

## Přijímací test pro Bc. studium Tělesná výchova se zaměřením na vzdělávání červen 2021

### Varianta A

*Zakroužkujte jednu správnou odpověď:*

1. Kolik hráčů jednoho týmu je při utkání v házené na hřišti:
  - a) 5 hráčů v poli a jeden brankář
  - b) 6 hráčů, vždy při obranné fázi se brankářem stává hráč, který jako první vběhne do brankoviště
  - c) 7 hráčů – 1 brankář a 6 hráčů v poli
  - d) 1 brankář, 2 hráči pohybující se pouze na útočné polovině (útočníci), dva hráči pohybující se pouze na obranné polovině (obránci) a dva volní hráči, kteří se mohou pohybovat po celém hřišti
2. Nejpohotovějším zdrojem energie pro svalovou práci jsou:
  - a) bílkoviny (proteiny)
  - b) cukry (glycidy)
  - c) tuky (lipidy)
  - d) vláknina
3. Produktem metabolismu základních živin:
  - a) je voda, oxid uhličitý, energie
  - b) je vodík, oxid uhličitý, energie
  - c) je kyslík, oxid uhličitý, energie
  - d) je dusík, oxid uhličitý, energie
4. Mezi české (československé) vítěze OH nepatří:
  - a) Jan Železný
  - b) Adam Ondra
  - c) Miroslava Topinková Knapková
  - d) Eva Samková
5. Průměrná klidová tepová frekvence (TF) dospělého člověka je:
  - a) 120 tepů/min
  - b) 80 tepů/min
  - c) 70 tepů/min
  - d) 50 tepů/min
6. Který anorganický prvek snižuje nervosvalovou dráždivost a je nezbytný pro srážení krve:
  - a)  $\text{Ca}^{2+}$
  - b)  $\text{Mg}^{2+}$
  - c)  $\text{Na}^{+}$
  - d)  $\text{K}^{+}$
7. Schopnost adaptace na pohybovou zátěž se nazývá:
  - a) wellness
  - b) fitness
  - c) zdravý životní styl
  - d) tělesná zdatnost





8. Nejvíce medailí z OH z českých sportovců v historii získal (-a):
  - a) Věra Čáslavská
  - b) Emil Zátopek
  - c) Martin Doktor
  - d) Martina Sáblíková
9. Centra pro zachování základních životních funkcí jsou uložena:
  - a) v bazálních gangliích
  - b) v mezimozku
  - c) ve středním mozku
  - d) v prodloužené míše
10. Sport kombinující běh na lyžích a střelbu z malorážné pušky se nazývá:
  - a) závod sdružený
  - b) duatlon
  - c) biatlon
  - d) skiatlon
11. Které tvrzení je správné:
  - a) z pravé komory je vedena krev ochuzená o kyslík tepnou plicní do plic
  - b) z pravé komory je vedena krev ochuzená o kyslík žilou plicní do plic
  - c) z pravé síně je vedena krev ochuzená o kyslík tepnou plicní do plic
  - d) z levé komory je vedena krev obohacená o kyslík tepnou plicní do plic
12. K prevencí obezity přispívá:
  - a) zvýšený energetický příjem a omezení pohybové aktivity
  - b) racionální výživa a zvýšená pohybová aktivita
  - c) zvýšený příjem vitamínů a tekutin
  - d) úprava poměru základních živin ve stravě na poměr 50 % tuků, 30 % sacharidů a 20 % bílkovin
13. Páteř tvoří:
  - a) 7 krčních, 10 hrudních, 5 bederních, 5 křížových, 3-4 kostrčních obratlů
  - b) 7 krčních, 12 hrudních, 5 bederních, 5 křížových, 4-5 kostrčních obratlů
  - c) 7 krčních, 10 hrudních, 5 bederních, 5 křížových, 4-5 kostrčních obratlů
  - d) 5 krčních, 12 hrudních, 5 bederních, 5 křížových, 3-4 kostrčních obratlů
14. Podstatou stahu příčně pruhovaného svalstva je kontrakce:
  - a) svalového bříška
  - b) motorických vláken
  - c) myoglobinu
  - d) myofibril aktinu a myozinu





15. K rozvoji koordinace jsou vhodná následující cvičení:
- a) cvičení přirozené motoriky (např. chůze, běh, skoky, ...)
  - b) protahovací a posilovací cvičení (strečink, švihová cvičení, atd)
  - c) gymnastická cvičení, která ještě nejsou dokonale zvládnuta
  - d) cvičení prováděná maximální intenzitou
16. Rovnovážné ústrojí je uloženo:
- a) v mozečku
  - b) ve vnitřním uchu
  - c) ve středním uchu
  - d) ve vnějším uchu
17. Nepravá žebra jsou:
- a) 7, 8, 9
  - b) 9, 10
  - c) 11, 12
  - d) 8, 9, 10
18. Při přípravě (mazání) běžeckých lyží pro klasický způsob využíváme:
- a) skluzné vosky pro špičky a patky lyží a stoupací vosky pro mazací komoru
  - b) pouze skluzné vosky (parafíny) na celou skluznici
  - c) pouze stoupací vosky
  - d) vosky nepoužíváme
19. Soustavu kosterní tvoří přibližně:
- a) 600 kostí
  - b) 500 kostí
  - c) 300 kostí
  - d) 200 kostí
20. Pořadatelem Mistrovství světa v ledním hokeji 2021 byl(a/o):
- a) Lotyšsko
  - b) Bělorusko
  - c) Kazachstán
  - d) Rusko
21. Hlavní motorickou drahou je:
- a) mimopyramidová dráha
  - b) extrapyramidová dráha
  - c) pyramidová dráha
  - d) dostředivá dráha





**22.** Výměna plynů mezi plicemi a vnějším prostředím se nazývá:

- a) ventilace
- b) respirace
- c) vnitřní dýchání
- d) buněčné dýchání

**23.** Při sjezdového lyžování:

- a) je obtížnost sjezdových tratí určena barevným označením – černá = nejsnazší, modrá = středně obtížná, červená = těžká, zelená = závodní trať
- b) zastavujeme na kterémkoliv místě sjezdovky, s výjimkou míst pod terénními nerovnostmi a zlomy
- c) můžeme využívat vyznačené sjezdové tratě i volný terén v okolí sjezdovek (např. les) pokud je zde dostatek sněhu
- d) využíváme pouze vyznačené sjezdové tratě, příp. vyznačený volný terén (tzv. free ride zóny), zastavujeme vždy na krajích sjezdovky

**24.** Basketbalová hra v dospělé kategorii trvá:

- a) 3x10 min
- b) 4x 10 min
- c) 4x 15 min
- d) 3x 15 min

**25.** Reflexní oblouk:

- a) je děj, při kterém se přenáší signál z čidla nervovou drahou k výkonnému orgánu
- b) je akční potenciál šířící se po neuronu k výkonným orgánům
- c) je nervový obvod složený z motorického a senzorického neuronu
- d) je předání signálu v místě spojení 2 neuronů nebo smyslové buňky a neuronu



**Správné odpovědi** varianta A:

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

