

**Prova di selezione per l'ammissione al
Corso di Laurea Magistrale in Scienza dello Sport**

ANATOMIA

- 1) Quale tra le seguenti frasi è corretta?
 - A. il gran pettorale è in rapporto posteriormente con la mammella
 - B. il gran pettorale è in rapporto anteriormente con la mammella
 - C. la mammella è in rapporto anteriormente con il gran pettorale
 - D. la mammella articola tramite il legamento di Cooper con il gran pettorale
 - E. la fascia del gran pettorale comprende al suo interno la ghiandola mammaria

- 2) Le vie urinarie extrarenali sono:
 - A. uretra destra, uretra sinistra, uretere
 - B. dotti collettori, dotti papillari
 - C. piccoli e grandi calici renali, pelvi o bacinetto renale
 - D. ureteri, vescica, uretra
 - E. tubulo contorto prossimale, ansa di Henle, tubulo contorto distale

- 3) Quale tra le seguenti strutture NON si trova nel funicolo o cordone spermatico?
 - A. vasi linfatici e nervi.
 - B. corpo cavernoso dell'uretra.
 - C. dotto deferente.
 - D. arteria testicolare.
 - E. plesso venoso.

- 4) Quale tra le seguenti NON è una funzione della cute:
 - A. produzione vitamina D
 - B. assorbimento vitamina C
 - C. barriera UV
 - D. difesa dalle infezioni
 - E. termoregolazione

- 5) Quale tra i seguenti NON è un annesso cutaneo?
 - A. capello
 - B. ghiandola sebacea
 - C. ghiandola sudoripara eccrina
 - D. muscolo pellicciaio
 - E. ghiandola sudoripara apocrina

- 6) Quale tra i seguenti muscoli è biarticolare?
 - A. semitendinoso
 - B. vasto mediale
 - C. soleo
 - D. brachiale
 - E. medio gluteo

- 7) Quale tra i seguenti è un osso pneumatico?
 - A. parietale
 - B. nasale
 - C. frontale
 - D. occipitale
 - E. mandibola

- 8) Quali tra le seguenti strutture NON si trova all'interno delle cavità nasali?
 - A. apertura delle tube di Eustachio
 - B. aperture dei seni paranasali
 - C. recettori olfattivi
 - D. apertura dei canali naso-lacrimali
 - E. cornetti o turbinati superiore, medio e inferiore

- 9) Quale tra le seguenti affermazioni sui capillari linfatici è falsa?
- A. iniziano a fondo cieco
 - B. hanno un diametro maggiore rispetto ai vasi sanguigni
 - C. sono assenti a livello dell'encefalo e della cartilagine
 - D. la parete è molto discontinua perciò può essere facilmente attraversata anche da elementi di grandi dimensioni come cellule neoplastiche maligne e batteri
 - E. riversano il loro contenuto direttamente nel letto venoso dell'organo di origine
- 10) I vasi che arrivano al cuore sono:
- A. tronco polmonare, aorta
 - B. vene cave inferiore e superiore, 4 vene polmonari
 - C. arterie coronarie
 - D. arterie cardiache
 - E. tronco polmonare e vena polmonare destra e sinistra
- 11) Tutte le frasi indicano gli stessi muscoli tranne....
- A. muscoli ischiocrurali
 - B. muscoli della loggia posteriore della coscia
 - C. muscoli estensori della gamba
 - D. hamstrings
 - E. semitendinoso, semimembranoso, capo lungo del bicipite femorale
- 12) Il tendine d'origine del capo lungo del bicipite che rapporto ha con la capsula dell'articolazione gleno-omeroale?
- A. è intracapsulare
 - B. è extracapsulare
 - C. ha origine sotto la capsula
 - D. passa sopra la capsula rinforzandola
 - E. non ha alcun rapporto
- 13) Le azioni principali del grande pettorale sono:
- A. flessione, abduzione, intrarotazione del braccio
 - B. estensione, abduzione, extrarotazione del braccio
 - C. flessione, adduzione, intrarotazione del braccio
 - D. estensione, adduzione, extrarotazione del braccio
 - E. flessione adduzione, extrarotazione del braccio
- 14) I muscoli della cuffia dei rotatori sono:
- A. sovraspinato, infraspinato
 - B. sovraspinato, sottospinato, piccolo rotondo
 - C. sovraspinato, infraspinato, piccolo rotondo, grande rotondo
 - D. sovraspinato, sottospinato, piccolo rotondo, sottoscapolare
 - E. sovraspinato, infraspinato, deltoide, sottoscapolare
- 15) Quale tra le seguenti ossa si trova sia nel metacarpo che nel metatarso?
- A. navicolare
 - B. semilunare
 - C. cuboide
 - D. cuneiforme
 - E. trapezio
- 16) Ad avambraccio pronato, il flessore più efficace è:
- A. bicipite brachiale
 - B. coracobrachiale
 - C. brachiale
 - D. brachioradiale
 - E. tricipite radiale

- 17) L'unico extrarotatore del ginocchio, a ginocchio flessso, è:
- A. bicipite femorale
 - B. sartorio
 - C. semitendinoso
 - D. semimembranoso
 - E. grande adduttore
- 18) Parlando del rachide quale movimento è impossibile?
- A. flessione
 - B. estensione
 - C. intrarotazione
 - D. adduzione
 - E. extrarotazione
- 19) La porzione di arco vertebrale compresa tra il processo articolare superiore e inferiore si chiama:
- A. istmo
 - B. lamina
 - C. peduncolo
 - D. piatto
 - E. anello
- 20) I punti più a rischio di lesioni e malformazioni della colonna vertebrale sono:
- A. le cerniere (punti di passaggio tra una curva e l'altra)
 - B. la regione cervicale
 - C. la regione toracica
 - D. la regione lombare
 - E. la regione sacrale

BIOCHIMICA

- 21) Quale delle seguenti affermazioni riguardo al colesterolo è vera?
- A. viene assunto con la dieta perchè non può essere sintetizzato dall'organismo;
 - B. viene sintetizzato nell'organismo a partire dai sali biliari;
 - C. viene sintetizzato nell'organismo a partire dagli ormoni steroidei;
 - D. è una molecola molto solubile, e per questo è presente in abbondanza nel sangue;
 - E. non può essere demolito a CO₂ dagli enzimi metabolici presenti nella cellula.
- 22) Il coenzima A:
- A. va incontro ad ossidazione nel ciclo di Krebs;
 - B. è prodotto in abbondanza dalla degradazione degli acidi grassi;
 - C. serve a trasportare gruppi amminici nelle reazioni di transaminazione;
 - D. contiene un gruppo tiolico reattivo;
 - E. contiene un gruppo amminico reattivo.
- 23) Quale delle seguenti affermazioni è vera?
- A. Sia l'istamina che l'adrenalina sono composti azotati;
 - B. Sia l'istamina che l'adrenalina derivano dall'amminoacido tirosina;
 - C. Sia l'istamina che l'adrenalina derivano dall'amminoacido istidina;
 - D. L'istamina è un amminoacido essenziale;
 - E. L'adrenalina è un amminoacido essenziale.
- 24) Un aumento di corpi chetonici nel sangue ha come immediata conseguenza:
- A. diminuzione del pH del sangue;
 - B. aumento del pH del sangue;
 - C. aumentata sintesi di glicogeno epatico;
 - D. diminuita densità del sangue;
 - E. deposizione dei corpi chetonici sulle pareti dei vasi.

- 25) Quale tra i seguenti composti non è direttamente prodotto nel ciclo di Krebs:
- A. NH_3
 - B. CO_2
 - C. GTP
 - D. NADH
 - E. FADH_2
- 26) L'adrenalina è:
- A. un amino acido glucogenico;
 - B. un enzima della catena respiratoria;
 - C. un ormone metabolico;
 - D. una vitamina secreta in condizioni di stress;
 - E. un coenzima sintetizzato nel rene;
- 27) Durante una situazione "combatti o fuggi", il rilascio di adrenalina promuove il processo di:
- A. glicogenosintesi epatica e muscolare;
 - B. glicolisi epatica;
 - C. biosintesi degli acidi grassi;
 - D. demolizione dei trigliceridi nel tessuto adiposo;
 - E. biosintesi del colesterolo.
- 28) La carnitina
- A. è un enzima pancreatico che contribuisce alla digestione delle proteine della carne;
 - B. è una proteina che si associa alla miosina nel processo di contrazione muscolare;
 - C. è un composto coinvolto nel trasporto degli acidi grassi attraverso la membrana mitocondriale;
 - D. è un composto che costituisce una riserva "ad alta energia" per la formazione di ATP;
 - E. è un intermedio del processo di beta ossidazione degli acidi grassi.
- 29) Gran parte dei lipidi della dieta sono esportati dalle cellule della mucosa intestinale sotto forma di:
- A. acidi grassi liberi;
 - B. micelle miste;
 - C. triacilgliceroli liberi;
 - D. 2-monoacilgliceroli;
 - E. chilomicroni.
- 30) Quale delle seguenti affermazioni sugli enzimi è corretta?
- A. L'enzima viene trasformato nel prodotto di reazione al termine di ogni reazione enzimatica;
 - B. L'enzima rallenta la velocità di una reazione esoergonica senza alterare la costante di equilibrio;
 - C. L'enzima accelera la velocità di una reazione esoergonica abbassando l'energia di attivazione;
 - D. L'enzima non modifica la velocità di una reazione spontanea;
 - E. L'enzima aumenta l'energia di attivazione di una reazione spontanea.
- 31) Nell'organismo umano, l'idrolisi della cellulosa produce:
- A. Galattosio
 - B. Glucosio
 - C. Fruttosio
 - D. Tutte le affermazioni precedenti sono vere
 - E. Nessuna delle affermazioni precedenti è vera
- 32) Le transaminasi trasformano:
- A. Gli alfa-chetoacidi in corpi chetonici
 - B. Gli alfa-amminoacidi in alfa-chetoacidi
 - C. Gli alfa-amminoacidi in corpi chetonici
 - D. Tutte le affermazioni precedenti sono vere
 - E. Nessuna delle affermazioni precedenti è vera

- 33) L'ossalacetato:
- A. Si può formare per carbossilazione dal piruvato
 - B. Si può formare per transaminazione dall'aspartato
 - C. Si può formare per ossidazione del malato
 - D. Sono vere tutte le affermazioni precedenti
 - E. Nessuna delle affermazioni precedenti è vera
- 34) La glicemia è un parametro che esprime, nel sangue, la concentrazione di:
- A. glucosio
 - B. glicogeno
 - C. glucosio-6-fosfato
 - D. glucosio-1-fosfato
 - E. UDP-glucosio
- 35) Nella respirazione cellulare, l'ossigeno viene consumato nelle reazioni catalizzate dagli enzimi:
- A. Creatina chinasi
 - B. Citocromo C ossidasi
 - C. Gliceraldeide 3-fosfato deidrogenasi
 - D. Lattico deidrogenasi
 - E. Piruvato deidrogenasi
- 36) Quale dei seguenti composti è il gruppo prostetico delle transaminasi:
- A. tetraidrofolato
 - B. carbamil fosfato
 - C. eme
 - D. piridossalfosfato
 - E. Tiamina pirofosfato
- 37) Gli amminoacidi gluco-genici sono:
- A. Amminoacidi che possono essere precursori del glucosio
 - B. Amminoacidi che servono per la sintesi del glucagone
 - C. Amminoacidi che derivano dalla degradazione proteolitica del glucagone
 - D. Sono vere tutte le affermazioni precedenti
 - E. Nessuna delle affermazioni precedenti è vera
- 38) Nella beta-ossidazione:
- A. Le catene carboniose degli acidi grassi vengono progressivamente accorciate di due atomi di carbonio a partire da quello carbossilico
 - B. Le catene carboniose degli acidi grassi vengono progressivamente accorciate di due atomi di carbonio a partire da quello metilico
 - C. Le catene carboniose degli acidi grassi vengono progressivamente accorciate di tre atomi di carbonio a partire da quello carbossilico
 - D. Vengono ossidati solo gli acidi grassi con numero di atomi di carbonio pari
 - E. Vengono ossidati solo gli acidi grassi con numero di atomi di carbonio dispari
- 39) Nel tessuto adiposo, dall'idrolisi (completa) dei trigliceridi si formano i seguenti composti che vengono riversati nel sangue:
- A. Acidi grassi liberi e acido fosfatidico
 - B. Acidi grassi liberi e diacilglicerolo
 - C. Diacilglicerolo e acido fosfatidico
 - D. Glicerolo e acidi grassi liberi
 - E. Glucosio e acidi grassi liberi
- 40) l'AcetilCoA:
- A. È il prodotto finale della beta-ossidazione degli acidi grassi
 - B. È precursore degli acidi grassi
 - C. È precursore del colesterolo
 - D. Sono vere tutte le affermazioni precedenti
 - E. Nessuna delle affermazioni precedenti è vera

FISIOLOGIA

- 41) Nel ventricolo:
- A. il volume sistolico a riposo è pari all'incirca a 70 mL
 - B. il volume sistolico aumenta durante esercizio di circa 5 volte
 - C. il volume sistolico aumenta durante esercizio solamente nel ventricolo sinistro
 - D. il periodo di diastole è molto più breve del periodo di sistole
 - E. la forza di contrazione aumenta in seguito a stimolazione parasimpatica
- 42) La gettata cardiaca
- A. Durante esercizio può aumentare di 10 volte rispetto ai valori di riposo.
 - B. E' data dal prodotto tra frequenza cardiaca e pressione arteriosa media.
 - C. Aumenta in seguito a stimolazione parasimpatica.
 - D. In un soggetto a riposo è pari all'incirca a 5 litri al minuto.
 - E. In un soggetto a riposo è pari all'incirca a 10 litri al minuto.
- 43) Il sistema nervoso parasimpatico
- A. Non influisce sul controllo della gettata cardiaca.
 - B. Non influisce sul controllo della pressione arteriosa.
 - C. Non esercita alcun effetto a livello respiratorio.
 - D. Diminuisce la frequenza cardiaca.
 - E. Aumenta la frequenza cardiaca.
- 44) La curva di dissociazione dell'ossiemoglobina
- A. Si sposta a destra in condizioni di acidosi.
 - B. Si sposta a destra in condizioni di alcalosi.
 - C. Si sposta a sinistra in condizioni di aumento della temperatura.
 - D. E' identica nell'emoglobina dell'adulto e nell'emoglobina fetale.
 - E. Nell'uomo è caratterizzata da una P50 pari all'incirca a 10 mmHg.
- 45) Le fibre ossidative del muscolo scheletrico
- A. Vengono reclutate solo durante esercizi molto intensi.
 - B. Sono in grado di generare una notevole forza.
 - C. Sono caratterizzate da una scarsa resistenza alla fatica.
 - D. Presentano una bassa concentrazione di mioglobina.
 - E. Vengono anche definite fibre "rosse".
- 46) Nella relazione forza-lunghezza del muscolo scheletrico
- A. La forza isometrica è superiore alla forza esercitata durante contrazione con allungamento.
 - B. La forza isometrica è superiore alla forza esercitata durante contrazione con accorciamento.
 - C. Il prodotto tra forza e velocità di accorciamento equivale al lavoro prodotto dal muscolo.
 - D. Il prodotto tra forza e velocità di accorciamento è indipendente dal tipo di fibra.
 - E. Forza e velocità di accorciamento sono indipendenti tra loro.
- 47) Nel sarcomero
- A. I filamenti spessi sono sempre strettamente legati ai filamenti sottili.
 - B. I filamenti spessi sono principalmente costituiti da actina.
 - C. I filamenti spessi sono principalmente costituiti da troponina e tropomiosina.
 - D. I filamenti spessi sono principalmente costituiti da titina e nebulina.
 - E. I filamenti spessi sono principalmente costituiti da miosina.
- 48) Nelle fibre del muscolo scheletrico
- A. L'impulso nervoso ha origine da fibre pacemaker contenute all'interno del muscolo.
 - B. L'impulso nervoso ha origine dalla stimolazione ortosimpatica a livello del sarcolemma.
 - C. L'impulso nervoso ha origine a livello della placca motrice.
 - D. L'impulso nervoso ha origine dalla liberazione del calcio dal reticolo sarcoplasmatico.
 - E. L'impulso nervoso ha origine a livello dei fusi neuromuscolari.

- 49) Il metabolismo energetico anaerobico lattacido
- A. Determina alcalosi.
 - B. Determina acidosi.
 - C. E' in grado di sviluppare la sua massima potenza in una frazione di secondo.
 - D. Dipende dalla presenza di adeguate scorte di fosfocreatina nel muscolo.
 - E. Dipende da un adeguato apporto di O₂ ai muscoli impegnati nell'esercizio.
- 50) Un aumento della ventilazione polmonare a riposo
- A. Determina acidosi respiratoria.
 - B. Determina alcalosi respiratoria.
 - C. Può essere ottenuto mediante un aumento dello spazio morto.
 - D. Può essere ottenuto mediante un aumento del volume residuo.
 - E. E' associato ad una diminuzione dell'eliminazione polmonare di CO₂.
- 51) Il massimo consumo di O₂
- A. Aumenta in funzione dell'età del soggetto.
 - B. E' particolarmente elevato in atleti con molte fibre bianche.
 - C. Aumenta in funzione dell'altitudine alla quale il soggetto è esposto.
 - D. In un atleta di endurance può raggiungere valori superiori a 50 ml/kg/min.
 - E. In un atleta di endurance può raggiungere valori superiori a 50 l/min.
- 52) Il debito di O₂
- A. Viene contratto solamente all'inizio di esercizi di intensità elevata.
 - B. Comporta, nella fase iniziale dell'esercizio, un contributo dei meccanismi anaerobici alla risintesi dell'ATP.
 - C. Dipende dalla ventilazione dello spazio morto.
 - D. Non ha alcuna ripercussione sulla fase di recupero dall'esercizio.
 - E. Non influisce sui depositi di fosfocreatina del muscolo.
- 53) Durante esercizio fisico in ambiente caldo
- A. Conduzione e convezione rappresentano i principali meccanismi di termodispersione.
 - B. Si osserva una marcata vasocostrizione a livello cutaneo.
 - C. L'irraggiamento rappresenta il principale meccanismo di termodispersione.
 - D. L'evaporazione del sudore rappresenta il principale meccanismo di termodispersione.
 - E. L'evaporazione del sudore riesce a mantenere la temperatura dei muscoli costante rispetto al valore di riposo.
- 54) Un aumento della pressione arteriosa può essere ottenuta mediante
- A. Stimolazione parasimpatica del sistema cardiovascolare.
 - B. Diminuzione delle resistenze vascolari periferiche.
 - C. Stimolazione ortosimpatica del sistema cardiovascolare.
 - D. Vasodilatazione del circolo cutaneo.
 - E. Aumentata attività del sistema renina-angiotensina-aldosterone.
- 55) Nel polmone il rapporto ventilazione/perfusione
- A. E' omogeneamente distribuito.
 - B. Determina normalmente una lieve differenza tra pressione parziale di O₂ a livello alveolare ed a livello arterioso.
 - C. Determina normalmente una lieve differenza tra pressione parziale di O₂ a livello inspiratorio ed a livello alveolare.
 - D. Influisce sullo spazio morto del soggetto.
 - E. Influisce sul volume residuo del soggetto.
- 56) Quando un soggetto passa improvvisamente dalla posizione sdraiata alla stazione eretta
- A. Si verifica un transitorio aumento della gettata cardiaca.
 - B. Il flusso di sangue al cervello presenta in genere un brusco aumento.
 - C. Il flusso di sangue al cervello può presentare una diminuzione.
 - D. Si osserva un aumento del tono parasimpatico.
 - E. Si verifica accumulo di sangue a livello del circolo splanchnico.

- 57) Nell'elettrocardiogramma
- A. L'onda P segue immediatamente il complesso QRS.
 - B. L'onda T indica la ripolarizzazione dei ventricoli.
 - C. Il complesso QRS indica la ripolarizzazione dei ventricoli.
 - D. Vengono solitamente utilizzate 18 derivazioni.
 - E. Le derivazioni precordiali vengono posizionate sul dorso del soggetto.
- 58) Il metabolismo energetico anaerobico lattacido
- A. Consente di sostenere esercizi prolungati.
 - B. Si basa, per l'apporto di substrati, sui depositi di glicogeno muscolare.
 - C. Presuppone un adeguato apporto di O₂ ai muscoli che lavorano.
 - D. Interviene con una certa latenza all'inizio dell'esercizio.
 - E. Interviene nella fase di contrazione del debito di O₂.
- 59) Il quoziente respiratorio
- A. E' indipendente dall'utilizzazione dei substrati.
 - B. E' indipendente dalla situazione acido-base del soggetto.
 - C. Durante esercizio intenso può superare il valore di 1,0.
 - D. E' indipendente dall'intensità dell'esercizio.
 - E. E' indipendente dalla durata dell'esercizio.
- 60) La pressione media di un individuo normale è dell'ordine di 100. In quale unità?
- A. atm
 - B. N/m²
 - C. mbar
 - D. pascal
 - E. mmHg

METODI E DIDATTICHE DELLE ATTIVITA' SPORTIVE

- 61) L'ultima competizione in pista del leggendario velocista e recordman giamaicano Usain Bolt risale all'agosto 2017 ai Campionati mondiali di atletica leggera di:
- A. Londra
 - B. Roma
 - C. Rio de Janeiro
 - D. New York
 - E. Istanbul
- 62) Negli incontri internazionali di scherma, qual è la lingua ufficiale usata?
- A. Italiano
 - B. Tedesco
 - C. Francese
 - D. Inglese
 - E. Cinese
- 63) In ambito sportivo, quale dei seguenti non è un grande attrezzo?
- A. trapezio
 - B. Panca
 - C. Appoggi Baumann
 - D. Cavallo
 - E. Palla
- 64) In quale sport la resistenza aerobica è la qualità fisica predominante?
- A. Nel tiro a segno
 - B. Nel ciclismo
 - C. Nella scherma
 - D. Nell'hockey
 - E. Nel getto del peso

- 65) Il salto verticale è un indicatore di:
- A. Mobilità
 - B. Capacità di muoversi velocemente
 - C. Resistenza
 - D. Potenza
 - E. Flessibilità
- 66) Di quale dei seguenti sport, il regolamento non prevede lo svolgimento di set?
- A. Tennis
 - B. Badminton
 - C. Pallavolo beach tennis
 - D. Calcio a 5
- 67) Le parallele sono attrezzi usati:
- A. Nel karate
 - B. Nella ginnastica aerobica
 - C. Nella ginnastica ritmica
 - D. Nella ginnastica artistica
 - E. Nell'atletica leggera
- 68) I test motori effettuati in palestra permettono di:
- A. Valutare le capacità motorie (condizionali e coordinative)
 - B. Controllare la pressione cardiaca
 - C. Verificare la corretta esecuzione dei movimenti
 - D. Valutare il "carico" interno (effetti sull'organismo) prodotto dagli esercizi
 - E. Adattare i metodi didattici
- 69) quanti sono i giocatori di una squadra di pallamano?
- A. 5
 - B. 6
 - C. 7
 - D. 9
 - E. 11
- 70) L'omnium è una specialità del ciclismo su pista introdotta ai giochi olimpici di Londra 2012. In quante prove si disputa?
- A. 2
 - B. 10
 - C. 9
 - D. 6
 - E. 5
- 71) Nel 1930 si disputò il primo campionato mondiale di calcio. Quante squadre vi parteciparono?
- A. 36
 - B. 13
 - C. 18
 - D. 11
 - E. 12
- 72) Quali sono le due prove del biathlon?
- A. Corsa e nuoto
 - B. Slittino e skeleton
 - C. Corsa e ciclismo
 - D. Sci di fondo e tiro a segno
 - E. Discesa libera e slalom speciale

- 73) Per aggiudicarsi un incontro di tennis tavolo occorre:
- A. Vincere 2 set
 - B. Vincere 3 set
 - C. Realizzare 50 punti
 - D. Ottenere un vantaggio di 20 punti
 - E. Vincere 2 set da 15 punti
- 74) In quale sport si esegue il tap-in?
- A. Pallanuoto
 - B. Pallamano
 - C. Pallacanestro
 - D. Pallavolo
 - E. Football americano
- 75) Nel calcio a 5, la regola del fuorigioco:
- A. Si applica solo in situazioni particolari
 - B. Si applica come nel calcio a 11
 - C. Si applica quando un giocatore della squadra in attacco supera la linea del centro campo prima che il pallone sia tirato nella zona di difesa della squadra avversaria
 - D. Si applica ogni qual volta un giocatore si trovi davanti al portatore di palla
 - E. Non esiste
- 76) che cosa è la zona di cambio?
- A. La zona in cui gli atleti possono lasciare i loro indumenti sportivi
 - B. La zona in cui si preparano i saltatori con l'asta prima della gara
 - C. La zona nella quale gli staffettisti effettuano il passaggio del testimone
 - D. La zona dove si cambia velocità
 - E. La zona nella quale i triatleti passano da una disciplina a un'altra
- 77) Nella pratica del body building, gli esercizi sono effettuati in modo lento per:
- A. Migliorare la velocità
 - B. Incrementare la forza veloce
 - C. Perfezionare l'esecuzione tecnica
 - D. Sviluppare la massa muscolare
 - E. Incrementare la resistenza muscolare
- 78) Cosa comporta, in atletica leggera, far cadere gli ostacoli?
- A. L'obbligo di fermarsi e rialzarli
 - B. Solo una perdita di tempo
 - C. Una penalità
 - D. L'esclusione dalla gara
 - E. Il declassamento all'ultima posizione
- 79) Le caratteristiche di un lanciatore di peso:
- A. Forza resistente nelle gambe, forza esplosiva nelle braccia
 - B. Velocità, equilibrio, forza resistente nelle braccia
 - C. Forza massima nelle braccia, forza esplosiva nelle gambe
 - D. Forza esplosiva, equilibrio, coordinazione
 - E. Forza esplosiva elastica riflessa, forza resistente nelle gambe, coordinazione
- 80) Indicare, tra quelle sotto elencate, una tecnica relativa al salto in lungo.
- A. Hang
 - B. Fosbury
 - C. Ventrale
 - D. Horine
 - E. Straddle