
-

Quesito 28

In Atletica leggera, nella gara di "110 hs", per un efficace valicamento degli ostacoli

- [a] lo stacco deve avvenire in modo tale che l'apice della parabola di volo preceda l'ostacolo

- [b] lo stacco deve avvenire in modo tale che l'apice della parabola di volo sia al di sopra dell'ostacolo
 - [c] lo stacco deve avvenire in modo tale che l'apice della parabola di volo sia oltre l'ostacolo
 - [d] lo stacco deve avvenire alla distanza corrispondente ad un terzo dell'altezza dell'ostacolo
-

Quesito 29

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 quinto anno specificano:

- [a] lo studente sarà in grado di sviluppare un'attività motoria complessa, adeguata ad una completa maturazione personale. Avrà piena conoscenza e consapevolezza degli effetti positivi generati dai percorsi di preparazione fisica specifici. Saprà osservare e interpretare i fenomeni connessi al mondo dell'attività motoria e sportiva proposta nell'attuale contesto socioculturale, in una prospettiva di durata lungo tutto l'arco della vita
 - [b] lo studente conoscerà i principi fondamentali di prevenzione per la sicurezza personale in palestra, a casa e negli spazi aperti, compreso quello stradale; adotterà i principi igienici e scientifici essenziali per mantenere il proprio stato di salute e migliorare l'efficienza fisica, così come le norme sanitarie e alimentari indispensabili per il mantenimento del proprio benessere
 - [c] lo studente praticherà gli sport di squadra applicando strategie efficaci per la risoluzione di situazioni problematiche; si impegnerà negli sport individuali abitandosi al confronto ed alla assunzione di responsabilità personali; collaborerà con i compagni all'interno del gruppo facendo emergere le proprie potenzialità
 - [d] gli allievi sapranno affrontare l'attività motoria e sportiva utilizzando attrezzi, materiali ed eventuali strumenti tecnologici e/o informatici
-

Quesito 30

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

- [a] è fondamentale sperimentare nello sport i diversi ruoli e le relative responsabilità, sia nell'arbitraggio che in compiti di giuria
- [b] lo studente coopererà in équipe, utilizzando e valorizzando con la guida del

docente le propensioni individuali e l'attitudine a ruoli definiti

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

[d] gli allievi sapranno affrontare l'attività motoria e sportiva utilizzando attrezzi, materiali ed eventuali strumenti tecnologici e/o informatici

Quesito 31

L'apprendimento motorio secondo la prospettiva ecologica viene favorito da metodi di insegnamento di tipo

[a] esplorativo

[b] prescrittivo

[c] direttivo

[d] imitativo

Quesito 32

In risposta alla stimolazione simpatica del miocardio, l'effetto "cronotropo positivo" induce

[a] l'aumento della frequenza di contrazione cardiaca

[b] l'aumento della forza di contrazione cardiaca

[c] la diminuzione della frequenza di contrazione cardiaca

[d] la diminuzione della forza di contrazione cardiaca

Quesito 33

Nel giovane adulto, la gittata cardiaca massima durante esercizio fisico può arrivare a

[a] 20-25 litri al minuto

[b] 120-130 litri al minuto

[c] 7-9 litri al minuto

[d] 70-90 litri al minuto

Quesito 34

Nel giovane adulto, la frequenza respiratoria a riposo è mediamente

- [a] 12 atti al minuto
 - [b] 60 atti al minuto
 - [c] 6 atti al minuto
 - [d] 35 atti al minuto
-

Quesito 35

La produzione di ATP tramite via glicolitica

- [a] può essere sia anaerobica sia aerobica
 - [b] è detta anche via anaerobica alattacida
 - [c] ha come prodotto terminale il lattato
 - [d] avviene solo in assenza di ossigeno
-

Quesito 36

Durante le prime 4 settimane di un allenamento finalizzato allo sviluppo della forza massima

- [a] l'aumento della forza è dovuto principalmente ad adattamenti neurali
 - [b] non si ha ancora un miglioramento della forza erogata
 - [c] l'aumento della forza è dovuto principalmente all'ipertrofia muscolare
 - [d] l'aumento della forza è dovuto sia ad adattamenti neurali sia ad ipertrofia muscolare
-

Quesito 37

La definizione di "capacità di dosare l'impegno neuromuscolare per consentire il raggiungimento dell'obiettivo" si riferisce

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

Quesito 38

In una azione muscolare isometrica

- [a] il lavoro esterno è nullo
 - [b] il lavoro esterno è negativo
 - [c] il lavoro esterno è positivo
 - [d] il lavoro esterno non è definibile
-

Quesito 39

Nei salti, sono parametri determinanti della traiettoria che assumerà l'atleta:

- [a] la velocità e l'angolo allo stacco, la statura dell'atleta
 - [b] la velocità e l'angolo allo stacco, ma per nulla la statura dell'atleta
 - [c] la statura dell'atleta e la velocità allo stacco, ma non l'angolo allo stacco
 - [d] la statura dell'atleta e l'angolo allo stacco, ma non la velocità allo stacco
-

Quesito 40

Quale tra le seguenti articolazioni è un esempio di ginglino angolare?

- [a] L'articolazione omero-ulnare

- [b] L'articolazione gleno-omeroale
 - [c] L'articolazione acromion-clavicolare
 - [d] L'articolazione radio-carpica
-

Quesito 41

Content Comprehension

Italy is certainly famous for its high-quality ice cream. Ice was used in Roman culinary art, but in the Middle Ages it was only used in Eastern cuisine. Iced sorbets were introduced at that time from the Arab world to Sicily and then mainland Italy. Marco Polo, in fact, is thought to have brought back recipes for frozen rice and milk desserts and even ice cream, on his return from China in the 13th century.

Ice cream

- [a] may originally have been imported into Italy from the far East.
 - [b] is known to be high quality all over Europe.
 - [c] was carried by Marco Polo as he travelled through the Arabian desert.
 - [d] originated in Sicily and then spread to mainland Italy.
-

Quesito 42

Lexis in Context

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* 22 January 2022)

"rocketing" in this context means

- [a] increasing extremely quickly
 - [b] exploring outer space
 - [c] exploring new solutions to the energy crisis
 - [d] moving physically very quickly
-

Quesito 43

Content in Context

Venice is traditionally a favourite tourist destination for a whole range of visitors. Large numbers of people create a constant problem for the city. The giant cruise ships that used to tower over the city have been banned and tourism was greatly reduced during 2020 and 2021 due to the pandemic. Now, however, things are changing back to a new "normal", where surveillance cameras, originally installed to fight crime, may be used to monitor visitors and to avoid crowding. (Adapted from *The New York Times* 4 October 2021)

Surveillance cameras

- [a] might be used to control the numbers of visitors.
 - [b] will definitely be used only to fight crime.
 - [c] are used to monitor cruise ships visiting the city.
 - [d] are only used by individuals to check private property.
-

Quesito 44

Grammar

Try to avoid _____ the secret away this time. We want to organize a surprise party for her.

- [a] giving

- [b] give
 - [c] gives
 - [d] gave
-

Quesito 45

Lexis

She was seriously thinking of _____ her old books out, but it was too hard and she changed her mind.

- [a] throwing
 - [b] letting
 - [c] keeping
 - [d] catching
-

Quesito 46

In ambiente Windows quali di queste combinazioni sulla tastiera permette di tagliare una o più parole da un documento?

- [a] ctrl + x
 - [b] ctrl + v
 - [c] ctrl + c
 - [d] ctrl + t
-

Quesito 47

Quale di queste NON è una periferica di input?

- [a] monitor
- [b] scanner

[c] touchpad

[d] mouse

Quesito 48

Quale attività didattica fra le seguenti può avvalersi positivamente della realtà aumentata?

[a] Studio dell'anatomia del corpo umano

[b] Sviluppo di algoritmi

[c] Realizzazione di presentazioni online sul corpo umano

[d] Creazione di un file .stl (stampante 3d) per la realizzazione di prototipi di organi del corpo umano

Quesito 49

Quando si accede ad un sito Internet, occorre passare necessariamente per la homepage?

[a] No, si può sempre accedere alla pagina desiderata

[b] Sì, è necessario passare dalla homepage

[c] No, ma ci si accede esclusivamente dai motori di ricerca

[d] No, ma solo se si usa la modalità di navigazione in incognito

Quesito 50

Nel piano nazionale scuola digitale si fa riferimento ad Agid rispetto al tema delle piattaforme per la didattica. Cosa significa questo acronimo?

[a] Agenzia per l'Italia Digitale

[b] Agenzia generale Italia Digitale

[c] Agenzia governativa infrastrutture digitali

[d] Agenzia governativa investimenti digitali

