

Otázky ke zkoušce fyziologie zátěže 2018

I. Reakce a adaptace na zátěž

1. Stresová reakce – průběh

2. Účinky katecholaminů a dalších hormonů (mimo kůru nadledvin)

3. Účinky glukokortikoidů a mineralkortikoidů

4. Reakce na zátěž kardiovaskulární systém, dýchací systém

5. Reakce na zátěž ANS, vnitřní prostředí, ledviny, metabolismus

6. Acidobazická rovnováha a její základní poruchy(základní dělení), metabolická acidóza

7. Proces adaptace (definice, posloupnost v dějích, superkompenzace)

8. Přehled adaptací – kardiovaskulární systém, dýchací systém

9. Přehled adaptací – krev, termoregulace, pohybový systém

10. Specifické adaptace – rychlostní a silové disciplíny

11. Specifické adaptace – vytrvalostní disciplíny

12. Specifické adaptace – koordinačně estetické disciplíny, úpoly

13. Specifické adaptace – sportovní hry

14. Specifické adaptace – rychlostně silové, rychlostně vytrvalostní, silově vytrvalostní

15. Proces adaptace. Regulace adaptačních pochodů.

II. Vliv prostředí. Ontogeneze. Sport zdravotně postižených

A. Akutní reakce na výšku (AHN, aklimatizace, další zdravotní problémy, kontraindikace pobytu ve vysokých horách)

B. Dekompresní nemoc, barotrauma

C. Termoregulace – reakce na horko (i adaptace)

D. Termoregulace – reakce na chlad (i adaptace)

E. Fyziologické zvláštnosti – děti, puberta, adolescence

F. Fyziologické zvláštnosti – senioři

G. Aplikované pohybové aktivity (přínos, vyšetření, rizika)

H. Klasifikace sportovců (zdravotně postižených), charakteristika sportovců podle základních skupin postižení

I. Sexuální diferenciaci

J. Důsledky hypokineze

K. Detrénink (změny v systémech)

L. Psychosomatika

III. Sportovní disciplína

- zařazení mezi disciplíny
- druh pohybové činnosti, lokomoce
- intenzita a délka výkonu

- energetické krytí, zdroje energie
- specifické adaptace na zatížení
- morfofunkční charakteristika
- zdravotní aspekty

Kapounková (Brno 26.2.2018)