

1. Gospodarzem igrzysk olimpijskich jest:

- ☐ A) państwo ☒ B) miasto

Najbliższe igrzyska olimpijskie odbędą się w:

- ☐ C)  ☒ D) 

2. Prawdą jest, że:

- ☒ A) zimowe igrzyska olimpijskie odbywają się co 4 lata
☒ B) igrzyska olimpijskie mają swoje motto, flagę i hymn
☒ C) flaga olimpijska to pięć złączonych kół na białym tle
☒ D) tekst hymnu olimpijskiego napisał grecki poeta

3. Przemarsz ekip olimpijskich na uroczystości otwarcia i zamknięcia igrzysk następuje w kolejności:

- ☐ A) alfabetycznej
☐ B) przyścia ekip na stadion
☐ C) od najliczniejszej ekipy do najmniej licznej
☒ D) alfabetycznej, jednak przemarsz rozpoczyna ekipa z Grecji, a kończy ekipa gospodarzy

4. Citius-Altius-Fortius to:

- ☒ A) motto igrzysk olimpijskich od 1894 r.
☐ B) słowa autorstwa barona Pierre de Coubertin

Złoty medal olimpijski wykonany jest ze:

- ☐ C) złota ☒ D) srebra

5. Uczciwa i zgodna z zasadami gra to inaczej:

- ☐ A) foul ☐ B) falstart
☒ C) fair play ☐ D) out

6. Prawidłowo dopasowano sportowców do liczby złotych medali olimpijskich, jaką zdobyli, w podpunkcie:

- | | | |
|--|--|------------------------|
| 1)  | 2)  | a) Leszek Blanik |
| 3)  | 4)  | b) Kamil Stoch |
| | | c) Justyna Kowalczyk |
| | | d) Robert Korzeniowski |

- ☐ A) 1-a; 2-b; 3-c; 4-d ☐ B) 1-d; 2-c; 3-b; 4-a
☒ C) 1-d; 2-b; 3-c; 4-a ☐ D) 1-c; 2-b; 3-a; 4-d

7. Najbardziej utytułowaną polską pływaczką jest:

- ☐ A)  Justyna Kowalczyk ☐ B)  Kamila Skolimowska
☒ C)  Otylia Jędrzejczyk ☐ D)  Irena Szewińska

8. Poniższy opis przedstawia osiągnięcia:

Polski lekkoatleta (ur. 30.08.1981) specjalizujący się w pchnięciu kulą, działacz sportowy. Czterokrotny uczestnik igrzysk olimpijskich. W 2008 i 2012 zdobył złoty medal. Stawał na podium mistrzostw świata, mistrzostw Europy oraz halowych mistrzostw świata i halowych mistrzostw Europy.

- ☐ A) Piotra Małachowskiego
☐ B) Pawła Fajdka
☒ C) Tomasza Majewskiego
☐ D) Szymona Ziółkowskiego



9. Przedmioty



są używane w:

- ☒ A) hokeju ☐ B) short tracku

Przedmioty



są używane w:

- ☐ C) tenisie ☒ D) badmintonie

10. Prawidłowo połączono przedmioty z dyscyplinami sportowymi w podpunkcie:

- | | | |
|----------------|--|--|
| 1) windsurfing | a)  | b)  |
| 2) pływanie | c)  | d)  |
| 3) łyżwiarstwo | | |
| 4) gimnastyka | | |

- ☐ A) 1-c; 2-b; 3-a; 4-d ☐ B) 1-b; 2-c; 3-a; 4-d
☒ C) 1-d; 2-c; 3-b; 4-a ☐ D) 1-c; 2-b; 3-d; 4-a

11. Prawidłowo dopasowano sportowców do dyscyplin w podpunkcie:

- | | | | |
|----------------------|--|--|--|
| 1) lekkoatletyka | a)  | b)  | c)  |
| 2) piłka siatkowa | | | |
| 3) skoki narciarskie | | | |

- ☒ A) 1-a; 2-c; 3-b ☐ B) 1-b; 2-c; 3-a
☐ C) 1-b; 2-a; 3-c ☐ D) 1-c; 2-b; 3-a

12. Sport walki, w którym używa się tylko rąk to:

- ☐ A) zapasy ☒ B) boks

Sport, w którym używa się kijów, to:

- ☒ C) narciarstwo ☐ D) snowboard

13. Prawda czy fałsz?

	PRAWDA	FALSZ
Basen olimpijski ma 50 m długości.		
Telemark to sposób lądowania w skokach narciarskich.		
Szczypiornista to koszykarz.		
Libero to zawodnik atakujący w siatkówce.		

Odpowiedzi Prawda użyłeś:

- ☐ A) 1 raz ☒ B) 2 razy
☐ C) 3 razy ☐ D) 4 razy

14. Konkurencja lekkoatletyczna składająca się z 4 zawodników, w której każdy z nich pokonuje $\frac{1}{4}$ dystansu to:

- ☐ A) czwórbój ☒ B) sztafeta
☐ C) formacja ☐ D) bieg z przeszkodami

15. Wśród rzutów lekkoatletycznych wyróżniamy rzut:

- ☒ A)  ☐ B) 
☒ C)  ☒ D) 

16. Wśród skoków lekkoatletycznych wyróżniamy:

- ☒ A) skok o tyczce ☒ B) skok w dal
☒ C) trójskok ☒ D) skok wzwyż

17. Mianem „najszybszego mężczyzny/najszybszej kobiety świata” określa się rekordzistów świata na dystansie:

- ☐ A) 60 m ☒ B) 100 m
☐ C) 200 m ☐ D) 400 m

18. Prawidłowo dopasowano piłki do dyscyplin w podpunkcie:

1) piłka ręczna	a) 	b) 
2) tenis		
3) piłka nożna	c) 	d) 
4) piłka siatkowa		

- ☐ A) 1-b; 2-a; 3-c; 4-d ☐ B) 1-d; 2-c; 3-d; 4-a
☐ C) 1-b; 2-a; 3-d; 4-c ☒ D) 1-d; 2-a; 3-c; 4-b

19. Rzutu karnego nie wykonuje się w:

- ☐ A) piłce nożnej ☐ B) piłce ręcznej
☒ C) pływaniu ☒ D) siatkówce

20. Dokładnie 60 minut efektywnej gry trwa mecz:

- ☐ A) siatkówki ☐ B) koszykówki
☒ C) piłki ręcznej ☐ D) piłki nożnej

21. Najmniej zawodników na boisku jest w:

- ☐ A) siatkówce ☐ B) piłce nożnej
☐ C) piłce ręcznej ☒ D) koszykówce

22. Tylko bramkarz może przebywać w polu bramkowym podczas meczu:

- ☐ A) piłki nożnej ☒ B) piłki ręcznej

Żółta kartka w piłce ręcznej oznacza:

- ☒ C) niesportowe zachowanie zawodnika
☐ D) dyskwalifikację drużyny

23. Maksymalna liczba przerw w secie meczu siatkówki to:

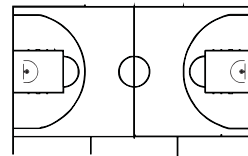
- ☒ A) dwie ☐ B) trzy

Maksymalna liczba zmian w secie meczu piłki siatkowej to:

- ☐ C) cztery ☒ D) sześć

24. Przedstawione na rysunku boisko to boisko do:

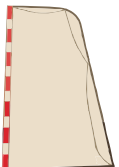
- ☐ A) siatkówki
☒ B) koszykówki
☐ C) piłki ręcznej
☐ D) piłki nożnej



25. Zawodnik blokujący w siatkówce przedstawiony jest na rysunku:

- ☐ A)  ☐ B) 
☐ C)  ☒ D) 

26. W piłce nożnej gol zostanie uznany w punkcie:

- ☒ A)  ☐ B) 
☐ C)  ☐ D) 

27. Aktywność fizyczna:

- ☒ A) obniża poziom cukru we krwi
☐ B) podwyższa ciśnienie krwi
☒ C) reguluje przemianę materii
☐ D) obniża odporność organizmu

28. Przed rozpoczęciem treningu należy:

- ☐ A) pić wodę
☒ B) przeprowadzić rozgrzewkę
☐ C) mieć pozytywny nastrój
☐ D) przeprowadzić rozciąganie

29. Wysiłek interwałowy to:

- ☐ A) zdolność do wykonywania ruchów w najmniejszych dla danych warunków przedziałach czasu
☒ B) krótkotrwały, wielokrotnie powtarzany wysiłek, z odpowiednio dobranymi przerwami wypoczynkowymi
☐ C) stopniowe i ostrożne rozciąganie mięśni
☐ D) trening, w którym ruchy powtarzają się systematycznie i wielokrotnie, zachowując tę samą kolejność powtórzeń

30. Skrót SKS oznacza:

- ☐ A) Szkolną Kasę Samorządową
☐ B) Sportowy Klub Samorządowy
☒ C) Szkolny Klub Sportowy
☐ D) Sportowy Klub Szkolny