

## 7. Контрольне тестування до практичних занять

### Варіант 1

**1. Спортивний відбір це процес (продовжити визначення).**

- А) пошук людей які можуть досягти найвищого результату.
- Б) пошук спортсменів у яких добре розвинені усі фізичні якості.
- В) пошук найбільш фізично-розвинених людей.
- Г) пошук найбільш обдарованих людей.

**2. Спортивний відбір передбачає етапність та їх завдання. До якого етапу відноситься певне завдання: *Виявлення здібностей до ефективного спортивного удосконалення?***

- А) первинний.
- Б) передчасний.
- В) проміжний.
- Г) основний.

**3. Види управління у спорті.**

- А) короткостроковий, довгостроковий.
- Б) етапний, поточний, оперативний.
- В) первинний, передчасний, проміжний.
- Г) основний, поточний, оперативний.

**4. До неінвазивних методів контролю відносяться**

- А) УЗІ.
- Б) біоімпеданс.
- В) проба крові.
- Г) всі перераховані методи.

**5. На якому етапі багаторічної спортивної підготовки найбільш складно проводити перспективний відбір і прогнозування?**

- А) на початковому
- Б) на етапі спортивної спеціалізації
- В) на етапі спортивного вдосконалення
- Г) на етапі вищої спортивної майстерності

**6. Моделі, які використовуються в практиці тренувальної та змагальної діяльності, можуть бути розділені на три види:**

- А) групові, локальні, змішані.
- Б) вибіркові, колективні, поєднанні.
- В) групові, симетричні, перемінні.
- Г) узагальнені, групові, індивідуальні.

**7. Моделі відображають характеристику об'єкта або процесу, виявлену на основі дослідження щодо великої групи спортсменів певної статі, віку і кваліфікації, що займаються тим чи іншим видом спорту.**

- А) узагальнені.
- Б) групові.

- В) індивідуальні.
- Г) змішані.

**8. Що зазвичай поділяють на короткострокове, середньострокове, довгострокове, поверх-довгострокове.**

- А) моделювання.
- Б) прогнозування.
- В) контроль.
- Г) управління.

**9. У спорті, з урахуванням його специфіки та характеру розв'язуваних задач, середньострокове прогнозування пов'язане з часовими проміжками.**

- А) 1 хв.- 60 хв.
- Б) 2- 5 днів.
- В) 10-25 днів.
- Г) 7-60 днів.

**10. Прогнозування тісно пов'язано з?**

- А) контролем.
- Б) управлінням.
- В) моделюванням.
- Г) відбором.

## Варіант 2

**1. Спортивна орієнтація це (продовжити визначення).**

- А) визначення індивідуальних тактичних дій.
- Б) визначення найвищого спортивного результату.
- В) визначення перспективних напрямлень досягнення найвищої спортивної майстерності.
- Г) визначення здатності свідомо оцінювати суперника.

**2. Спортивний відбір передбачає етапність та їх завдання. До якого етапу відноситься певне завдання: *Встановлення здібностей до досягнень результатів міжнародного класу?***

- А) первинний.
- Б) передчасний.
- В) проміжний.
- Г) основний.

**3. Що відноситься до морфологічними критеріями відбору ?**

- А) розміри і вагу тіла і його частин.
- Б) фізичні якості.
- В) фізична підготовленість.
- Г) працездатність органів і систем організму.

**4. Який із видів контролю передбачає направлення на оцінку послідовного стану тренувальних чи змагальних мікроциклів.**

- А) етапний.
- Б) поточний.
- В) оперативний.
- Г) основний.

**5. Залежно від кількості завдань, обсягу показників, включених в програму досліджень, розрізняють:**

- А) поглиблений, вибірковий, локальний.
- Б) етапний, поточний, оперативний.
- В) первинний, передчасний, проміжний.
- Г) круговий, інтервальний, фронтальний.

**6. Який вид контролю передбачає оцінку стану здоров'я, можливостей різних функціональних систем, окремих органів і механізмів, що несуть основне навантаження в тренувальній і змагальній діяльності?**

- А) соціально-психологічний.
- Б) медико-біологічний.
- В) педагогічний.
- Г) комплексний контроль.

**7. Моделі які будуються на основі вивчення, конкретної сукупності спортсменів (або команди), що відрізняються специфічними ознаками в рамках того чи іншого виду спорту, називають?**

- А) узагальнені.
- Б) групові.
- В) індивідуальні.
- Г) змішані.

**8. У спорті, з урахуванням його специфіки та характеру розв'язуваних задач, короткострокове прогнозування пов'язане з часовими проміжками.**

- А) 1 хв.- 60 хв.
- Б) 2- 5 днів.
- В) 10-25 днів.
- Г) до 30 днів.

**9. Прогнозування в спорті піддаються самі різні процеси і явища. (Вкажіть не точну відповідь).**

- А) тенденції розвитку спорту.
- Б) перспективи розвитку окремих його видів.
- В) системи спортивної підготовки і змагань.
- Г) техніки і тактики окремих видів спорту.

**10. Чи може тривати поверх-довгострокове прогнозування над 100 років?**

- А) так.
- Б) ні.
- В) не більше 100-а років.
- Г) не більше 50 років.