**ТЕСТОВІ ЗАВДАННЯ**

**Теоретичні основи і методика спортивних ігор**

**1. Виберіть правильну відповідь і обведіть літеру.**

Батьківщиною футболу є:

а) Єгипет

б) Китай

в) Англія

**2. Виберіть правильну відповідь і обведіть літеру.**

Роком зародження футболу вважається:

а) 2500 р. до н.е.

б) 100 р. до н.е.

в) 1660 р.

**3. Виберіть правильну відповідь і обведіть літеру.**

Футбол почав поширюватися в Україні з:

а) 1878 р.

б) 1901 р.

в) 1910 р

**4. В яких закладах освіти футбол є в навчальних програмах?**

а)

б)

в)

**5. Виберіть правильну відповідь.**

До техніки гри у футбол відносяться:

а) техніка польового гравця;

б) техніка воротаря;

в) прийом і передача м’яча

**6. Вкажіть прийом, який відноситься до техніки гри у футбол?**

а) передача м’яча внутрішньою стороною стопи;

б) удари задньою частиною голови;

в) кидок м’яча в безопорному положенні

**7. Виберіть правильну відновіть.**

Який прийом відноситься до техніки гри цільового гравця у футболі?

а) удари внутрішньою частиною підйому;

б) удари по м’ячу зовнішньою стороною стони

в) введення м’яча в гру рукою

**8. Виберіть правильну відповідь.**

Який прийом відноситься до техніки гри воротаря у футболі?

а) введення м’яча у гру рукою

б) відбивання м’яча ногами

в) зупинка м’яча головою

**9. Назвіть, які за способом виконання є передачі м’яча у футболі?**

а)

б)

в)

**10. Назвіть удари, які виконуються головою у футболі?**

а)

б)

в)

**11. Назвіть способи зупинки м’яча у футболі?**

а)

б)

в)

**12. Назвіть способи ведення м’яча у футболі?**

а)

б)

в)

**13. Які є способи відбору м’яча у футболі?**

а)

б)

в)

**14. Виберіть правильну відповідь.**

Навчання техніки гри польових гравців у футболі слід починати з:

а) ударів по м’ячу

б) зупинок м’яча

в) ведення м’яча

**15. Встановіть послідовність навчання основних технічних елементів гри воротаря у футболі:**

а) ловіння м’яча на місці та в русі

б) падіння на місці та в русі

в) ловіння м’яча в стрибку

1\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_3\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**16. Виберіть правильну відповідь.**

Яка методична послідовність навчання техніки удару по м’ячу внутрішньою стороною стопи?

а) удари по нерухомому м’ячу на відстані 10-12 м

б) удари по нерухомому м’ячу на відстані 20-30 м

в) розказати і показати біомеханічну структуру технічного прийому

1\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_3\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**17. Встановіть послідовність у виконанні удару по м’ячу внутрішньою стороною стопи:**

а) постановка опорної ноги і замах ударної

б) удар і проводка м’яча починається з згинання опорної ноги, руху стегна, гомілки, стопи

в) в момент наближення стопи до м’яча п’ята випереджає носок

1\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_3\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**18. Встановіть послідовність виконання удару внутрішньою частиною підйому?**

а) постановка опорної ноги з п’яти на носок

б) удар наноситься по нижній частині м’яча

в) розбіг виконується дещо збоку від м’яча

1\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_3\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**19. Що з наступного відноситься до попередньої біомеханічної фази техніки удару по м’ячу зовнішньою частиною підйому?**

а) кут розбігу

б) постановка опорної ноги

в) швидкість розбігу

**20. Вкажіть методичну послідовність при вивченні удару середньою частиною підйому?**

а) удари по нерухомому м’ячу

б) удари по м’ячу, що летить

в) удари по м’ячу, що котиться

1\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_3\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**21. Що з наступного відноситься до підготовчої біомеханічної фази техніки удару по м’ячу зовнішньою частиною підйому?**

а) постановка опорної ноги

б) відстань розбігу

в) замах ударної ноги

**22. Виберіть правильну відповідь. В якій методичній послідовності вивчається зупинка м’яча?**

а) підошвою

б) стегном

в) грудьми

1\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_3\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**23. Що з наступного відноситься до робочої біомеханічної фази техніки удару по м’ячу зовнішньою частиною підйому?**

а) замах ударної ноги

б) ударний рух

в) проводка м’яча

**24. Що з наступного відноситься до підготовчої біомеханічної фази техніки зупинки м’яча грудьми?**

а) відведення грудей вперед

б) контроль м’яча ногами

в) зустріч грудей з м’ячем

**25. Яка з наступних вправ доцільна при вивченні зупинки м’яча на початковому етапі?**

а) зупинка м’яча, який повільно котиться

б) зупинка м’яча, що високо летить на певній висоті

**26. Що з наступного відноситься до робочої біомеханічної фази техніки зупинки м’яча грудьми?**

а) амортизація м’яча грудьми

б) контроль м’яча ногами

в) одночасна зустріч грудей і м’яча

**27. Встановіть послідовність вивчення способів ведення м’яча у футболі:**

а) ведення м’яча носком

б) ведення м’яча внутрішньою стороною стопи

в) ведення м’яча зовнішньою стороною стопи

1\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_3\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**28. Які з наступних вправ с доцільними при вивченні удару по м’ячу головою в опорному положенні на початковому етапі?**

а) імітація удару по м’ячу головою в опорному положенні

б) удар головою з місця по м’ячу, який підвішаний

в) удар головою по м’ячу в падінні

**29. Встановіть послідовність вивчення техніки ловіння м’яча воротарем?**

а) ловіння м’яча, що котиться

б) ловіння м’яча у сітці воротаря

в) ловіння м’яча у положенні на одному коліні

г) ловіння високих м’ячів

д) відбивання м’яча кулаками

1\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_3\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 4\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_5\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**30. Які тактичні системи використовуються в сучасному футболі?**

1\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_3\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**31. Закінчіть відповідь.**

В фазі атаки в футболі застосовуються наступні методи:

а) метод індивідуальної гри

б) метод темпової аритмії

в) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

г) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

д) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**32. Закінчіть відповідь.**

В фазі захисту у футболі застосовуються наступні методи:

а) метод активної оборони

б) метод пасивної оборони

в) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

г) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

д ) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**33. Виберіть правильну відповідь.**

До яких тактичних дій у футболі належить взаємодія 2-3 гравців?

а) індивідуальних

б) групових

в) командних

**34. Що відноситься до індивідуальних тактичних дій без м’яча у футболі?**

а) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

б)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**35. Що відноситься до індивідуальних і тактичних дій з м’ячем у футболі?**

а)

б)

в)

г)

**36. Які є передачі у футболі за відстанню:**

а) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

б) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

в) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**37. Передачі у футболі за призначенням є такі:**

а) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

б) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

в) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**38. Передачі у футболі за напрямком є такі:**

а) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

б) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

в) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**39. Доповніть відповідь.**

Передачі у футболі за траєкторією польоту м’яча є такі:

а) середні

б) \_\_\_\_\_\_

в) \_\_\_\_\_\_

**40. До стандартних комбінацій у футболі належать:**

а) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

б) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

в) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

г) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**41. Доповніть відповідь.**

Командні дії в обороні у футболі організуються за допомогою певних систем, які поділяються на: персональну\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_системи захисту.

**42. Що ще відноситься до позитивних сторін персональної системи захисту у футболі?**

а) особиста відповідальність кожного захисника

б) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

в) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

г) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**43. Що ще відноситься до негативних сторін персональної системи захисту у футболі?**

а) можливість звільнення зони розвитку атаки та її завершення

б) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

в) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**44. Що відноситься до позитивних сторін зонної системи захисту у футболі?**

а) контроль захисником певної ділянки поля

б) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

в) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**45. Що ще відноситься до недоліків зонної системи захисту у футболі?**

а) можливість чисельної переваги суперника в окремих зонах

б) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

в) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**46. Які ще позитивні сторони комбінованої системи захисту у футболі?**

а) поєднання персональної і зонної систем

б) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

г) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**47. Вкажіть методичну послідовність навчання технічного прийому на уроці футболу?**

а) створення уяви про технічний прийом

б) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

в) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

г) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**48. Доповніть відповідь.**

Способи пересування у футболі є такі:

біг,\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**49. Доповніть відповідь.**

Технічні прийоми, якими користуються польові гравці у футболі це:

а) вкидання м’яча

б) відбори м’яча

в) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

г) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**50. Доповніть відповідь. Які ще, окрім названих, є способи ударів по м’ячу у футболі?**

а) удар головою

б) удар "носком"

в) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

г) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

д) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**51. Доповніть відповідь.**

Технічні прийоми, якими користуються польові гравці при виконанні ударі головою у футболі це:

а) серединою чола

б) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

в) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**52. Встановіть послідовність, в якій потрібно навчати техніки зупинки м’яча стегном у футболі?**

а) навчання зупинок стегном в полегшених умовах

б) навчання зупинок під час гри

в) навчання зупинок у змодельованій ігровій ситуації

1\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_3\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**53. В якій методичній послідовності доцільно навчати наступні способи ведення м’яча?**

а) внутрішньою частиною підйому

б) середньою частиною підйому

в) зовнішньою частиною підйому

1\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_3\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**54. Встановіть послідовність навчання техніці прийомів гри воротаря у футбол?**

а) ловіння м’ячів \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

б) відбивання м’яча\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

в) введення м’яча у гру \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_3\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**55. Встановіть методичну послідовність вивчення передач у футболі:**

а) в процесі обводки

б) в процесі ведення

в) з місця

г) з ходу

1\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_3\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_4\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**56. Встановіть методичну послідовність вивчення ударів у футболі:**

а) в процесі ведення

б) з місця

в) у русі

г) в процесі обводки

1\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_3\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_4\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**57. Доповніть, окрім названих, дії крайніх захисників у фазі відбору м’яча?**

а) закривання суперника в зоні

б) протидіям передачам та ударам по воротах

б) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

г) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**58. Доповніть, окрім названих, дії переднього центрального захисника в фазі відбору м’яча?**

а) контроль за діями одного з нападників команди суперника

б) здійснення захисних дій у центральній зоні

в) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

г) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**59. Доповніть, окрім названих, дії крайнього півзахисника в фазі володіння м’ячем?**

а) постійне відкривання на фланзі

б) взаємодія з нападаючими

в) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

г) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**60. Доповніть, окрім названих, дії крайнього нападників в фазі володіння м’ячем?**

а) здійснювати швидкісні, індивідуальні маневри по флангу

б) участь у завершенні атаки

в) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

г) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**61. Доповніть, окрім названих, дії центрального нападаючого в фазі володіння м’ячем?**

а) активна участь в одноборстві з захисником

б) взаємодія з крайніми нападаючими

в) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

г) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**62. В яку частину уроку на стані повторення техніки удару по м’ячу будуть включені наступні вправи? (футбол)**

а) удари по м’ячу, що котиться

б) імітація удару

в) удари по м’ячу після ведення

1. Підготовча частина 2. Основна частина

**63. В яку частину уроку на етапі повторення техніки передач м’яча у футболі будуть включені наступні вправи?**

а) передачі м’яча на відстані 20-30 м

б) передачі м’яча після ведення

в) передачі м’яча "зльоту"

1. Підготовча частина 2. Основна частина

**64. В яку частину уроку, на етапі повторення техніки ведення м’яча у футболі, будуть включені наступні завдання?**

а) ведення м’яча з подоланням опору захисника

б) ведення м’яча із зміною напрямку

в) ведення м’яча з наступним ударом у напрямку воріт

1. Підготовча частина 2. Основна частина

**65. Встановіть послідовність вивчення способів ведення м’яча у футболі:**

а) ведення м’яча "носком"

б) ведення м’яча внутрішньою стороною стопи

в) ведення м’яча зовнішньою стороною стопи

1\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_\_\_\_\_3 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**66. Назвіть та запишіть не менше 5 імітаційних та підвідних вправ для навчання техніки передачі м’яча внутрішньою стороною стопи.**

1 ... 5

**67. Запишіть 5 вправ для навчання техніки удару по м’ячу зовнішньою стороною стопи.**

1 ... 5

**68. Запишіть не менше 6 вправ для навчання техніки удару внутрішньою частиною підйому.**

1 ... 6

**69. Запишіть не менше 5 спеціальних вправ для навчання удару серединою підйому.**

1 ... 5

**70. Напишіть не менше 5 спеціальних вправ для навчання техніки удару по м’ячу чолом.**

1 ... 5

**71. Напишіть не менше 5 спеціальних вправ для навчання техніки зупинки м’яча підошвою.**

1 ... 5

**72. Запишіть не менше 5 спеціальних вправ для навчання техніки зупинки м’яча стегном.**

1 ... 5

**73. Запишіть не менше 5 спеціальних вправ для навчання зупинки м’яча грудьми.**

1 ... 5

**74. Запишіть не менше 5 спеціальних вправ для навчання воротаря у футболі техніки ловіння м’яча, що котиться.**

1 ... 5

**75. Запишіть 5 спеціальних вправ для навчання воротаря у футболі техніки ловіння м’яча, що містить.**

1 ... 5