**Otázky ke zkoušce fyziologie zátěže nová**

1. **Reakce a adaptace na zátěž, genetika**
2. Stresová reakce – průběh
3. Účinky katecholaminů a dalších hormonů (mimo kůru nadledvin) ve stresové reakci
4. Účinky glukortikoidů a mineralkortikoidů ve stresové reakci
5. Reakce na zátěž kardiovaskulární systém, dýchací systém
6. Reakce na zátěž ANS, vnitřní prostředí, ledviny, metabolismus
7. Acidobazická rovnováha a její základní poruchy (základní dělení), metabolická acidóza, pufry
8. Proces adaptace (definice, posloupnost v dějích, superkompenzace)
9. Přehled adaptací – kardiovaskulární systém, dýchací systém
10. Přehled adaptací – krev, termoregulace, pohybový systém
11. Specifické adaptace – rychlostní a silové disciplíny
12. Specifické adaptace – vytrvalostní disciplíny
13. Specifické adaptace – koordinačně estetické disciplíny, úpoly
14. Specifické adaptace – sportovní hry
15. Specifické adaptace – rychlostně silové, rychlostně vytrvalostní, silově vytrvalostní
16. Proces adaptace. Regulace adaptačních pochodů.
17. Řízení pohybu, motorické okruhy, motorické dráhy
18. Detrénink, desadaptace, abstinenční syndrom
19. Fyziologické principy tréninku. Superkompenzace. Druhy tréninku. Tapering.
20. Genetika, genomika ( DNA, RNA, gen, genom, genetický kód)
21. Lidský genom, genetická mapa sportovní výkonnosti. Dědičnost a principy dědičnosti. Sportovní geny. Genetické testy.
22. **Vliv prostředí. Ontogeneze. Sport zdravotně postižených**
23. Akutní reakce na výšku (AHN, aklimatizace, další zdravotní problémy, kontraindikace pobytu ve vysokých horách)
24. Dekompresní nemoc, barotrauma
25. Termoregulace – reakce na horko (i adaptace)
26. Termoregulace – reakce na chlad (i adaptace)
27. Fyziologické zvláštnosti – děti, puberta, adolescence
28. Fyziologické zvláštnosti – senioři
29. Sexuální diferenciace
30. Detrénink (změny v systémech)
31. Psychosomatika
32. Fyziologické zvláštnosti – prenatální věk
33. **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