

Тест ::: ФФКСЗ_017_Маг_2020

Розробники:

Тема :: Олімпійський та професійний спорт

1. Назвіть причини, чому телебачення стало ведучим фактором розвитку спорту
 - телебачення впливає на зміну географії розміщення команд
 - телебачення формує систему загальнонаціональних цінностей у суспільстві
 - телебачення відіграє важливу роль у активізації будівництва стадіонів
 - постійний характер прибутків (багаторічні контракти не залежать від присутності людей на стадіонах)
 - продаж телеправ – основне джерело прибутків для багатьох видів спорту
 - вигода для бізнесу (за допомогою телебачення легше міняти природу спорту у необхідному для бізнесу напрямку)
2. Що, на думку тренерів, не є ключовим моментом підтримки дисципліни
 - система штрафів
 - популярність спорту
 - система відбору "Драфт"
 - вирішення спірних питань
 - купівля і продаж гравців
 - система резервування
3. Назвіть основні причини "спортивного буму" після другої світової війни
 - поява нових ліг з різних видів спорту
 - трансформація спорту у розважальний шоу-бізнес
 - сильний розвиток спортивної бази і спортивної індустрії
 - збільшення обсягу телетрансляцій
4. Які міжнародні організації, що фактично є суб'єктами інваспорту у міжнародній олімпійській системі, здійснюють управління інваспортом
 - Міжнародна федерація глухих
 - Міжнародна Сток-Мандевільська федерація спорту
 - Міжнародна організація "Спеціальні олімпіади"
 - Міжнародний паролімпійський комітет
 - Міжнародний дефлімпійський комітет
5. В чому особливість організаційної структури олімпійського спорту
 - автоматичне функціонування основних видів спорту
 - діє суворо налагоджений механізм централізованого керування у кожному окремому виді спорту
 - немає централізованого керування системою спорту
 - головна влада належить МОК
 - залежність знизу до верху обов'язкова
 - має місце чітка ієрархія усіх спортивних організацій
6. Що, на думку власників команд, їм дозволяє система резервування гравців
 - дозволяє не сплачувати податки
 - забезпечує контроль над гравцями
 - сприяє купівлі-продажу гравців
 - підтримувати змагальну рівновагу, тому що в іншому випадку багаті клуби можуть скупити всіх кращих гравців
 - відшкодовувати засоби, вкладені в набір і підготовку гравців
7. За підсумками виступів у турнірах Великого шолому проводяться
 - у жінок – Челенджери
 - у жінок – Світова серія
 - у чоловіків – Чемпіонат світу
 - у чоловіків – Чемпіонська серія
 - у жінок – турнір Майстер
 - у чоловіків – Кубок великого шолома
8. Назвіть чинники, якими надалі визначатиметься допуск спортсменів-професіоналів на Олімпійські Ігри
 - надання міжнародним спортивним федераціям права допуску спортсменів на Олімпійські Ігри
 - Рішення НОК про допуск спортсменів
 - прагнення зберегти основні принципи класичного олімпізму
 - рішень самих професійних спортсменів про доцільність виступів на Олімпійських іграх
 - позиції фірм, з якими професійні спортсмени уклали контракти
 - позиції різних міжнародних спортивних федерацій
9. Які задачі спортивного відбору ставляться на заключному етапі
 - виявлення здібностей до перенесення високих тренувальних і змагальних навантажень
 - встановлення здібностей до досягнення результатів міжнародного класу
 - виявлення здібностей до ефективного спортивного вдосконалення
 - визначення доцільності продовження спортивної кар'єри
 - виявлення здібностей до досягнення результатів і їх підвищення
10. Що передбачав "Закон про червоний прапор" прийнятий в автогонках у 1865 році
 - на передньому бампері автомобіля повинен бути прикріплений червоний прапорець

- на задньому бампері автомобіля повинен бути прикріплений червоний прапорець
 - перед останнім колом гонки вивішується червоний прапор
 - автомобіль повинен рухатися з швидкістю 4 милі на годину
 - перед автомобілем обов'язково повинна стояти людина з червоним прапорцем
 - в кожному автомобілі повинні сидіти два водії
11. Які із вказаних ознак не є ключовими ознаками економічної ефективності системи змагань у професійному спорті
- створення пільгових умов для команд і спортсменів, які на попередніх етапах змагань чи у попередніх турнірах мали вищий рейтинг
 - економія коштів і часу на турнірні переїзди
 - визначення оптимальної кількості стартів на протязі одного сезону
 - стабільність календаря змагань
 - висока конкурентна боротьба і непередбачуваність переможця
 - специфіка виду спорту
 - розподіл команд на дивізіони, підгрупи за територіальною ознакою
 - регулярність проведення змагань
12. Яку нагороду отримує абсолютний переможець "Діамантової ліги"
- 8 млн. дол
 - 1 млн. дол
 - 480 тис. дол
 - діамантовий кубок
 - 40 тис. дол
13. Як розміщуються на олімпійському символі переплетені кільця, які символізують об'єднання в олімпійському русі п'яти континентів
- блакитне і червоне – у нижньому ряду
 - блакитне і зелене – у нижньому ряду
 - червоне, жовте і зелене – у нижньому ряду
 - блакитне, чорне – у верхньому ряду
 - жовте, зелене, червоне – у верхньому ряду
 - жовте, червоне, чорне – у верхньому ряду
 - жовте і зелене – у нижньому ряду
 - блакитне, чорне, червоне – у верхньому ряду
14. Які класифікації розподілу спортсменів різних нозологій на змагальні групи існують у паралімпійському спорті
- індивідуальна
 - демонстраційна
 - комплексна
 - функціональна
 - загальна
15. Які кольори майок отримують учасники Тур де Франс
- Жовта – гонщик, який має найбільшу кількість очок у спринтерському заліку
 - Біла – лідер Тур де Франс по часу
 - Горохова – молодий гонщик (молодший 25 років на 1 січня того року, в якому проходить гонка)
 - Зелена – лідер Тур де Франс по часу
 - Біла – молодий гонщик (молодший 25 років на 1 січня того року, в якому проходить гонка)
 - Зелена – гонщик, який має найбільшу кількість очок у спринтерському заліку
 - Жовта – лідер Тур де Франс по часу
 - Горохова – горний король
16. Які мови використовуються на сесіях МОК
- польська
 - чеська
 - італійська
 - німецька
 - іспанська
 - англійська
 - французька
17. Які змагання з легкої атлетики є комерційними
- Кубок світу на відкритих стадіонах
 - Чемпіонат світу в приміщенні
 - Чемпіонат Європи на відкритих стадіонах
 - Літні Олімпійські ігри
 - Діамантова ліга
 - Гран-прі
18. В чому особливість організаційної структури професійного спорту
- має міцну чітку ієрархію усіх спортивних організацій
 - головна влада належить МОК
 - залежність знизу до верху обов'язкова
 - автоматичне функціонування основних видів спорту
 - діє суворо налагоджений механізм централізованого керування у кожному окремому виді спорту
 - немає централізованого керування системою спорту
19. Назвіть основні причини, що спонукають бізнесменів витратити величезні гроші за право володіння командами
- надання муніципальних спортивних спорту в оренду за символічну плату
 - високий рівень заробітної плати спортсменів і тренерів
 - принцип розподілу прибутків

- диференційований підхід до оплати праці професійних спортсменів
 - задоволення особистих амбіцій
 - привілеї, зв'язані з іншим бізнесом
 - податкові привілеї
 - прибутковість капіталовкладень
20. Назвіть найбільш популярні спортивні змагання Стародавньої Греції крім Олімпійських ігор
- Дельфійські ігри
 - Іппічні ігри
 - Еллінські ігри
 - Немейські ігри
 - Піфійські ігри
 - Істмійські ігри
21. Які основні структурні одиниці функціонують у професійному спорті
- менеджери
 - засоби масової інформації
 - клуби
 - ради
 - ліги
 - асоціації
22. Орхестрика – це
- ігри, що застосовувались в підготовці дітей (рухомі ігри, вправи з предметами – обручем, диском, списом
 - рухомі дитячі ігри, вправи в танцях і бігу, виконувані під музику, різні ігри з м'ячем, стрибки
 - система фізичних вправ з програми пентатлона (біг, стрибки в довжину, метання спису, метання диску, боротьба) доповнена плаванням, веслуванням, кулачним боєм, стрільбою з лука, верховою їздою, бігом із зброєю
 - вправи, в основі яких ігри з м'ячем, акробатика, обрядові та бойові танці
23. На яких 4-х рівнях рекомендують використовувати спорт автори книги "Спорт и общественные системы" Дж.Лой, Б.Макферсон, Дж.Кеньон
- спорт – конкурентоздатність, підприємливість, творчість
 - спорт – специфічний вид життя у суспільстві
 - спорт – "друга релігія"
 - спорт – модель досягнення успіху
 - спорт як форма соціального втягнення
 - спорт як загальний інститут
 - спорт як організована гра
 - спорт як звичайна гра
24. Загальний призовий фонд "Діамантової ліги" становить (млн. доларів)
- 10
 - 9
 - 7
 - 6
 - 5
 - 8
25. Скільки кілометрів включає туристичний пішохідний перехід по Поясу Слави (Одеса)
- 150
 - 125
 - 75
 - 50
 - 100
26. Скільки днів надається учасникам "Бігу на 3100 миль самоперевершення" щоб подолати дистанцію 3100 миль (4988,97 км)
- 60
 - 57
 - 55
 - 45
 - 51
27. В якому році відбулись останні легкоатлетичні змагання "Золота ліга"
- 2010
 - 2008
 - 2007
 - 2006
 - 2009
28. З кількох етапів складається легкоатлетичні змагання "Діамантова ліга"
- 18
 - 17
 - 12
 - 9
 - 14
29. З якого року проводяться літні Паралімпійські ігри
- 1971
 - 1965
 - 1954

- 1947
 - 1960
30. Де і в якому році відбулися I Паралімпійські ігри
- Париж, 1971
 - Берлін, 1968
 - Лозанна, 1954
 - Лондон, 1947
 - Рим, 1960
31. За що у 1956 році МОК нагородив Міжнародну федерацію Сток-Мандевільських ігор Кубком Фернлі
- за пропаганду здорового способу життя серед інвалідів
 - за залучення інвалідів до спорту
 - за організацію і проведення Спеціальних Олімпіад
 - за розвиток спорту інвалідів
 - за втілення олімпійських ідеалів гуманізму
32. Коли створено Координаційний комітет для проведення спортивних змагань інвалідів
- березень 1988 р
 - травень 1983 р
 - липень 1985 р
 - березень 1982 р
 - лютий 1979 р
33. Президентом НОК України є
- Віталій Кличко
 - Петро Порошенко
 - Іван Федоренко
 - Валерій Борзов
 - Олег Блохін
 - Сергій Бубка
34. В якому році були проведені перші змагання з лижного спорту на трисліді
- 1946
 - 1954
 - 1959
 - 1962
 - 1948
35. Коли був заснований перший спортивний клуб для глухих
- 1916 р. у Відні
 - 1907 р. в Празі
 - 1875 р. у Лондоні
 - 1902 р. у Парижі
 - 1888 р. у Берліні
36. Скільки інвалідів в Україні
- понад 5 млн
 - понад 4 млн
 - понад 3 млн
 - понад 1 млн
 - понад 2 млн
37. З якого року проводяться Всесвітні ігри глухих
- 1934
 - 1930
 - 1921
 - 1924
 - 1912
38. Коли були проведені Перші міжнародні спортивні ігри Спеціальних Олімпіад
- 1981
 - 1975
 - 1962
 - 1954
 - 1968
39. В якому році люди, які перенесли операцію на серці, подолали марафонську дистанцію
- 2001
 - 1997
 - 1993
 - 1985
 - 1989
 - 1990
40. Коли вперше відбулися змагання зі стрільби з лука серед інвалідів на візках у Сток-Мандевільському госпіталі
- 18 липня 1952 р
 - 11 червня 1951 р
 - 15 серпня 1949 р
 - 28 липня 1948 р
41. НОК України це
- громадський виконавчий орган Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України
 - державний орган виконавчої влади, який керує діяльністю спортивних організацій України

- державна спортивна організація, яка керує олімпійським рухом в Україні
 - громадська організація, що опікується участю українських спортсменів в Олімпійських іграх, діючи відповідно до положень Олімпійської хартії
42. Скільки є основних періодів розвитку Паралімпійських ігор
- 7
 - 6
 - 5
 - 2
 - 3
 - 4
43. На якому Олімпійському конгресі в обговоренні проблеми аматорства вперше брали участь самі спортсмени
- на XII у 1994р. в Парижі
 - на X в 1973р. у Варні
 - на IX у 1930р. в Берліні
 - на VIII у 1925р. в Парижі
 - на XI у 1981р. в Баден-Бадені
44. Коли вперше з'явилося поняття "аматор" 17
- у Франції на початку XX ст
 - в США вкінці XIX ст
 - в Хартії аматорського спортивного союзу Англії у 1886р
 - на I Олімпійському Конгресі у 1894р. в Парижі
 - в англійському спорті в першій половині XIX ст
45. Коли вперше з'явився термін оплати спортсменам "за втрачений час"
- на XI Олімпійському Конгресі 1981р. в Баден-Бадені
 - на Сесії МОК 1964р. в Токіо
 - на Сесії МОК 1947р. у Стокгольмі
 - на Сесії МОК 1920 р. в Антверпені
 - на VIII Олімпійському Конгресі 1925р. у Празі
46. В якому році вперше були опубліковані правила аматорства
- 1908
 - 1904
 - 1900
 - 1896
 - 1894
47. Коли, на думку істориків спорту, вперше було застосовано поняття "аматор" і "професіонал"
- на VI Олімпійському конгресі в 1914 р
 - на Сесії МОК 1909р. в Берліні
 - на Хельсінській регаті у 1831 р
 - на змаганнях по веслуванню в Оксфорді у 1823 р
48. Який віковий ценз рекомендований для всіх членів МОК
- 80 р
 - 75 р
 - 65 р
 - 60 р
 - 70 р
49. В якому році НОК України був визнаний МОК
- 1995
 - 1994
 - 1992
 - 1991
 - 1993
50. З якого року штаб-квартира МОК знаходиться в Лозанні
- 1921
 - 1908
 - 1898
 - 1894
 - 1915
51. На яких 4-х рівнях рекомендують використовувати спорт автори книги "Спорт и общественные системы" Дж.Лой, Б.Макферсон, Дж.Кеньон
- спорт – специфічний вид життя у суспільстві; спорт як організована гра; спорт як загальний інститут; спорт – підприємливість, творчість, конкурентноздатність
 - спорт як звичайна гра; спорт як організована гра; спорт – "друга релігія"; спорт як форма соціального втягнення
 - спорт як звичайна гра; спорт як організована гра; спорт як загальний інститут; спорт – модель досягнення успіху
 - спорт як звичайна гра; спорт як суспільна підтримка індивідуального успіху; спорт як загальний інститут; спорт як форма соціального втягнення
 - спорт як звичайна гра; спорт як організована гра; спорт як загальний інститут; спорт як форма соціального втягнення
52. Скільки основоположних принципів відкривають Олімпійську Хартію
- 8
 - 6

- 5
 - 4
 - 7
53. Яке призначення орхестрики
- доповнення до фізичного, інтелектуального та естетичного виховання
 - доповнювала заняття у військовій справі, управлінні державою, філософії, ораторському мистецтві
 - визначала основний зміст фізичного виховання молоді
 - була доповненням до палестри і вирішувала завдання вдосконалення спритності, підготовки до тренувальних занять і змагань
54. Що означає давньогрецький термін "екехерія"
- заборона отримувати за перемогу будь-яку винагороду
 - указ про обов'язкову участь в Олімпійських іграх видатних політичних і військових діячів
 - календар проведення Олімпійських ігор
 - традиція, що забороняла всім містам-державам вести війни в період проведення Олімпійських ігор
55. Палестра – це
- ігри, що застосовувались в підготовці дітей (рухомі ігри, вправи з предметами – обручем, диском, списом
 - вправи, в основі яких ігри з м'ячем, акробатика, обрядові та бойові танці
 - рухомі дитячі ігри, вправи в танцях і бігу, виконувані під музику, різні ігри з м'ячем, стрибки
 - система фізичних вправ з програми пентатлона (біг, стрибки в довжину, метання спису, метання диску, боротьба) доповнена плаванням, веслуванням, кулачним боєм, стрільбою з лука, верховою їздою, бігом із зброєю
56. Яке призначення палестри
- доповнення до фізичного, інтелектуального та естетичного виховання
 - доповнювала заняття у військовій справі, управлінні державою, філософії, ораторському мистецтві
 - була доповненням до орхестрики і вирішувала завдання вдосконалення спритності, підготовки до тренувальних занять і змагань
 - визначала основний зміст фізичного виховання молоді
57. Спортивна кваліфікація – це
- стан спортсмена, під час якого він показує найвищий спортивний результат
 - високий рівень загальної та спеціальної тренуваності спортсмена
 - найвищий рівень фізичної, технічної та психологічної підготовки спортсмена
 - рівень спортивної майстерності спортсмена
 - стійка характеристика спортсмена, що відображає підсумки виступу в змаганнях за певний проміжок часу
58. Олімпійська хартія – це
- основний правовий документ діяльності МОК і всіх структурних одиниць олімпійського руху
 - збірка уставних документів, яка регулює взаємовідносини в Олімпійському русі
 - система відбору учасників Олімпійських ігор і виявлення переможців
 - один з ритуалів на урочистій церемонії відкриття Олімпійських ігор
 - правила і офіційні роз'яснення МОК, в яких викладені основоположні принципи розвитку олімпійського руху і проведення Олімпійських ігор
59. Як розміщуються на олімпійському символі переплетені кільця, які символізують об'єднання в олімпійському русі п'яти континентів
- жовте, зелене і чорне – у верхньому ряду, блакитне і червоне – у нижньому
 - зелене, блакитне, червоне – у верхньому ряду, чорне і жовте – у нижньому
 - блакитне, чорне – у верхньому ряду, червоне, жовте і зелене – у нижньому
 - жовте, червоне, чорне – у верхньому ряду, блакитне і зелене – у нижньому
 - блакитне, чорне, червоне – у верхньому ряду, жовте і зелене – у нижньому
60. Корпоративна форма володіння командами це
- командою володіє телекомпанія
 - командою володіють самі болільники
 - командою володіє видавничий концерн
 - командою володіє корпорація або команда

Тема :: Легка атлетика з методикою викладання

61. Яка вага чоловічого списа
 - 700 гр
 - 1 кг
 - 600 гр
 - 800 гр
62. Який мінімальний склад суддівської бригади, яка обслуговує стрибки в довжину
 - 2 чол
 - 8 чол
 - 4 чол
 - 5 чол
63. Яка відстань від старту до першого бар'єра у бігу на 400 м з/б
 - 50 м
 - 45 м
 - 35 м
 - 40 м
64. Які види десятиборства виконуються в другий день змагань
 - 100 м, стрибок у довжину, штовхання ядра, стрибок у висоту, 400 м
 - 110 м з/б, метання диску, стрибок з жердиною, метання списа, 1500 м
65. В якому положенні повинен очікувати партнера спортсмен, який приймає естафету
 - положення високого старту
 - положення високого старту з опорою на руку
 - положення низького старту
66. У скільки бігових кроків спортсмен долає відстань від стартової лінії до першого бар'єра (110 м)
 - 7-8
 - 6
 - 9-10
 - 11
67. Яку аббревіатуру має Міжнародна асоціація легкоатлетичних асоціацій
 - IAAF
 - FIFA
 - FSNA
 - FILA
68. У якому вихідному положенні повинен знаходитись спортсмен перед штовханням ядра
 - боком до напрямку метання
 - індивідуально
 - спиною до напрямку метання
69. На які етапи ділиться змагальний період тренування легкоатлетів
 - основних і фінальних змагань
 - підготовчий, змагальний
 - ранній змагальний і основних змагань
70. Якому виду метань відповідає даний кут вильоту 27-30 градусів
 - диску
 - ядру
 - гранаті
 - спису
71. З яких частин складається спис
 - наконечник, ручка, хвостова частина
 - наконечник, корпус, обмотка
 - передня частина, ручка, корпус
72. Які основні завдання вирішує спортсмен під час розбігу в стрибках в довжину
 - здійснити розбіг на максимальній швидкості
 - підібрати розбіг
 - набрати швидкість і створити зручні умови для виконання відштовхування
73. Скільки кидкових кроків виконує спортсмен під час метання спису
 - 3-5
 - 1
 - 2-4
74. Якої ваги ядро для чоловіків
 - 5.250 кг
 - 7.00 кг
 - 7.257 кг
75. До яких видів вправ відносять легкоатлетичні стрибки
 - складно-координаційних
 - циклічних
 - ациклічних
76. Яким (за напрямком) руху здійснюється розгін в метаннях
 - обертальним
 - обертальним і прямолінійним
 - обертально-поступальним

- поступальним
77. В якому періоді річного циклу тренування виконується найбільша кількість вправ на розвиток силових якостей
- змагальному
 - перехідному
 - підготовчому
78. Назвіть період річного тренування легкоатлетів, в якому обсяг навантажень є найбільшим
- перехідний період
 - змагальний період
 - підготовчий період
79. В яких бігових дисциплінах змагання проводяться на окремих доріжках
- біг на середні дистанції
 - біг на довгі дистанції
 - біг на короткі дистанції
80. В якому напрямку здійснюється біг на стадіоні
- за годинниковою стрілкою
 - проти годинникової стрілки
81. Яка ширина обмотки на жіночому списі
- 11-12 см
 - 12-13 см
 - 15-16 см
 - 14-15 см
82. Як визначається порядок виконання спроб у метальників
- за вагою метальника
 - за алфавітом
 - за кращим заявленим результатом
 - жеребкуванням
83. Які види легкої атлетики виконуються в семиборстві в I-й день змагань
- 100 м, метання списа, стрибок у довжину, 400 м
 - 100 м з/б, стрибок у висоту, штовхання ядра, 200 м
84. Назвіть способи розгону снаряда в штовханні ядра
- схресним кроком
 - стрибком
 - скоком і обертанням
85. Яка висота бар'єрів для чоловіків на дистанції 400 м
- 84 см
 - 100 см
 - 91.4 см
 - 76.2 см
86. Хто не входить до складу суддівської колегії
- менеджер змагань
 - рефері
 - головний секретар
 - головний секундант
87. Яка кількість стартуючих в одному забігу на доріжці стадіону не повинна бути перевищена під час проведення змагань з бігу або ходьби на дистанціях 5000 м і більше
- 15 чол
 - 20 чол
 - 30 чол
 - 25 чол
88. Які з перерахованих методів не відносяться до методів тренування
- потоковий
 - інтервальний
 - коловий
89. Перерахуйте складові частини техніки потрійного стрибка
- розбіг, стрибок, крок
 - розбіг, крок, стрибок
 - розбіг, скік, крок, стрибок
90. З яких частин складається техніка метання списа
- розбіг, схресні кроки, фінальне зусилля
 - вихідне положення, тримання снаряда, розбіг, фінальне зусилля і гальмування перед планкою
91. Яка ширина ліній, що розмежовують бігові доріжки
- 5 см
 - 3 см
 - 6 см
 - 10 см
92. Яка відстань між стійками у стрибках у висоту
- 4.00 – 4.04
 - 3.50 – 3.54
 - 4.50 – 4.54
93. Скільки спортсменів отримує право на три додаткових спроби в змаганнях метальників
- 8
 - 3

- 6
 - 10
94. Який розмір сектора для стрибків у висоту
- 90
 - 80
 - 150
95. Яка вага чоловічого диска
- 2 кг
 - 1 кг
 - 1,5 кг
 - 3 кг
96. Яким документом регламентуються змагання з легкої атлетики
- Положенням про змагання
 - протоколом змагань
97. Вкажіть, які з перерахованих фаз не стосуються техніки стрибка в довжину
- політ
 - розбіг
 - приземлення
 - відштовхування
 - фінальне зусилля
 - перехід через планку
98. Під час виконання оберту, починаючи з вихідного положення метальник диску проходить такі фази (вказіть правильний варіант)
- двоопорну, одноопорну, без опорну і фінальну
 - двоопорну, безопірну, одноопорну, двоопорну і фінальну
 - двоопорну, одноопорну, фінальну
 - двоопорну, одноопорну, без опорну, одноопорну, двоопорну
99. Вкажіть, з якого положення метальник повинен починати виконувати фінальне зусилля
- після закінчення повороту
 - після прийняття зручного положення
 - після виконання розбігу і відведення приладу
 - з двоопорного положення
 - стоячи спиною до напрямку метань
100. Вкажіть на скільки останній крок розбігу в стрибках у довжину менший від попереднього
- 15-20 см
 - 20-25 см
 - залежить від підготовленості спортсмена
 - 10–15 см
 - 5-10 см
101. Вкажіть, чи буде доцільним вивчення на одному уроці стрибка у довжину способом "прогнувшись" і стрибка у висоту способом "переступання"
- так
 - буде залежати від теми уроку
 - ні
102. Вкажіть, чи буде зарахована спроба стрибуну в довжину, якщо відштовхування відбулось до бруска
- вирішує старший суддя змагань
 - якщо не було порушень правил змагань
 - так
 - ні
103. Які засоби, не використовують спортсмени під час вирішення завдання: "Навчити кидковим крокам у метанні списа"
- імітація схресного кроку
 - відведення списа на місці
 - відведення списа у ходьбі
 - метання списа зі схресного кроку в стрибку
 - виконання відведення списа в поєднанні зі схресним кроком
 - відведення списа у стрибку
104. Вкажіть, від чого залежить співвідношення ЗФП до СФП у підготовчому періоді тренування
- від календаря змагань
 - від технічної підготовленості спортсмена
 - від тренувальної бази
 - самопочуття спортсмена
 - від кваліфікації тренера
 - від кваліфікації спортсмена
105. Вкажіть, чи можуть дискваліфікувати учасника змагань із спортивної ходьби після того, як він фінішував
- ні
 - якщо суддя на дистанції подав протест
 - так
106. Напишіть, після скількох фальстартів дискваліфікують багатоборців в бігових дисциплінах
- першого
 - другого
 - третього

107. Вкажіть, що рахується порушенням правил в естафетному бігу 4x100 м
- приймаючий естафету повинен стояти перед початком бігу в зоні передачі, щоб отримати її в середині зони
 - бігти в рукавичках
 - передача палички в зоні передачі
 - біг з низького старту приймаючого естафету
 - фінішування без палички
 - перекидання палички від одного учасника іншому
108. Вкажіть, в яких видах легкої атлетики в методиці навчання стоїть завдання: "Навчити бігу по прямій."
- потрійний стрибок
 - біг на довгі дистанції
 - метання спису
 - стрибок у висоту способом "переступання"
 - спринтерський біг
 - біг на середні дистанції
109. Вкажіть, чи враховуються результати кваліфікаційних змагань для визначення переможця в змаганнях зі штовхання ядра
- ні
 - так
110. Вкажіть, в яких з перерахованих випадків, під час метання списа, спроба не зараховується
- гальмування виконано активною зміною ніг – стрибком вперед в результаті швидкого відштовхування
 - долоні змазані спеціальною рідиною для кращого захвату снаряда
 - виконавши кидок, а спис ще знаходиться в повітрі, спортсмен повертається спиною до сектора
 - спортсмен використовує рукавиці
 - якщо будь-яка частина списа торкнеться землі раніше наконечника
 - спис утримується не за обмотку
111. Вкажіть, що повинен зробити учасник змагань із спортивної ходьби після отримання попередження в знак того, що він його почув
- дати будь-який сигнал
 - зупинитись і зійти з доріжки
 - нічого не робити
 - підняти руку
 - махнути головою
112. Які завдання не відносяться до методики навчання техніки стрибка у висоту способом "фосбері-флоп"
- навчити техніки стрибка в цілому
 - навчити приземленню і переходу через планку
 - навчити дугоподібному розбігу
 - навчити техніки відштовхування
 - створити уяву про техніку стрибка
 - навчити польоту і приземленню
 - навчити дугоподібному польоту над планкою;
113. Вкажіть, яка висота бар'єрів на дистанції 100 м
- 106.7 см
 - 91.4 см
 - 100 см
 - 104.7 см
 - 84 см
 - 76.2 см
114. Вкажіть на які за характером рухової активності поділяються легкоатлетичні вправи
- силові
 - змішані
 - координаційні
 - швидкісно-силові
 - вправи на виявлення витривалості
115. Виберіть вірні твердження щодо техніки штовхання ядра
- ядро утримується біля плеча
 - скік виконується на різнойменній метаючій руці нозі
 - кут вильоту ядра 40 ± 2 градуси
 - ядро у фінальному зусиллі розганяється у такій послідовності: ноги-рука-тулуб
 - основний розгін приладу виконується в двоопорному положенні
 - ступінь володіння технікою штовхання ядра можна оцінити за різницею між дальністю поштовху з місця і зі скоку
116. Вкажіть, який період в спортивній ходьбі за часом виконання менший
- одноопорний
 - двохопорний
117. Вкажіть, на якій відстані від проекції планки здійснюється відштовхування в стрибку у висоту способом "переступання"
- 60-80 см
 - 20-40 см
 - 40-60 см
 - 80-100 см
118. Вкажіть, по якій частині тіла бігуна фіксується час на фініші
- тулуб

- голова
- шия
- руки
- ноги
- кисті або стопи
- будь-яка.

119. Вкажіть, скільки існує варіантів стартового розбігу в бар'єрному бігу

- 2
- 1
- 3
- 4

120. Вкажіть, яку максимальну кількість спроб в кваліфікаційних змаганнях із стрибків у довжину, потрійним та метань може виконати кожен спортсмен

- 3
- 1
- 6
- 8

Тема :: Теорія і методика підготовки спортсменів

121. Річний цикл підготовки складається з таких періодів
 - базового, ударного і змагального
 - змагального, відновлювального і перехідного
 - загально-підготовчого, спеціального і спеціалізованого
 - підготовчого змагального і перехідного
122. Формуючі мікроцикли(МКЦ) з великим сумарним обсягом роботи – це
 - відновлюючи МКЦ
 - втягуючі МКЦ
 - змагальні МКЦ
 - ударні МКЦ
123. Одна з найважливіших складових частин спортивного тренування, яка спрямована на розвиток рухових якостей – це
 - допоміжна підготовка
 - спеціальна фізична підготовленість
 - фізична підготовка
 - фізична підготовленість
124. До вольових якостей спортсменів належить
 - вміння швидко сприймати технічні новинки
 - фізична підготовленість
 - чесність і порядність
 - цілеспрямованість і наполегливість
125. Початковому розумуванню вправи характерне
 - удосконалення варіативності дії
 - стабілізація навички
 - деталізація розуміння рухової дії
 - створення загального уявлення про рухову дію
126. Мінімальна тактична інформованість для суперника є важливим показником результативності у
 - не має значення у спорті
 - складно координаційних видах спорту
 - циклічних видах спорту
 - іграх та єдиноборствах
127. Спрямованість до вищих досягнень належить до
 - завдань фізичної підготовки
 - засобів спортивної підготовки
 - дидактичних принципів
 - специфічних принципів спортивного тренування
128. Для імітаційних вправ характерні
 - словесний опис дії
 - комплекс дій, які є предметом спортивної спеціалізації
 - створення спеціального фундаменту для наступної спортивної діяльності
 - збереження загальної структури основних вправ, але з полегшеними умовами виконання
129. Підвідні вправи використовуються для
 - всебічного гармонійного розвитку
 - удосконалення тактики виду спорту
 - забезпечення безперервного методу тренування
 - полегшення засвоєння техніки вправ
130. Основним завданням безперервного методу є
 - підвищення технічної підготовленості
 - розвиток швидкісно-силових якостей
 - підвищення анаеробних можливостей спортсменів
 - підвищення аеробних можливостей і розвитку витривалості
131. Які з перерахованих нижче варіантів не впливають на результат в змаганнях
 - географічне положення
 - суддівство
 - висвітлення змагань в ЗМІ
 - поведінка болельників
132. Які види спорту належать до групи з об'єктивно вимірюваним результатом
 - фігурне катання
 - фехтування
 - футбол
 - легка атлетика
133. На скільки груп поділяють види спорту за способом визначення результату в змаганнях
 - шість груп
 - п'ять груп
 - дві групи
 - чотири групи
134. Вкажіть спосіб проведення змагань при якому спортсмени змагаються за принципом: програв – вибув
 - змішаний
 - коловий

- відбірково-коловий
 - спосіб прямого вибування
135. В яких змаганнях спортсмену потрібно показати найвищий результат
- відбіркові
 - контрольні
 - підвідні
 - головні
136. Який принцип забезпечується дією правил змагань, об'єктивними способами реєстрації спортивних досягнень, рівністю умов для всіх спортсменів
- циклічність
 - можливість практичного повторення досвіду
 - порівнянність результатів
 - гласність
137. Які засоби передбачають переважний вплив на окремі функціональні системи або їх ланки
- засоби загально тонізуючої дії
 - фармакологічні засоби
 - засоби вибіркової дії
 - засоби глобальної дії
138. Зазначте у якому з документів обліку фіксують відновлювальні заходи
- лікарсько-контрольні картки
 - щоденник самоконтролю
 - журнал відвідування
 - протокол змагань
139. Вкажіть вид планування на період до одного року
- базове
 - оперативне
 - поточне
 - перспективне
140. Який етап включає в себе багаторічна підготовка спортсмена
- заключної
 - тренувальної
 - спеціалізованої базової підготовки
 - інтегральної
141. В якому виді спорту вперше зафіксований смертельний випадок через використання допінгу
- легка атлетика
 - велоспорт
 - важка атлетика
 - футбол
142. Коли вперше спортсмена позбавили олімпійської медалі
- Сеул-88
 - Монреал-76
 - Мюнхен-72
 - Москва-80
143. Коли була створена медична комісія МОК
- в 40-х роках
 - в 80-х роках
 - в 60-х роках
 - в 20-х роках
144. Які препарати належать до допінгових
- адаптогени рослинного походження
 - адаптогени тваринного походження
 - бета-блокатори
 - речовини, які стимулюють функцію кровотворення
145. Які засоби відновлення належать до медико-біологічних засобів відновлення належать
- світлове опромінювання
 - гіпнотичне навіювання
 - розминка в занятті
 - рухові переключення в програмі занять
146. Які засоби відновлення належать до психологічних засобів відновлення
- аутогенне тренування
 - харчування
 - аероіонізація
 - сауна та баня
147. Які засоби відновлення належать до педагогічних засобів відновлення
- масаж
 - музика та світломузика
 - різні види душу
 - раціональна розминка
148. Які є типи мезоциклів
- змагальні
 - підвідні
 - перехідні

- підготовчі
- 149. В якому періоді річного макроциклу використовують змагальні мікроцикли
 - змагальному
 - загальнопідготовчому
 - спеціально-підготовчому
 - перехідному
- 150. Які бувають типи мікроциклів
 - базові
 - ударні
 - передзмагальні
 - контрольні-підготовчі
- 151. Яка тривалість мезоциклу
 - 2-6 мікроциклів
 - 3-6 місяців
 - 1 тиждень
 - 1 рік
- 152. Скільки триває мікроцикл
 - 30 днів
 - 40 днів
 - 2 місяці
 - 7-10 днів
- 153. В яких заняттях передбачається вирішення завдань контролю за ефективністю процесу підготовки
 - контрольних
 - тренувальних
 - навчальних
 - підготовчих
- 154. Які заняття планують так, щоб основний обсяг вправ забезпечував вирішення одного завдання
 - додаткові заняття
 - заняття комплексної спрямованості
 - відновлювальні заняття
 - заняття вибіркової спрямованості
- 155. Які з цих здібностей належать до координаційних
 - силова витривалість
 - режим ациклічної роботи
 - швидко-силові
 - довільне розслаблення м'язів
- 156. В якій частині заняття вивчається техніка вправ
 - заключній
 - спеціально-підготовчій
 - підготовчій
 - основній
- 157. Які основні методи для розвитку витривалості
 - метод вивчення вправи в цілому
 - коловий
 - метод часткової регламентації
 - інтервальний
- 158. Яка властивість ЦНС дає змогу запам'ятовувати рухи і відтворювати їх у разі необхідності
 - чуття ритму
 - швидкість реагування
 - рухова пам'ять
 - внутрим'язева координація
- 159. Які джерела мають вирішальне значення для забезпечення роботи тривалістю 20 сек
 - змішані
 - аеробні
 - алактатні анаеробні
 - лактатні анаеробні
- 160. В якому режимі роботи м'язів приріст сили спостерігається відносно тієї частини траєкторії руху, яка відповідає виконуваним вправам
 - режим змінних опорів
 - ізотонічний
 - ізокінетичний
 - ізометричний
- 161. Назвіть статичний режим м'язових скорочень
 - ізотермічний
 - ізокінетичний
 - ізотонічний
 - ізометричний
- 162. Зазначте здатність долати опір з високою швидкістю м'язового скорочення це
 - силова витривалість
 - відносна сила
 - максимальна сила
 - вибухова сила

163. Вкажіть режими швидкісної роботи
- швидкісна витривалість
 - спеціальна витривалість
 - стартовий розгін
 - вибухова сила
164. Який з напрямків психологічної підготовки дозволяє спортсмену шляхом уявного розумового відтворення краще засвоювати техніко-тактичні варіанти рухових дій
- вольова підготовка
 - удосконалення швидкості реагування
 - удосконалення спеціалізованих вмінь
 - ідеомоторне тренування
165. Як можна підвищити рівень гнучкості
- сном
 - тривалими паузами відпочинку
 - масажем
 - швидкісними вправами
166. До якого віку спостерігається найкраща рухливість в суглобах
- 3-8 років
 - 15-18 років
 - 10-14 років
 - 2-4 років
167. На які складові поділяється фізична підготовка
- інтегральну
 - базову і додаткову
 - спеціально-психічну і вольову
 - загальну і спеціальну
168. Назвіть скільки є типів уваги
- 5
 - 4
 - 2
 - 3
169. В якому стартовому стані спортсмен агресивний та нетерпимий до оточуючих
- стан недостатнього збудження
 - стан оптимального збудження
 - стан гальмування внаслідок перезбудження
 - стан надмірного збудження
170. Зазначте один з напрямків психологічної підготовки
- створення рухової навички
 - удосконалення тактичного мислення
 - вольова підготовка
 - поглиблена спеціалізація
171. Вкажіть види спортивної тактики
- групова
 - фронтальна
 - наступальна
 - індивідуальна
172. Вкажіть методи, які моделюють діяльність спортсмена
- втягуюче тренування
 - ідеомоторне тренування
 - аутогенне тренування
 - тренування з умовним суперником
173. Які фактори впливають на вибір тактики
- тактичне формування
 - тактична витривалість
 - тактична розминка
 - специфіка виду спорту
174. Скільки існує етапів та стадій технічної підготовки
- 5 етапів і 3 стадії
 - 3 етапи і 3 стадії
 - 2 етапи і 3 стадії
 - 3 етапи і 5 стадій
175. Чим зумовлюється результативність техніки
- силовою витривалістю
 - вольовою підготовкою
 - соматичним збудженням
 - варіативністю техніки
176. Назвіть специфічні принципи спортивного тренування
- регулювання психічної напруги
 - оволодіння тактичними діями
 - систематичність
 - поглиблена спеціалізація
177. Вкажіть варіанти використання змагального методу

- прогресуючий варіант вправи
 - колове тренування
 - хвилеподібність навантажень
 - ускладнені умови змагань
178. Зазначте варіанти інтервального методу тренування
- основний
 - безперервний
 - перспективний
 - прогресуючий
179. Вкажіть методи практичних вправ
- наочні методи
 - словесні
 - методи, спрямовані на зміцнення вольових якостей
 - методи, спрямовані на розвиток фізичних якостей
180. Засоби спортивної підготовки
- варіативні
 - ігрові
 - загальні
 - змагальні

Тема :: Гімнастика з методикою викладання

181. Назвіть основний документ змагань
 - документи мандатної комісії
 - заявки
 - протоколи змагань
 - положення про змагання
182. Який вид змагань передбачає повідомлення учасника програми змагань не раніше ніж за годину до них
 - відбіркові
 - навчальні
 - з листа
 - кубкові
183. До третього етапу підготовки змагань з гімнастики не належить
 - остаточне комплектування суддівських бригад, проведення нарад у суддівських бригадах, пробне практичне суддівство під час опробування приладів
 - проведення наради головної суддівської колегії з представниками і тренерами команд
 - заповнення робочих і зведених протоколів
 - розсилання положення про змагання
184. Вкажіть, хто з названих осіб повинен чітко керувати всім процесом змагань, стежити за суворим виконанням правил учасниками і суддями
 - головний суддя
 - комендант змагань
 - суддя при учасниках
 - суддя інформатор
185. Вкажіть, хто дає дозвіл кореспондентам фотографувати учасників і брати у них інтерв'ю
 - суддя при учасниках
 - самі учасники
 - головний суддя
 - тренери
186. Чи має право головний суддя зменшити або збільшити одну з оцінок, якщо розбіжність в оцінках більше від допустимої
 - має право
 - не має права
 - має право, але потрібно його погодити з суддівською колегією
187. Кожний учасник змагань згідно з правилами не має права
 - користуватися своїми накладками, магnezією, каніфоллю тощо
 - на опробування приладу протягом 30-40 секунд
 - безпосередньо звертатися до старшого судді або в головну суддівську колегію
188. Вкажіть, хто безпосередньо оцінює якість виконання вправ гімнастами
 - суддя при учасниках
 - головний суддя
 - головний секретар
 - судді
189. За допущення грубих (великих) помилок в гімнастиці знімається
 - більше 2 балів
 - від 0,4 до 0,1 бала
 - 0,5 бала
 - більше 1 бала
190. Зниження оцінки в балах за дрібні помилки складає
 - 0,05 бала
 - 0,2 бала
 - 0,1 бала
191. Суддівство змагань на окремих видах гімнастики виду багатоборства здійснюється з
 - 5 балів
 - 10 балів
 - 12 балів
192. Зв'язуючою ланкою між учасниками змагань і головною суддівською колегією є
 - суддя при учасниках
 - капітан команди
 - представник команди
 - тренер команди
193. За середні (значні) помилки під час виконання вправ знімається
 - 0,2-0,3 бала
 - 0,3-0,4 бала
 - 0,5 бала
 - 0,1-0,2 бала
194. Які помилки вважаються середніми
 - недостатня виразність, неправильне положення голови, рук, ніг, кистей, носків, відсутність легкості, недостатність амплітуди, не досить м'яке приземлення
 - велике згинання рук, ніг, тулуба, зупинка в темпових вправах, падіння, додаткова опора, виконання силових елементів темпом і навпаки у статичних елементах – зупинка менше половини потрібного часу

- невпевненість, напруженість, значне згинання рук, ніг, тулуба, розведення ніг, затримка темпу, втрата рівноваги, сходження з місця під час приземлення, виконання силових елементів незначним ривком і навпаки
195. Які помилки вважаються дрібними
- невпевненість, напруженість, значне згинання рук, ніг, тулуба, розведення ніг, затримка темпу, втрата рівноваги, сходження з місця під час приземлення, виконання силових елементів незначним ривком і навпаки
 - велике згинання рук, ніг, тулуба, зупинка в темпових вправах, падіння, додаткова опора, виконання силових елементів темпом і навпаки у статичних елементах – зупинка менше половини потрібного часу
 - недостатня виразність, неправильне положення голови, рук, ніг, кистей, носків, відсутність легкості, недостатність амплітуди, не досить м'яке приземлення
196. Які помилки вважаються грубими
- невпевненість, напруженість, значне згинання рук, ніг, тулуба, розведення ніг, затримка темпу, втрата рівноваги, сходження з місця під час приземлення, виконання силових елементів незначним ривком і навпаки
 - недостатня виразність, неправильне положення голови, рук, ніг, кистей, носків, відсутність легкості, недостатність амплітуди, не досить м'яке приземлення
 - велике згинання рук, ніг, тулуба, зупинка в темпових вправах, падіння, додаткова опора, виконання силових елементів темпом і навпаки у статичних елементах – зупинка менше половини потрібного часу
197. Якщо гімнаст не виконав елемент, то це карається наступними знижками
- 1 бал
 - знімається вартість додатково за помилки, допущені під час його виконання
 - знімається повністю вартість елемента
198. Остаточну оцінку при трьох суддях виводять наступним чином
- виводять середню оцінку з двох крайніх
 - виводять середнє арифметичне з усіх оцінок
 - беруть середню оцінку (відкидають найбільші та найменші)
199. Залежно від зміни положення тіла в структурі будь-якого гімнастичного елемента умовно виділяють
- спеціальні дії
 - підготовчі дії
 - основні дії
 - завершальні дії
 - підготовчі, основні, завершальні дії
200. Вкажіть, який з названих видів гімнастики відноситься до загальноорозвиваючих
- гігієнічна гімнастика
 - спортивна гімнастика
 - гімнастика на виробництві
201. Вкажіть, який з названих видів гімнастики відноситься до прикладних
- основна гімнастика
 - атлетична гімнастика
 - спортивна гімнастика
 - гімнастика на виробництві
202. Вкажіть, який з названих видів гімнастики відноситься до спортивних
- гігієнічна гімнастика
 - акробатика
 - лікувальна гімнастика
203. Зазначте, які з цих положень рук є основними
- руки перед грудьми
 - руки на пояс
 - руки вгору
204. Вкажіть, які положення рук є положеннями рук у лицевій площині
- руки назад
 - руки вперед
 - руки в сторони
205. Вкажіть, які положення рук є положеннями рук у боковій площині
- руки на пояс
 - руки вперед
206. Зазначте, які з цих положень рук є проміжними
- руки вперед
 - руки вперед-донизу
 - руки назад
207. Вкажіть, які положення рук є положеннями рук у горизонтальній площині
- руки вгору
 - руки вперед
 - руки вниз
208. Зазначте, які виси відносяться до простих
- вис лежачи
 - вис стоячи
 - вис
 - вис присівши
209. Вкажіть, яка правильна команда при розрахунку для перешикування у три шеренги
- "По три – розподілись!"

- "На перший, другий і третій – розрахуйсь!"
 - "На перший, третій – розрахуйсь!"
210. Вкажіть, яка правильна команда при розподілі для перешикування у дві шеренги
- "На перший і другий – розрахуйсь!"
 - "По два – розподілись!"
211. Вкажіть, як правильно подати команду при перешикуванні з однієї шеренги у дві
- "В дві шеренги – шикуйсь!"
 - "В дві шеренги – ставай!"
212. Зазначте, які виси відносяться до змішаних
- вис присівши
 - вис
 - вис на зігнутих руках
213. Зазначте, які упори відносяться до простих
- упор присівши на нижній жердині
 - упор кутом
214. Вкажіть правильну послідовність записування загальнорозвивальних вправ
- напрям рухів, порядковий номер вправи, вихідне положення, назва вправи, кінцеве положення
 - порядковий номер вправи, вихідне положення, назва вправи, напрям рухів, кінцеве положення
 - назва вправи, порядковий номер вправи, напрям рухів, вихідне положення, кінцеве положення
215. Зазначте, які упори відносяться до змішаних
- упор присівши
 - упор на передпліччях
 - упор на руках
 - упор кутом
216. Вкажіть, правильну послідовність записування вільних вправ
- музичний супровід, назва вправи, вихідне положення, зміст вправи з визначенням рахунку
 - зміст вправи з визначенням рахунку, вихідне положення, назва вправи, музичний супровід
 - назва вправи, музичний супровід, вихідне положення, зміст вправи з визначенням рахунку
217. Вкажіть, правильну послідовність записування вправ на гімнастичних приладах
- спосіб і напрям виконання, назва приладу, вихідне положення, назва вправи, кінцеве положення вправи
 - назва приладу, вихідне положення, назва вправи, спосіб і напрям виконання, кінцеве положення вправи
 - вихідне положення, назва приладу, спосіб і напрям виконання, кінцеве положення вправи
218. Зазначте, яке положення долонь при виконанні рук вперед, назад і вгору
- долоні всередину
 - долоні назовні
 - долоні донизу
 - долоні догори
219. Вкажіть, яка послідовність навчання перекиду вперед
- переكاتи з різних вихідних положень, групування з різних вихідних положень, перекид уперед з допомогою, перекид уперед з похилої площини, перекид уперед самостійно
 - групування з різних вихідних положень, переكاتи з різних вихідних положень, перекид уперед з похилої площини, перекид уперед з допомогою, перекид уперед самостійно
220. Вкажіть, яка команда подається для шиккування в одну шеренгу
- "В одну шеренгу – ставай!"
 - "В одну шеренгу – шикуйсь!"
221. Вкажіть, яка послідовність навчання стійки на лопатках
- переكاتи з різних вихідних положень, переكات у стійку на лопатках у групуванні, перекиди вперед і назад, стійка на лопатках з підтримкою, стійка на лопатках самостійно
 - переكات у стійку на лопатках у групуванні, переكات у стійку на лопатках у групуванні, перекиди вперед і назад, стійка на лопатках з підтримкою, стійка на лопатках самостійно
222. Вкажіть, яка послідовність навчання перекиду назад
- виконання перекиду з допомогою, навчитися групуватися з різних вихідних положень, добре засвоїти переكاتи вперед і назад, самостійне виконання
 - навчитися групуватися з різних вихідних положень, добре засвоїти переكاتи вперед і назад, виконання перекиду з допомогою, самостійне виконання
223. Вкажіть, яка послідовність навчання стійки на голові
- самостійне виконання, стійка в групуванні
 - стійка в групуванні, стійка зігнувшись силою, самостійне виконання, стійка махом однієї і поштовхом другої біля стінки
 - стійка махом однієї і поштовхом другої біля стінки, стійка з допомогою, стійка зігнувшись силою, самостійне виконання, стійка в групуванні
 - стійка в групуванні, стійка махом однієї і поштовхом другої біля стінки, стійка з допомогою, стійка зігнувшись силою, самостійне виконання
224. Вкажіть, яка послідовність навчання перекиду вперед у стійку на лопатках
- перекид уперед з похилої площини, перекид уперед з допомогою, перекид уперед самостійно; перекид вперед у стійку на лопатках, групування з різних вихідних положень, переكاتи з різних вихідних положень
 - групування з різних вихідних положень, переكاتи з різних вихідних положень, перекид уперед з похилої площини, перекид уперед з допомогою, перекид уперед самостійно; перекид вперед у стійку на лопатках
225. Вкажіть, яка послідовність навчання перевероту в сторону
- стійка на руках ноги нарізно біля стінки з опорою, стійка на руках ноги нарізно з підтримкою і коливанням у сторони, по чергово переходячи в стійку на правій і лівій руці, переверот в сторону з допомогою, самостійне виконання вправи, перекиди в сторону в групуванні

- перекиди в сторону в групуванні, стійка на руках ноги нарізно біля стінки з опорою, стійка на руках ноги нарізно з підтримкою і коливанням у сторони, почергово переходячи в стійку на правій і лівій руці, переверот в сторону з допомогою, самостійне виконання вправи
226. Вкажіть, яка послідовність навчання стійки на руках
- стійка на руках з допомогою, стійка на руках самостійно, стійка на лопатках, стійка на руках біля стінки з опорою ногами
 - стійка на голові, стійка на руках біля стінки з опорою ногами, стійка на руках з допомогою, стійка на руках самостійно, стійка на лопатках
 - стійка на лопатках, стійка на голові, стійка на руках біля стінки з опорою ногами, стійка на руках з допомогою, стійка на руках самостійно
227. Вкажіть, яка послідовність навчання "моста" з положення лежачи
- міст біля гімнастичної стінки, самостійне виконання вправи
 - виконання моста з положення лежачи з допомогою, міст біля гімнастичної стінки, самостійне виконання вправи
228. Зазначте, яке завдання, з перерахованих, належить до основних завдань уроку з гімнастики
- підготовка учнів до розв'язання основних завдань уроку
 - організація групи
 - зміцнення здоров'я дітей і забезпечення правильного гармонійного фізичного розвитку
229. Зазначте, яке завдання, з перерахованих, належить до освітніх завдань уроку
- використання після занять душі для загартування
 - зміцнення певної групи м'язів
 - формування і вдосконалення різноманітних рухових навичок як прикладного характеру, так і спеціальних гімнастичних, які мають спортивний напрям
230. Вкажіть, яка послідовність навчання стійки на передпліччях
- стійка на голові, стійка на голові і передпліччях, стійка на передпліччях з допомогою, самостійне виконання вправи
 - стійка на голові і передпліччях, стійка на передпліччях з допомогою, самостійне виконання вправи, самостійне виконання вправи
231. зазначте, яка форма занять, з перерахованих, належить до урочних форм занять
- фізкультурна хвилинка і фізкультурна пауза
 - ввідна гімнастика
 - гімнастика до занять
 - загальної фізичної підготовки
232. Зазначте, яка форма занять, з перерахованих, належить до неурочних форм занять
- спортивно-тренувальні
 - лікувальні
 - навчальні секційні уроки
 - фізкультурна хвилинка і фізкультурна пауза
233. Зазначте, яке завдання, з перерахованих, належить до виховних завдань уроку
- зміцнення певної групи м'язів
 - розвиток рухових якостей: сили, спритності, швидкості, гнучкості і витривалості
 - виховання в процесі занять моральних якостей і навичок правильної поведінки в колективі, сміливості, волі, рішучості, наполегливості, чесності тощо
234. Вкажіть, які з перерахованих, належать до основних засобів заключної частини уроку
- вправи на гімнастичних приладах
 - загальнорозвивальні вправи, вправи з предметами
 - шиккування і перешикування, вправи на місці і у русі, ходьба, біг
 - повільна ходьба, вправи на розслаблення м'язів, дихальні вправи
235. Вкажіть, які з перерахованих, належать до основних засобів підготовчої частини уроку
- вправи на гімнастичних приладах
 - елементи, поєднання і комбінації класифікаційної програми
 - шиккування і перешикування, вправи на місці і у русі, ходьба, біг
236. Вкажіть, які з перерахованих, належать до основних засобів основної частини уроку
- вправи на гімнастичних приладах
 - шиккування і перешикування, вправи на місці і у русі, ходьба, біг
237. Некласифікаційні заняття з гімнастики проводяться за програмою
- трьох видів багатоборства
 - вправи вибирають за бажанням учасників
 - шестиборства у хлопців і чотириборства у дівчат
 - зміст програми і кількість видів визначається залежно від умов
238. Виберіть правильне визначення для терміну "ритм"
- співвідношення тривалості окремих фаз рухів
 - співвідношення таких частин рухів, які можуть відрізнитись один від одного за напрямком руху і величиною
 - відношення проміжків часу, затраченого на виконання окремих частин руху
239. Остаточну оцінку при двох або чотирьох суддях виводять наступним чином
- залишають вищий бал з двох оцінок
 - відкидають крайні оцінки
 - виводять середнє арифметичне з середніх оцінок
 - виводять середнє арифметичне з усіх оцінок
240. Виберіть правильне визначення терміну "темп рухів"
- розподілення у просторі і часі своїх зусиль
 - час виконання окремих елементів вправи

- кількість рухів, які повторюються за одиницю часу

Тема :: Спортивні ігри з методикою викладання

241. З якого року баскетбол почав поширюватись в Україні
- з 1930 р.
 - з 1935 р.
 - з 1921 р.
 - з 1917 р.
242. Батьківщиною баскетболу є
- Росія
 - Шотландія
 - США
 - Англія
243. До прийомів техніки гри в баскетбол відносяться
- нападаючий удар
 - ведення м'яча
 - верхня пряма подача
 - ловіння і передача м'яча
244. Вкажіть прийом, який відноситься до техніки гри баскетбол у нападі
- подача м'яча
 - перехват м'яча
 - вибивання м'яча
 - кидок м'яча у кошик
245. Роком зародження баскетболу вважається
- 1897 р.
 - 1885 р.
 - 1893 р.
 - 1891 р.
246. В якому році змагання з баскетболу у чоловіків стали Олімпійським видом спорту
- 1930 р.
 - 1950 р.
 - 1936 р.
 - 1917 р.
247. Чи входять у розміри майданчика лінії, що обмежують
- так
 - ні
248. До техніки переміщень гравця відноситься
- перехват м'яча
 - передачі м'яча
 - кидок м'яча у кошик
 - біг, стрибки, повороти
249. До яких тактичних дій у баскетболі належить взаємодія 2-3 гравців
- індивідуальних
 - командних
 - групових
250. У баскетбол грають дві команди, кожна з яких складається
- 7 гравців
 - 5 гравців
 - 6 гравців
251. Права суддів починають діяти, коли вони з'являються на майданчику
- за 20 хв. до початку гри
 - за 10 хв. до початку гри
 - за 15 хв. до початку гри
252. Гравець має можливість здобути для своєї команди 3 очка за кидок у гри баскетбол, якщо він виконується з відстані не менше
- 6,5 м
 - 5 м
 - 6,25 м
253. Право просити хвилинну перерву має
- будь-який гравець команди
 - тренер
 - капітан команди
254. Якщо м'яч влучає у кошик, але кидок не зараховують, то введення м'яча у гру повинне робитись
- із-за лицевої лінії
 - із-за бокової лінії
255. Якщо фол був зроблений одночасно із сигналом про закінчення гри, то
- штрафні кидки не виконуються
 - штрафні кидки мають бути виконані
256. Скільки кроків з м'ячем може зробити гравець
- 6
 - 3
 - 2

- 4
- 257. У якому році в Амстердамі була створена Міжнародна аматорська федерація гандболу (ІАГФ)
 - 1928 р.
 - 1936 р.
 - 1944 р.
- 258. Чи дозволяється робити заміну воротаря перед виконанням штрафного кидка
 - так
 - ні
- 259. Яку максимальну кількість гравців по команді дозволяється подати у заявку
 - 14 чол.
 - 12 чол.
 - 16 чол.
- 260. Тривалість гри у гандбол в офіційних змаганнях триває
 - 2 x 30 хв.
 - 2 x 20 хв.
 - 2 x 15 хв.
- 261. Чемпіонат світу по гандболу серед жіночих команд проводились з
 - 1948 р.
 - 1979 р.
 - 1957 р.
- 262. Ігровий час починається
 - свистком судді
 - сиреною
 - сигналом хронометриста
- 263. Зона заміни відбувається у межах
 - 2,5 м
 - 1,5 м
 - 4,5 м
 - 3,5 м
- 264. Скільки гравців має право знаходитись на полі однієї команди
 - не більше семи
 - не більше п'яти
 - не більше чотирнадцяти
 - не більше шести
- 265. Чи вважається помилкою, якщо воротар при відбиванні м'ячів стоїть на лінії воріт у гандболі
 - так
 - ні
- 266. Скільки суддів призначається на кожну гру з різними правами
 - три
 - два
 - чотири
- 267. Лінія вільних кидків має відстань
 - 7 м
 - неважлива відстань
 - 9 м
- 268. Якщо судді констатують, що секундометрист подав фінальний сигнал (на закінчення тайм або гри) дуже рано, то вони зобов'язані
 - залишити гравців на майданчику та дограти час, що залишився
 - покарати секундометриста
 - закінчити гру
- 269. Розміри воріт: висота, ширина
 - 2:3 м
 - 3:2 м
 - 2:2 м
 - 3:3 м
- 270. Висота сітки для чоловіків та жінок
 - висота 2,43 м для чоловіків 2,24 м для жінок, вимірюється по середині сітки, по краях 2 см
 - висота 2,50 м для чоловіків 2,24 м для жінок, вимірюється по середині сітки, по краях 5 см
 - висота 2,40 м для чоловіків 2,22 м для жінок, вимірюється по середині сітки, по краях 3 см
- 271. Які розміри ігрового волейбольного майданчика
 - 20 x 9 м
 - 18 x 9 м
 - 16 x 8 м
- 272. У програму Олімпійських ігор волейбол був включений
 - 1972 р. Мельбурн
 - 1980 р. Москва
 - 1964 р. Токіо
- 273. Хто з членів команди має право звертатися до суддів за дозволом на перерви або заміни під час гри
 - всі члени команди
 - капітан
 - тренер

274. Яка максимальна кількість ударів (окрім блокування) дозволяється зробити команді для повернення м'яча через сітку
- чотири
 - три
 - два
275. Гравець торкнувся майданчика суперника. Де помилка
- ступнею на лінії
 - ступнею за лінією
 - коліном
276. До техніки гри у волейбол відноситься
- прийом і передача м'яча
 - зупинка м'яча
 - ловіння м'яча
277. Хто має право виносити покарання
- і перший, і другий суддя
 - тільки другий суддя
 - тільки перший суддя
278. Тренер команди попросив два тайм-ауті підряд, суддя не задовільнив його прохання
- суддя вирішив невірно
 - суддя вирішив вірно
 - з дозволу головного судді
279. Ліберо був учасником спроби блокування
- це дозволяється
 - попередити ліберо
 - це помилка
280. Скільки замінів може зробити Ліберо в сеті
- 6
 - 12
 - без обмежень
281. Скільки часу продовжується технічний тайм-аут
- 60 секунд
 - 90 секунд
 - 30 секунд
282. Яка країна рахується засновником футболу
- Іспанія
 - Англія
 - Бразилія
 - Франція
283. До техніки гри у волейбол належить
- приймання і передача м'яча двома руками зверху
 - приймання і передача м'яча двома руками від грудей
 - ловіння і передача м'яча у стрибку
284. Волейбол почав поширюватися в Україні з
- 1925 р.
 - 1945 р.
 - 1917 р.
285. Батьківщиною волейболу є
- Росія
 - США
 - Японія
286. В якому році була створена ФІФА
- 1904 р.
 - 1912 р.
 - 1902 р.
287. В якому році змагання з футболу стали Олімпійським видом спорту
- 1916 р.
 - 1908 р.
 - 1912 р.
 - 1904 р.
288. Вилучений гравець волейболу
- покидає майданчик і сидить на лавці команди
 - сидить в зоні покарання до кінця матчу
 - сидить в зоні покарання до кінця партії
289. Футбольний матч складається
- з двох рівних таймів по 55 хвилин
 - з двох рівних таймів по 40 хвилин
 - з двох рівних таймів по 45 хвилин
290. Між таймами період триває
- 15 хв.
 - 20 хв.
 - 10 хв.
291. Які розміри футбольних воріт

- 6,32 м x 2,22 м
 - 7,32 м x 2,44 м
 - 7,44 м x 2,64 м
292. Що повинен зробити суддя, коли гравець під час гри закурив цигарку чи розмовляє по телефону
- продовжити гру
 - видалити гравця
 - зробити попередження за неспортивну поведінку
293. Всеукраїнська громадська незалежна спортивна організація – Федерація футболу України заснована
- 13 грудня 1991 року
 - 6 березня 1991 року
 - 2 березня 1998 року
294. Гол у футболі зараховується коли
- м'яч цілком перетнув лінію воріт, розташовану між стійками і під перекладиною, і при цьому команда, що забила гол, не порушила правил
 - м'яч випадково попадає у суддю, розташованого в межах поля, і попадає у ворота
 - м'яч забитий безпосередньо після вкидання
 - м'яч перетнув частину лінії воріт, розташовану між стійками і під перекладиною, і при цьому команда, що забила гол, порушила правила
295. Заміна в футболі відбувається
- біля середньої лінії поля і тільки під час гри
 - біля середньої лінії поля і тільки під час зупинки гри
 - під час зупинки гри у місці розміщення команди
296. Заміна воротаря може бути
- будь-яким гравцем, з дозволу судді під час зупинки гри
 - будь-яким гравцем, під час гри
 - лише запасним воротарем, з дозволу судді під час зупинки гри
297. Першим президентом Всеукраїнської спортивної громадської організації «Федерація футболу України» було затверджено
- Суркіс Григорій Михайлович
 - Пустовойтенко Валерій Павлович
 - Банніков Віктор Максимович
298. Радіус кола на футбольному колі становить
- 6,15 метрів
 - 18,15 метрів
 - 9,15 метрів
299. 11-метровий м'яч призначається при порушеннях виконаних
- за межами карного майданчика, коли м'яч у грі
 - у межах карного майданчика, коли м'яч у грі
 - при порушенні дисциплінарних санкцій (жовтої та червоної картки)
300. Червона картка у футболі надається у випадку за
- зтягування поновлення гри
 - друге попередження протягом того самого матчу
 - навмисна гра рукою, що завадила супернику забити гол
 - недотримання необхідної відстані при виконанні кутового чи ін. удару