

---

**Datum testu** :

**Jméno a příjmení uchazeče** :

**Fakulta, na které uchazeč dosud studoval :**

**Jaký obor dosud studoval** :

## **Test k přijímací zkoušce do navazujícího magisterského studia tělesné výchovy**

**Pokyny:** 1) Při výběru z daných možností, zakroužkujte písmeno, označující  
správnou odpověď.

(Při dodatečné opravě škrtněte kroužek křížkem a zakroužkujte  
správné řešení.)

**Číslo otázky nekroužkujte, pouze písmeno!**

1. Starořecká myšlenka „kalokagathie“ vyjadřuje:
  - a) boj o vítězství za každou cenu
  - b) spojení tělesné krásy s krásou duševní**
  - c) nadřazenost Řeků nad ostatními národy
  - d) slavnost na počest olympijských vítězů
  
2. Hlavními zakladateli Tělocvičné jednoty pražské, později nazývané „Sokol“ byli:
  - a) v roce 1859 Jan Malypetr a Jan Podlipný
  - b) v roce 1862 Miroslav Tyrš a Jindřich Fügner**
  - c) v roce 1888 Vojta Náprstek a Jindřich Vaníček
  - d) v roce 1892 Miroslav Tyrš a Rösler-Ořovský
  
3. Tělocvičná náradí, hrazda, kůň, bradla, kruhy a některá další byla prvně užívána:
  - a) Turnery v Prusku**
  - b) Perem Henrikem Lingem ve Švédsku
  - c) Thomasem Arnoldem v Anglii
  - d) Sokoly v českých zemích
  
4. Co je hypokineze?
  - a) zmenšená kloubní pohyblivost
  - b) pomalá lokomoce
  - c) nedostatek pohybu**
  - d) zvětšená kloubní pohyblivost
  
5. Která hodnota indexu BMI u běžné populace signalizuje obezitu?
  - a) 20
  - b) 30**
  - c) 50
  - d) 60
  
6. Mezi základní pohybové schopnosti nepatří:
  - a) síla
  - b) obratnost
  - c) chůze**
  - d) vytrvalost
  
7. Mezi pohybové dovednosti nepatří:
  - a) běh
  - b) výmyk
  - c) obratnost**
  - d) kotoul
  
8. Co se určuje metodou H – C?
  - a) energetické zdroje pro vytrvalostní činnost
  - b) somatotypy**
  - c) množství vodíku a uhlíku v krvi
  - d) stupeň obezity

9. Jaký časový sled fází motorického učení?  
a) generalizační – stabilizační – diferenciací  
b) diferenciací – stabilizační – generalizační  
**c) generalizační – diferenciací – stabilizační**  
d) stabilizační – diferenciací – generalizační
10. Interference v motorickém učení označuje:  
**a) záporný transfer**  
b) nulový transfer  
c) kladný transfer
11. Složky zdravotně orientované tělesné zdatnosti jsou:  
a) výška, hmotnost, BMI, kardiovaskulární zdatnost  
b) aerobní zdatnost, flexibilita, hmotnost, složení těla  
c) aerobní zdatnost, BMI, výkonnost, flexibilita  
**d) aerobní zdatnost, svalová zdatnost, flexibilita, složení těla**
12. Motorický (pohybový) výkon je:  
a) dlouhodobý projev v procesu i výsledku pohybové činnosti  
**b) míra realizace pohybového úkolu**  
c) kvantitativní ukazatel zdravotně orientované zdatnosti
13. Jaká je základní členění (struktura) rychlostních schopností?  
a) frekvenční, realizační, akční  
**b) realizační, akční**  
c) akcelerační, reakční  
d) realizační, akční, stabilizační
14. Kolenní kloub tvoří:  
a) kost stehenní, pánevní a čéška  
**b) kost stehenní, holenní a čéška**  
c) kost holenní a lýtková  
d) kost stehenní a čéška
15. Míšních nervů je:  
a) 30 párů  
**b) 31 párů**  
c) 32 párů  
d) 33 párů
16. Somatotyp lze částečně pozitivně i negativně ovlivňovat – nejvíce se dá ovlivnit komponenta:  
**a) endomorfní**  
b) ektomorfní  
c) mezomorfní  
d) polymorfní

17. Adaptace na vyšší nadmořskou výšku spočívá ve:
- a) zvýšení pH
  - b) snížení dráždivosti dýchacího centra
  - c) zvýšení aktivity oxidativních enzymů**
  - d) snížení pH
18. Správný termín pro „účelný způsob řešení pohybového úkolu, který je v souladu s možnostmi jedince, s biomechanickými zákonitostmi pohybu a s pravidly příslušného sportu“ je:
- a) technika**
  - b) taktika
  - c) trénovanost
  - d) výkonnost
19. Vektory jsou určeny:
- a) velikostí b a směrem
  - b) velikostí, působištěm, smyslem a směrem**
  - c) pouze velikostí
  - d) působištěm, smyslem a směrem
20. Tendenci k ochabování v dolní části trupu a pánve mají:
- a) šikmé břišní svaly, svaly bederní a hýžděové
  - b) přímé břišní svaly, velký sval hýžděový**
  - c) příčné břišní svaly, sval bedrokyčlostehenní
  - d) sval bedrokyčlostehenní a břišní svaly
21. Kontraindikované stavy pro plavecký výcvik a cvičení ve vodě jsou:
- a) kompenzované srdeční vady
  - b) akutní průduškové astma**
  - c) stavy po DMO (dětská mozková obrna)
  - d) slabozrakost a nevidomost
22. Při rozvinutém šoku:
- a) nepodáváme tekutiny vůbec**
  - b) podáváme tekutiny dle přání postiženého
  - c) podáváme malé množství tekutiny po lžičkách
23. Při nepřímé masáži srdce u dospělých je nejvhodnější místo:
- a) na žebrech vlevo od hrudní kosti
  - b) na dolní části hrudní kosti, 3,5 cm od hrotu mečíku**
  - c) na horní části hrudní kosti
24. Maratonský běh má délku:
- a) 40 195 m
  - b) 42 195 m**
  - c) 43 195 m
  - d) 45 195 m

25. Při nácviu techniky atletických disciplín je obecně vhodnější používat:
- a) u dětí metodu komplexní a u dospělých metodu analyticko-syntetickou
  - b) u dětí metodu analyticko-syntetickou a u dospělých metodu komplexní
  - c) u dětí metodu analytickou a u dospělých metodu syntetickou
26. Odraz z můstku při přeskoce v gymnastice má být v době, kdy je těžiště ve vztahu k chodidlům:
- a) těsně před svislicí
  - b) nad chodidly
  - c) těsně za svislicí
27. „Cit pro vodu“ při plavání
- a) je vrozená vlastnost
  - b) získává se tréninkem
  - c) oboje
28. Plavecké způsoby řadíme podle rychlosti:
- a) kraul, znak, motýlek, prsa
  - b) kraul, motýlek, znak, prsa
  - c) kraul, motýlek, prsa, znak
29. Herní činnosti jednotlivce ve sportovních hrách dělíme na:
- a) útočné a obranné
  - b) s míčem a bez míče
  - c) individuální a kolektivní
30. Ve které hře je pravidlo tzv. „bráněná střela“:
- a) frisbee
  - b) korfbal
  - c) ringo