

## Test wiedzy ogólnej kierunek turystyka i rekreacja, studia II<sup>o</sup>

1. Metoda wychowania to:
  - a. sposób kształtowania postaw i potrzeb wychowanka,
  - b. zasada organizowania procesu wychowania,
  - c. sposób diagnozowania zachowań wychowanka,
  - d. warunek korzystnego rozwoju osobowości ucznia.
  
2. Prekursorem pedagogiki zdrowia w Polsce jest:
  - a. Barbara Woynarowska,
  - b. Maciej Demel,
  - c. Zygmunt Gilewicz,
  - d. Wincenty Okoń.
  
3. Prawa Yerkesa-Dodsona wyjaśniają:
  - a. dlaczego nie wychodzi nam, choć się bardzo staramy,
  - b. jak motywacja ulega zmianom w czasie,
  - c. dlaczego ludzie nie lubią trudnych zadań,
  - d. jak ustalić optimum motywacji.
  
4. Ekstrawertyk w odróżnieniu od introwertyka:
  - a. jest pesymistycznie nastawiony wobec przyszłości,
  - b. jest poważny i powściągliwy,
  - c. jest aktywny i pełen wigoru,
  - d. jest mało odporny na stres.
  
5. Który z wymienionych badaczy jest twórcą kategorii „klasa próżniacza”?
  - a. Johan Huizinga,
  - b. Thorstein Veblen,
  - c. Florian Znaniecki,
  - d. Zbigniew Krawczyk.
  
6. Ludyczność czasu wolnego nie oznacza:
  - a. zachowań rozrywkowych,
  - b. działań z pobudek użytecznych,
  - c. realizacji wartości autotelicznych,
  - d. działań z pobudek hedonistycznych.
  
7. Maksymalna częstość skurczów serca (skurcze/minutę) u osoby 20-letniej o umiarkowanej aktywności fizycznej wynosi:
  - a. 250,
  - b. 300,
  - c. 200,
  - d. 170.
  
8. Wydolność fizyczną człowieka dobrze określa:
  - a. wartość ciśnienia tętniczego w czasie spoczynku,
  - b. wynik badania spirometrycznego,
  - c. wartość wskaźnika masy ciała (BMI, kg/m<sup>2</sup>),
  - d. wartość maksymalnego poboru tlenu (VO<sub>2</sub>max).

9. Długość włókna mięśnia szkieletowego zmienia się dzięki:
- rozciąganiu się prążków jasnych i ciemnych,
  - powstawaniu tzw. mostków pomiędzy białkami kurczliwymi włókna mięśniowego,
  - przekształcaniu się miozyny w aktynę,
  - obecności jonów wapnia w siateczce plazmatycznej włókna mięśniowego.
10. Podstawowa przemiana materii to:
- ilość energii wydatkowana w ciągu doby na aktywność fizyczną,
  - ilość energii niezbędna dla prawidłowej pracy serca,
  - ilość energii konieczna dla zapewnienia podstawowych funkcji życiowych organizmu w warunkach spoczynku,
  - najmniejsza ilość energii jaką należy dostarczyć w diecie każdego dnia.
11. Reakcję komórek tkanek pobudliwych na bodźce o zróżnicowanej sile opisuje:
- prawo „wszystko albo nic”,
  - prawo Sterlinga,
  - zasada „czym słabszy bodziec, tym większy potencjał czynnościowy zostanie wytworzony”,
  - zasada „czym silniejszy bodziec, tym większy potencjał czynnościowy zostanie wytworzony”.
12. Fidiasz jest autorem posągu:
- Zeusa Olimpijskiego ze świątyni w Olimpii,
  - Heliosa ze świątyni Heliosa na Rodos,
  - Artemidy ze świątyni Artemidy w Efezie,
  - Apollina ze świątyni Apollina w Didymie.
13. Największy kompleks świątynny Starożytnego Egiptu znajduje się w:
- Tebach,
  - El Amarna,
  - Luksorze,
  - Karnaku.
14. Który z wymienionych obiektów należy do kategorii Siedmiu Cudów Świata Starożytnego:
- Świątynia Artemidy w Efezie,
  - Świątynia Ateny Partenon na Akropolu,
  - Świątynia bogów Panteon w Starożytnym Rzymie,
  - Świątynia Zeusa w Olimpii.
15. Bazylika romańska jest budowlą:
- pięcionawową na planie krzyża jerozolimskiego,
  - trzynawową na planie krzyża greckiego,
  - trzynawową na planie krzyża łacińskiego,
  - jednonawową na planie centralnym.

16. Cechą charakterystyczną sakralnej architektury gotyku jest:
- wertykalizm,
  - horyzontalizm,
  - harmonijność proporcji,
  - iluzjonizm.
17. Idealną budowlą okresu renesansu jest:
- budowla halowa bez transeptu,
  - budowla trójnawowa z transeptem,
  - budowla nawowa ze sklepieniem ostrołukowym,
  - budowla centralna przekryta kopułą.
18. Le Corbusier jest wybitną postacią architektury:
- modernistycznej,
  - secesyjnej,
  - ekspresjonistycznej,
  - postmodernistycznej.
19. Najmniejszą jednostką informacji jest:
- bajt,
  - bod,
  - null,
  - bit.
20. Wskaż tę zmienną, która wyrażona jest w skali naturalnej:
- temperatura w skali Celsjusza,
  - szerokość geograficzna,
  - masa ciała,
  - przychód.
21. Test t-Sudenta można zastosować do porównania średnich dwóch zmiennych mierzalnych, gdy:
- rozkłady danych są skośne,
  - frakcje odpowiedzi są równe,
  - dane mają rozkłady normalne o zbliżonych wariancjach,
  - współczynniki zmienności w obu zbiorach danych wynoszą 50% i 60%.
22. Podstawowym miernikiem aktywności gospodarczej kraju jest :
- Produkt Krajowy Brutto (PKB),
  - Produkt Narodowy Brutto (PNB),
  - Dochód Narodowy (DN),
  - Majątek Narodowy.
23. Popyt to:
- ilość dobra jaką oferują sprzedawcy,
  - dobra i usługi wchodzące w skład minimum socjalnego,
  - ilość dobra jaką nabywcy skłonni są zakupić przy różnych poziomach ceny,
  - wartość przychodu sprzedawcy.

24. Podstawowymi czynnikami określającymi wielkość zapotrzebowania na towar, są:
- cena, dochody konsumentów, ceny innych towarów, moda i gusty,
  - koszty produkcji, dostępność na rynku, możliwość substytucji,
  - cena, trwałość, tradycja,
  - komplementarność, inflacja, użyteczność.
25. Podstawowymi funkcjami finansów publicznych są:
- funkcja kontrolna, zarządcza i transferowa,
  - funkcja utrzymania porządku i tworzenia prawa,
  - funkcja pomnażania majątku i równego podziału dochodów,
  - funkcja redystrybucyjna, stabilizacyjna i alokacyjna.
26. Rynek turystyczny to:
- miejsce, na którym dokonuje się transakcji kupna i sprzedaży,
  - stosunek między nabywcą a sprzedawcą,
  - całokształt aktów kupna i sprzedaży produktów i usług turystycznych,
  - podaż i popyt.
27. Zakłócenie trafności decyzji o nazwie „ekstrapolacja” oznacza:
- założenie, że po serii niepowodzeń musi przyjść sukces,
  - założenie, że dotychczasowe tendencje będą się powtarzać,
  - założenie, że zdarzenia korzystne są bardziej prawdopodobne,
  - założenie, że mamy wpływ na zdarzenia losowe.
28. Decentralizacja pozioma oznacza:
- przekazanie uprawnień decyzyjnych kierownikom niższych szczebli przez kierowników wyższego szczebla,
  - przekazanie uprawnień decyzyjnych podległym pracownikom nie będącym kierownikami, przez ich bezpośredniego przełożonego,
  - przekazanie uprawnień decyzyjnych w ramach więzi poziomych,
  - przekazanie uprawnień decyzyjnych grupie kierowników wyższego szczebla.
29. Podstawowe dokumenty przy organizacji imprezy rekreacyjnej to:
- biznes plan, kosztorys, plan wydatków, plan sponsoringu,
  - harmonogram wydatków, program współzawodnictwa, scenariusz, plan zakupów,
  - regulamin zawodów, harmonogram realizacji, kosztorys imprezy, scenariusze,
  - kosztorys, plan rozmieszczenia gości, harmonogram konkurencji, spis umów.
30. Dla schronisk, zgodnie z polskim prawem ustala się:
- trzy kategorie oznaczone cyframi rzymskimi,
  - trzy kategorie oznaczone cyframi rzymskimi (tylko dla obiektów o powierzchni mieszkalnej powyżej 500 m<sup>2</sup>),
  - trzy kategorie oznaczone gwiazdkami,
  - nie ustala się kategorii.

31. Zgodnie z polskim prawem motelem jest:
- hotel położony przy drodze, zapewniający możliwość korzystania z usług motoryzacyjnych i dysponujący parkingiem,
  - obiekt położony przy drodze, posiadający co najmniej 7 pokoi, zapewniający możliwość korzystania z usług motoryzacyjnych i dysponujący parkingiem, o powierzchni mieszkalnej co najmniej 500 m<sup>2</sup>,
  - obiekt położony przy drodze, posiadający co najmniej 5 pokoi, świadczący dla swoich klientów całodzienne wyżywienie, zapewniający możliwość korzystania z usług motoryzacyjnych i dysponujący parkingiem, o powierzchni mieszkalnej co najmniej 500 m<sup>2</sup>,
  - hotel położony przy drodze, posiadający co najmniej 5 pokoi, dostosowany do samoobsługi klientów.
32. Niedobór aktywności ruchowej w zależności do naszych potrzeb to:
- hiperwentylacja,
  - hipokinezja,
  - hipochondria,
  - hiperaktywność.
33. Podstawowe cele rekreacji ruchowej to:
- sukces, przyjemność, pieniądze,
  - medale, sława, rozwój osobowości,
  - wypoczynek, zdrowie, przyjemność,
  - wypoczynek, najlepszy wynik, rozwój motoryki.
34. Sport dla wszystkich to proces:
- obowiązkowy dla wszystkich,
  - dobrowolny dla każdego,
  - uzależniony od stanu zdrowia,
  - obowiązkowy tylko dla dzieci.
35. Do form organizacyjno- metodycznych w rekreacji nie zaliczamy:
- stałe zespoły ćwiczebne,
  - kursy,
  - formy zabawowo- naśladowcze,
  - animacja i poradnictwo.
36. Rekomendacje w zakresie minimum aktywności ruchowej dorosłych to:
- 6 razy w tygodniu po 10 minut,
  - 5 godzin aktywności ruchowej w tygodniu,
  - 2-3 godziny dziennie swobodnej aktywności,
  - 7 razy w tygodniu po pół godziny.
37. „Jednorazowe lub cykliczne spotkanie uczestników wypełnione treściami programowymi z zakresu sportu, turystyki, zabaw ruchowych a także kulturalnej rozrywki...”:
- stałe zespoły ćwiczebne,
  - impreza sportowo- rekreacyjna,
  - animacja i poradnictwo,
  - kursy.

38. Na proces rekreacji składają się trzy ogniwa:
- przygotowanie, wykonanie, podsumowanie,
  - adaptacja, stabilizacja, kontrola,
  - programowanie, realizacja, kontrola,
  - planowanie, nadzór, rozliczenie.
39. Największe zagrożenie dla środowiska naturalnego stwarza:
- turystyka masowa,
  - turystyka ekstremalna,
  - turystyka alternatywna,
  - turystyka kwalifikowana.
40. Pod pojęciem Atrakcyjności Turystycznej rozumiemy występujące łącznie:
- naturalne unikatowe walory przyrodnicze i wyznaczone szlaki turystyczne,
  - najatrakcyjniejsze w skali światowej zbiory muzealne,
  - obiekty z listy UNESCO z atrakcyjnym zagospodarowaniem i wytyczonymi do nich szlakami lub drogami dojazdowymi,
  - walory turystyczne, dostępność komunikacyjną i zagospodarowanie turystyczne.
41. Polskie Towarzystwo Turystyczno-Krajoznawcze powstało z połączenia:
- PTN, PTK i PZM,
  - Galicyjskiego Tow. Kraj. I Tow. Tatrzańskiego,
  - PTT i PTK,
  - PTK, PTWK, PTT.
42. Na liście światowego dziedzictwa kulturalnego UNESCO znalazły się starówki
- Krakowa, Warszawy, Torunia i Zamościa,
  - Krakowa, Warszawy, Zamościa i Świdnicy,
  - Krakowa, Warszawy, Gdańska i Zamościa,
  - Krakowa, Warszawy, Wrocławia i Torunia.
43. Szlak Piastowski przebiega przez
- Małopolskę,
  - Śląsk,
  - Mazowsze,
  - Wielkopolskę.
44. Góry Stołowe słyną przede wszystkim z:
- jaskiń krasowych,
  - labiryntów skalnych,
  - roślinności wysokogórskiej,
  - wyciągów narciarskich.
45. Czarter to forma umowy, w której anulowanie części świadczeń:
- zawsze wiąże się z kosztami za niewykorzystane świadczenia,
  - w zależności od sytuacji nie wiąże się z dodatkowymi kosztami,
  - może nastąpić tylko na 30 dni przed rozpoczęciem imprezy,
  - może nastąpić zgodnie z terminem zawartym w umowie.

46. Koszty stałe w kalkulacji imprezy turystycznej to:
- koszt biletów wstępu do obiektów,
  - koszt ubezpieczenia,
  - koszt biletów kolejowych,
  - koszt usług pilota.
47. Trzy podmioty rynku turystycznego wg Ustawy o usługach turystycznych (z 29.08.1997 r. wraz z późniejszymi zmianami) to:
- biuro podróży, touroperator, agent turystyczny,
  - organizator, pośrednik, agent turystyczny,
  - biuro podróży, touroperator, pośrednik,
  - organizator, touroperator, agent turystyczny.
48. Ubezpieczenia obowiązkowe przy wyjeździe zorganizowanym za granicę (poza obszar Unii Europejskiej) to:
- OC organizatora i KL,
  - NNW i KR,
  - KL i KR,
  - NNW i KL.
49. Rodzaje uprawnień państwowych przewodnika turystycznego to:
- górski, terenowy, miejski,
  - terenowy, miejski, muzealny,
  - muzealny, górski, miejski,
  - górski, podgórski, terenowy.
50. Skrót PTA w obsłudze ruchu turystycznego odnosi się do:
- organizacji Polish Tourism Advice,
  - dokumentu Prepaid Ticket Advice,
  - organizacji Polish Tourism Association,
  - dokumentu Polish Tourism Association.
51. Termin „transfer” w obsłudze ruchu turystycznego oznacza:
- przewóz turystów z terminalu do hotelu i z powrotem,
  - wymianę pieniędzy w ruchu turystycznym międzynarodowym,
  - przekaz pieniędzy za granicę państwa macierzystego,
  - wymianę vouchera na pieniądze w odwiedzanym kraju.
52. Do usług turystycznych nie należą:
- usługi informacyjne,
  - usługi przewodnickie,
  - usługi edukacyjne,
  - usługi pilockie.
53. Ekoturystyka to turystyka związana z:
- małą skalą ruchu turystycznego,
  - aktywnym wypoczynkiem i edukacją ekologiczną,
  - ochroną środowiska i ochroną przyrody,
  - A+ B+ C.

54. Pojęcie ekologia ma:
- około 150 lat,
  - około 300 lat,
  - pochodzi z okresu starożytnej Grecji,
  - pochodzi ze starożytnego Egiptu.
55. Ile regionów agroturystycznych występuje na obszarze kraju?
- 7,
  - 14,
  - 21,
  - 28.
56. Jakie cechy krajobrazu oraz inne należy uwzględniać przy organizacji gospodarstwa agroturystycznego?
- wymogi wiejskiej przestrzeni rekreacyjnej, wiejskiej bazy noclegowej,
  - walory przyrodnicze, antropogeniczne,
  - walory przyrodnicze, atrakcje, infrastruktura, gościnność miejscowej społeczności,
  - kategoryzację wiejskiej bazy noclegowej.
57. Urządzenia paraturystyczne to:
- obiekty stanowiące wyposażenie np. rejonu, szlaku, miejscowości mogące obsługiwać różne działy gospodarki narodowej, w tym również służyć obsłudze ruchu turystycznego,
  - obiekty stanowiące wyposażenie np. rejonu, szlaku, miejscowości obsługujące wyłącznie ruch turystyczny,
  - obiekty gastronomiczno-usługowe.
  - obiekty umożliwiające dojazd do miejscowości turystycznych.
58. Działalność mająca na celu przystosowanie środowiska geograficznego dla potrzeb turystyki to:
- pojemność turystyczna,
  - chłonność naturalna,
  - zagospodarowanie inżynieryjne,
  - zagospodarowanie turystyczne.
59. Wskaźnik chłonności naturalnej środowiska oznacza:
- odnosi się do maksymalnej liczby turystów, która może penetrować obszar,
  - wielkość dopuszczalnego obciążenia na jednostkę powierzchni, która nie powoduje degradacji środowiska,
  - oznacza maksymalną liczbę turystów, która może korzystać z infrastruktury turystycznej,
  - optymalne rozmieszczenie turystów w przestrzeni.
60. Ekopolityka w regionach polega na:
- eliminowaniu zagrożeń i czynników degradacji przyrody,
  - eliminowaniu zagrożeń i czynników degradacji kultury,
  - A+ B+ D,
  - wykorzystaniu walorów turystycznych zgodnie z predyspozycjami przyrodniczymi regionów.