

20 domande del n°16/2016 di S&C e 60 risposte (ma solo 20 corrette). Forza, cimentiamoci!

N.B. le domande n.4 e n.10 sono state invalidate a causa di errori di trascrizione. Il test verrà valutato sulle rimanenti 18 domande: per superare il questionario sarà necessario rispondere a 13 domande (escluse la n.4 e la n.10) con esito positivo.

	Quesiti proposti	Risposte (contrassegnare con x quella corretta)	X	Pag.	Riga
1	Una corretta comunicazione, in qualsiasi ambito conoscitivo, mondo dello sport e del benessere inclusi, è sinonimo di:	comunicazione eticamente impostata e definita	X		
		comunicazione estremamente mirata			
		comunicazione convincente e accattivante			
2	La GPS, Groin Pain Syndrome, è:	un insieme di sintomi interessanti l'articolazione della spalla			
		un insieme di sintomi riguardanti il piede in via di sviluppo			
		un insieme di sintomi riguardanti la zona dell'inguine	X		
3	Secondo Charniga, il fatto che la biomeccanica dell'organismo femminile e le caratteristiche della fisiologia legata al sesso siano da considerare carenze biologiche che predispongono le donne a tassi eccessivi di lesione del legamento crociato anteriore	rappresenta una verità indiscutibile: lo sono e vanno corrette il più possibile			
		è attuale argomento di ricerche accurate e degne di grande attenzione			
		è un pregiudizio che impedisce di comprendere realmente la natura della problematica	X		
4	Sempre secondo Charniga, la cosiddetta <i>reverse engineering</i> applicata alla pesistica può aiutare a capire perché, nella pesistica, dove gli stress sulla caviglia sono estremamente elevati ed il bendaggio e i tutori inesistenti	i tassi di lesione di quella articolazione siano estremamente elevati			
		i tassi di lesione di quella articolazione siano estremamente elevati bassi			
		i tassi di lesione di quella articolazione siano estremamente variabili, a secondo de livello dell'atleta			
5	Le modalità esecutive dello squat sono, influenzate, tra l'altro, dalle caratteristiche antropometriche dei soggetti, oltre che dalla dalla forza muscolare, dalla	questa affermazione è vera solo in parte			
		questa affermazione è totalmente falsa			
		questa affermazione è del tutto vera e condivisibile	X		

	mobilità articolare e dalla rappresentazione mentale che si ha del gesto.				
6	L'utilizzo del kettlebell attraverso l'esercizio dello swing è utile per migliorare la forza esplosiva in soggetti che praticano l'allenamento con i sovraccarichi.	questa affermazione è totalmente falsa			
		questa affermazione è vera solo in parte			
		questa affermazione è del tutto vera e condivisibile		X	
7	La componente genetica nella mobilità articolare	è determinante		X	
		è insignificante			
		non esiste			
8	La seguente affermazione: "lo scopo quindi della mobilità articolare è ristabilire, attraverso esercizi appropriati, un equilibrio muscolare che favorisca una corretta postura e un completo utilizzo dei range di movimento, che si possedevano certamente in giovane età"	è falsa e senza alcun senso. Quanto dichiarato è impossibile.			
		è solo parzialmente vera. L'espressione può illudere l'esperto di movimento e di sport			
		è proprio vera, per tutte le categorie di persone, sedentari inclusi.		X	
9	"L'ipotesi che seguo prevede che: 1) la Forma del Corpo sia quella di una struttura biotensile; 2) la Funzione del Corpo sia la vita di relazione; 3) le Forme del Movimento siano gli 8 movimenti fondamentali; e 4) le Funzioni del Movimento siano l'equilibrio, la relazione con persone e cose, la finalizzazione meccanica ed energetica del gesto e l'ampliamento della zona di confort."	questa ipotesi di Alberto Andorlini riflette pienamente il suo pensiero		X	
		in questa ipotesi di Alberto Andorlini sono stati inseriti alcuni palesi errori dal Redattore			
		è errata solo l'ipotesi che le forme del movimento siano gli 8 movimenti fondamentali, perché questi ultimi sono in tutto 17.			
10	Andorlini espone, in questo testo, la teoria funzionale in una serie di punti chiave	i punti chiave sono 11			
		i punti chiave sono 17			
		i punti chiave sono 12			
11	La battle rope è una fune, dalle misure variabili:	tra i 5 ed i 12 metri di lunghezza, con una sezione che può raggiungere i 15 millimetri			
		tra i 9 ed i 30 metri di lunghezza, con una sezione che può raggiungere i 65 millimetri		X	
		tra i 20 ed i 40 metri di lunghezza, con una sezione che può raggiungere i 60 millimetri			
12	Quegli atteggiamenti posturali scorretti definiti paramorfismi e dei quali si è parlato per decenni:	sono in rapido calo, per l'intervento che se ne sta facendo con regolarità nella scuola			
		sono oggi del tutto scomparsi			
		rappresentano sempre un problema attuale cui far		X	

		fronte con impegno				
13	La frase: “Nei giochi tradizionali di movimento, le caratteristiche delle procedure si sono tramandate nel corso dei tempi, grazie alla memoria orale delle genti di tutte le contrade e sono stati utilizzati dai nostri progenitori – in modo involontario – prima dell’avvento dello sport moderno, come uno degli essenziali strumenti di apprendimento motorio”	Non ha senso nella società moderna				
		riflette una profonda verità		X		
		è una frase di fantasia				
14	L’entrata in vigore, dal primo gennaio del 2016, dell’art. 2 del decreto legislativo 81/2015 ha fatto venir meno la possibilità di stipulare contratti a progetto o di associazione in partecipazione con apporto di solo lavoro ed ha ribadito che	il contratto di lavoro subordinato a tempo indeterminato costituisce la forma comune di rapporto di lavoro		X		
		il contratto di lavoro subordinato a tempo determinato costituisce la forma comune di rapporto di lavoro				
		il contratto di lavoro subordinato a tempo indeterminato costituisce una forma eccezionale di rapporto di lavoro				
15	In Italia la legge 91/81, preposta alla definizione del professionismo sportivo:	ha trovato applicazione solo in quattro discipline, ovvero calcio, pallacanestro, golf e motociclismo		X		
		Non ha trovato applicazione				
		Ha trovato applicazione solo nel calcio				
16	I Giochi Olimpici di Rio del 2016 interesseranno:	44 sport				
		28 sport		X		
		16 sport				
17	I Giochi Olimpici di Rio del 2016 assegneranno	456 medaglie d’oro				
		168 medaglie d’oro				
		298 medaglie d’oro		X		
18	Cosa indicano i 4 stadi in cui si suddivide la fase di sonno NREM ( <i>non-rapid eye movement</i> )?	La maggiore o minore alternanza del ritmo sonno/veglia				
		la progressiva profondità del sonno		X		
		Il numero di risvegli nel corso della notte				
19	L’affermazione che le caratteristiche psicofisiologiche degli atleti consentono il raggiungimento delle migliori performance in stretta relazione ai loro particolari ritmi circadiani	non ha alcun fondamento razionale				
		si basa su numerose evidenze scientifiche		X		
		è di natura aneddotica				

20	Centro di massa (COM) e centro di pressione (COP)	sono concetti e fenomeni equivalenti				
		sono sinonimi				
		sono fenomeni collegati ma diversi tra loro		X		