

*Тестові завдання з дисципліни «Спортивно-масова робота
в закладах середньої освіти»*

**Тести ректорського контролю
з навчальної дисципліни «Спортивно-масова робота
в закладах середньої освіти»**

ПЕРЕДМОВА

Фізична культура є складовою частиною загальної культури суспільства, що спрямована на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних морально-вольових та інтелектуальних здібностей людини з метою гармонійного формування її особливості. До видів масової фізичної культури належать такі, що найбільшою мірою відповідають принципу оздоровчої спрямованості (різновиди гімнастики, плавання, лижного спорту, легкої атлетики та ін.).

Мета масової фізичної культури полягає у зміцненні здоров'я, підтримки працездатності, відновлення порушених функцій організму.

Важливим завданням фізкультурних навчальних закладів є підготовка фахівців для роботи в масовій спортивно-оздоровчій сфері. У більшості з них традиційно викладають навчальну дисципліну «Спортивно-масова робота в закладах середньої освіти» .

Основна мета тестових завдань полягає у здійсненні моніторингу рівня знань студентів з дисципліни «Спортивно-масова робота в закладах середньої освіти».

Ця дисципліна полягає у забезпеченні студентів необхідними теоретичними знаннями для формування фахівця з фізичної культури, розуміння теорії масової фізичної культури, засвоєння знань професійної діяльності організатора масової фізичної культури.

Розроблено 22 тестових завдання, які містять 110 питань з теоретичних аспектів організації масової фізичної культури.

ТЕСТОВЕ ЗАВДАННЯ №1

1. Як можна визначити поняття “фізична культура”?

а) як сукупність матеріальних і духовних нематеріальних цінностей, створених людством протягом його історії;

б) як організована за певними правилами діяльність людей, що полягає у зіставленні їх фізичних та інтелектуальних здібностей, а також підготовка до цієї діяльності і міжособистісні стосунки, що виникають у процесі гри;

в) як складову частину загальної культури суспільства, що спрямована на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних морально-вольових та інтелектуальних здібностей людини з метою гармонійного формування її особливості.

2. У чому полягає мета масової фізичної культури?

а) у зміцненні здоров'я, підтримки працездатності, відновленні порушених функцій організму;

б) у розвитку фізичних якостей, потрібних у обраному виді спорту, а також у засвоєнні технічних і тактичних прийомів;

в) у поглибленій спеціалізації тренувального процесу і досягненні максимальних спортивних результатів.

3. Як можна визначити таке поняття, як “пропаганда масової фізичної культури”?

а) як своєрідну сукупність умінь, навичок, видів діяльності, особистих захоплень та зацікавлень людини, що є джерелом заробітку, сприяє виявленню творчих здібностей і реалізації власних та суспільних прагнень;

б) як цілеспрямовану діяльність з розповсюдження, популяризації фізкультурної інформації, формування в населення потреби в регулярних заняттях;

в) як вираження твердого наміру захищати свою позицію.

4. *Що є основними завданнями фізичної культури і спорту в Україні?*

а) це тільки утвердження міжнародному авторитету України у світовому співтоваристві;

б) це тільки підвищення рівня здоров'я населення;

а) це постійне підвищення рівня здоров'я, фізичного та духовного розвитку населення, сприяння економічному і соціальному прогресу суспільства, а також утвердження міжнародному авторитету України у світовому співтоваристві.

5. *Що таке система фізичної культури і спорту в Україні?*

а) це багатогранне суспільне явище, складовий елемент культури суспільства;

б) це організаційно-штатні або створені тимчасово штаби, колективи, окремі посадові особи, що наділені правами і обов'язками щодо керівництва військовими силами;

в) це сукупність державних і суспільних організацій, здійснюючих діяльність у цілях фізичного виховання населення і розвитку спорту в Україні.

ТЕСТОВЕ ЗАВДАННЯ №2

1. *Що є складовою частиною фізичної культури, що історично склалася у формі змагальної діяльності і спеціальної практики підготовки людини до змагань?*

а) це освіта;

б) це спорт;

в) це мистецтво.

2. *Які існують умовні різновиди спорту?*

а) це масовий і елітний спорт;

б) це прибутковий і не прибутковий спорт;

в) це любительський (масовий) спорт, спорт вищих досягнень і професійний спорт.

3. *Як можна охарактеризувати любительський масовий спорт?*

а) як багатогранний масовий спортивний рух, органічну частину системи фізичного виховання громадян і виявлення перспективних і талановитих спортсменів у різних видах спорту;

б) як комерціалізовану різновидність спорту, яка основним своїм завданням ставить отримання матеріальної вигоди від демонстрації високих спортивних досягнень;

в) як спортивну діяльність, пов'язану з певним видом спорту, яка має на меті шляхом поглибленої спеціалізації навчально-тренувального процесу досягти максимальних спортивних результатів.

4. *Яку мету має спорт вищих досягнень?*

а) задоволення інтересів професійних спортивних організацій, глядачів і спортсменів, які обрали спорт своєю професією і отримання матеріальної вигоди від демонстрації високих спортивних досягнень;

б) досягнення максимальних спортивних результатів шляхом поглибленої спеціалізації навчально-тренувального процесу;

в) зміцнення здоров'я, підтримка працездатності, відновлення порушених функцій організму.

5. *Яку мету має професійний спорт?*

а) задоволення інтересів професійних спортивних організацій, глядачів і спортсменів, які обрали спорт своєю професією і отримання матеріальної вигоди від демонстрації високих спортивних досягнень;

б) зміцнення здоров'я, підтримка працездатності, відновлення порушених функцій організму;

в) досягнення максимальних спортивних результатів шляхом

поглибленої спеціалізації навчально-тренувального процесу.

ТЕСТОВЕ ЗАВДАННЯ №3

1. Як можна назвати особу, яка систематично займається спортом і виступає на спортивних змаганнях?

- а) спортсмен;
- б) бізнесмен;
- в) тренер.

2. Якого спортсмена можна назвати спортсменом-любителем (фізкультурником)?

а) спортсмена, для якого заняття спортом є основним видом діяльності і який одержує відповідно до контракту заробітну платню і іншу грошову винагороду за підготовку до спортивних змагань і участь в них;

б) спортсмена, який систематично займається будь-яким видом спорту, регулярно виступає на українських і міжнародних спортивних змаганнях, має спортивне звання не нижче за звання “Майстер спорту України” згідно вимог Єдиної всеукраїнської спортивної класифікації;

в) спортсмена, який систематично займається обраним видом спорту або фізичними вправами, який бере участь у спортивних змаганнях на засадах добровільності або, який виконав розрядні нормативи згідно вимог Єдиної всеукраїнської спортивної класифікації.

3. Якого спортсмена можна назвати спортсменом високого класу?

а) спортсмена, для якого заняття спортом є основним видом діяльності і який одержує відповідно до контракту заробітну платню і іншу грошову винагороду за підготовку до спортивних змагань і участь в них;

б) спортсмена, який систематично займається будь-яким видом спорту, регулярно виступає на українських і міжнародних спортивних змаганнях, має

спортивне звання не нижче за звання “Майстер спорту України” згідно вимог Єдиної всеукраїнської спортивної класифікації;

в) спортсмена, який систематично займається обраним видом спорту або фізичними вправами, який бере участь у спортивних змаганнях на засадах добровільності або, який виконав розрядні нормативи згідно вимог Єдиної всеукраїнської спортивної класифікації.

4. Якого спортсмена можна назвати спортсменом-професіоналом?

а) спортсмена, для якого заняття спортом є основним видом діяльності і який одержує відповідно до контракту заробітну платню і іншу грошову винагороду за підготовку до спортивних змагань і участь в них;

б) спортсмена, який систематично займається будь-яким видом спорту, регулярно виступає на українських і міжнародних спортивних змаганнях, має спортивне звання не нижче за звання “Майстер спорту України” згідно вимог Єдиної всеукраїнської спортивної класифікації;

в) спортсмена, який систематично займається обраним видом спорту або фізичними вправами, який бере участь у спортивних змаганнях на засадах добровільності або, який виконав розрядні нормативи згідно вимог Єдиної всеукраїнської спортивної класифікації.

5. На які умовні різновиди можна поділити фізичні вправи?

а) як лікувальні і реабілітаційні;

б) як загальноосвітні і виховні;

в) як загальнорозвиваючі і спеціальні.

ТЕСТОВЕ ЗАВДАННЯ №4

1. Як можна охарактеризувати фізкультурно-оздоровчі, спортивні і спортивно-технічні споруди?

а) як нерухома штучна структура (будівля) порівняно великого розміру;

б) як об'єкти, призначені для занять громадян фізичними вправами, спортом і проведення спортивних видовищних заходів;

в) як споруди для використання в промисловості.

2. Що таке фізкультурний (фізкультурно-спортивний) рух?

а) це форма соціального руху, метою якого є сприяння підвищенню рівня фізичної культури населення, цілеспрямованої діяльності державних і суспільних організацій громадян з розвитку фізичної культури і спорту;

б) це сукупність колективних дій, направлених на підтримку соціальних змін або підтримку опору соціальним змінам у суспільстві;

в) це будь-який суспільно-політичний рух, учасниками якого є представники певної етнічної спільності (племені, народності, нації), з метою звільнення своєї країни від чужоземного панування.

3. Як можна визначити, що таке Олімпійський рух України?

а) це суспільне добровільне самокероване некомерційне об'єднання, яке створюється за ініціативою громадян з метою розвитку фізичної культури і спорту в Україні;

б) це форма соціального руху, метою якого є сприяння підвищенню рівня фізичної культури населення, цілеспрямованої діяльності державних і суспільних організацій громадян з розвитку фізичної культури і спорту;

в) це складова частина міжнародного олімпійського руху, метою якого є розвиток спорту, як одного із засобів досягнення фізичної і духовної досконалості людини, зміцнення міжнародної спортивної співпраці.

4. Як можна охарактеризувати фізкультурно-спортивне об'єднання?

а) як добровільне громадське формування, створене на основі єдності інтересів для спільної реалізації громадянами своїх прав і свобод;

б) як суспільне, добровільне самокероване некомерційне об'єднання, яке створюється за ініціативою громадян з метою розвитку фізичної культури і

спорту в Україні;

в) як неприбуткову юридичну особу, створену власниками для спільного користування прибудинковою територією.

5. *Як можна охарактеризувати фізкультурно-спортивну організацію?*

а) як одну з організаційно-правових форм фізкультурно-спортивного об'єднання, створену на засадах членства з метою спільної діяльності з питань проведення фізкультурно-оздоровчої і спортивної роботи і досягнення своїх статутних цілей;

б) як міжнародну організацію, що створена для підтримання і зміцнення миру і міжнародної безпеки та розвитку співробітництва між державами світу;

в) як організацію, що зареєстрована в установленому порядку і одним з основних напрямків діяльності якої є обслуговування населення.

ТЕСТОВЕ ЗАВДАННЯ №5

1. *Яке визначення може мати поняття “фізична підготовленість”?*

а) це результат фізичної підготовки, виражений у певному рівні розвитку фізичних якостей, набутих рухових навичок та умінь, необхідних для здійснення певної діяльності;

б) це багатогранне суспільне явище, складовий елемент культури суспільства, один із засобів і методів всебічного розвитку людини, зміцнення її здоров'я і підготовки до трудової і творчої діяльності, що складається з фізичних вправ і деяких інших видів діяльності, що мають характер змагань;

в) це процес морфологічного і функціонального розвитку організму людини, її фізичних якостей і здібностей, зумовлений внутрішніми фактами і умовами життя.

2. *Яке визначення може мати поняття “фізичний розвиток” людини?*

а) це процес, спрямований на розвиток генетичних і набутих фізичних та морально-вольових якостей, від фізичного виховання, що має безпосередню прикладну спрямованість (солдат, пожежник, космонавт) і передбачає досягнення рівня фізичного розвитку, який забезпечує передумови для спеціалізації у певному виді діяльності;

б) це результат фізичної підготовки, виражений у певному рівні розвитку фізичних якостей, набутих рухових навичок та умінь, необхідних для здійснення певної діяльності;

в) це процес морфологічного і функціонального розвитку організму людини, її фізичних якостей і здібностей, зумовлений внутрішніми фактами і умовами життя.

3. Яке визначення може мати поняття “фізичні якості” людини?

а) це якості, що характеризують фізичний розвиток людини, її здатність до рухової діяльності;

б) це якості, що характеризують розумовий розвиток людини, її здатність до наукової діяльності;

в) це якості, що характеризують загальний розвиток людини, її здатність до трудової діяльності.

5. Яке визначення може мати поняття “фізична підготовка”?

а) це багатогранне суспільне явище, складовий елемент культури суспільства, один із засобів і методів всебічного розвитку людини, зміцнення його здоров'я і підготовки до трудової і творчої діяльності, що складається з фізичних вправ і деяких інших видів діяльності, що мають характер змагань;

б) це спеціально організований процес всебічного розвитку фізичних і морально вольових здібностей, формування і розвитку життєво важливих рухових навичок і умінь людини;

в) це процес спрямований на розвиток генетичних і набутих фізичних

та морально-вольових якостей, від фізичного виховання, що має безпосередньо прикладну спрямованість (солдат, пожежник, космонавт) і передбачає досягнення рівня фізичного розвитку, який забезпечує передумови для спеціалізації в певному виді діяльності.

5. *Яке визначення може мати поняття “фізичні вправи”?*

- а) це засіб відновлення здоров'я і функціональних можливостей людини;
- б) це виховно-педагогічні вимоги;
- в) це спеціальні рухи і складні види рухової діяльності, які застосовуються як засоби фізичного виховання і спортивної підготовки.

ТЕСТОВЕ ЗАВДАННЯ №6

1. *Яке визначення може мати поняття “тренованість”?*

- а) це відновлення і зміцнення здоров'я з використанням фізичних вправ та оздоровчих сил природи (цілющі води, гірське повітря, сонячне проміння);
- б) це природне короткочасне зниження працездатності, викликане значними тренувальними або змагальними навантаженнями;
- в) це стан організму, що характеризується певними морфологічними і функціональними змінами, які сталися у результаті тренувальної діяльності.

2. *Яке визначення може мати поняття “спортивна форма”?*

- а) це стан найвищого рівня тренованості спортсмена і його готовності досягти максимального для себе рівня спортивного результату;
- б) це планований процес, який складається з навчання та вдосконалення спортивної техніки і тактики, розвитку фізичних, психічних і морально-вольових якостей;
- в) це нестійкі, переважно разові, порушення в організмі, викликані невідповідністю між фізичним навантаженням і рівнем підготовки організму.

3. *Яке визначення має поняття “Єдина українська спортивна класифікація”?*

а) це система класифікації музичних інструментів, яка використовується в музикознавстві;

б) це програмно-нормативний документ, що встановлює норми, вимоги, умови і порядок присвоєння спортивних розрядів і титулів;

в) це система розподілення об’єктів (процесів, явищ) за класами (групами) відповідно до визначених ознак.

4. *Як можна визначити таке поняття, як “реклама у фізкультурно-оздоровчій сфері”?*

а) як сукупність відомостей про послуги оздоровчого характеру, які здатні зацікавити споживачів та задовольнити попит різних соціально-демографічних груп населення;

б) як претензія, яка пред’являється споживачем у зв’язку з невідповідністю якості послуг оздоровчого характеру;

в) як перелік майна установи із зазначенням кількості виявлених предметів та їхньої вартості.

5. *Коли був прийнятий Закон України “Про фізичну культуру і спорт”?*

а) у 1993 р.;

б) у 2001 р.;

в) у 1998 р.

ТЕСТОВЕ ЗАВДАННЯ №7

1. *Коли була затверджена Указом Президента України Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту?*

а) у 1993 р.;

б) у 2004 р.;

в) у 2009 р.

2. *Чим є Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту?*

а) системою концептуальних ідей і поглядів на роль, організаційну структуру та завдання фізичної культури і спорту в Україні на період до 2016 року з урахуванням стратегії розвитку держави та світового досвіду;

б) складовою частиною концепції національної безпеки і становить сукупність основоположних настанов і принципів щодо організації та забезпечення безпеки держави шляхом політичних, дипломатичних, економічних та воєнних заходів;

в) системою настанов, які визначають цілі, що за певних конкретно-історичних умов можуть бути прийняті для реалізації державою, партією чи рухом, а також засоби їх досягнення.

3. *Що є метою Національної доктрини розвитку фізичної культури і спорту?*

а) це створення умов для розвитку фізичної культури і спорту, зокрема удосконалення відповідного організаційного та нормативно-правового механізму;

б) це розвиток фізичних якостей, потрібних у обраному виді спорту, а також у засвоєнні технічних і тактичних прийомів;

в) це орієнтація українського суспільства на поетапне формування ефективної моделі розвитку фізичної культури і спорту на демократичних та гуманістичних засадах.

4. *Коли була затверджена Державна програма розвитку фізичної культури і спорту на 2007 – 2011 роки постановою Кабінету Міністрів України за № 1594?*

а) у 2007 р.;

б) у 2006 р.;

в) у 2005 р.

5. *У чому полягає мета Державної програми розвитку фізичної культури і спорту на 2007 – 2011 роки?*

а) у створенні умов для розвитку фізичної культури і спорту, зокрема удосконалення відповідного організаційного та нормативно-правового механізму;

б) в орієнтації українського суспільства на поетапне формування ефективної моделі розвитку фізичної культури і спорту на демократичних та гуманістичних засадах;

в) у поглибленій спеціалізації тренувального процесу і досягненні максимальних спортивних результатів.

ТЕСТОВЕ ЗАВДАННЯ №8

1. *Яким органом є Національна рада з питань фізичної культури і спорту?*

а) консультативно-дорадчим органом при Президентові України;

б) конституційним, постійно діючим колегіальним, наглядовим та регулюючим державним органом при спікерові Верховної Ради України;

в) наглядовим органом при Прем'єр-міністрові України.

2. *Хто очолює Національну раду з питань фізичної культури і спорту України?*

а) Прем'єр-міністр України;

б) Президент України;

в) Спікер Парламенту України.

3. *Які існують типи організацій, що здійснюють управління фізичною культурою в Україні?*

а) це державні і громадські організації;

- б) це військові і цивільні організації;
- в) це політичні і профспілкові організації.

4. *На які групи можна умовно поділити державні органи управління, до компетенції яких входить управління масовою фізичною культурою України?*

- а) тільки на органи загальної і відомчої компетенції;
- б) тільки на органи відомчої і спеціальної компетенції;
- в) на органи загальної, відомчої і спеціальної компетенції.

5. *Хто є найголовнішим представником державних органів управління загальної компетенції?*

- а) це Кабінет Міністрів України;
- б) це Верховна Рада України;
- в) це Секретаріат Президента України.

ТЕСТОВЕ ЗАВДАННЯ №9

1. *Які державні органи входять до складу органів управління відомчої компетенції?*

- а) це Верховна Рада України, Кабінет Міністрів України;
- б) це державний комітет молодіжної політики, спорту і туризму України, а на обласних, міських, районних рівнях – управління, відділи, сектори держадміністрацій;

в) це низка міністерств і відомств та їх органи на місцях, зокрема Міністерство освіти і науки України, Міністерство охорони здоров'я, Міністерство культури, Міністерство оборони, Комітет національної безпеки, Міністерство внутрішніх справ та ін.

2. *Які державні органи входять до складу органів управління спеціальної компетенції?*

- а) це державний комітет молодіжної політики, спорту і туризму

України, а на обласних, міських, районних рівнях – управління, відділи, сектори держадміністрацій;

б) це низка міністерств і відомств та їх органи на місцях, зокрема Міністерство освіти і науки України, Міністерство охорони здоров'я, Міністерство культури, Міністерство оборони, Комітет національної безпеки, Міністерство внутрішніх справ;

в) Верховна Рада України, Кабінет Міністрів України.

3. *Якою громадською організацією координується Олімпійський рух в Україні?*

а) Міжнародними федераціями з видів спорту;

б) Національним Олімпійським комітетом України (НОК);

в) Генеральною Асоціацією міжнародних спортивних організацій.

4. *Якою організацією є Національний Олімпійський комітет (НОК) України?*

а) неурядовою громадською організацією, яка координує розвиток олімпійського руху в Україні;

б) урядовою громадською організацією, яка координує розвиток олімпійського руху в Україні;

в) загальноосвітньою громадською організацією.

5. *Чим керується у своїй діяльності Національний Олімпійський комітет (НОК) України?*

а) тільки власним статутом;

б) тільки законодавством України;

в) законодавством України, Олімпійською хартією Міжнародного олімпійського комітету і власним статутом.

ТЕСТОВЕ ЗАВДАННЯ №10

1. Який орган є вищим органом управління Національного Олімпійського комітету (НОК) України?

- а) це Генеральна асамблея;*
- б) це Виконавчий комітет;*
- в) це Національна федерація.*

2. Які питання відносяться до виключної компетенції Генеральної асамблеї (НОК) України?

- а) це тільки затвердження статуту;*
- б) це тільки прийняття бюджету, затвердження розміру та порядку сплати членських внесків, символіки, затвердження почесної відзнаки;*
- в) це затвердження статуту, визначення основних напрямків діяльності та розвитку НОК України, прийняття до колективних членів НОК України колективів національних спортивних федерацій, інших членів, прийняття бюджету, затвердження розміру і порядку сплати членських внесків, символіки, затвердження почесної відзнаки, прийняття рішення про припинення діяльності НОК України, призначення ліквідаційної комісії.*

3. Як можна охарактеризувати таку організацію, як фізкультурно-спортивне товариство?

а) як громадська організація фізкультурно-спортивної спрямованості у формі об'єднання фізичних або юридичних осіб, що створюється з метою розвитку фізичної культури та спорту;

б) як громадська організація фізкультурно-спортивної спрямованості, що створюється громадянами України з метою сприяння розвитку фізичної культури та спорту;

в) як громадська організація фізкультурно-спортивної спрямованості, що створюється для розвитку відповідного виду спорту і керується у своїй діяльності Конституцією України, законами, іншими нормативно-правовими

актами України та своїм статутом.

4. *Що є головною метою діяльності фізкультурно-спортивного товариства?*

а) це сприяння організації та проведенню фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи серед широких верств населення України, всебічне сприяння постійному підвищенню рівня фізичного здоров'я своїх членів, а також задоволення та захист спільних інтересів своїх членів;

б) це відновлення порушених функцій організму;

в) це поглиблення спеціалізації тренувального процесу і досягнення максимальних спортивних результатів.

5. *Який статус може мати фізкультурно-спортивне товариство?*

а) континентальний статус;

б) міжнародний статус;

в) місцевий або всеукраїнський статус.

ТЕСТОВЕ ЗАВДАННЯ №11

1. *За якими принципами членства в організації будується фізкультурно-спортивне товариство?*

а) тільки за принципами індивідуального членства;

б) за принципами індивідуального та колективного членства;

в) тільки за принципами колективного членства.

2. *Яку атрибутику мають усі фізкультурно-спортивні товариства?*

а) скіпетр;

б) гімн, булаву;

в) свій прапор, емблему, членський квиток, нагрудний знак і спортивну форму.

3. *Як можна охарактеризувати таку організацію, як спортивний клуб?*

а) як громадську організацію фізкультурно-спортивної спрямованості у формі об'єднання фізичних або юридичних осіб, що створюється з метою розвитку фізичної культури та спорту;

б) як найбільше всеукраїнське профспілкове об'єднання, в яке входять більш, як 85 % членів профспілок країни;

в) як добровільне об'єднання фізичних або юридичних осіб для досягнення спільної мети на засадах взаємовигідної співпраці при збереженні самостійності, правової та майнової незалежності її членів.

4. Де утворюються спортивні клуби?

а) тільки на підприємствах;

б) на підприємствах, в установах, організаціях, навчальних закладах, на спортивних спорудах, за місцем проживання;

в) тільки за місцем проживання.

5. Що є вищим керівним органом спортивного клубу?

а) це загальні збори (конференція) його членів;

б) це правління;

в) це центральний комітет.

ТЕСТОВЕ ЗАВДАННЯ №12

1. Які головні завдання стоять перед спортивними клубами?

а) це затвердження статуту, визначення основних напрямків діяльності та розвитку НОК України, прийняття до колективних членів НОК України колективів національних спортивних федерацій, інших членів, прийняття бюджету, затвердження розміру і порядку сплати членських внесків, символіки, затвердження почесної відзнаки, прийняття рішення про припинення діяльності НОК України, призначення ліквідаційної комісії;

б) це орієнтація українського суспільства на поетапне формування

ефективної моделі розвитку фізичної культури і спорту на демократичних та гуманістичних засадах;

в) це надання фізкультурно-оздоровчих, спортивних та інших послуг своїм членам, залучення висококваліфікованих кадрів до проведення занять та заходів з фізичної культури і спорту, забезпечення для проведення занять та заходів з фізичної культури і спорту місць, що відповідають встановленим нормативам, здійснення інформаційно-просвітницької діяльності з питань фізичної культури і спорту, представлення інтересів членів клубів у взаємостосунках з іншими суб'єктами права.

2. За якими напрямками проводять свою роботу спортивні клуби?

а) це фізкультурно-масова робота серед своїх членів, спортивно-оздоровча робота, спортивна робота;

б) це тільки спортивна робота;

в) це тільки спортивно-оздоровча робота.

3. Яка діяльність спортивних клубів відноситься до напрямку – фізкультурно-масової роботи серед своїх членів?

а) це створення абонементних груп оздоровчої спрямованості, проведення спортивно-масової роботи в місцях відпочинку, оздоровчих таборах, туристичних базах;

б) це проведення спортивних змагань, спартакіад, чемпіонатів, кубків;

в) це організація роботи спортивних секцій, підготовка збірних команд і спортсменів для участі у спортивних змаганнях.

4. Яка діяльність спортивних клубів відноситься до напрямку – спортивно-оздоровчої роботи?

а) це організація роботи спортивних секцій, підготовка збірних команд і спортсменів для участі у спортивних змаганнях;

б) це проведення спортивних змагань, спартакіад, чемпіонатів, кубків;

в) це створення абонементних груп оздоровчої спрямованості, проведення спортивно-масової роботи в місцях відпочинку, оздоровчих таборах, туристичних базах.

5. *Яка діяльність спортивних клубів відноситься до напрямку – спортивної роботи?*

а) це організація роботи спортивних секцій, підготовка збірних команд і спортсменів для участі у спортивних змаганнях;

б) це створення абонементних груп оздоровчої спрямованості, проведення спортивно-масової роботи в місцях відпочинку, оздоровчих таборах, туристичних базах;

в) це проведення спортивних змагань, спартакіад, чемпіонатів, кубків.

ТЕСТОВЕ ЗАВДАННЯ №13

1. *Яку атрибутику мають спортивні клуби?*

а) назву, емблему, прапор, членський квиток, форму;

б) гімн, булаву;

в) ордена, скіпетр.

2. *Як можна охарактеризувати таку організацію, як спортивна федерація (асоціація, спілка, об'єднання)?*

а) як громадська організація фізкультурно-спортивної спрямованості, що створюється громадянами України з метою сприяння розвитку фізичної культури та спорту;

б) як громадську організацію фізкультурно-спортивної спрямованості у формі об'єднання фізичних або юридичних осіб, що створюється з метою розвитку фізичної культури та спорту;

в) як громадська організація фізкультурно-спортивної спрямованості, що створюється для розвитку відповідного виду спорту (версії) і керується у

своїй діяльності Конституцією України, законами, іншими нормативно-правовими актами України та своїм статутом.

3. *Що обов'язково зазначається у статуті спортивної федерації?*

- а) паспортні данні;
- б) вид спорту (версію) який вона розвиває;
- в) кількість членів.

4. *Який статус може мати спортивна федерація?*

- а) місцевий або всеукраїнський статус;
- б) континентальний статус;
- в) міжнародний статус.

5. *Що надає держава в особі центрального органу виконавчої влади з фізичної культури і спорту спортивній федерації, що набула статусу національної?*

- а) це повноваження на проведення Олімпійських ігор;
- б) це певні повноваження щодо розвитку відповідного виду спорту (версії) згідно з укладеним двостороннім договором, виключне право представляти відповідний вид спорту (версію) у відповідних міжнародних спортивних організаціях та на міжнародних спортивних змаганнях, виключне право на організацію та проведення офіційних міжнародних змагань на території України та національних змагань;
- в) це тільки виключне право на організацію та проведення офіційних міжнародних змагань на території України та національних змагань.

ТЕСТОВЕ ЗАВДАННЯ №14

1. *Яким чином впливає фізкультурно-оздоровча фізична культура у виробничій сфері на економічні показники виробництва?*

- а) тільки підвищує працездатність працівників;

б) тільки попереджує травматизм працівників;

в) покращує стан здоров'я працівників, нормалізує функції організму, підвищує працездатність, попереджує травматизм, скорочує час відновлення.

2. *Яке міністерство очолює організацію фізкультурно-оздоровчої роботи в навчально-виховній сфері?*

а) Міністерство охорони здоров'я України;

б) Міністерство освіти і науки України;

в) Міністерство культури і туризму України.

3. *Який відділ у структурі Міністерства освіти і науки України направляє та координує роботу з фізичного виховання в закладах освіти різних типів?*

а) відділ фізичного виховання;

б) відділ моніторингу вищої освіти;

в) відділ суспільно-гуманітарної освіти.

4. *Чим визначаються принципи та форми організації фізичного виховання дошкільнят, учнів, студентів?*

а) указами Кабінету Міністрів України;

б) правилами, розробленими Міністерством охорони здоров'я України;

в) спеціальними положеннями, розробленими Міністерством освіти і науки України.

5. *Які основні завдання фізкультурно-оздоровчої роботи в дошкільних установах?*

а) це підготовка кваліфікованих спортсменів у обраних видах спорту;

б) це охорона та зміцнення здоров'я, сприяння нормальному розвитку функцій організму, розвиток фізичних здібностей і рухових якостей, виховання позитивних моральних якостей, формування інтересу до систематичних фізкультурних занять;

- в) це санаторно-курортне лікування й оздоровлення.

ТЕСТОВЕ ЗАВДАННЯ №15

1. Які основні форми організації оздоровчої діяльності передбачено програмою фізичного виховання в дошкільних установах?

а) це індивідуальні сеанси рухів та масаж (для дітей ясельного віку), заняття фізичною культурою урочного типу, ранкова гігієнічна гімнастика, рухливі ігри, прогулянки та екскурсії, фізкультурні хвилинки, фізкультурні свята, Дні здоров'я, самостійна рухова активність, виконання домашніх завдань;

б) це позашкільна фізкультурно-оздоровча діяльність (за місцем проживання, у ДЮСШ, секціях ФСТ);

в) це тренувальні заняття в секціях спортклубів вузів, масові фізкультурно-спортивні заходи.

2. Які основні завдання фізкультурно-оздоровчої роботи в загальноосвітніх школах?

а) це санаторно-курортне лікування й оздоровлення;

б) це підготовка кваліфікованих спортсменів у обраних видах спорту;

в) це зміцнення та збереження здоров'я школярів, всебічний розвиток фізичних здібностей, поглиблення фізкультурних знань, необхідних для використання в повсякденному житті, формування свідомої мотивації до систематичних занять фізичною культурою.

3. Які заходи складають систему взаємопов'язаних організаційних форм фізичного виховання та оздоровчої фізичної культури в загальноосвітніх школах?

а) це ранкова гігієнічна гімнастика, рухливі ігри, прогулянки та екскурсії;

б) це уроки фізичної культури, позаурочні заходи в режимі дня (гімнастика до занять, фізкультурні хвилинки, фізкультурні розваги на перервах), позакласна фізкультурна діяльність (заняття в оздоровчих групах, спортивних секціях, спортивні змагання), позашкільна фізкультурно-оздоровча діяльність (за місцем проживання, у ДЮСШ, секціях ФСТ, самостійна);

в) це тренувальні заняття в секціях спортклубів вузів, масові фізкультурно-спортивні заходи.

4. Які заходи складають систему взаємопов'язаних організаційних форм фізичного виховання в системі професійно-технічної освіти?

а) це уроки фізичного виховання, фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі дня, спортивно-масова робота;

б) це ранкова гігієнічна гімнастика, рухливі ігри, прогулянки та екскурсії;

в) це індивідуальні сеанси рухів та масаж.

5. Хто несе загальну відповідальність за фізичне виховання в системі професійно-технічної освіти?

а) керівник фізичного виховання;

б) майстер виробничого навчання;

в) директор училища.

ТЕСТОВЕ ЗАВДАННЯ №16

1. Хто несе відповідальність за виконання навчальної програми й оволодіння контингентом учнів знаннями та навиками фізичної підготовки в системі професійно-технічної освіти?

а) директор училища;

б) керівник фізичного виховання;

в) майстер виробничого навчання.

2. *Хто несе безпосередню відповідальність за дотримання учнями режиму дня, виконання ранкової гімнастики в системі професійно-технічної освіти?*

- а) майстер виробничого навчання;
- б) керівник фізичного виховання;
- в) директор училища.

3. *Які заходи складають систему взаємопов'язаних організаційних форм фізичного виховання у вищих закладах освіти?*

а) це зміцнення та збереження здоров'я, всебічний розвиток фізичних здібностей, поглиблення фізкультурних знань, необхідних для використання в повсякденному житті;

б) це ранкова гігієнічна гімнастика, рухливі ігри, прогулянки та екскурсії;

в) це навчальні заняття з професійно-прикладною фізичною підготовкою, факультативні заняття, фізичні вправи в режимі дня, тренувальні заняття в секціях спортклубів вузів, масові фізкультурно-спортивні заходи.

4. *На які групи поділяються студенти вищих закладів освіти для проведення фізкультурних занять, залежно від стану здоров'я та спортивної підготовленості?*

- а) на основні, підготовчі і спеціальні медичні групи;
- б) на групи олімпійського резерву і спеціальні медичні групи;
- в) на професійні і підготовчі групи.

5. *Які студенти вищих закладів освіти займаються в основних фізкультурних групах?*

- а) це здорові, але недостатньо фізично підготовлені студенти;
- б) це здорові і фізично підготовлені студенти;
- в) це хворі студенти або зі слабким здоров'ям.

ТЕСТОВЕ ЗАВДАННЯ №17

1. *Які студенти вищих закладів освіти займаються в підготовчих фізкультурних групах?*

- а) це здорові, але недостатньо фізично підготовлені студенти;
- б) це хворі студенти або зі слабким здоров'ям;
- в) це здорові і фізично підготовлені студенти.

2. *З урахуванням чого комплектуються з студентів вищих закладів освіти спеціальні медичні групи?*

- а) з урахуванням віку;
- б) з урахуванням фізичної підготовленості;
- в) з урахуванням статі, характеру захворювань і функціональних можливостей їх організму.

3. *Яка чисельність студентів вищих закладів освіти у спеціальній медичній групі складає на одного викладача?*

- а) 2 – 4 студента ;
- б) 8 – 15 студентів;
- в) 15 – 20 студентів.

4. *На що скерований навчальний процес у спеціальній медичній групі?*

- а) на зміцнення здоров'я, загартування, підвищення рівня фізичної працездатності, можливе усунення функціональних відхилень та вад фізичного розвитку, відновлення після перенесених захворювань;
- б) на підготовку кваліфікованих спортсменів у обраних видах спорту;
- в) на поглиблення фізкультурних знань.

5. *Як можна охарактеризувати школу вищої спортивної майстерності (ШВСМ)?*

- а) як навчальний заклад, зазвичай початкової або середньої освіти;

б) як профільний позашкільний навчальний заклад, основним напрямком діяльності якого є спортивний, що забезпечує у позаурочний і поза навчальний час пошук, розвиток і підтримку обдарованих вихованців;

в) як позашкільний навчальний заклад, основним напрямком якого є спортивний, що забезпечує підготовку спортсменів вищих категорій до складу національних збірних команд України з відповідних видів спорту.

ТЕСТОВЕ ЗАВДАННЯ №18

1. Яку роботу проводить школа вищої спортивної майстерності (ШВСМ)?

а) тільки навчально-виховну;

б) навчально-виховну, організаційно-методичну, організаційно-масову, навчально-тренувальну і спортивну роботу;

в) тільки навчально-тренувальну.

2. Коли починається навчальний рік у школі вищої спортивної майстерності (ШВСМ)?

а) з 1 січня і триває протягом року;

б) з 1 вересня;

в) з 1 червня.

3. Що є основним критерієм оцінки діяльності школи вищої спортивної майстерності (ШВСМ)?

а) це кількість підготовлених першорозрядників;

б) це кількість підготовлених кандидатів у майстри спорту;

в) це кількість підготовлених до складу національних збірних команд України спортсменів.

4. Які групи комплектуються у школі вищої спортивної майстерності (ШВСМ)?

- а) групи спортивного вдосконалення і вищої спортивної майстерності;
- б) основні і підготовчі групи;
- в) спеціальні медичні групи.

5. *Які обов'язки в учнів школи вищої спортивної майстерності (ШВСМ)?*

- а) виконувати рішення загальних зборів та інших керівних органів;
- б) удосконалювати і підвищувати свою спортивну майстерність, виконувати навчально-тренувальні навантаження з метою досягнення запланованих спортивних результатів, брати участь у змаганнях та навчально-тренувальних зборах, передбачених індивідуальними та календарними планами спортивних змагань, дотримуватись встановленого спортивного режиму та особистої гігієни;
- в) поглиблювати фізкультурні знання, необхідні для використання в повсякденному житті, формувати свідому мотивацію до систематичних занять фізичною культурою.

ТЕСТОВЕ ЗАВДАННЯ №19

1. *Хто здійснює керівництво діяльністю школи вищої спортивної майстерності (ШВСМ)?*

- а) ректор;
- б) директор;
- в) тренер.

2. *Яку особу можна призначити на посаду директора школи вищої спортивної майстерності (ШВСМ)?*

- а) особу, яка є громадянином України, має середню освіту, досвід роботи у фізкультурно-спортивних організаціях не менше 10-ти років;
- б) особу, яка є громадянином України, має технічну освіту, досвід

роботи на підприємствах не менше 5-ти років;

в) особу, яка є громадянином України, має вищу спеціальну освіту, досвід роботи у фізкультурно-спортивних організаціях не менше 3-х років.

3. *Як можна охарактеризувати дитячо-юнацьку спортивну школу (ДЮСШ)?*

а) як профільний позашкільний навчальний заклад, основним напрямком діяльності якого є спортивний, що забезпечує у позаурочний та поза навчальний час пошук, розвиток та підтримку обдарованих вихованців, створення необхідних умов для максимальної реалізації їхніх здібностей в обраному виді спорту, що в установленому порядку визнаний в Україні;

б) як позашкільний навчальний заклад, основним напрямком якого є спортивний, що забезпечує підготовку спортсменів вищих категорій до складу національних збірних команд України з відповідних видів спорту;

в) як навчальний заклад, зазвичай початкової або середньої освіти.

4. *Якою може бути дитячо-юнацька спортивна школа (ДЮСШ)?*

а) тільки комплексною (має відділення з декількох видів спорту);

б) комплексною (має відділення з декількох видів спорту) або профільною (один вид спорту);

в) тільки профільною (один вид спорту).

5. *Від чого залежить мінімальний вік дітей для зарахування до дитячо-юнацької спортивної школи (ДЮСШ)?*

а) від специфіки виду спорту та вікових особливостей дитячого організму;

б) від медичних показників;

в) від бажання батьків.

ТЕСТОВЕ ЗАВДАННЯ №20

1. *Який статус може надаватися дитячо-юнацьким школам, вихованці*

яких досягли високих спортивних результатів?

- а) статус дитячо-юнацької школи олімпійського резерву;*
- б) соціальний статус;*
- в) професійний статус.*

2. Коли починається навчальний рік у дитячо-юнацьких спортивних школах (ДЮСШ)?

- а) з 1 червня;*
- б) з 1 січня;*
- в) з 1 вересня і триває протягом року.*

3. Які професійні вимоги висуваються до тренерів-викладачів, які працюють у дитячо-юнацьких спортивних школах (ДЮСШ)?

а) це повинна бути особа з високими моральними якостями, яка має вищу освіту за напрямком фізичне виховання і спорт, належний рівень професійної підготовки, здійснює навчально-тренувальну та спортивну роботу, забезпечує її результативність та якість, фізичний і психічний стан здоров'я якої дозволяє виконувати професійні обов'язки у ДЮСШ;

б) це молодий, недосвідчений спеціаліст, без досвіду роботи;

в) це особа, яка має базову загальну середню освіту і яка здобула спеціальні вміння та знання.

4. Як можна охарактеризувати такий різновид масової фізичної культури, як виробничу фізичну культуру?

а) як організовану за певними правилами діяльність людей, що полягає у зіставленні їх фізичних та інтелектуальних здібностей, а також підготовці до цієї діяльності і міжособистісні стосунки, що виникають у процесі гри;

б) як раціонально визначену та методично обґрунтовану систему оздоровчих, професійно-прикладних фізкультурних заходів, скерованих на збереження та підвищення здатності людини до трудової діяльності на

виробництві;

в) як метод лікування, що полягає в застосуванні фізичних вправ і природних факторів природи до хворої людини з лікувально-профілактичними цілями. В основі цього методу лежить використання основної біологічної функції організму – руху.

5. *Які два аспекти впровадження має виробнича фізична культура?*

- а) це загальноосвітній і професійний аспекти;
- б) це морально-вольовий і лікувальний аспекти;
- в) це загальнооздоровчий і спеціальний аспекти.

ТЕСТОВЕ ЗАВДАННЯ №21

1. *Які завдання розв'язує виробнича фізична культура?*

а) це здійснення інформаційно-просвітницької діяльності з питань фізичної культури і спорту;

б) це зміцнення здоров'я, створення найбільш сприятливих умов для оволодіння професією, підвищення і збереження кваліфікації та професійної працездатності, сприяння швидкому відновленню працездатності і зниженню втоми, як в процесі праці, так і після роботи, поєднання фізичних вправ з гігієнічними та фізіотерапевтичними процедурами для профілактики несприятливих впливів;

в) це проведення спортивних змагань, спартакіад, чемпіонатів, кубків.

2. *Які самостійні напрями має виробнича фізична культура як система?*

а) це виробнича гімнастика, післяробоче відновлення, профілактичні заходи щодо несприятливих факторів праці, підвищення стійкості організму до їх дії, професійно-прикладна фізична підготовка;

б) це підготовка кваліфікованих спортсменів у обраних видах спорту;

в) це поглиблення фізкультурних знань.

3. *Які форми занять включає виробнича гімнастика?*

а) це самостійні заняття фізичними вправами, спортом, туризмом;

б) це заняття у спортивних клубах, фізкультурно-оздоровчих центрах, секціях;

в) це ввідна гімнастика, фізкультпаузи, фізкультурні хвилинки, мікропаузи.

4. *Як можна охарактеризувати таку форму виробничої гімнастики, як ввідна гімнастика?*

а) як малу форму активного відпочинку. У ній використовується, як правило, одна вправа, окремий рух або прийом, які повторюються 4 – 6 разів упродовж 20 – 30 с. Позитивний ефект досягається за рахунок багаторазового виконання 5 – 8 разів упродовж робочого дня;

б) як комплекс фізичних вправ, які готують людину до роботи. Оскільки різні фізіологічні функції організму, в тому числі центральна нервова система (ЦНС), включаються в робочий режим і досягають оптимальної інтенсивності неодноразово, виникає необхідність їх активізації;

в) як форму активного відпочинку, що проводиться відразу після закінчення робочого дня. Якщо є наявні належні санітарно-гігієнічні умови, вона може проводитися безпосередньо на робочих місцях. Це комплекс фізичних вправ, іноді разом із самомасажем, який виконується 7 – 10 хв. і включає 7 – 9 вправ.

5. *Як можна охарактеризувати таку форму виробничої гімнастики, як фізкультпаузи?*

а) як заходи, що вводяться в режим робочого дня для активізації відновлення працездатності, базуються на принципі активного відпочинку. При цьому виконуються декілька вправ (5 – 7), які здатні забезпечити ефект

відновлення в результаті зміни характеру діяльності або чергування роботи різних ланок рухового апарату. Ефект активного відпочинку, відкритий І.М.Сеченовим, проявляється відразу та зберігається 1,5 – 2 години;

б) як комплекс фізичних вправ, які готують людину до роботи. Оскільки різні фізіологічні функції організму, в тому числі центральна нервова система (ЦНС), включаються в робочий режим і досягають оптимальної інтенсивності неодноразом, виникає необхідність їх активізації;

в) як форму активного відпочинку, що проводиться відразу після закінчення робочого дня. Якщо є наявні належні санітарно-гігієнічні умови, вона може проводитися безпосередньо на робочих місцях. Це комплекс фізичних вправ, іноді разом із самомасажем, який виконується 7 – 10 хв. і включає 7 – 9 вправ.

ТЕСТОВЕ ЗАВДАННЯ №22

1. Як можна охарактеризувати таку форму виробничої гімнастики, як відновлювальна гімнастика?

а) як комплекс фізичних вправ, які готують людину до роботи. Оскільки різні фізіологічні функції організму, в тому числі центральна нервова система (ЦНС), включаються в робочий режим і досягають оптимальної інтенсивності неодноразом, виникає необхідність їх активізації;

б) як заходи, що вводяться в режим робочого дня для активізації відновлення працездатності, базуються на принципі активного відпочинку. При цьому виконуються декілька вправ (5 – 7), які здатні забезпечити ефект відновлення в результаті зміни характеру діяльності або чергування роботи різних ланок рухового апарату;

в) як форму активного відпочинку, що проводиться відразу після закінчення робочого дня. Якщо є наявні належні санітарно-гігієнічні умови,

вона може проводитися безпосередньо на робочих місцях. Це комплекс фізичних вправ, іноді разом із самомасажем, який виконується 7 – 10 хв. і включає 7 – 9 вправ.

2. *На скільки груп поділяються всі професії для ефективної організації фізкультпауз?*

- а) на чотири групи;
- б) на дві групи;
- в) на шість груп.

3. *Як можна охарактеризувати таку форму виробничої гімнастики, як фізкультурні хвилинки?*

а) як малу форму активного відпочинку. У ній використовується, як правило, одна вправа, окремий рух або прийом, які повторюються 4 – 6 разів упродовж 20 – 30 с.;

б) як малу форму активного відпочинку, що проводяться впродовж 1 – 2 хв. і включають 2 – 3 вправи;

в) як форму активного відпочинку, що проводиться відразу після закінчення робочого дня.

4. *Як можна охарактеризувати таку форму виробничої гімнастики, як мікропауза?*

а) як комплекс фізичних вправ, які готують людину до роботи;

б) як малу форму активного відпочинку, що проводяться впродовж 1 – 2 хв. і включають 2 – 3 вправи;

в) як малу форму активного відпочинку. У ній використовується, як правило, одна вправа, окремий рух або прийом, які повторюються 4 – 6 разів упродовж 20 – 30 с. Позитивний ефект досягається за рахунок багаторазового виконання 5 – 8 разів упродовж робочого дня.

5. *Які важливі соціальні завдання виконують фізкультурно-спортивні*

заходи за умови масової участі населення?

а) це пропаганда та реклама форм і видів оздоровчої фізичної культури, залучення різних верств населення до соціально корисного проведення дозвілля, сприяння процесу виховання національної свідомості, виконання державних тестів фізичної підготовленості населення та розрядних нормативів Спортивної кваліфікації України, покращення соціально-психологічного клімату в трудових, учнівських і студентських колективах, підвищення комунікабельності людей, формування оздоровчих і прикладних навиків та вмій, встановлення особистих та колективних рекордів, пошук талановитих дітей, обмін досвідом фізкультурно-оздоровчої роботи;

б) це тільки залучення різних верств населення до соціально корисного проведення дозвілля;

в) це тільки пропаганда та реклама форм і видів оздоровчої фізичної культури.

*Тестові завдання з дисципліни «Спортивно-масова робота
в закладах середньої освіти»*

Бланк відповідей студентів

(прізвище, ім'я, по батькові)

Тестове завдання №1		Тестове завдання №2	
Номер питання	Відповідь	Номер питання	Відповідь
1.		1.	
2.		2.	
3.		3.	
4.		4.	
5.		5.	
Оцінка за відповідь		Оцінка за відповідь	
Тестове завдання №3		Тестове завдання №4	
Номер питання	Відповідь	Номер питання	Відповідь
1.		1.	
2.		2.	
3.		3.	
4.		4.	
5.		5.	
Оцінка за відповідь		Оцінка за відповідь	
Тестове завдання №5		Тестове завдання №6	
Номер питання	Відповідь	Номер питання	Відповідь
1.		1.	
2.		2.	
3.		3.	
4.		4.	

*Тестові завдання з дисципліни «Спортивно-масова робота
в закладах середньої освіти»*

5.		5.	
Оцінка за відповідь		Оцінка за відповідь	
Тестове завдання №7		Тестове завдання №8	
Номер питання	Відповідь	Номер питання	Відповідь
1.		1.	
2.		2.	
3.		3.	
4.		4.	
5.		5.	
Оцінка за відповідь		Оцінка за відповідь	
Тестове завдання №9		Тестове завдання №10	
Номер питання	Відповідь	Номер питання	Відповідь
1.		1.	
2.		2.	
3.		3.	
4.		4.	
5.		5.	
Оцінка за відповідь		Оцінка за відповідь	
Тестове завдання №11		Тестове завдання №12	
Номер питання	Відповідь	Номер питання	Відповідь
1.		1.	
2.		2.	
3.		3.	
4.		4.	
5.		5.	
Оцінка за відповідь		Оцінка за відповідь	

*Тестові завдання з дисципліни «Спортивно-масова робота
в закладах середньої освіти»*

Тестове завдання №13		Тестове завдання №14	
Номер питання	Відповідь	Номер питання	Відповідь
1.		1.	
2.		2.	
3.		3.	
4.		4.	
5.		5.	
Оцінка за відповідь		Оцінка за відповідь	
Тестове завдання №15		Тестове завдання №16	
Номер питання	Відповідь	Номер питання	Відповідь
1.		1.	
2.		2.	
3.		3.	
4.		4.	
5.		5.	
Оцінка за відповідь		Оцінка за відповідь	
Тестове завдання №17		Тестове завдання №18	
Номер питання	Відповідь	Номер питання	Відповідь
1.		1.	
2.		2.	
3.		3.	
4.		4.	
5.		5.	
Оцінка за відповідь		Оцінка за відповідь	
Тестове завдання №19		Тестове завдання №20	
Номер питання	Відповідь	Номер питання	Відповідь

*Тестові завдання з дисципліни «Спортивно-масова робота
в закладах середньої освіти»*

1.		1.	
2.		2.	
3.		3.	
4.		4.	
5.		5.	
Оцінка за відповідь		Оцінка за відповідь	

*Тестові завдання з дисципліни «Спортивно-масова робота
в закладах середньої освіти»*

Тестове завдання №21		Тестове завдання №22	
Номер питання	Відповідь	Номер питання	Відповідь
1.		1.	
2.		2.	
3.		3.	
4.		4.	
5.		5.	
Оцінка за відповідь		Оцінка за відповідь	

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

Основна:

1. Закон України «Про вищу освіту». Київ, 2009. 45 с.
2. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» : за станом на 20 січня 2010 р. Київ : Парламентське вид-во, 2010. С. 1-7.
3. Конох А.П., Конох А.А. Організація масової фізичної культури: наукове видання для здобувачів ступеня вищої освіти бакалавра спеціальності «Фізична культура і спорт» освітньо-професійної програми «Фізичне виховання». Запоріжжя: Запорізький національний університет, 2020. 287 с.
4. Присяжнюк С. І. Фізичне виховання : навчальний посібник. Київ : Центр навчальної літератури (ЦУЛ), 2019. 504 с.
5. Програмування фізкультурно-оздоровчих занять : навчальний посібник / укл. С. П. Дудіцька. Чернівці : Чернівецький національний університет імені Ю. Федьковича, 2021. 218 с.
6. Рибалко Л. М., Оніщук Л. М. Соціокультурна складова фізичної культури і спорту. Фізичне виховання : проблеми та перспективи : монографія за заг. редакцією проф. Г.П. Грибана. Житомир: Рута, 2020. С. 50 – 59.
7. Хома Т. В. Педагогіка фізичного виховання і спорту : теоретико-практичний супровід до самостійної роботи студентів : навчальний посібник. Ужгород : Видавництво УжНУ “Говерла”, 2020. 104 с.

Додаткова:

1. Baier K. Modern Yoga Research. URL: <http://surl.li/hgsmj> (дата звернення: 24.05.2023).
2. Bondy D. Yoga for Everyone: 50 Poses For Every Type of Body. Indianapolis, Indiana : Alpha, 2019. 256 p.
3. Clay S I. Science of HITT. Understand the Anatomy and Physiology to Transform Your Body. London : DK (Dorling Kindersley), 2021. 224 p.
4. Diachenko-Bohun M., Rybalko L., Grygus I., Zukow V. Health preserving educational environment in the condition for information technologies. *Journal of History Culture and Art Research*. Karabuk, 2019. Vol. 8 (2), June. P. 93 – 101.
5. Hines P. Rest + Calm : Gentle yoga and mindful practices to nurture and restore yourself. Newnan, GA : Green Tree, 2022. 176 p.
6. Hong F., Zhouxiang L. A brief history of Chinese martial arts. Boca Raton, FL : Routledge, 2020. 9 p.
7. Kucera S. The Seven Ways of Ayurveda: Discover Your Dosha, Tap Into Your Strengths – and Thrive in Work, Love, and Life. New York, NY : The Experiment, 2022. 240 p.

8. Lavrentieva L. O., Rybalko L. M., Lakomova O. O. Implementation of the dual system of vocational education : history, trends, perspectives. The actual problems of the world today: collective monograph. London : United Kingdom, 2019. P. 114 – 124.

9. Solloway K., Stutzmanelly S. The Yoga Anatomy Coloring Book : A Visual Guide to Form, Function, and Movement (Volume 1). New York, NY : Get Creative 6, 2018. 136 pages.

10. Губка А. А., Єремія Я. І. Вплив нетрадиційних засобів оздоровлення на уроках фізичної культури на стан здоров'я підлітків. *Актуальні проблеми психології і педагогіки* : збірник тез міжнародної науково-практичної конференції (Харків, 12-13 листопада 2021 р.). Харків : Східноукраїнська організація «Центр педагогічних досліджень», 2021. С. 21 – 25.

11. Ніколенко О. І. Методичні вказівки до виконання лабораторних робіт із навчальної дисципліни «Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності» для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня за освітньо-професійною програмою «Фізична терапія, ерготерапія» спеціальності 227 «Фізична терапія, ерготерапія» денної форми навчання. Рівне : НУВГП, 2020. 19 с.

12. Полтавский А. П., Савенко В. О., Брусак О. М. Соціально-біологічні аспекти фізичної культури. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки*. Старобільськ, 2019. №4 (327) травень. Ч.2. С. 5-14.

13. Ріссман Р. Йога для тебе / перекл. Проскура О. Київ : КМ-БУКС, 2021. 64 с.

14. Суглобова гімнастика : методичні рекомендації для студентів / укл.: Тулайдан В. Г., Шелєхова Т. В. Львів : “Фест-Прінт”. 2023. 49 с.

15. Фізичне виховання : проблеми та перспективи : монографія / за заг. редакцією проф. Г. П. Грибана. Житомир : Рута, 2020. 384 с.

16. Іваній І. В. Фізична культура особистості фахівця фізичного виховання та спорту : навчально-методичний посібник. Суми : Університетська книга, 2023. 128 с.

17. Мордвінова І. В., Ольховик А. В. Науки про здоров'я : навчальний посібник. Суми : Сумський державний університет, 2019. 95 с.

10. Інформаційні ресурси

1. Лаврін Г. Застосування нетрадиційних спортивних ігор у фізичному вихованні студентів. URL: <http://surl.li/hgrte> (дата звернення: 30.04.2023).

2. Сергієнко Ю. П., Лаврентьєв О. М., Гасвий В. Ю., Старовойт О. В., Степура Т. М. Використання нетрадиційних оздоровчих систем у фізичній культурі засобами тайцзіцюань. URL: <http://surl.li/hgrrk> (дата звернення: 23.05.2024).

3. Офіційний сайт Міністерства освіти та науки. <http://www.mon.gov>.

4. Єдине освітнє інформаційне вікно України. <http://www.osvita.com>

5. Європейський освітній портал. <http://www.eu-edu.org>

ЗМІСТ

Передмова.....	3
Тестове завдання №1.....	4
Тестове завдання №2.....	5
Тестове завдання №3.....	6
Тестове завдання №4.....	8
Тестове завдання №5.....	10
Тестове завдання №6.....	11
Тестове завдання №7.....	13
Тестове завдання №8.....	14
Тестове завдання №9.....	15
Тестове завдання №10.....	17
Тестове завдання №11.....	18
Тестове завдання №12.....	19
Тестове завдання №13.....	21
Тестове завдання №14.....	22
Тестове завдання №15.....	23
Тестове завдання №16.....	25
Тестове завдання №17.....	26
Тестове завдання №18.....	27
Тестове завдання №19.....	29
Тестове завдання №20.....	30
Тестове завдання №21.....	31
Тестове завдання №22.....	33
Бланк відповідей студентів.....	36
Список використаних джерел.....	40