**Тест к модулю 1 – Психология личности спортсмена, тренера**

1.Определите, с какими науками о спорте более всего связана спортивная психология.

теория и методика физического воспитания:

а) физиология спорта;

б) генетика;

в) спортивная гигиена;

г) спортивная медицина;

д) педагогика;

е) биомеханика спорта;

ж) кинезиология;

з) физика;

и) спортивная метрология.

2. Совокупность качеств личности, отвечающая объективным условиям и требованиям к определенной деятельности и обеспечивающая успешное ее выполнение,- это...

а) способности;

б) умения;

в) навыки.

3. Психический процесс, позволяющий спортсмену запоминать, сохранять и воспроизводить двигательные действия -

а) долгосрочная память;

б) непроизвольная память;

в) двигательная память.

4. Врожденные анатомические и психофизиологические особенности человека, которые в зависимости от качества их развития могут стать способностями:

а) задатки;

б) генотип;

в) рефлекс.

5. Развитие способностей человека происходит под влиянием двух взаимосвязанных факторов. Укажите их:

а) биологическое созревание в виде наследственного развертывания генетической (наследственной) программы;

б) воздействие внутренней среды, к которой относятся индивидуально-типологические свойства личности;

в) воздействие внешней среды, к которой относятся и педагогические воздействия.

6. Исследования показывают, что в определенные возрастные периоды жизни человека имеются благоприятные возможности для воздействия на развитие двигательных способностей, так как темпы прироста некоторых из них будут более высокими, чем в иные возрастные этапы. Определите, как называются эти периоды:

а) удобные;

б) сензитивные;

в) подходящие.

7. Выражает неделимость, целостность и генотипические особенности человека как представителя рода:

а) индивид,

б) личность,

в) субъект деятельности,

г) индивидуальность.

8. Система устойчивых предпочтений и мотивов личности, ориентирующих динамику её развития, задающая главные тенденции её поведения, - это:

а) темперамент,

б) характер,

в) способности,

г) направленность.

9. Термин «личность» в психологии определяется как:

а) человек, достигший высокого уровня психической зрелости,

б) психически здоровый человек, занимающийся общественно полезной деятельностью,

в) сильный, волевой человек, достигший общественного признания,

г) социальное качество, приобретаемое индивидом в предметной деятельности и общении и характеризующее меру представленности общественных отношений в индивиде

10. Характером называется:

а) индивидуально своеобразная, природно обусловленная совокупность черт психики;

б) социальное качество индивида, приобретаемое в процессе воспитания и самовоспитания;

в) индивидуальное сочетание устойчивых психических особенностей человека, обуславливающих типичный для данного субъекта способ поведения в определенных жизненных условиях;

г) совокупность устойчивых мотивов, ориентирующих деятельность человека и относительно независимых от ситуации.

11. Воздействие на психическое состояние, чувства, мысли и поступки других людей с помощью исключительно психологических средств: вербальных, паралингвистических или невербальных называется:

а) темперамент,

б) психологическое обеспечение,

в) способности,

г) психологическое влияние.

12. Отметьте основные стороны личности:

1. социально-обусловленные особенности,
2. биологически обусловленные особенности,
3. опыт,
4. направленность,
5. способности.

13. Что включает в себя психология спортивной деятельности

а) психологическую характеристику различных видов спорта.

б) общие черты личности спортсмена.

в) специальные качества спортсмена.

14. Основная особенность спорта как специфического вида деятельности это

а) соревновательный характер,

б) возможность улучшить физические характеристики,

в) проведение досуга с пользой для здоровья.

1. Психология спорта это:

а) отрасль психологической науки, занимающаяся выбором тренеров,

б) отрасль психологических наук и физических программ, разрабатывающая тренировочную программу для спортсменов,

в) отрасль психологической науки, изучающая особенности личности, действующей в специфических условиях спортивной деятельности.

1. Предмет спортивной психологии:

а) изучение характера и темперамента спортсменов, при помощи тестов,

б) физическая подготовка спортсмена,

в) психические особенности спортивной деятельности в ее разнообразных видах и психологические особенности спортсменов.

1. Качества, от которых зависят реакции человека на других людей и социальные обстоятельства.

а) темперамент,

б) характер,

в) способности,

г) волевые качества.

18.Определите, основные стили руководства:

а) авторитарный;

б) генетический;

в) демократический;

г) либеральный;

д) социальный;

е) тоталитарный.

19. Какой стиль руководства характеризуется минимальным вмешательством тренера в процесс управления командой:

а) авторитарный;

б) генетический;

в) демократический;

г) либеральный;

д) социальный;

е) тоталитарный.

20. Какой стиль руководства характеризуется полным единоначалием, т. е. единоличным принятием решений (причем только собственной формулировки), стремлением оставить за собой исключительное право поощрять и наказывать:

а) авторитарный;

б) генетический;

в) демократический;

г) либеральный;

д) социальный;

е) тоталитарный.