

Přijímací test pro NMgr. studium Učitelství tělesné výchovy pro 2. stupeň ZŠ

Zakroužkujte jednu správnou odpověď:

1. Cvičení Šenga je cvičení:

- a) napodobující pohyby zvířat a bojovníků
- b) systém léčebné gymnastiky
- c) gymnastické cvičení určené pro staré lidi
- d) relaxační dechová cvičení

2. Talent je:

- a) získaná dispozice k výkonu
- b) celková schopnost jedince či jeho způsobilost k výkonu
- c) základní dispozice jednotlivce
- d) komplex předpokladů pokrývajících požadavky na sportovce, který má dosáhnout vysoké sportovní výkonnosti

3. Mezi složky somatotypu nepatří:

- a) mezomorfie
- b) ertomorfie
- c) endomorfie
- d) ektomorfie

4. Motorického systému polohy se účastní:

- a) vestibulární aparát, mozeček (spinální, vestibulární), retikulární formace
- b) mozeček (spinální, vestibulární), vestibulární aparát
- c) retikulární formace, vestibulární aparát, mozeček (kortikální)
- d) mícha, mozeček (kortikální), vestibulární aparát

5. Oběh sacharidů v těle se nazývá:

- a) Krebsův cyklus
- b) Coriho cyklus
- c) cyklus kyseliny pyrohroznové
- d) glukózový cyklus

6. Co je přetrénování:

- a) chronická patologická únava
- b) tréninková jednotka s nadměrnou zátěží
- c) vysoká motivace k tréninku
- d) nefyziologická únava po tréninkové jednotce

7. Co tvoří motorickou jednotku?:

- a) 1 svalová skupina
- b) 1 alfa-motoneuron a svalová vlákna, které ovládá
- c) 1 gamma-neuron a 1 sval
- d) 1 skupina flexorů či extenzorů



8. Název radiální označuje na předloktí:

- a) horní konec předloktí
- b) zevní okraj
- c) vnitřní okraj
- d) mediální hranu

9. První ZOH se konaly:

- a) 1896
- b) 1924
- c) 1956
- d) 1992

10. Mezi technické faktory sportovního tréninku patří:

- a) rychlostní schopnosti
- b) vytrvalostní schopnosti
- c) koordinace
- d) obratnostní schopnosti

11. K diagnostice explozivně-silových schopností se používá test:

- a) běh na 6 min
- b) člunkový běh 10 x 5 m
- c) hod kriketovým míčkem
- d) leh-sed opakovaně po dobu 30 s

12. Největší množství CO₂ (v %) se přenáší:

- a) vazbou na hemoglobin
- b) vazbou na plazmatické bílkoviny
- c) vazbou na kyselý uhličitán (HCO₃⁻)
- d) v plazmě

13. Co je glykolytická fosforylace:

- a) využití glykogenu z jater
- b) pohotovostní zdroj energie
- c) zdroj energie bez účasti kyslíku
- d) hrazení energie, kdy nevzniká kyselina mléčná

14. Šlacha, kterého svalu prochází ramenním kloubem:

- a) m. supraspinatus
- b) m. biceps brachii- caput breve
- c) m. deltoideus
- d) m. biceps brachii - caput longum

15. Představitelem německého tělovýchovného systému je:

- a) Arnold
- b) Jahn
- c) Spiess
- d) Ling



16. Střednědobá vytrvalost je označení pro pohybovou činnost v délce trvání:

- a) 2 - 10 min
- b) 2 - 5 min
- c) 5 - 10 min
- d) 50 s - 10 min

17. Věda o člověku v nejširším slova smyslu se nazývá:

- a) antropomotorika
- b) antropometrie
- c) antropomaximologie
- d) antropologie

18. Pyramidové dráhy:

- a) zajišťují vznik dynamických stereotypů
- b) vedou vzruchy z mozkové kůry přes podkorová centra
- c) zajišťují změny v polohách a pohybech, tonus posturálního svalstva
- d) zajišťují koordinaci svalových a autonomních funkcí

19. Při sportování v chladném prostředí:

- a) dochází ke zvýšení svalové síly
- b) dochází k nachlazení organismu
- c) zvyšuje se vytrvalostní výkon
- d) dochází ke snížení svalové síly

20. Labrum glenoidale v kloubu ramenním:

- a) zvětšuje kontaktní plochy
- b) zmenšuje kontaktní plochy
- c) omezuje addukci
- d) omezuje abdukci

21. Fartlek slouží k:

- a) rozvoji rychlostních schopností
- b) rozvoji koordinačních schopností
- c) rozvoji vytrvalostních schopností
- d) rozvoji silových schopností

22. Hypomobilita je:

- a) nadměrná motorická učenlivost
- b) nadměrná pohyblivost
- c) nedostatečná pohyblivost
- d) biologická akcelerace



23. Impulzy, tzv. „návodý na pohyb“ neboli „pohybové programy“ vytváří:

- a) korový mozeček
- b) mozková kůra
- c) bazální ganglia
- d) retikulární formace

24. Jak testujeme anaerobní schopnosti:

- a) při Wingate testu
- b) při spiroergometrii
- c) při testu W170
- d) při testu Wmax

25. Termín "bursitis synovialis" označuje:

- a) degenerativní onemocnění vnitřní vrstvy kloubního pouzdra
- b) zánět tíhového váčku
- c) atypickou polohu burzy
- d) vrozená chybění burzy



Správné odpovědi:

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

