

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

Varianta C

Zakroužkujte jednu správnou odpověď:

1. Nejpohotovějším zdrojem energie pro svalovou práci jsou:
 - a) bílkoviny (proteiny)
 - b) cukry (glycidy)
 - c) tuky (lipidy)
 - d) vitamíny
2. Produktem metabolismu základních živin je:
 - a) voda, oxid uhličitý, energie
 - b) vodík, oxid uhličitý, energie
 - c) kyslík, oxid uhličitý, energie
 - d) dusík, oxid uhličitý, energie
3. Mezi české (československé) vítěze OH nepatří:
 - a) Martina Sáblíková
 - b) Adam Ondra
 - c) Jan Železný
 - d) Miroslava Topinková Knapková
4. Průměrná klidová tepová frekvence (TF) dospělého člověka je:
 - a) 50 tepů/min
 - b) 70 tepů/min
 - c) 80 tepů/min
 - d) 120 tepů/min
5. Kolik hráčů jednoho týmu je při utkání ve florbalu na hřišti:
 - a) 7 hráčů – 1 brankář a 6 hráčů v poli
 - b) 6 hráčů, vždy při obranné fázi se brankářem stává hráč, který jako první vběhne do brankoviště
 - c) 5 hráčů v poli a jeden brankář
 - 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
6. Schopnost adaptace na pohybovou zátěž se nazývá:
 - a) tělesná zdatnost
 - b) zdravý životní styl
 - c) wellness
 - d) trénink
7. Nejvíce medailí z OH z českých sportovců v historii získal (-a):
 - a) Emil Zátopek
 - b) Martin Doktor
 - c) Věra Čáslavská
 - d) Martina Sáblíková





8. Centra pro zachování základních životních funkcí jsou uložena:
- v bazálních gangliích
 - v koncovém mozku
 - ve středním mozku
 - v prodloužené míše
9. Sport kombinující běh na lyžích a střelbu z malorážné pušky se nazývá::
- závod sdružený
 - duatlon
 - biatlon
 - skiatlon
10. Nedostatek, kterého vitamínu zhoršuje srážení krve:
- A
 - K
 - E
 - D
11. Které tvrzení je správné:
- z pravé komory je vedena krev ochuzená o kyslík tepnou plicní do plic
 - z pravé komory je vedena krev ochuzená o kyslík žilou plicní do plic
 - z pravé síně je vedena krev ochuzená o kyslík tepnou plicní do plic
 - z levé síně je vedena krev obohacená o kyslík tepnou plicní do plic
12. K prevencí obezity přispívá:
- zvýšený energetický příjem a omezení pohybové aktivity
 - racionální výživa a zvýšená pohybová aktivita
 - zvýšený příjem vitamínů a tekutin
 - úprava poměru základních živin ve stravě na poměr 50 % tuků, 30 % sacharidů a 20 % bílkovin
13. Páteř tvoří:
- 7 krčních, 12 hrudních, 5 bederních, 5 křížových, 4-5 kostrčních obratlů
 - 7 krčních, 10 hrudních, 5 bederních, 5 křížových, 3-4 kostrčních obratlů
 - 7 krčních, 10 hrudních, 5 bederních, 5 křížových, 4-5 kostrčních obratlů
 - 5 krčních, 12 hrudních, 5 bederních, 5 křížových, 3-4 kostrčních obratlů
14. Podstatou stahu kosterního svalstva je kontrakce:
- svalového břicha
 - motorických vláken
 - myoglobinu
 - 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) ve vnějším uchu
 - b) ve středním uchu
 - c) ve vnitřním uchu
 - d) v mozečku
17. Basketbalová hra v dospělé kategorii trvá:
- a) 3x10 min
 - b) 4x 10 min
 - c) 4x 15 min
 - d) 3x 15 min
18. Soustavu kosterní tvoří přibližně:
- a) 200 kostí
 - b) 300 kostí
 - c) 400 kostí
 - d) 500 kostí
19. Nepravá žebra jsou:
- a) 11, 12
 - b) 7, 8, 9
 - c) 9, 10
 - d) 8, 9, 10
20. Hlavní motorickou drahou je:
- a) pyramidová dráha
 - b) mimopyramidová dráha
 - c) extrapyramidová dráha
 - d) dostředivá dráha
21. Pořadatelem Mistrovství světa v ledním hokeji 2021 bylo:
- a) Bělorusko
 - b) Lotyšsko
 - c) Kazachstán
 - d) Rusko





22. Výměna plynů mezi plícemi a krví se nazývá:

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

23. 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

24. Při sjezdového lyžování:

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

25. Při přípravě (mazání) běžecých lyží pro klasický způsob využíváme:

- a) vosky nepoužíváme
- b) pouze stoupací vosky
- c) pouze skluzné vosky (parafíny) na celou skluznici
- d) skluzné vosky pro špičky a patky lyží a stoupací vosky pro mazací komoru



Správné odpovědi varianta A:

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

