

Imię i nazwisko

Pytanie 1/122

Wskaż organizację zajmującą się sportem osób z niepełnosprawnością fizyczną:

- A. Deaflympics
- B. Paralympics
- C. Olympics
- D. Special Olympics

Pytanie 2/122

Określenie "Paralimpijski" pasuje do sportu osób z:

- A. niepełnosprawnością fizyczną
- B. niepełnosprawnością słuchu
- C. transplantacjami
- D. autyzmem

Pytanie 3/122

Określenie Deaflympics pasuje do sportu osób z niepełnosprawnością:

- A. wzroku
- B. słuchu
- C. intelektualną
- D. fizyczną

Pytanie 4/122

Wybierz zestaw przykładowych sportów rozgrywanych na zawodach sportowych przez osoby z niepełnosprawnością fizyczną:

- A. koszykówka na wózkach, pływanie, biegi na rakietach śnieżnych
- B. rugby na wózkach, szermierka na wózkach, wyścigi na wózkach
- C. skoki narciarskie, strzelectwo, kajakarstwo
- D. skok o tyczce, tenis ziemny, siatkówka na siedząco

Pytanie 5/122

Wybierz zestaw przykładowych sportów rozgrywanych na zawodach sportowych przez osoby z niepełnosprawnością fizyczną:

- A. bieg przez płotki, koszykówka na wózkach, pływanie
- B. skok o tyczce, rugby na wózkach, pływanie
- C. łucznictwo, strzelectwo, koszykówka na wózkach
- D. skoki na trampolinie, tenis ziemny, siatkówka na siedząco

Pytanie 6/122

Blaidismo to reakcja ruchowa występująca u osób z niepełnosprawnością:

- A. fizyczną
- B. wzroku
- C. słuchu
- D. intelektualną

Pytanie 7/122

Choroba Perthesa wywołuje:

- A. odklejenie siatkówki
- B. zmiany onkologiczne w kości udowej
- C. zmniejszenie zakresu ruchomości w stawach
- D. zmiany hormonalne

Pytanie 8/122

Osoba z protezą kończyny dolnej, najprawdopodobniej będzie charakteryzowała się niepełnosprawnością:

- A. intelektualną
- B. fizyczną
- C. wzroku
- D. słuchu

Pytanie 9/122

W grach sportowych osób z niepełnosprawnością wzroku użyjesz piłek:

- A. sensorycznych
- B. dźwiękowych
- C. o większych niż standardowe rozmiarach
- D. z miękką puszystą fakturą

Pytanie 10/122

Prowadząc zajęcia z osobami po urazie rdzenia kręgowego uczestnicy korzystają z:

- A. kul łokciowych
- B. protez podudzi
- C. wózków aktywnych
- D. krzesła symulującego

Pytanie 11/122

W treningu rzutów lekkoatletycznych, zawodnicy będący w pozycji siedzącej, rzucają z:

- A. kozy
- B. fotela
- C. skrzyni
- D. wyrzutni do sprzętu

Pytanie 12/122

W treningu ampfutbolu zawodnicy będą używać:

- A. kul łokciowych
- B. protez podudzi
- C. wózków aktywnych
- D. protez robotycznych

Pytanie 13/122

W narciarstwie alpejskim osób z niepełnosprawnościami używanym sprzętem będzie:

- A. monoski
- B. kule rehabilitacyjne
- C. nartorolki
- D. sanki

Pytanie 14/122

Kulonarty to:

- A. sprzęt używany w narciarstwie alpejskim przez osoby z niepełnosprawnościami
- B. specjalne kule rehabilitacyjne
- C. inaczej nartorolki
- D. specjalne sanki

Pytanie 15/122

W sporcie osób z niepełnosprawnościami najstarszy jest ruch:

- A. Olimpijski
- B. Deaflympics
- C. Paralimpijski
- D. Olimpiad Specjalnych

Pytanie 16/122

Osoby startujące zarówno w sportach Paralimpijskich, Olimpiadach Specjalnych jak i Deaflympics różnicuje:

- A. rodzaj niepełnosprawności
- B. klasa sportowa
- C. ograniczenie wiekowe
- D. brak cech zróżnicowania

Pytanie 17/122

W Igrzyskach Deaflympics mogą brać udział wyłącznie osoby:

- A. po transplantacji narządów wewnętrznych
- B. po wszczepieniu implantów słuchowych
- C. z niepełnosprawnością słuchu przekraczającą poziom ubytku 55 dB
- D. z Zespołem Downa

Pytanie 18/122

W zawodach Olimpiad Specjalnych startują sportowcy z:

- A. niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym i znacznym
- B. niepełnosprawnością wzroku
- C. zaburzeniami psychicznymi
- D. atetozą i ataksją

Pytanie 19/122

O kwalifikacje do Igrzysk Paralitypijskich mogą walczyć sportowcy, którzy charakteryzują się niepełnosprawnością:

- A. fizyczną
- B. wzroku
- C. intelektualną w stopniu lekkim
- D. wszystkie odpowiedzi są prawidłowe

Pytanie 20/122

Aktualnie w sporcie Paralitypijskim, Olimpiad Specjalnych jak i Deaflympics, na poziomie światowym odbywają się letnie igrzyska, co:

- A. 3 lata
- B. 4 lata
- C. 2 lata
- D. 5 lat

Pytanie 21/122

Które z poniższych stwierdzeń jest wspólną cechą dla światowego sportu Paralitypijskiego i Olimpiad Specjalnych:

- A. mogą startować wyłącznie kobiety
- B. sportowcy mogą uczestniczyć, zarówno w letnich jak i zimowych igrzyskach
- C. mogą startować wyłącznie mężczyźni
- D. każdy zawodnik musi posiadać psa przewodnika

Pytanie 22/122

Słowa przysięgi „Pragnę zwyciężyć, lecz jeśli nie będę mógł zwyciężyć, niech będę dzielny w swoim wysiłku” wypowiadają sportowcy przed zawodami w sportach:

- A. Olimpiad Specjalnych
- B. Deaflympics
- C. Paralitypijskich
- D. Olimpijskich

Pytanie 23/122

Ludwig Guttmann, uważany za prekursora ruchu paralimpijskiego:

- A. wdrożył dla pacjentów szpitala w Stoke Mandeville nowatorskie programy leczenia i rehabilitacji osób z paraplegią
- B. przyczynił się do rozwoju różnych sportów dostosowanych do potrzeb i możliwości funkcjonalnych osób z niepełnosprawnościami
- C. zorganizował pierwsze zawody Stoke Mandeville Game
- D. wszystkie odpowiedzi są prawidłowe

Pytanie 24/122

W ruchu Olimpiad Specjalnych uczestnictwo w różnych sportach jest drogą do:

- A. rozwijania i osiągnięcia maksymalnego potencjału danej osoby
- B. kwalifikacji na Igrzyska Paralimpijskie
- C. kwalifikacji na Deaflympics
- D. ubiegania się o ministerialne stypendium sportowe

Pytanie 25/122

Stworzenie Deaflympics dla osób z niepełnosprawnością słuchu wynikało z:

- A. specyficznych potrzeb psychicznych
- B. innego sposobu komunikowania się
- C. uwarunkowań finansowych
- D. decyzji ONZ

Pytanie 26/122

Zawodnicy z niepełnosprawnością intelektualną są zrzeszeni w narodowych organizacjach sportowych, które pozostają członkami:

- A. Międzynarodowej Organizacji Zawodników z Niepełnosprawnością Intelektualną (VIRTUS)
- B. Międzynarodowej Federacji Sportu Niewidomych (IBSA)
- C. Międzynarodowego Komitetu Olimpijskiego (IOC)
- D. Międzynarodowego Komitetu Paralimpijskiego (IPC)

Pytanie 27/122

Sporty zunifikowane (zespoły składają się z zawodników z niepełnosprawnością intelektualną i pełnosprawnych, tzw. partnerów), znajdują się w regulaminach zawodów sportowych organizowanych przez:

- A. Międzynarodowy Komitet Paralimpijski (IPC)
- B. Międzynarodową Federację Sportu Niewidomych (IBSA)
- C. Międzynarodowy Komitet Olimpijski (IOC)
- D. Światową Organizację Olimpiad Specjalnych (SOInc.)

Pytanie 28/122

Ideą ruchu paralimpijskiego jest stworzenie wyrównanych szans zawodnikom w rywalizacji sportowej tak, aby osiągnięte wyniki były rezultatem ich:

- A. przygotowania
- B. wytrenowania
- C. koncentracji
- D. wszystkie odpowiedzi są prawidłowe

Pytanie 29/122

Podział na trzy grupy dyscyplin, w których zawodnicy mogą trenować i startować, przyjęto w ruchu sportowym:

- A. niesłyszących
- B. niewidomych
- C. paralimpijskim
- D. olimpiad specjalnych

Pytanie 30/122

Ludwig Guttman, uważany za prekursora ruchu paralimpijskiego urodził się:

- A. w USA
- B. w Izraelu
- C. na terenach, które teraz należą do Polski
- D. w Rosji

Pytanie 31/122

Struktura Polskiego Komitetu Paralimpijskiego obejmuje m.in.:

- A. lekarza, tłumacza języka migowego, sekretariat
- B. Prezesa, sekretarza generalnego, dyrektora biura
- C. psychiatrę, komisję rewizyjną, trenerów
- D. producentów sprzętu sportowego, trenerów, sekretariat

Pytanie 32/122

Związki sportu niepełnosprawnych oferują sporty (dyscypliny), które:

- A. nie wymagają treningu sportowego
- B. mają różne zasady, przepisy i specyficzne adaptacje do potrzeb osób z niepełnosprawnościami
- C. są mniej intensywne niż w sporcie pełnosprawnych
- D. nie są dostosowane do niepełnosprawności

Pytanie 33/122

Polski Związek Sportu Niesłyszących zajmuje się:

- A. organizacją rehabilitacji dla osób po implantacji
- B. organizacją imprez sportowych dla osób z niepełnosprawnością słuchu
- C. koordynacją działań na rzecz integracji osób z różnymi niepełnosprawnościami w sporcie
- D. promocją sportu wśród osób z niepełnosprawnością wzroku

Pytanie 34/122

Struktura organizacyjna polskiego sportu niepełnosprawnych obejmuje:

- A. dział marketingu, federacje sportowe, komisje ds. rehabilitacji
- B. zarząd centralny, delegatury wojewódzkie/regionalne, sekcje/kluby sportowe
- C. komisje medyczne, szkoleniowe, aktywizacji zawodowej
- D. trenerów, psychologów, dietetyków

Pytanie 35/122

Związki sportowe dla osób z niepełnosprawnościami często angażują się w rozwój dyscyplin, które:

- A. są promowane przez REDBULL
- B. są transmitowane w EUROSPORT
- C. wymagają specjalistycznego sprzętu lub dostosowanych obiektów
- D. nie różnią się istotnie od dyscyplin w sporcie pełnosprawnych

Pytanie 36/122

Organizacje sportowe prowadzące działalność dla osób z niepełnosprawnościami są zaangażowane w:

- A. rozwój sportu adaptowanego dla osób starszych
- B. popularyzację sportu wśród dzieci
- C. tworzenie możliwości aktywności sportowej dla osób z różnymi rodzajami niepełnosprawności
- D. wszystkie odpowiedzi prawidłowe

Pytanie 37/122

Organizacja, która prowadzi działalność na rzecz rozwoju polskiego sportu osób z niepełnosprawnościami to:

- A. Polski Związek Hokeja na Trawie
- B. Polski Związek Narciarski
- C. Polski Związek Pływacki
- D. Polski Związek Sportu Niepełnosprawnych "Start"

Pytanie 38/122

Rodzaje wsparcia instytucjonalnego dla sportu osób z niepełnosprawnościami głównie obejmują:

- A. wsparcie emocjonalne
- B. dopłaty do mieszkania
- C. promocję w mediach społecznościowych
- D. zabezpieczenie działalności od strony finansowej, infrastrukturalnej, szkoleniowej i organizacyjnej

Pytanie 39/122

Kluby sportowe wspierające sportowców z niepełnosprawnościami oferują:

- A. wyłącznie możliwość spotkania się z lekarzem specjalistą
- B. organizowanie imprez sportowych dla osób pełnosprawnych
- C. możliwość trenowania pod okiem kadry specjalizującej się w sporcie osób z niepełnosprawnościami
- D. wyłącznie pomoc psychologiczną

Pytanie 40/122

Polski Komitet Paralimpijski to organizacja, która jest odpowiedzialna za:

- A. propagowanie idei parolimpizmu
- B. organizowanie szkolenia w klubach sportowych
- C. wynajem obiektów sportowych do treningu
- D. zapewnienie odżywek dla trenujących zawodników na okres szkolenia sportowego

Pytanie 41/122

Szczegółowe reguły klasyfikacji w koszykówce na wózkach określają przepisy zawarte na stronie internetowej:

- A. Polskiego Komitetu Paralimpijskiego
- B. Polskiego Związku Koszykówki na Wózkach
- C. International Wheelchair Basketball Federation
- D. Polskiego Związku Sportu Niepełnosprawnych "Start"

Pytanie 42/122

Informacje na temat Deaflympics można znaleźć na stronie internetowej:

- A. Stowarzyszenia CROSS
- B. Polskiego Komitetu Paralimpijskiego
- C. Polskiego Związku Sportu Niesłyszących
- D. Ministerstwa Sportu i Turystyki

Pytanie 43/122

Informacje na temat sportu osób z niepełnosprawnością wzroku można znaleźć na stronie internetowej:

- A. Stowarzyszenia "Sprawni Razem"
- B. Polskiego Związku Sportu Niepełnosprawnych "Start"
- C. Polskiego Związku Sportu Niesłyszących
- D. Ministerstwa Zdrowia

Pytanie 44/122

Informacje na temat gry zespołowej goalballa, uprawianej przez osoby z niepełnosprawnością wzroku, można znaleźć na stronie internetowej:

- A. Polskiego Związku Sportu Niesłyszących
- B. Polskiego Związku Sportu Niepełnosprawnych "Start"
- C. Polskiego Związku Bocci
- D. Stowarzyszenia "Sprawni Razem"

Pytanie 45/122

Najwięcej informacji na temat sportu osób z niepełnosprawnościami znajdziesz:

- A. na stronie internetowej Ministerstwa Zdrowia
- B. na stronie internetowej Polskiego Związku Sportu Niepełnosprawnych "Start"
- C. w gazetach lokalnych
- D. w szpitalach specjalistycznych

Pytanie 46/122

W zawodach lekkoatletycznych, organizowanych dla osób z niepełnosprawnościami, może startować każda osoba, która:

- A. legitymuje się orzeczeniem o niepełnosprawności
- B. posiada klasyfikację Word Para Athletics Classification
- C. porusza się na wózku
- D. ma indywidualnego opiekuna

Pytanie 47/122

Zawodnicy z niepełnosprawnościami mogą przyjmować środki wpisane na listę substancji dopingujących pod warunkiem, że:

- A. zakupią z własnych środków
- B. lekarz przepisze na receptę
- C. wcześniej zgłoszą do odpowiedniej komórki organizacyjnej jako „wyłączone w celach terapeutycznych”
- D. podczas treningu nagle źle się poczują

Pytanie 48/122

W sporcie osób z niepełnosprawnościami ochrona zdrowia realizowana jest poprzez:

- A. zwolnienia lekarskie
- B. zabiegi kosmetyczne
- C. niestosowanie zasad bezpieczeństwa
- D. odpowiednie systemy monitorowania zdrowia zawodników podczas treningów

Pytanie 49/122

Adaptacje sprzętu w kolarstwie dla osób z niepełnosprawnościami stosuje się w celu:

- A. ułatwienia transportu do różnych miejsc zawodów
- B. zwiększenia trwałości sprzętu
- C. zapewnienia bezpieczeństwa i dostosowania do specyficznych potrzeb sportowca
- D. zwiększenia atrakcyjności zawodów sportowych dla kibiców

Pytanie 50/122

W zawodach organizowanych dla osób z niepełnosprawnościami może brać udział osoba, która zażywa leki wpisane na listę zabronionych przez komisję antydopingową jeśli:

- A. stanowią wyłączenia dla celów terapeutycznych udzielone przez Komitet Wyłączeń dla Celów Terapeutycznych przy POLADA
- B. pomogą osiągnąć sukces sportowy
- C. poinformuje o nich organizatora zawodów
- D. taka osoba nie może startować w zawodach pod żadnym pozorem

Pytanie 51/122

Asekuracja osób z niepełnosprawnościami w trakcie zawodów jest niezbędna ze względu na:

- A. możliwość powstania urazów związanych z lokomocją
- B. konieczność dotarcia przez osobę niewidomą do miejsca zawodów
- C. występowanie barier architektonicznych w ciągach komunikacyjnych
- D. wszystkie odpowiedzi są prawidłowe

Pytanie 52/122

Będzie udzielana pomoc w transferze osobom na wózkach:

- A. aktywnych
- B. do tenisa ziemnego
- C. do koszykówki
- D. wszystkie odpowiedzi są prawidłowe

Pytanie 53/122

Transfer zawodnika z wózka na „kozę” będzie realizowany na prośbę:

- A. rodzica
- B. lekarza
- C. trenera
- D. zawodnika

Pytanie 54/122

W parakajakarskiej klasie KL1 - brak funkcji stabilizacji tułowia - przy przesiadaniu się z wózka na kajak zawodnik będzie potrzebował:

- A. poduszki, którą położy na pomoście
- B. koła ratunkowego
- C. wiosła
- D. wszystkie odpowiedzi poprawne

Pytanie 55/122

Asekuracja osób z niepełnosprawnościami w trakcie zawodów jest zbędna jeśli:

- A. sportowiec jest w dobrym nastroju
- B. trener opóścił obiekt
- C. organizator ogłosił przerwę w zawodach
- D. sportowiec ustawił się na starcie

Pytanie 56/122

W koszykówce na wózkach jednym z obowiązkowych parametrów określonym w przepisach jest:

- A. wysokość podnóżka
- B. masa ciała
- C. jakość poduszki
- D. zasięg rąk

Pytanie 57/122

Najczęstsze urazy u osób uprawiających dyscypliny na wózkach dotyczą:

- A. kolana
- B. stopy
- C. kończyn górnych
- D. biodra

Pytanie 58/122

W powerliftingu (podnoszeniu ciężarów) podczas rywalizacji przepisy dopuszczają stosowanie:

- A. asekuracji
- B. protez
- C. podparcia się stopą o podłoże
- D. podnoszenia ciężaru wspólnie z asystentem

Pytanie 59/122

Osoby po urazie rdzenia kręgowego powyżej Th6 w warunkach obniżonej temperatury na obiekcie sportowym mają problem z:

- A. koncentracją
- B. termoregulacją
- C. koordynacją
- D. apetytem

Pytanie 60/122

W treningu z udziałem osób niewidomych jednym z ważniejszych czynników środowiskowych, które należy uwzględnić w zajęciach jest:

- A. temperatura
- B. sprzęt sportowy
- C. dźwięk
- D. głośny doping

Pytanie 61/122

Wydolność beztlenową osoby poruszającej się na wózku kształtujemy:

- A. w zespołowych grach sportowych
- B. podczas siedzenia na kanapie
- C. odpowiednią dietą
- D. wszystkie odpowiedzi są poprawne

Pytanie 62/122

Aby rozluźnić mięśnie stawów ramiennych i obręczy barkowej po treningu sportowym osobie poruszającej się na wózku należy zalecić:

- A. szybką jazdę do przodu na wózku, z dynamiczną zmianą kierunku
- B. wypoczynek bez ruchu w pozycji siedzącej
- C. leżenie przodem na materacu
- D. swobodną jazdę na wózku do tyłu bez gwałtownych zmian kierunku

Pytanie 63/122

Osoby po urazie rdzenia kręgowego powyżej Th6 warto, aby podczas treningu sportowego posiadały:

- A. ciepły okład z ręcznika
- B. wodę, którą mogą spryskiwać ciało
- C. dodatkowy worek na mocz
- D. termos z gorącą herbatą

Pytanie 64/122

W treningu biegowym z udziałem osób z niepełnosprawnością wzroku jednym z ważniejszych elementów będą ćwiczenia kształtujące:

- A. wydolność
- B. szybkość reakcji na dźwięk
- C. równowagę statyczną i dynamiczną
- D. wszystkie odpowiedzi są prawidłowe

Pytanie 65/122

Rola sportu osób z niepełnosprawnościami sprowadza się do:

- A. zdobywania tylko medali mistrzostw świata
- B. integracji społecznej, usprawniania ciała i nabywania umiejętności sportowych
- C. uzyskiwania dodatkowego dochodu
- D. zbierania opłaty składek członkowskich

Pytanie 66/122

Kto spośród Polaków zdobył dwa złote medale Paraliimpijskie w Paryżu 2024 w tenisie stołowym:

- A. Justyna Kozdryk
- B. Michał Dąbrowski
- C. Patryk Chojnowski
- D. Adam Jurasz

Pytanie 67/122

Podczas Letnich Igrzysk Paraliimpijskich Paryż 2024 Polska reprezentacja zdobyła:

- A. żadnego medalu
- B. 20-30 medali
- C. powyżej 30 medali
- D. 2 medale

Pytanie 68/122

Zaznacz imię i nazwisko jednej z medalistek Letnich Igrzysk Paralitypijskich:

- A. Irena Szewińska
- B. Aleksandra Mirosław
- C. Anita Włodarczyk
- D. Natalia Partyka

Pytanie 69/122

Zaznacz imię i nazwisko jednego z medalistów Zimowych Igrzysk Paralitypijskich:

- A. Adam Małysz
- B. Igor Sikorski
- C. Kamil Stoch
- D. Zbigniew Bródka

Pytanie 70/122

Podczas pierwszego występu na Letnich Igrzyskach Paralitypijskich w Heidlebergu 1972 r. reprezentacja Polski zdobyła:

- A. 1 medal
- B. 2 medale
- C. 33 medale
- D. 107 medali

Pytanie 71/122

Ile medali łącznie zdobyli polscy sportowcy na Zimowych Igrzyskach Paralitypijskich:

- A. żadnego
- B. tylko 5
- C. od 5 do 10
- D. więcej niż 40

Pytanie 72/122

Który sportowiec zdobył najwięcej medali paralitypijskich?

- A. Trischa Zorn - niewidoma amerykańska pływaczka
- B. Ludwig Guttmann
- C. Jiří Ježek – niepełnosprawny czeski kolarz
- D. Dominika Mateuszczuk - niesłysząca polska judoczka

Pytanie 73/122

Podczas którego z wydarzeń Polskiego Komitetu Paralitypijskiego jest wręczana statuetka sportowca roku pod nazwą:

- A. "Guttmanny"
- B. "Bohaterowie"
- C. "Mistrzowie"
- D. "Olimpijczycy"

Pytanie 74/122

Jak nazywa się wydarzenie promujące ruch Paralimpijski?

- A. Lotos Cup
- B. Orlen Paralympic Run
- C. RedBull Paralympic Flight
- D. Maraton Warszawski

Pytanie 75/122

Które z międzynarodowych wydarzeń promuje sport osób z niepełnosprawnościami?

- A. European Para Championships
- B. World Exposotion
- C. World Parachute Event
- D. Światowe dni równości

Pytanie 76/122

Co promuje "Piknik Paralimpijski"?

- A. oferty turystyczne dla osób z niepełnosprawnościami
- B. sport dla osób z niepełnosprawnościami
- C. pożyczki dla osób z niepełnosprawnościami
- D. miejsca pracy dla osób z niepełnosprawnościami

Pytanie 77/122

Jaki jest cel organizowania "Pikniku Paralympijskiego"?

- A. budowanie świadomości społecznej na temat sportu osób z niepełnosprawnościami
- B. rozstrzygnięcie konkursu dla najlepszych sportowców
- C. spotkania z lekarzem i dietetykiem
- D. promocja tańców towarzyskich

Pytanie 78/122

Jak często odbywają się Zimowe Igrzyska Paralimpijskie?

- A. co trzy lata
- B. raz na dziesięć lat
- C. gdy zarządzi je prezes PKOl
- D. raz na cztery lata

Pytanie 79/122

Środkiem komunikacji do promocji wydarzeń sportowych dla osób z niepełnosprawnością słuchu będzie:

- A. przekaz radiowy
- B. przekaz telewizyjny bez napisów i tłumaczenia języka migowego
- C. przekaz pisemny
- D. piosenka promocyjna

Pytanie 80/122

Środkiem komunikacji do promocji wydarzeń sportowych dla osób z niepełnosprawnością wzroku będzie:

- A. przekaz video z audio deskrypcją
- B. prelekcja promująca wydarzenie
- C. plakat promujący wydarzenie z wykorzystaniem systemu Braille'a
- D. wszystkie wskazane środki

Pytanie 81/122

Środkiem komunikacji do promocji wydarzeń sportowych dla osób z niepełnosprawnością fizyczną będzie:

- A. komunikat w social-mediach
- B. przekaz ustny
- C. ulotki, broszury, plakat na obiekcie sportowym
- D. wszystkie wskazane środki

Pytanie 82/122

Środkiem komunikacji do promocji wydarzeń sportowych dla osób z niepełnosprawnością fizyczną będzie:

- A. komunikat w social-mediach
- B. przekaz telewizyjny
- C. reklama radiowa
- D. wszystkie wskazane środki

Pytanie 83/122

Czy rodzaj niepełnosprawności ma znaczenie dla wyboru środka komunikacji podczas promowania wydarzeń sportowych?

- A. tak
- B. nie
- C. decyduje lekarz zawodów sportowych
- D. tylko wówczas, gdy odbywają się Igrzyska Paralitypijskie

Pytanie 84/122

Kto zatwierdza materiały reklamowe do promowania dużych wydarzeń sportowych dla osób z niepełnosprawnościami?

- A. zawodnicy zgłoszeni na zawody
- B. każda osoba pracująca przy wydarzeniu
- C. organizator imprezy
- D. sędzia zawodów

Pytanie 85/122

Głównym celem aktywności fizycznej dla osób z niepełnosprawnościami jest:

- A. poprawa zdrowia
- B. spotkanie z innymi i miłe spędzenie czasu
- C. nabywanie umiejętności sportowych
- D. wszystkie odpowiedzi są prawidłowe

Pytanie 86/122

Na co zwrócisz uwagę, gdy będziesz proponował /-ła udział w zajęciach sportowych osobie z niepełnosprawnością?

- A. czy rodzaj niepełnosprawności jest dostosowany do określonych zajęć
- B. czy grupa, w której będzie ćwiczyć jest odpowiednia dla danej osoby
- C. czy możliwości funkcjonalne uczestnika są odpowiednie do zasobów lokalowych i kadrowych
- D. wszystkie odpowiedzi są prawidłowe

Pytanie 87/122

Jak powinna zachowywać się osoba promująca zajęcia sportowe?

- A. być proaktywna z pozytywnym nastawieniem i przekonaniem do efektów aktywności fizycznej
- B. przekazywać informację w sposób zachęcający do uczestnictwa w zajęciach
- C. używać różnych środków przekazu jak np. zdjęcia, opowiadania z przykładami
- D. wszystkie odpowiedzi są prawidłowe

Pytanie 88/122

Najlepszą formą nawiązania pierwszego kontaktu z osobą z niepełnosprawnością jest:

- A. przedstawienie się i zagajenie w postaci pytania
- B. opowiadanie o swoich sukcesach
- C. dopytywanie o przyczyny oraz rodzaj niepełnosprawności
- D. zapytanie o poziom edukacji

Pytanie 89/122

Gdy rozmawiasz z osobą siedzącą na wózku to:

- A. ustawiasz się za jej plecami
- B. zajmujesz taką pozycję, która pozwoli nawiązać kontakt wzrokowy
- C. dotykam wózek i ustawiam go na przeciwko siebie
- D. zaczynam rozmowę z asystentem osoby z niepełnosprawnością

Pytanie 90/122

Jak należy mówić o osobie z niepełnosprawnością uprawiającej sport?

- A. inwalida sportowy
- B. zawodnik specjalnej troski
- C. sportowiec
- D. sportowiec niesprawny fizycznie

Pytanie 91/122

Przy nawiązywaniu kontaktu z osobą z niepełnosprawnością wzroku, ważne jest aby ...

- A. pokazywać proste znaki migowe
- B. przedstawić się i być otwartym na kontakt dotykowy
- C. mocno ją chwycić i przesunąć w naszą stronę
- D. mówić o wiele głośniejszym głosem niż normalnie

Pytanie 92/122

Przy nawiązywaniu kontaktu z osobą poruszającą się na wózku, ważne jest aby ...

- A. zawsze przytrzymywać wózek, żeby nie odjechał
- B. poinformować wszystkich, że w pomieszczeniu jest inwalida i trzeba uważać
- C. komunikować się tak jak z każdą inną osobą, szanując prywatność rozmówcy poruszającego się na wózku i przestrzeń osobistą
- D. zawsze pytać się o wszystko najpierw opiekuna, a potem ewentualnie osoby poruszającej się na wózku

Pytanie 93/122

Przy nawiązywaniu kontaktu z osobą z niepełnosprawnością intelektualną, ważne jest aby ...

- A. używać prostego, zrozumiałego języka, mówić spokojnie i dozować informacje
- B. szybko podać wszystkie informacje razem, żeby uczestnik nie zapomniał
- C. dopytać się jaki stopień upośledzenia umysłowego posiada
- D. poinformować wszystkich, że w pomieszczeniu jest osoba niepoczytalna umysłowo i trzeba uważać

Pytanie 94/122

Przy nawiązywaniu kontaktu z osobą z niepełnosprawnością słuchu, ważne jest, aby ...

- A. nawiązać kontakt wzrokowy, ewentualnie zamachać ręką, aby zwrócić uwagę, następnie ustalić sposób komunikacji
- B. klepnąć solidnie w plecy, żeby rozmówca odwrócił się w naszą stronę
- C. nigdy nie rozpoczynać próby komunikacji bez tłumacza języka migowego
- D. mówić najgłośniej jak potrafisz

Pytanie 95/122

Przy nawiązywaniu kontaktu z osobą poruszającą się na wózku, ważne jest, aby ...

- A. ustawić się tak, żeby osobie na wózku łatwo było utrzymać kontakt wzrokowy bez zadzierania głowy
- B. natychmiast zahamować wózek rozmówcy, jeśli zauważymy, że nie jest zahamowany
- C. poinformować wszystkich, że w pomieszczeniu jest osoba „przykuta do wózka inwalidzkiego” i trzeba uważać
- D. wyrazić współczucie z powodu wypadku

Pytanie 96/122

Przy nawiązywaniu kontaktu z osobą z niepełnosprawnością wzroku, ważne jest, aby ...

- A. poklepać psa przewodnika
- B. podawać jej konkretne informacje niewymagające orientacji wzrokowej
- C. zawsze przytrzymać jej laskę
- D. stanąć w jej pobliżu i nie odzywać się dopóki nie rozpocznie konwersacji

Pytanie 97/122

Od ilu uczestników z niepełnosprawnością zgłaszamy imprezę jako masową?

- A. od 500 uczestników w hali i 1000 na otwartej przestrzeni
- B. od 300 uczestników w hali i 1500 na otwartej przestrzeni
- C. od 300 uczestników w hali i 1000 na otwartej przestrzeni
- D. imprezy dla osób z niepełnosprawnościami nie stanowią imprezy masowej w rozumieniu ustawy

Pytanie 98/122

Kto odpowiada za bezpieczeństwo podczas imprezy sportowej?

- A. Policja
- B. Organizator
- C. Straż pożarna
- D. Obsługa medyczna

Pytanie 99/122

Jaka jest nadrzędna instancja określająca sposób przygotowania obiektu do zawodów?

- A. wytyczne kierownika obiektu
- B. wytyczne dyrektora zawodów
- C. przepisy rozgrywania zawodów w danym sporcie
- D. brak takich wytycznych

Pytanie 100/122

Kto ma prawo przebywania w miejscu rozgrywania konkurencji?

- A. obsługa
- B. rodzina
- C. zawodnicy, sędziowie, osoby upoważnione przez organizatora wg. regulaminu zawodów
- D. zawodnicy i kibice

Pytanie 101/122

Co jest priorytetem w przygotowaniu obiektu do zawodów sportowych?

- A. bezpieczeństwo uczestników
- B. przygotowanie odpowiednich miejsc dla kibiców
- C. zadowolenie uczestników
- D. właściwe zamieszczenie nośników reklamowych

Pytanie 102/122

Jakie są ogólne zasady przygotowywania sprzętu sportowego zgodnie z instrukcjami organizatora sportów osób z niepełnosprawnościami?

- A. każdy sprzęt jest taki sam, niezależnie od rodzaju niepełnosprawności
- B. sprzęt powinien być dostosowany do indywidualnych potrzeb i umiejętności danej osoby z niepełnosprawnością
- C. wszystkie osoby z niepełnosprawnościami korzystają z jednego rodzaju sprzętu
- D. organizator zawodów przygotowuje sprzęt sportowy dla wszystkich zawodników niezależnie od ich niepełnosprawności

Pytanie 103/122

O wyborze właściwego adaptowanego sprzętu sportowego dla osób z niepełnosprawnością fizyczną decyduje:

- A. wyłącznie masa ciała osoby
- B. rodzaj niepełnosprawności i umiejętności sportowe
- C. wiek osoby
- D. płeć osoby

Pytanie 104/122

Wskaż zasadę bezpiecznego korzystania z adaptowanego sprzętu sportowego:

- A. ignorowanie zaleceń instruktora
- B. korzystanie z adaptowanego sprzętu bez wcześniejszego przeszkolenia
- C. konieczne przeszkolenie z obsługi sprzętu i ścisłe przestrzeganie zaleceń instruktora
- D. nie ma takiej zasady

Pytanie 105/122

Jakie są wytyczne Międzynarodowego Komitetu Paralimpijskiego (IPC) do przygotowywania sprzętu sportowego dla osób z niepełnosprawnościami?

- A. ignorowanie indywidualnych potrzeb sportowców
- B. dostosowanie sprzętu do jednego standardu bez uwzględniania rodzaju niepełnosprawności
- C. indywidualne dostosowanie sprzętu zgodne z potrzebami i umiejętnościami sportowca
- D. stosowanie sprzętu, który będzie wspomagał osiągnięcie najlepszych rezultatów

Pytanie 106/122

Który z adaptowanych sprzętów sportowych wykorzystasz w treningu lekkoatletycznym?

- A. kulonarty
- B. okulary pływackie
- C. maczuga
- D. kijki narciarskie

Pytanie 107/122

Wskaż co wyróżnia profesjonalny wizerunek prowadzącego zajęcia sportowe?

- A. tylko odpowiednie obuwie
- B. tylko odpowiednia fryzura
- C. umiejętności merytoryczne i odpowiedni strój sportowy
- D. nie ma on znaczenia

Pytanie 108/122

Dlaczego odpowiedni strój i obuwie są istotne podczas wydarzenia sportowego?

- A. wyłącznie ze względów estetycznych
- B. dla podkreślenia statusu społecznego
- C. dla zapewnienia bezpieczeństwa i wygody
- D. nie ma to znaczenia

Pytanie 109/122

Jakie są korzyści z przestrzegania zasad higieny osobistej przez uczestników zajęć sportowych?

- A. brak korzyści
- B. uzyskiwanie lepszych wyników sportowych
- C. zapobieganie chorobom i urazom
- D. tylko poprawa estetyki

Pytanie 110/122

Czy wizerunek prowadzącego zajęcia wpływa na motywację uczestników?

- A. nie, motywacja zależy tylko od ćwiczeń
- B. tak, wizerunek może wpływać na motywację
- C. wizerunek nie ma żadnego znaczenia
- D. tylko gdy prowadzący ma najnowszą kolekcję ubrań

Pytanie 111/122

Czy rodzaj obuwia ma znaczenie podczas aktywnego uczestnictwa w wydarzeniu sportowym?

- A. nie, chyba że ma podnieść atrakcyjność wyglądu
- B. tak, powinno być dostosowane do rodzaju sportu zapewniając odpowiednie wsparcie i stabilność
- C. brak znaczenia
- D. wszystkie odpowiedzi są poprawne

Pytanie 112/122

Regulamin zawodów sportowych opracowują:

- A. sędziowie
- B. organizatorzy
- C. trenerzy
- D. rodzice

Pytanie 113/122

Podczas rywalizacji sportowej z udziałem osób z niepełnosprawnością wzroku należy:

- A. zachować ciszę
- B. głośno kibicować
- C. używać rac świetlnych
- D. wszystkie odpowiedzi są poprawne

Pytanie 114/122

Które z zadań nie należy do komitetu organizacyjnego zawodów sportowych dla osób z niepełnosprawnościami?

- A. opracowanie regulaminu zawodów
- B. przygotowanie dyplomów
- C. zgłaszanie zawodników
- D. zapewnienie bezpieczeństwa kibiców

Pytanie 115/122

Przed rozpoczęciem rywalizacji sportowej sprawdzenie stanu obiektu należy do:

- A. członków opieki medycznej zawodów
- B. sędziów
- C. ekipy sprzątającej
- D. opiekuna zawodnika

Pytanie 116/122

Decyzja o tym kto i w jakiej formie może wnieść protest na zawodach sportowych:

- A. należy do sędziego
- B. zapisana jest w regulaminie zawodów
- C. należy do przewodniczącego komitetu organizacyjnego
- D. należy do kibiców

Pytanie 117/122

Jakie są główne zasady fair play w sporcie?

- A. walka nie zważając na innych
- B. przekraczanie granic fair play, aby osiągać zwycięstwo
- C. szanowanie przeciwników i granic zgodnie z zasadami etyki sportowej
- D. koncentracja jedynie na eliminacji rywali

Pytanie 118/122

Co oznacza zasada równości szans w sporcie?

- A. zgodnie z tą zasadą wszyscy powinni mieć takie same szanse na zwycięstwo
- B. słabszy zawodnik zawsze powinien dostosować się do umiejętności przeciwnika
- C. lepszy zawodnik zawsze powinien dostosować się do umiejętności przeciwnika
- D. równość szans nie jest istotna w sporcie

Pytanie 119/122

Poszanowanie decyzji sędziów jest istotne w fair play, ponieważ:

- A. popełniają błędy, więc nie muszą być szanowane
- B. utrzymują porządek i sprawiedliwość w sporcie
- C. mają mniejsze doświadczenie niż zawodnicy
- D. nie mają wpływu na przebieg zawodów

Pytanie 120/122

Co to jest doping moralny i czy jest sprzeczny z zasadami fair play?

- A. to etyczne zachowania, które są akceptowalne w sporcie
- B. polega na przekraczaniu granic fair play w celu uzyskania przewagi nad rywalami
- C. nie istnieje - to pojęcie niezwiązane z etyką sportową
- D. zwiększanie swoich szans na zwycięstwo sprzeczne z zasadami fair play

Pytanie 121/122

Jakie są konsekwencje łamania zasad fair play w sporcie?

- A. brak jakichkolwiek konsekwencji, ponieważ fair play to jedynie zasada, a nie wymóg
- B. karanie jedynie za rażące przypadki łamania zasad fair play
- C. dyskwalifikacja, kary finansowe lub inne sankcje za naruszenie zasad fair play
- D. zawodnikowi łamiącemu fair play zawsze należy się druga szansa

Pytanie 122/122

W jakim celu wprowadza się zasadę fair play w sporcie?

- A. by umożliwić stosowanie uzasadnionej agresji wobec przeciwników
- B. dla szacunku i zapewnienia uczciwej rywalizacji sportowej
- C. aby umożliwić oszustwa i manipulacje wynikami
- D. dla podkreślenia dominacji jednej drużyny nad drugą