

## **Оценочные материалы по учебной дисциплине «Психологические технологии в спортивной деятельности»**

Дополнительная профессиональная программа: «Менеджмент в сфере физической культуры и спорта»

Настоящие оценочные материалы используются для проведения промежуточной аттестации обучающихся в Автономной некоммерческой организации дополнительного профессионального образования «Московская академия профессиональных компетенций» (далее - Академия) по учебной дисциплине «Психологические технологии в спортивной деятельности» при реализации дополнительной профессиональной программы «Менеджмент в сфере физической культуры и спорта».

Промежуточная аттестация по учебной дисциплине «Психологические технологии в спортивной деятельности» проводится в форме с помощью тестирования.

Тестирование проводится с помощью системы дистанционного обучения (далее - СДО). В ней содержатся в электронном виде ответы (ключи) к тестированию.

### ***Правила проведения тестирования***

На тестирование отводится 1 академический час.

При выполнении тестирования необходимо ответить на все поставленные вопросы, пропуск ответов не допускается.

### ***Правило оценки результата тестирования обучающегося***

Результат тестирования определяется в зависимости от доли (в процентах) вопросов, на которые даны верные ответы, в общем количестве вопросов в тестировании (с округлением до целых процентов), что рассчитывается по формуле:  $(\text{Количество верно отвеченных вопросов}) / (\text{Общее количество вопросов в тестировании}) \times 100$ .

Результат тестирования в виде оценки по зачетной шкале оценивания («зачтено» / «не зачтено») определяется в соответствии с приведенной ниже шкалой соответствия:

### ***Шкала соответствия***

Результат менее 50% (не включая) - "Не зачтено"

Результат от 50% (включительно) до 100% - "Зачтено"

### ***Содержание тестирования***

Вопрос	<b>Эмоциональное возбуждение должно соответствовать условиям соревновательной деятельности, индивидуально-психологическим особенностям спортсмена, масштабу и рангу соревнований характеризует:</b>
Тип вопроса	Вопрос с одиночным выбором (один верный вариант ответа)
Инструкция	Укажите верный вариант ответа
Варианты ответов	<ul style="list-style-type: none"> <li>- способность произвольно управлять своими действиями, чувствами, поведением</li> <li>- высокую помехоустойчивость</li> <li>- стремление упорно и до конца бороться за достижение соревновательной цели, за победу</li> <li>- трезвую уверенность в своих силах</li> <li>- оптимальный уровень эмоционального возбуждения</li> </ul>

Вопрос	<b>Суть какого вида подготовки заключается в том, что она направлена на развитие и совершенствование у спортсменов именно тех психических функций и качеств, которые необходимы для успешных занятий в избранном виде спорта, для достижения каждым спортсменом высшего уровня мастерства?</b>
Тип вопроса	Вопрос с одиночным выбором (один верный вариант ответа)
Инструкция	Укажите верный вариант ответа
Варианты ответов	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Общая психологическая подготовка</li> <li>- Специальная психологическая подготовка</li> <li>- Волевая подготовка</li> </ul>

Вопрос	<b>Эффективное осуществление процесса психологической подготовки возможно только при:</b>
Тип вопроса	Вопрос с одиночным выбором (один верный вариант ответа)
Инструкция	Укажите верный вариант ответа
Варианты ответов	<ul style="list-style-type: none"> <li>- соблюдении регулярности подготовки</li> <li>- активном сознательном желании тренера</li> <li>- активном сознательном желании самого спортсмена</li> </ul>

Вопрос	<b>Психологическая подготовка к конкретному соревнованию должна включать:</b>
Тип вопроса	Вопрос с множественным выбором (несколько верных вариантов ответа)
Инструкция	Укажите все верные варианты ответа (их может быть несколько)
Варианты ответов	<ul style="list-style-type: none"> <li>- определение цели участия в соревновании</li> <li>- создание установки на достижение этой цели</li> <li>- проработке страхов</li> <li>- формирование уверенности в высокой вероятности такого достижения</li> </ul>

Вопрос	<b>Какой принцип состоит в психических и биологических возможностях организма человека на преодоление трудностей, препятствующих реализации поставленных целей?</b>
Тип вопроса	Вопрос с одиночным выбором (один верный вариант ответа)

Инструкция	Укажите верный вариант ответа
Варианты ответов	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Уверенность</li> <li>- Сознательность и активность</li> <li>- Системность</li> <li>- Комплексное применение приемов самоуправления</li> <li>- Мобилизованность</li> </ul>

Вопрос	<b>Какой вид средств и методов направлен на повышение психического тонуса, формирование установки на активную интеллектуальную и моторную деятельность спортсмена?</b>
Тип вопроса	Вопрос с одиночным выбором (один верный вариант ответа)
Инструкция	Укажите верный вариант ответа
Варианты ответов	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Мобилизующие</li> <li>- Корректирующие</li> <li>- Релаксирующие</li> </ul>

Вопрос	<b>Гетерорегуляция заключается:</b>
Тип вопроса	Вопрос с одиночным выбором (один верный вариант ответа)
Инструкция	Укажите верный вариант ответа
Варианты ответов	<ul style="list-style-type: none"> <li>- в воздействии других участников педагогического процесса – тренера, психолога, врача, массажиста и т.д.</li> <li>- в воздействии спортсмена на самого себя</li> <li>- в сравнении себя с другими спортсменами</li> </ul>

Вопрос	<b>Существенным коррелятом отрицательных эмоций является:</b>
Тип вопроса	Вопрос с одиночным выбором (один верный вариант ответа)
Инструкция	Укажите верный вариант ответа
Варианты ответов	<ul style="list-style-type: none"> <li>- неуверенность в своих силах</li> <li>- панические атаки</li> <li>- мышечное расслабление</li> <li>- мышечное напряжение</li> </ul>

Вопрос	<b>Какой вид тренировки направлен на совершенствование двигательных представлений, главным образом, за счет сосредоточения внимания и обеспечения сознательного контроля движений?</b>
Тип вопроса	Вопрос с одиночным выбором (один верный вариант ответа)
Инструкция	Укажите верный вариант ответа
Варианты ответов	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Аутогенная</li> <li>- Психо-мышечная</li> <li>- Мыслительная</li> </ul>

Вопрос	<b>Исход состязаний определяется не двигательной активностью спортсмена, а абстрактно-логическим обыгрыванием соперника для следующего вида спорта:</b>
Тип вопроса	Вопрос с одиночным выбором (один верный вариант ответа)
Инструкция	Укажите верный вариант ответа

Варианты ответов

- спортивное ориентирование
- шахматы, шашки
- мотоспорт