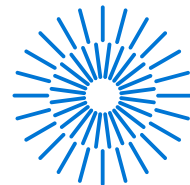


**Přijímací test pro NMgr. studium Učitelství tělesné výchovy pro SŠ a 2. stupeň ZŠ
červen 2024**

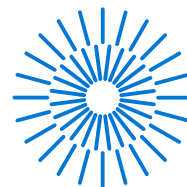
Varianta A

Zakroužkujte jednu správnou odpověď:

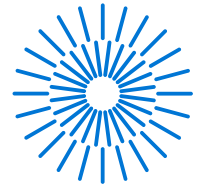
1. Z jakých chemických látek jsou sliny složeny:
 - a) Voda, mucin, pepsin, glykoproteiny.
 - b) Voda, mucin, pepsinogen, glykoproteiny.
 - c) Voda, mucin, amylasa, glykoproteiny.
 - d) Voda, mucin, trypsin, glykoproteiny.
2. K diagnostice rychlostních schopností se používá test:
 - a) Wingate test
 - b) Člunkový běh 10 x 5 m
 - c) Skok daleký z místa
 - d) Běh na 400 m
3. Jaká je délka oficiálního utkání v házené dospělých:
 - a) 2x30 minut
 - b) 2x25 minut
 - c) 2x20 minut
 - d) 3x20 minut
4. Do jakých dvou základních skupin se dělí rychlostní schopnosti:
 - a) Zdravotní a výkonnostní.
 - b) Akční a reakční.
 - c) Lokální a všeobecné.
 - d) Statické a dynamické.
5. Mezi hormony s převážně katabolickým účinkem patří:
 - a) Testosteron a inzulín.
 - b) Inzulín a glukagon.
 - c) Adrenalin, glukagon a kortizol.
 - d) Inzulín, testosteron a somatotropin (růstový hormon).
6. Ve kterém roce získala ČR zlatou medaili na olympijských hrách v ledním hokeji:
 - a) 2006
 - b) 1994
 - c) 2002
 - d) 1998
7. Jaké povely dává startér během startu závodu v plavání:
 - a) „Na místa“, výstřel.
 - b) Zvedne paži, „na místa“, výstřel.
 - c) Dlouhý hvizd, „na místa“, výstřel.
 - d) Krátké hvizdy, dlouhý hvizd, „na místa“, výstřel.



8. Aerobní práh je:
- Metabolický předěl mezi převážně anaerobním a smíšeným krytím energie.
 - Metabolický předěl, od kterého začíná převažovat smíšené aerobně-anaerobní krytí.
 - Taková intenzita cvičení, od které výše prudce roste koncentrace laktátu v krvi.
 - Intenzita cvičení přibližně na koncentraci laktátu 4 mmol/l.
9. Pásma intenzity zatížení při pohybové činnosti můžeme v terénu stanovit:
- Podle rychlosti pohybu.
 - Podle tělesné teploty.
 - Podle dechové frekvence.
 - Podle tepové frekvence.
10. Dýchání je u člověka řízeno z dýchacího centra v:
- Mezimozku
 - Hypotalamu
 - Prodloužené míše
 - Hypofýze
11. Může ve fotbale z rohového kopu padnout napřímo gól, aniž by jiný hráč míč tečoval:
- Ano
 - Ano, ale pouze v druhém poločase.
 - Ano, ale pouze v prvním poločase.
 - Ne
12. Jaká země je brána jako historická kolébka florbalu:
- Švýcarsko
 - Finsko
 - Česko
 - Švédsko
13. Nevyhraněná funkční dominance jednoho ze dvou párových orgánů se označuje jako:
- Sinistrie
 - Interference
 - Ambilateralita
 - Dextrie
14. Při aerobním zatížení:
- Je hladina laktátu přibližně 2 mmol/l krve.
 - Prudce stoupá hladina laktátu v jeho průběhu.
 - Je srdeční frekvence v intervalu 200–220 tepů za minutu.
 - Dochází k redukci hemoglobinu v červených krvinkách.

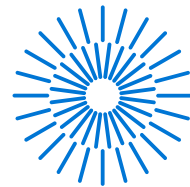


15. Přepětí je stav:
- Celkové akutní patologické únavy jako např. schvácení.
 - Chronické patologické únavy jako např. únavový syndrom.
 - Celkové akutní fyziologické únavy.
 - Lokální patologické únavy kosterního svalstva trupu.
16. Vhodným způsobem rozvoje silových schopností u dětí (přibližně 10–14 let) je:
- Kruhový trénink s využitím submaximálních zatížení.
 - Kruhový trénink s využitím kumulativního uspořádání cviků.
 - Kruhový trénink uspořádaný tak, aby se střídalo zatížení různých svalových skupin na po sobě jdoucích stanovištích.
 - Využití plyometrických cvičení ve velkém objemu.
17. Jaké jsou základní složky zdravotně orientované zdatnosti:
- Aerobní kapacita, svalová síla a vytrvalost, flexibilita a tělesné složení.
 - Aerobní kapacita, svalová síla a vytrvalost, flexibilita a rychlost.
 - Aerobní kapacita, svalová síla a vytrvalost, koordinace a tělesné složení.
 - Aerobní kapacita, svalová síla a vytrvalost, koordinace a rychlost.
18. Mezi olympijské gymnastické sporty nepatří:
- Moderní gymnastika
 - Sportovní aerobik
 - Skoky na trampolíně
 - Sportovní gymnastika
19. Kudy vede vzruch pro vykonání volního pohybu z CNS do periferie:
- Mozková kůra – bazální ganglia – mozeček – mícha – sval.
 - Mozková kůra – talamus – vestibulární mozeček – mícha – sval.
 - Bazální ganglia – spinální mozeček – mícha – sval.
 - Bazální ganglia – retikulární formace – mícha – sval.
20. Stěny žil, tepen a kapilár jsou tvořeny:
- Příčně pruhovanou svalovinou.
 - Hladkou svalovinou.
 - Příčně pruhovanou i hladkou svalovinou.
 - Kolagenem.
21. Sprinterskými disciplínami v atletice rozumíme:
- Disciplíny prováděné s maximálním úsilím.
 - Hladké běhy na vzdálenosti 60 m, 100 m a 200 m.
 - Hladké a překážkové běhy na vzdálenosti do 200 m včetně.
 - Hladké, překážkové a štafetové běhy do vzdálenosti 400 m včetně (u štafet s délkou úseku do 400 m včetně).



22. Jaká složka tělesné zdatnosti je pro člověka nejdůležitější ze zdravotního hlediska:
- Rychlost
 - Explozivní síla
 - Aerobní kapacita
 - Koordinace
23. Který tělovýchovný systém je spojený s vznikem patronátního sportu a sportovních klubů:
- Německý systém
 - Anglický systém
 - Švédský systém
 - Francouzský systém
24. V oblouku v pluhu se využívá k uvedení lyží do točení především těchto pohybových činností:
- Výraznější zatížení a zahranění vnitřní lyže oproti lyži vnější.
 - Výraznější zatížení a zahranění vnitřní lyže oproti lyži vnější a opory o hůl.
 - Výraznější zatížení a zahranění vnější lyže oproti lyži vnitřní a opory o hůl.
 - Výraznější zatížení a zahranění vnější lyže oproti lyži vnitřní.
25. Pojmenujte tělocvičnou pozici:
- Podpor ležmo
 - Leh – předpažit pokrčmo
 - Vzpor ležmo
 - Klik





Správné odpovědi **varianta A:**

1c, 2b, 3a, 4b, 5c, 6d, 7a, 8b, 9d, 10c, 11a, 12d, 13c, 14a, 15a, 16c, 17a, 18b, 19a, 20b, 21d, 22c, 23b, 24d, 25a.