**VIEŠ TO? TELO – TELO**

Vedomostný kvíz z predmetu telesná a športová výchova

1. **kolo**

***Fyziológia - (funkcie orgánov a orgánových sústav pri pohybovej aktivite)***

Meno a priezvisko žiaka: ....................................................................................................

Názov školy, ktorú navštevuje: ...........................................................................................

Ročník, ktorý navštevuje: ...................................................................................................

**Otázky a úlohy:**

V minulom kole kvízu sme sa venovali otázkam, prečo sa mohol vykonať pohyb z hľadiska biomechaniky. Nasledujúce úlohy a otázky vám dajú možnosť zamyslieť sa nad pohybom z hľadiska fyziologických procesov.

**1**

**Úloha**

Pri pohybe svaly vykonávajú rôzne druhy sťahov, pri ktorých sa mení dĺžka svalu a napätie (izotonická kontrakcia, izometrická kontrakcia, auxotónia).

**Otázka č. 1**

***Vieš priradiť druh svalovej kontrakcie k popisu sťahov svalov vykonaných pri pohybe?***

1. mení sa dĺžka svalu, ale napätie svalu zostáva rovnaké ................................................
2. mení sa napätie svalu, ale dĺžka svalu sa nemení .........................................................
3. mení sa dĺžka svalu aj jeho napätie ...............................................................................

**body**

**Otázka č. 2**

***Podľa obrázku urči  aký druh svalovej kontrakcie vyvolá daný pohyb?***

A ......................................................

B......................................................

**body**

**Otázka č. 3**

***Ako delíme kostrové svaly podľa funkcie, ktorú vykonávajú? Vymenuj aspoň tri.***

1. ...................................................................
2. ....................................................................
3. ....................................................................

**body**

**Otázka č. 4**

***Aké druhy svalov hornej končatiny podľa funkcie sú tu vyobrazené?***



**1 2**

1 .................................

2 .....................................

 **body**

**Otázka č. 5**

***Ako delíme kostrové svaly podľa tvaru, ak sval tvoria hlava, bruško, chvost?***

1 .............................................................. 2. ............................................................

3 ............................................................... 4 ............................................................

 **body**

**Otázka č. 6**

***Ktorý***  ***sval podľa tvaru je vyobrazený na obrázku?***

.....................................................................................................

 **body**

**2**

**Úloha**

Na uvedenie svalu do pohybu je potrebné vyvolanie vzruchov svalových vlákien, ktoré sú riadené mozgovými a miechovými nervami . Priebeh týchto vzruchov je zobrazený na obrázku.



**Otázka č. 7**

***Opíš priebeh vzruchu, ktorý sa šíri nervovými vláknami a je zodpovedný za pohyb svalu?***

....................................................................................................................................................

.....................................................................................................................................................

.....................................................................................................................................................

**body**

**3**

**Úloha**

Ľudské telo je zložitý mechanizmus. Podľa druhu pohybovej aktivity sa práca svalov vykonáva za účasti kyslíka alebo jeho neúčasti. Podľa toho rozlišujeme aj druhy aktivít pri fyzickom zaťažení.

**Otázka č. 8**

***Vieš uviesť o akom druhu fyzickej aktivity hovoríme, ak majú svaly pri práci dostatočný prísun kyslíka? Označ správnu odpoveď.***

1. aeróbna
2. anaeróbna

**body**

**Otázka č. 9**

***Na obrázku je fotografia najlepšieho šprintéra všetkých čias. Vieš uviesť  aký druh športovej aktivity je šprint na 100m?***

1. aeróbny druh športovej aktivity
2. anaeróbny druh športovej aktivity

 **body**

Odpovede zasielajte na: valuskova@sass.sk **- do 16.11.2020**