

**АТТЕСТАЦИЯ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ РАБОТНИКОВ
на соответствие занимаемой должности**

тренер-преподаватель, инструктор-методист

ВОПРОСЫ ТЕСТОВЫХ ЗАДАНИЙ
ДЛЯ КВАЛИФИКАЦИОННОГО ИСПЫТАНИЯ
В ФОРМЕ ПИСЬМЕННОГО/КОМПЬЮТЕРНОГО ТЕСТИРОВАНИЯ

Общая характеристика тестовых материалов:

- 1. Общее количество заданий –125 (общие тесты для педагогических работников)**
- 2. Задания составлены в тестовой форме разных типов**
- 3. Все задания поделены на группы (общая, коммуникативная, информационная компетентности – инвариантная часть).**
- 4. Вариативная часть – оценивает компетенции в области осуществляемого вида деятельности.**

Нормативный блок

1. По Закону Российской Федерации «Об образовании» обязательным является:

- А. профессиональное образование;
- Б. основное общее образование;
- В. среднее (полное) общее образование.

2. Аттестация педагогического работника для установления соответствия уровня его квалификации требованиям, предъявляемым к первой или высшей квалификационным категориям, проводится на основании:

- А. заявления педагогического работника; Б. представления работодателя;
- В. заявления работодателя.

3. Несоответствие работника занимаемой должности может быть установлено:

- А. по решению педсовета;
- Б. по заявлению родителей обучающихся;
- В. по результатам аттестации.

4. В каком году был принят Закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации»?

- А. в 1990 году;
- Б. в 1992 году;
- В. в 2012 году;
- Г. в 2013 году.

5. Педагогические работники могут обратиться в аттестационную комиссию с заявлением о проведении аттестации для установления соответствия уровня их квалификации требованиям, предъявляемым к высшей квалификационной категории не раньше чем:

- А. через 2 года после установления первой квалификационной категории; Б. через 3 года после установления первой квалификационной категории;
- В. через 5 лет после установления первой квалификационной категории.

6. Продолжительность аттестации для каждого педагогического работника с начала ее проведения и до принятия решения аттестационной комиссии не должна превышать:

- А. одного года;
- Б. одного месяца;
- В. двух месяцев.

7. В соответствии с Трудовым кодексом Российской Федерации дополнительным основанием для прекращения трудового договора с педагогическим работником является:

- А. повторное в течение одного года грубое нарушение устава учреждения;
- Б. жалоба родителей;
- В. участие педагога в религиозных организациях.

8. Независимо от причины прекращения трудового договора администрация учреждения обязана выдать трудовую книжку:

- А. в день, который считается последним днем работы в данном учреждении;
- Б. только после сдачи работником числившихся за ним материальных ценностей, служебных документов;
- В. в течение трех дней со дня увольнения.

9. Должно ли учреждение дополнительного образования при приеме детей ознакомить их и (или) родителей (законных представителей) с уставом учреждения и другими документами, регламентирующими организацию образовательного процесса:

- А. да должно;
- Б. нет, не должно;
- В. как решит администрация учреждения.

Теория и методика Физического воспитания (вариативная часть)

10. Спорт – это:

- А. сфера социально-культурной деятельности как совокупность видов спорта, сложившаяся в форме соревнований и специальной практики подготовки человека к ним
- Б. вид социальной деятельности, направленный на оздоровление человека и развитие его физических способностей;
- В. специализированный педагогический процесс, построенный на системе физических упражнений и направленный на участие в спортивных соревнованиях;
- Г. педагогический процесс, направленный на морфологическое и функциональное совершенствование организма человека.

11. Официальные физкультурные мероприятия и спортивные мероприятия это

- А. физкультурные мероприятия и спортивные мероприятия, включенные в Единый календарный план Минспорта России, календарные планы физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий субъектов Российской Федерации, муниципальных образований;
- Б. физкультурные мероприятия и спортивные мероприятия, включенные в Единый календарный план Минспорта России;
- В. любое мероприятие, если имеется положение о соревновании
- Г. физкультурные мероприятия и спортивные мероприятия, включенные в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, календарные планы физкультурных

мероприятий и спортивных мероприятий субъектов Российской Федерации, муниципальных

12. К какой структурной организации относятся Федерации по видам спорта?

- А. Государственная.
- Б. Общественная.
- В. Коммерческая

13. Укажите несуществующее в Российской Федерации спортивное звание:

- А. мастер спорта России
- Б. гроссмейстер России
- В. международный мастер спорта России
- Г. мастер спорта России международного класса

14. Укажите несуществующий в Российской Федерации спортивный разряд:

- А. кандидат в мастера спорта
- Б. четвертый спортивный разряд
- В. второй юношеский спортивный разряд
- Г. третий юношеский спортивный разряд

15. Принадлежность спортсмена к физкультурно-спортивной организации определяется на основании:

- А. трудового договора или приказа о зачислении в организацию
- Б. приказа о зачислении в организацию
- В. протокола заседания тренерского совета
- Г. протокола заседания тренерского совета или паспорта спортсмена

16. При подготовке спортивного резерва устанавливаются следующие этапы многолетней подготовки спортсменов

- А. этап общефизической подготовки и этап специальной физической подготовки; Б. начальный, средний и высший;
- В. начальный этап, учебно-тренировочный, этап совершенствования спортивного мастерства, этап высшего спортивного мастерства;
- Г. спортивно-оздоровительный этап, этап начальной подготовки, учебно-тренировочный, этап совершенствования спортивного мастерства, этап высшего спортивного мастерства.

17. Укажите лишний этап многолетней подготовки спортсменов:

- А. спортивно-оздоровительный этап
- Б. учебно-тренировочный этап
- В. учебно-подготовительный этап
- Г. этап высшего спортивного мастерства

18. Для чего нельзя использовать спортивные сооружения?

- А. для проведения физкультурных мероприятий
- Б. для проведения культурных мероприятий
- В. для обслуживания спортивных и физкультурных мероприятий
- Г. для проведения банкетов

19. Единая всероссийская спортивная классификация формируется сроком на

- А. четыре года

- Б. пять лет
- В. постоянно Г.
- 10 лет

20. Количество стран, участвовавших на всех этапах для чемпионатов, кубков, первенств мира в летних видах спорта, но не менее

- А. 20
- Б. 35
- В. 38
- Г. 15

21. Количество стран, участвовавших на всех этапах для чемпионатов, кубков, первенств мира в зимних видах спорта, но не менее

- А. 20
- Б. 10
- В. 35
- Г. 15

22. Количество стран, участвовавших на всех этапах для чемпионатов, кубков, первенств Европы в летних видах спорта, но не менее

- А. 20
- Б. 10
- В. 35
- Г. 15

23. Количество участников (спортсменов, пар, групп, экипажей) спортивных команд в виде программы для чемпионатов, кубков, первенств Российской Федерации, других официальных всероссийских спортивных соревнований, но не менее

- А. 6
- Б. 10
- В. 15 Г.
- 8

24. Количество участников (спортсменов, пар, групп, экипажей) спортивных команд в виде программы для чемпионатов, кубков, первенств Федеральных округов, других официальных спортивных соревнований субъекта Российской Федерации, но не менее

- А. 6
- Б. 10
- В. 15 Г.
- 8

25. Спортивные разряды присваиваются сроком на

- А. до конца занятий спортом;
- Б. два года;
- В. один год;
- Г. постоянное время

26. Представление на присвоение спортивного разряда подается с момента выполнения спортсменом норм и требований и условий их выполнения в течении

- А. шести месяцев;

- Б. трех месяцев; В. одного года;
- Г. четырех лет.

27. Представление на присвоение спортивного звания подается с момента выполнения спортсменом норм, требований и условий их выполнения в течении

- А. шести месяцев;
- Б. трех месяцев;
- В. одного года;
- Г. олимпийского цикла

28. Методика это:

- А. совокупность различных методов, обеспечивающих успешность овладения отдельными упражнениями и форм организации занятий;
- Б. система преподавания и передачи опыта подрастающему поколению;
- В. процесс и результат человеческой деятельности, средство и способ физического совершенствования людей для выполнения ими своих социальных обязанностей.

29. Двигательное умение это:

- А. система подготовки, направленная на овладение человеком различных физических упражнений;
- Б. уровень овладения человеком двигательными способностями, при котором не требуется включение мыслительных процессов при их выполнении;
- В. уровень овладения двигательным действием, при котором управление движениями осуществляется при активной роли мышления.

30. Двигательный навык это:

- А. процесс овладения человеком двигательными способностями, необходимыми для его жизнедеятельности;
- Б. степень владения действием, при которой управление движениями происходит автоматизировано, т.е. не требуется специально направленного на них внимания; В. способность человека перемещать свое тело в пространстве и времени.

31. Спортивная тренировка это:

- А. движения или действия, используемые для развития физических способностей (качеств), органов и систем, для формирования и совершенствования двигательных навыков;
- Б. процесс спортивного совершенствования, направленный на развитие определенных качеств, способностей и формирование необходимых знаний, умений и навыков, обуславливающих готовность спортсмена к достижению наивысших результатов в избранном виде спортивной деятельности;
- В. процесс формирования двигательных навыков и развития физических способностей (качеств), необходимых в конкретной профессиональной или спортивной деятельности.

32. Спорт во всем мире развивается по основным:

- А. двум направлениям;
- Б. трем направлениям;
- В. четырем направлениям;
- Г. пяти направлениям.

33. Процесс, направленный на воспитание физических качеств и развитие функциональных возможностей, создающих благоприятные условия для совершенствования всех сторон подготовки, называется:

- А. физической подготовкой;
- Б. физическим совершенством;
- В. спортивной тренировкой;
- Г. учебно-тренировочным процессом.

34. Степень освоения спортсменом системы движений (техники вида спорта), соответствующей особенностям данной спортивной дисциплины и направленной на достижение высоких спортивных результатов называется:

- А. технической подготовкой;
- Б. индивидуальной особенностью техники; В. высоким уровнем технического мастерства; Г. профессиональным спортом.

35. Основными специфическими средствами спортивной тренировки являются:

- А. физические упражнения;
- Б. оздоровительные силы природы;
- В. гигиенические факторы;
- Г. тренажеры и тренажерные устройства.

36. Принципы спортивной тренировки представляют собой:

- А. наиболее важные педагогические правила рационального построения тренировочного процесса, в котором синтезированы научные данные и передовой опыт практической тренерской работы;
- Б. способы применения основных средств тренировки и совокупность приемов и правил деятельности тренера и спортсмена;
- В. внешнее выражение согласованной деятельности тренера и спортсменов, осуществляемой в определенном порядке режима;
- Г. путь достижения (реализации) цели и задач спортивной тренировки.

37. Процесс обучения двигательному действию рекомендуется начинать с освоения:

- А. основы техники
- Б. ведущего звена техники
- В. подводящих упражнений
- Г. техники выполнения движения

38. Структура процесса обучения двигательным действиям:

- А. подготовительная, основная и заключительная часть;
- Б. начальное разучивание упражнения, углубленное разучивание упражнения, закрепление и совершенствование;
- В. общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, тактическая и теоретическая подготовка.

39. Какой наиболее информативный способ отбора в спорте?

- А. игровой
- Б. соревновательный
- В. многоборный

40. Основным критерием эффективности многолетней спортивной подготовки является:

- А. наивысший спортивный результат, достигнутый в оптимальных возрастных границах для данного вида спорта;

- Б. максимальный фонд двигательных умений и навыков; В. наивысший уровень развития физических качеств;
Г. отличное здоровье спортсмена.

41. С каким принципом подготовки четырехгодичного цикла к Олимпийским играм вы согласились бы?

- А. 1. первый год: создать несколько команд молодежи (5-6)
2. второй год: создать прообраз сборной (3-4)
3. третий год: создать уточнение сборной (2-3)
4. четвертый год: планомерная подготовка сборной (1-2)

Б. по состоянию табеля о рангах чемпионата

В. по состоянию на данный момент

42. Система организационно-методических мероприятий позволяющих наметить направление специализации юного спортсмена в определенном виде спорта, называется:

- А. спортивной ориентацией;
Б. спортивным отбором;
В. анализом и оценкой одаренности;
Г. диагностикой предрасположенности.

43. Виды планирования:

- А. месячное, квартальное, годовое; Б. стратегическое, тактическое, активное;
В. перспективное; текущее, оперативное.

44. Самым длительным по времени из представленных является:

- А. Мезоцикл,
Б. Микроцикл
В. Макроцикл

45. Макроцикл тренировки включает в себя обычно:

- А. от 3 месяцев до 4 месяцев;
Б. от двух до несколько занятий;
В. от 2 недель до 6 недель; Г. от 6 месяцев до 1 года.

46. Основу двигательных способностей составляют...

- А. физические качества и двигательные умения;
Б. сила, быстрота, выносливость; В. гибкость и координированность;
Г. двигательные автоматизмы.

47. Динамика спортивной формы носит:

- А. прямолинейный стабильный характер;
Б. прямолинейный прогрессирующий характер;
В. волнообразный характер с пиками и спадами;
Г. характеризуется относительной стабильностью.

48. На что акцентируется внимание начинающих спортсменов?

- А. сила
Б. выносливость
В. телосложение Г. техника

49. Под выносливостью как физическим качеством понимается...

- А. комплекс свойств, определяющих способность противостоять утомлению;
- Б. комплекс свойств, обуславливающий возможность выполнять разнообразные физические нагрузки;
- В. способность длительно совершать физическую работу, практически не утомляясь;
- Г. способность сохранять заданные параметры работы.

50. Что является результатом выполнения силовых упражнений с большим отягощением?

- А. повышение уровня функциональных возможностей организма;
- Б. увеличение объема мышц;
- В. укрепление опорно-двигательного аппарата;
- Г. быстрый рост абсолютной силы.

51. Лучшие условия для развития быстроты реакции создаются во время...

- А. подвижных и спортивных игр;
- Б. скоростно-силовых упражнений; В. выпрыгивания вверх с места;
- Г. ведения мяча «змейкой».

52. Комплекс свойств индивида, в решающей мере определяющих его способность противостоять утомлению в процессе деятельности:

- А. выносливость
- Б. концентрация
- В. работоспособность
- Г. сила

53. Какие факторы преимущественно обуславливают уровень проявления общей выносливости?

- А. скоростно-силовые способности;
- Б. лично-психические качества;
- В. факторы функциональной экономичности;
- Г. аэробные возможности

54. Основу двигательных способностей составляют...

- А. двигательные автоматизмы;
- Б. сила, быстрота, выносливость;
- В. гибкость и координированность
- Г. физические качества и двигательные умения

55. Комплекс функциональных свойств, обеспечивающих выполнение двигательных действий в минимальное время:

- А. Скорость движения
- Б. Скоростные способности
- В. Быстрота движений
- Г. Координация

56. Какая форма проявления скоростных способностей определяется по так называемому латентному (скрытому) периоду реакции?

- А. быстрота двигательной реакции;
- Б. скорость одиночного движения;
- В. частота движений;
- С. ускорение

57. Силовые упражнения рекомендуется сочетать с упражнениями на

...

- А. гибкость;
- В. быстроту;
- В. выносливость;
- Г. координацию

58. Бег с остановками и изменением направления по сигналу преимущественно способствует формированию ...

- А. координации движений;
- Б. техники движений;
- В. скоростной силы;
- Г. быстроты реакции

59. Упражнения, содействующие развитию выносливости, целесообразно выполнять в

- А. конце подготовительной части занятия;
- Б. начале основной части занятия;
- В. середине основной части занятия;
- Г. конце основной части занятия

60. Упражнения, содействующие развитию быстроты, целесообразно выполнять в ...

- А. конце подготовительной части занятия;
- Б. начале основной части занятия;
- В. середине основной части занятия;
- Г. конце основной части занятия

61. Документом, представляющим все аспекты организации соревнования является

- А. календарь соревнований;
- Б. правила соревнований; В. положение о соревновании;
- Г. программа соревнований.

62. Готовность тренера оказать помощь занимающемуся, неудачно исполняющему упражнение это:

- А. помощь в выполнении задания
- Б. страховка
- В. поддержка
- Г. взаимопомощь

63. Отметьте пункт, не относящийся к основным условиям успешной учебной деятельности:

- А. равномерность;
- Б. однообразие;
- В. постепенность;
- Г. посильность психической и физической нагрузки.

64. Укажите неверный ответ. На какие уровни обученности должен ориентироваться учитель в современном образовании:

- А. уровень осознанности;
- Б. практический уровень; В. репродуктивный уровень;

Г. творческий уровень.

65. Чем необходимо руководствоваться для повышения качества обученности?

А. уровнем их репродуктивных возможностей;

Б. уровнем творческих способностей.

В. учетом возможностей, способностей и потребностей учащихся;

Г. уровнем практических навыков.

66. Социализация представляет собой:

А. процесс и результат становления человеческой индивидуальности;

Б. процесс и результат становления индивида социальным существом;

В. процесс усвоения индивидом образцов поведения, психология, механизмов, социальных норм и ценностей, необходимых для успешного функционирования индивида в данном обществе;

Г. развитие и самоизменение человека в процессе усвоения и воспроизводства культуры.

67. Укажите неверный ответ. Каковы основные направления в образовании в настоящее время:

А. социализация;

Б. гуманизация; В.

специализация. Г.

экологизация;

68. Исключите неверный ответ. Наличие воспитательной системы в школе – это: А. наличие учебного плана;

Б. скоординированность всех школьных воспитательных мероприятий;

В. согласованность действий всех лиц, коллективов, организаций и объединений, работающих в школе;

Г. логическая и целенаправленная деятельность воспитателей.

Основы медицинских знаний и техника безопасности

69. При непределных физических нагрузках повышение минутного объема кровообращения линейно связано с...

А. интенсивностью мышечной работы;

Б. экономичностью сердечной деятельности; В.

высоким уровнем общей работоспособности; Г.

частотой сердечных сокращений.

70. Физическая нагрузка низкой интенсивности соответствует ЧСС:

А. 80-100 уд.мин

Б. 100-120 уд.мин

В. 120-140 уд.мин

Г. 140-150 уд.мин

71. Начальный подготовительный период для циклических видов (темп). Какие пульсовые режимы характерны для этого периода?

А. 100 -120

Б. 120-140

В. 140-160 Г.

120-180

72. Портативный прибор экспресс диагностики количества лактата в крови:

- А. пульсометр;
- Б. динамометр;
- В. лактометр; Г. газоанализатор.

73. К состояниям, требующим отдыха и включения широкого спектра восстановительных процедур относятся:

- А. компенсированное утомление;
- Б. прогрессирующее утомление;
- В. монотопия;
- Г. перенапряжение и переутомление

74. У тренированных к физическим нагрузкам людей в состоянии покоя наблюдается:

- А. спортивная брадикардия;
- Б. спортивная тахикардия;
- В. синусовая аритмия;
- Г. нормальный ритм сердца.

75. Адреналин и норадреналин:

- А. расширяют магистральные сосуды, снижают энергообмен;
- Б. снижают возбудимость ЦНС;
- В. активируют работу сердца, сужают магистральные сосуды, повышают энергообмен и возбудимость ЦНС;
- Г. влияют на развитие вторичных половых признаков.

76. У кого МПК больше?

- А. у тренированного спринтера;
- Б. у тренированного стайера; В. у бегунов на средние дистанции;
- Г. у нетренированного человека.

77. Основной мышцей вдоха называют:

- А. дельтовидную мышцу;
- Б. грудино-ключично-сосцевидную мышцу;
- В. диафрагму; Г. ромбовидную.

78. Укажите лишнее слово не входящее в общее понятие «Ферменты пищеварения»...

- А. инсулин;
- Б. пепсин;
- В. трипсин; Г. амилаза.

79. Укажите лишнее слово не входящее в общее понятие «Белки мышц»...

- А. тироксин;
- Б. актин;
- В. миозин; Г. тропонин.

80. Укажите лишнее слово не входящие в общее понятие «Части мышечной клетки»...

- А. эритропоэтин;

- Б. саркоплазма;
- В. Z - диски;
- Г. миофибриллы.

81. Выберите правильный ответ. Уменьшение пульсового давления при нагрузке свидетельствует о:

- А. неблагоприятном типе реакции;
- Б. благоприятном типе реакции;
- В. нарушении в деятельности дыхательной системы;
- Г. появлении переутомления.

82. Признаками перетренированности спортсмена:

- А. сонливость;
- Б. повышенная возбудимость
- В. учащенное ЧСС, повышенная утомляемость

83. Признаки черепно мозговой травмы

- А. Потеря сознания, головокружение, слабость, тошнота, головная боль
- Б. Головная боль, сонливость, боли в животе
- В. Боли в шее, головная боль, сонливость
- Г. Головная боль, потливость, сонливость

84. Признаки перелома

- А. Боль, гематома, слабость
- Б. Боль, гематома, пальпация в месте гематомы болезненна
- В. Гематома, боль в месте пальпации
- Г. Выраженная боль, деформация в месте травмы, резкое ограничение подвижности травмированного участка, выраженная болезненность в месте травмы.

85. При зачислении детей в ГНП по избранному виду спорта, необходим допуск врача:

- А. Поликлиники
- Б. ВФД (врачебно-физкультурный диспансер) районного отделения
- В. Медицинский кабинет спортивной организации

86. Артериальное кровотечение (алая кровь вытекает под напором - пульсирует), необходимо:

- А. наложить давящую повязку без наложения жгута.
- Б. наложить жгут выше места повреждения.
- В. наложение жгута ниже места повреждения.

87. Венозное кровотечение (темная кровь вытекает без пульсации), необходимо:

- А. наложить давящую повязку на рану.
- Б. Наложить жгут выше травмы.
- В. наложить жгут ниже травмы.

88. При переломе конечностей необходимо произвести наложение шины:

- А. фиксируя два соседних сустава.
- Б. Фиксируя один сустав.
- В. наложение одной повязки, без фиксации.

89. При ушибе мягких тканей конечностей:

- А. Тепло на место повреждения.
- Б. Холод на место повреждения.
- В. Чередование холод-согревающая мазь.

90. Признаки сотрясения головного мозга.

А. Потеря сознания, головная боль головокружение, рвота.

Б. Головная боль.

В. Слабость, потемнение в глазах, головная боль.

91. Признаки гипогликемии (снижение уровня глюкозы в крови и ее недостаточное поступление в нервные клетки).

А. головная боль, головокружение, бледность кожных покровов, потемнение в глазах, неприятные ощущения в животе и иногда в области сердца, резкая слабость - **без потери**

СОЗНАНИЯ.

Б. гиперемия (покраснение кожных покровов).

В. возбуждение.

92. При повреждении шейных позвонков необходимо:

А. положить пострадавшего на бок.

Б. посадить.

В. фиксировать голову и шею, затем придать пострадавшему горизонтальное положение.

93. Травма головы с потерей сознания необходимо.

А. посадить.

Б. уложить пострадавшего на правый бок, ноги согнуты, голова боку, приопущена вниз.

В. положить на спину.

94. Заболевание СПИДом может привести к:

А. повышению содержания холестерина в крови;

Б. полному разрушению иммунной системы организма;

В. повышению содержания сахара в крови;

Г. уменьшению эритроцитов и гемоглобина в крови.

95. Закаливание в детских учреждениях включает:

А. воздушные и солнечные ванны, общие и местные водные процедуры;

Б. воздушные и солнечные ванны, общие и местные водные процедуры, занятия физкультурой;

В. воздушные и солнечные ванны;

Г. общие и местные водные процедуры, массаж.

96. У школьников, ведущих малоподвижный образ жизни:

А. снижается работоспособность и выносливость;

Б. ухудшается зрение;

В. улучшается осанка;

Г. повышается общий тонус организма.

97. Профилактика нарушения осанки осуществляется с помощью ...

А. скоростных упражнений;

Б. силовых упражнений;

В. упражнений на гибкость;

Г. упражнений на выносливость

История Физической культуры

98. Первые известные Олимпийские игры в истории были в

А. 755 г. до н.э. Б.

776г. до н.э.

В. 657 г. до н.э.

Г. 586 г. до н.э

99. В каком году был создан Международный олимпийский комитет (МОК).

А. 1898г.

Б. 1892г.

В. 1896г.

Г. 1894г.

100. На XIV Олимпийские игры (1948г.) МОК не допустил Восточную Германию, Западную Германию и Японию. В какой стране проходили игры?

А. Англия

Б. Италия

В. Франция

Г. Норвегия

101. Кто был основателем современного Олимпийского движения?

А. Пьер де Кубертен

Б. П.Ф.Лесгафт

В. Х.А.Самаранч

102. В каком городе, и в каком году было открыто первое учебное заведение в России, готовящее специалистов по физической культуре?

А. Москва, 1920

Б. Санкт-Петербург, 1896

В. Казань, 1912

103. Кто из спортсменов России был первым Олимпийским чемпионом?

А. Г.Зыбина

Б. В.Куц

В. Н.Панин-Коломенкин

104. В каком году были проведены первые современные олимпийские игры:

А. 1980

Б. 1896

В. 1913 Г.

1941

105. основополагающие принципы современного олимпизма изложены в ...

А. Олимпийской хартии;

Б. Олимпийской клятве;

В. Положении об олимпийской солидарности;

Г. Официальных разъяснениях МОК

106. Что изображено на эмблеме Международного олимпийского комитета:

А. голубь и девиз «Быстрее, выше, сильнее»;

Б. пять колец и девиз «Быстрее, выше, сильнее»;

В. пять колец;

Г. пять колец и девиз: «Главное не победа, а участие».

107. Какой праздник отмечается, начиная с 1939 года в нашей стране?

- А. Международный день студента;
- Б. Всесоюзный день физкультурника;
- В. Всемирный день учителя; Г. День знаний.

Коммуникативность. Психология

108. Какие две группы спортсменов можно определить по индивидуальным особенностям человека?

- А. индивидуалисты и коллективисты;
- Б. моралисты и индивидуалисты;
- В. коллективисты и оппозиционеры;

109. Высокое и продолжительное психическое напряжение ведет к...?

- А. перенапряжению;
- Б. апатии;
- В. расслаблению; Г. гневу

110. Основные психологические методы, используемые на тренировочных занятиях?

- А. распределенный и концентрированный;
- Б. интенсивный и адаптивный
- В. реабилитационный и разгрузочный;

111. Тренеры постоянно используют один из методов исследования – лонгитюдный. Что он из себя представляет? Это изучение:

- А. закономерностей формирования психических явлений;
- Б. психических явлений в данный момент их развития; В. динамики психических явлений во времени;
- Г. факторов психического развития.

112. Основу типа темперамента определяет:

- А. состояния;
- Б. свойства нервной системы; В. свойства характера;
- Г. телосложение.

113. Тип темперамента, характеризующийся легкой ранимостью и склонностью к глубоким переживаниям, присущ...

- А. сангвинику;
- Б. холерику;
- В. флегматику;
- Г. меланхолику.

114. К качествам воли не относится:

- А. преодоление препятствия;
- Б. самостоятельность;
- В. решительность; Г. целеустремленность.

115. Существует несколько определений тактики, какое из них наиболее приемлемое?

- А. действия спортсмена направленные на рациональные усилия в соревнованиях в достижении успеха (в рамках правил) Б. искусство ведения спортивной борьбы
В. рациональное использование сильных сторон команды или спортсмена и учет слабых сторон соперника (противника)

116. В чем состоят основы проявления морально-волевых качеств?

- А. в процессе воспитания человека (чувство ответственности, самопожертвования, чувства коллектива и т.д.)
Б. морально-материальные компоненты (ради чего проявляется воля - мировоззрение, идеалы, установка и мотивация)

117. К психологическим причинам, приводящим педагога к потере здоровья, относится следующая:

- А. педагогическая гибкость;
Б. межличностное общение;
В. психоэмоциональная перегруженность;
Г. соразмерное раздражителю эмоциональное реагирование.

118. Ведущую роль в психическом развитии учащихся подросткового возраста играет:

- А. труд;
Б. учение; В. общение;
Г. игра.

119. К коммуникативной компетентности педагога относится одно из следующих умений:

- А. выбирать соответствующую ситуации позицию: «над», «под», «на равных»;
Б. планировать ход урока;
В. разрабатывать инновационные педагогические технологии;
Г. определять критерии оценивания учебных достижений.

120. Оптимальным предстартовым психическим состоянием является

- А. стартовая лихорадка;
Б. стартовая апатия;
В. боевая готовность
Г. стартовое безразличие

Компьютерная грамотность

121. В текстовом редакторе Word выполнение операции Копирование становится возможным после:

- А. установки курсора в определённое положение
Б. сохранения файла
В. распечатки файла
Г. выделения фрагмента текста

122. Значок «Мой компьютер» в Windows служит для:

- А. выхода в сеть Интернет
Б. доступа к устройствам компьютера
В. доступа к документам пользователей
Г. выключения компьютера

123. При форматировании текстового документа происходит...

- А. обработка, связанная с изменением формы информации, но не изменяющая её содержания
- Б. обработка, связанная с получением нового содержания, новой информации
- В. обработка, связанная с распечаткой информации
- Г. обработка, связанная с изменением содержания информации

124. К основным характеристикам процессора относится

- А. объем оперативной памяти
- Б. количество портов и их назначение
- В. емкость винчестера Г.
- Г. тактовая частота

125. "World Wide Web – это распределенная по всему миру с гиперсвязями".

- А. всемирная сеть
- Б. операционная система
- В. электронная почта
- Г. информационная система

Использованная литература:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
2. Федеральный закон Российской Федерации от 4.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»
3. Приказ Минстерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации № 48 от 21.11.2008 «Об утверждении Положения о Единой всероссийской спортивной классификации»
4. Теория и методика физической культуры" Авторы: Курамшин Ю.Ф.
Издательство: Советский спорт Учебник Год издания: 2004, ISBN: 978-59718-0192-4, кол-во стр.: 464, тип переплета: 7 БЦ, вес: 410 гр, код: SovSport36
5. История физической культуры и спорта
6. «Стандарты оказания скорой и неотложной помощи» Авторы: проф. Руксин А.И. проф. Бойков А.А.
7. И.Е. Чазов «Неотложные состояния и экстренная медицинская помощь», Москва, 1988 г.
8. Б.А. Ашмарин «Теория и методика физической культуры и спорта», с.177
9. Б.Р. Голощапов «История физической культуры и спорта», с.10
10. Н.Д. Граевская, Т.И. Долматова «Спортивная медицина. Курс лекций и практических заданий. Часть 2я», с.242
11. В.А. Геселевич «Медицинский справочник тренера. 2е издание», с.270
12. Серия книг «Компьютер для чайников», 2000-2013
13. Теория и методика физ.воспитания и спорта Ж.К. Холодов, В.С.Кузнецов, учебное пособие для студентов высших учебных заведений, 2-е издание Издательский центр «Академия», 2003 г.
14. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. М: Советский спорт, 2005. – 820 с.