

Přijímací test pro NMgr. studium Učitelství tělesné výchovy pro 2. stupeň ZŠ červen 2022

Varianta A

Zakroužkujte jednu správnou odpověď:

1. Jaký typ hodnotící škály má absolutní nulový bod:
 - a) nominální
 - b) ordinální
 - c) intervalová
 - d) poměrová
2. Mezi hamstringy patří:
 - a) m. semitendinosus
 - b) m. biceps brachii
 - c) m. sartorius
 - d) m. popliteus
3. K rozvoji koordinace jsou vhodná následující cvičení:
 - a) cvičení přirozené motoriky (např. chůze, běh, skoky)
 - b) protahovací a posilovací cvičení (strečink, švihová cvičení)
 - c) gymnastická cvičení, která ještě nejsou dokonale zvládnuta
 - d) cvičení prováděná maximální intenzitou
4. S kterou mládežnickou organizací je spojeno jméno George Williams, rok 1844 a Anglie:
 - a) WOODCRAFT
 - b) YWCA
 - c) YMCA
 - d) BOY SCOUT
5. Nervová vlákna typu A α :
 - a) jsou určena k inervaci hladkého svalstva vnitřních orgánů
 - b) inervují svalová vřeténka
 - c) ovládají činnost Golgiho šlachového tělíska
 - d) jsou určena k inervaci příčně pruhovaného svalstva
6. Aerobní práh je:
 - a) taková intenzita zatížení, při které dochází nejefektivněji k rozvoji aerobní vytrvalosti
 - b) taková intenzita zatížení, při které prudce stoupá koncentrace laktátu v pracujících svaích
 - c) metabolický předěl mezi hrudním a břišním dýcháním
 - d) taková intenzita zatížení, při které je dosaženo maximální srdeční frekvence
7. Zařaďte závodníky na dráhy (pro finále v bazénu s 8 drahami) podle dosažených časů (závodník 1 má nejrychlejší čas):
 - a) dráhy: 12345678 a závodníci: 12345678
 - b) dráhy: 87654321 a závodníci: 12345678
 - c) dráhy: 12345678 a závodníci: 75312468
 - d) dráhy: 12345678 a závodníci: 86421357





8. Mezi složky somatotypu nepatří:
 - a) mezomorfie
 - b) epimorfie
 - c) endomorfie
 - d) ektomorfie
9. Motorického systému pohybu se účastní:
 - a) mícha, mozeček (spinální, vestibulární), bazální ganglia, mozková kůra
 - b) retikulární formace, mozeček (kortikální), bazální ganglia, mícha
 - c) vestibulární aparát, bazální ganglia, mozeček (kortikální), retikulární formace
 - d) mícha, mozeček (kortikální), bazální ganglia, mozková kůra
10. Zdrojem energie pro svalovou práci je:
 - a) glukóza
 - b) laktát
 - c) ATP
 - d) mastné kyseliny
11. K posouzení intenzity zatížení nelze využít:
 - a) dobu trvání pohybové činnosti
 - b) srdeční frekvenci
 - c) koncentraci laktátu v krvi
 - d) frekvenci a hloubku dýchání
12. Míru shody jednotlivých posuzovatelů při hodnocení stejného výkonu vyjadřuje:
 - a) objektivita
 - b) vnitřní konzistence
 - c) kinesteticko-diferenciační schopnost
 - d) kinematická schopnost
13. Co nepatří mezi gymnastické druhy:
 - a) základní gymnastika
 - b) sportovní gymnastika
 - c) rytmická gymnastika
 - d) aerobní gymnastika
14. Tzv. „pohybové programy“ vytváří:
 - a) mozková kůra
 - b) korový mozeček
 - c) retikulární formace
 - d) bazální ganglia





15. O pořadí v soutěži ve skoku do výšky rozhodují při shodném výkonu následující kritéria v udaném pořadí:
1. počet zdařených a nezdařených pokusů v soutěži, 2. tělesná výška skokanů (-nek)
 1. počet nezdařených pokusů na poslední skočené výšce, 2. celkový počet pokusů v soutěži
 1. počet nezdařených pokusů na poslední skočené výšce, 2. počet nezdařených pokusů v celé soutěži do poslední skočené výšky
 - pořadí je určeno losem
16. Schopnost zachytit rychle a přesně všechny důležité informace o pohybu jedince se nazývá:
- orientační schopnost
 - rytmická schopnost
 - kinesteticko-diferenciační schopnost
 - kinematická schopnost
17. Respirační acidóza v organismu nastupuje v případě:
- při pohybu v teplém prostředí
 - při hlubokém dýchání v klidu (hyperventilace)
 - při pohybu v chladném prostředí
 - nastává-li nouze o dech (hypoventilace)
18. Jaký stát je považován za kolébku (zakladatele) florbalu:
- Švédsko
 - Norsko
 - Švýcarsko
 - Česko
19. Jaké je odborné týdenní doporučení Světové zdravotnické organizace pro realizaci pohybové aktivity u dospělé populace:
- realizovat alespoň 60 minut středně zatěžující nebo 30 minut intenzivní aktivity
 - realizovat alespoň 100 minut středně zatěžující nebo 50 minut intenzivní aktivity
 - realizovat alespoň 150 minut středně zatěžující nebo 75 minut intenzivní aktivity
 - realizovat alespoň 200 minut středně zatěžující nebo 100 minut intenzivní aktivity
20. Červená svalová vlákna (SO vlákna) charakterizuje:
- přítomnost enzymů pro anaerobní glykolýzu
 - vysoký výkon, snadná unavitelnost
 - pomalejší nástup kontrakce
 - rychlý nástup kontrakce
21. Glykolýza je:
- proces rozpadu bílkovin na aminokyseliny
 - hlavní metabolická dráha pro utilizaci glukózy
 - je proces syntézy a degradace lipidů v buňkách včetně jejich rozpadu a skladování
 - metabolická dráha vedoucí k obnově zásob glukózy





22. Jaké jsou základní komponenty zdravotně orientované zdatnosti:
- a) aerobní kapacita – svalová síla a vytrvalost – flexibilita – tělesné složení
 - b) aerobní kapacita – svalová síla a vytrvalost – flexibilita – rychlost
 - c) aerobní kapacita – svalová síla a vytrvalost – koordinace – tělesné složení
 - d) aerobní kapacita – svalová síla a vytrvalost – koordinace – rychlost
23. Vitální kapacita plic je:
- a) množství O_2 , které člověk nadechne jedním klidným nádechem
 - b) množství vzduchu, které člověk vydechne jedním klidným výdechem, cca. 0,5 l
 - c) množství vzduchu, které můžeme vydechnout po usilovném maximálním nádechu
 - d) množství CO_2 , které člověk vydechne jedním klidným výdechem
24. Co je to pohybová dovednost:
- a) jakákoliv intencionální pohybová činnost zabezpečovaná kosterním svalstvem
 - b) motorickým učením získaný předpoklad k pohybové činnosti (např. přemet, dvoutakt)
 - c) vrozený soubor vnitřních předpokladů k pohybové činnosti (např. rychlost, síla)
 - d) vnitřní pohnutka k provádění určité pohybové činnosti (např. motivace, aspirace)
25. Při oboustranném bruslení dvoudobém s odpichem soupaž:
- a) připadá na jeden soupažný odpich holemi jeden odraz a skluz dolními končetinami
 - b) na každý odraz nohy připadá jeden odpich souhlasnou paží
 - c) připadá na jeden soupažný odpich holemi dva odrazy a skluzy dolními končetinami
 - d) ani jedna odpověď není správná



Správné odpovědi varianta A:

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

