

T: Test teoretyczny z wychowania fizycznego

Objaśnienia : PR – piłka ręczna , PK – piłka koszykowa , PS – piłka siatkowa , PN - piłka nożna.

1. Podaj właściwe wymiary boisk podanych niżej gier zespołowych i tenisa (w metrach)

PR	PK	PS	PN	TENIS
A/ 9 x 18	A/ 28 x 15	A/ 10 x 20	A/ 10 x 20	A/ 20 x 10
B/ 38 x 10	B/ 27 x 13	B/ 9 x 18	B/ 150 x 45	B/ 23 x 8
C/ 40 x 20	C/ 40 x 20	C/ 15 x 30	C/ 140 x 70	C/ 23,77 x 8,23
D/ 42 x 40	D/ 24 x 12	D/ 7 x 14	D/ 90-120x45-90	D/ 20 x 30

2. Podaj czas gry w podanych niżej grach zespołowych i tenisie (w minutach i dla seniorów)

PR	PK	PS	PN	TENIS
A/ 2 x 25	A/ 2 x 20	A/ 3 x 15	A/ 4 x 10	A/ 3 x 15
B/ 2 x 30	B/ 4 10	B/ 5 x 10	B/ 2 x 45	B/ 3 x 20
C/ 2 x 20	C/ 2 x 10	C/ do 3 wygr.set	C/ 2 x 30	C/ 3 x 10
D/ 2 x 40	D/ 4 x 11	D/ 4 x 10	D/ 2 x 40	D/ do 2-3 wygr.set

3. Ilu zawodników gra na boisku w jednej drużynie w podanych niżej grach zespołowych

PR	PK	PS	PN	HOKEJ NA LODZIE
A/ 5	A/ 4	A/ 4	A/ 10	A/ 4
B/ 6	B/ 5	B/ 5	B/ 11	B/ 5
C/ 8	C/ 7	C/ 6	C/ 9	C/ 7
D/ 7	D/ 6	D/ 7	D/ 12	D/ 6

4. Czy tętno to:

- A/ ilość krwi przetoczony przez minutę
- B/ ilość uderzeń serca na 30 sek
- C/ liczba skurczów serca na minutę
- D/ jedna z żył w organizmie człowieka

5. Co ile lat odbywają się Igrzyska Olimpijskie?

A/ 1; B/ 2; C/ 3; D/ 4

6. Wymień 4 dyscypliny sportowe, gdzie do gry używa się rakiet:

a - d/

7. Wymień 5 dyscyplin sportowych z tzw. "Sportów walki" :

a - e/

8. Wymień 5 dyscyplin sportowych, gdzie zawody odbywają się na wodzie:

a - e/

KARTA ODPOWIEDZI:

Pytanie 1.

PR	PK	PS	PN	TENIS
A	A	A	A	A
B	B	B	B	B
C	C	C	C	C
D	D	D	D	D

Pytanie 2.

PR	PK	PS	PN	TENIS
A	A	A	A	A
B	B	B	B	B
C	C	C	C	C
D	D	D	D	D

Pytanie 3.

PR	PK	PS	PN	HOKEJ
A	A	A	A	A
B	B	B	B	B
C	C	C	C	C
D	D	D	D	D

Pytanie 4.

A	B	C	D
---	---	---	---

Pytanie 5.

A	B	C	D
---	---	---	---

Pytanie 6.

a	
b	
c	
d	

Pytanie 7.

a	
b	
c	
d	
e	

Pytanie 8.

a	
b	
c	
d	
e	

**Proszę wydrukować kartę odpowiedzi – wypełnić ją swoją wiedzą
następnie zrobić zdjęcie, zeskanować i przesłać na mojego Messengerze
do poniedziałku 8-06-2020**