**«5В010800» - 3 курс студенттеріне**

**«Дене шынықтыру және спорт психологиясы»- пәнi бойынша емтихан сұрақтары.**

**3 кредит.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Сұрақ** | **Блок** |
| 1 | Спорт психологиясының жалпы психологиямен байланысына  талдау беріңіз | 1 |
| 2 | Спортшыларды дайындауда психологияның ролін  ашыңыз. | 1 |
| 3 | Спорт психологиясының пәні, міндеттері, әдістеріне  талдау беріңіз | 1 |
| 4 | Психологияда жүйелік амалды көрсетіңіз | 1 |
| 5 | Спорт іс-әрекетінің жалпы психологиялық мінездемесін  айтыңыз | 1 |
| 6 | Адамның индивидттік қаситеттерін анықтап беріңіз | 1 |
| 7 | Адам іс-ірекет субъектісі ретінде және жеке дара ретінде  көрсетіңіз | 1 |
| 8 | Психолог және тренер ұғымдарын талдаңыз | 1 |
| 9 | Адамның тұлғалық қасиеттерін айқындаңыз | 1 |
| 10 | Спорттағы адамның жүйелік сипаттамасын ашып беріңіз | 1 |
| 11 | Психологтардың спортшыларды дайындаудағы атқаратын жұмысын айтыңыз | 1 |
| 12 | Тренер мен психолог арасында болатын түсініспеушіліктердің себептерін айтып беріңіз | 1 |
| 13 | Спорт кәсіби іс-әрекет ретінде екендігін анықтаңыз. | 1 |
| 14 | Тренерлер спорттық психологтарға қандай міндеттер қояды, оларды шешу мүмкіншіліктерін сипаттаңыз | 1 |
| 15 | Спортшының индивидттік ерекшеліктерін ашыңыз | 1 |
| 16 | Спортшының тұлғалық ерекшеліктеріне тоқталыңыз | 2 |
| 17 | Спорт психологиясы психологияның бір саласы ретінде.  сипаттап беріңіз | 2 |
| 18 | Спортпен айналысуға байланысты пайда болатын тұлғалық деформацияларды талдаңыз | 2 |
| 19 | Иеркс-Дотсон заңын талдап беріңіз | 2 |
| 20 | Спорт және гендерлік айырмашылықтар анықтаңыз | 2 |
| 21 | Спорт түріне байланысты тұлғалық ерекшеліктерді көрсетіңіз | 2 |
| 22 | Үлгілі тренер тұлғасын жасаңыз | 2 |
| 23 | Тренердің басқару стильдері (авторитарлы, демократиялық, либеральді) сипаттап көрсетіңіз. | 2 |
| 24 | Тренерлік позицияларды ашып көрсетіңіз. | 2 |
| 25 | Мотив және мотивация түсініктерін анықтаңыз | 2 |
| 26 | Спорттағы өзара қарым-қатынас ұғымын айтыңыз | 2 |
| 27 | Спорттағы мамандандырылған қабылдауды сипаттап беріңіз | 2 |
| 28 | Спорттық командадағы психологиялық атомосфера, оған әсер ететін факторларды ашып көрсетіңіз | 2 |
| 29 | Спортсмендер арасындағы қарым-қатынас түрлерін анықтаңыз | 2 |
| 30 | Спортпен айналасудың мотивтерін талдау беріңіз | 2 |
| 31 | Спорттағы лидерлік тақырыбына бағдарлама жасаңыз | 3 |
| 32 | «Қабылдау спорт әрекетінде» кесте жасау. | 3 |
| 33 | Спорттағы ойлау ерекшеліктері тақырыбына эссе жазыңыз. | 3 |
| 34 | Спорттағы ерекше қабылдау және зейін жаттығу ойлап табыңыз. | 3 |
| 35 | Спорттағы тактикалық ойлау. Эссе жазыңыз | 3 |
| 36 | «Салауатты өмір салты» атты тақырыпта жоспар құрыңыз. | 3 |
| 37 | Спорттық әрекеттерде эмоциялардың роліне талдау жасаңыз. | 3 |
| 38 | Фобия деген не, неге пайда болады? Одан арылу жолдары.  Жоба арқылы көрсетіңіз. | 3 |
| 39 | «Спортшының жетістікке жету» бағдарламасын құрыңыз. | 3 |
| 40 | Спорт және денсаулық мәселесінің өзектілігі, ауқымдылығы.  Эссе жазыңыз. | 3 |
| 41 | Спорттық медицина міндеттері тақырыбына Мақала жазыңыз | 3 |
| 42 | Идеомоторлық жаттығу кезеңдерін ойлап табыңыз. | 3 |
| 43 | Спорт әрекетіндегі ерік-жігер және эмоцияларды кесте арқылы салыстырыңыз | 3 |
| 44 | Спорттық медицинаның белгілі дәрігері Т.Дуйсенов жүргізген ғылыми зерттеу нәтижелерін талдау. Кесте. | 3 |
| 45 | А. Кимнің Спорт психологиясы атты еңбегіне аннотация беріңіз. | 3 |
| 46 | Релаксация тәсілдерін көрсетіңіз. | 3 |
| 47 | Спортсменнің ерік-жігер әрекетінің құрылымын  схема түрінде көрсетіңіз | 3 |
| 48 | Таңдап алған спорт түріне қарай адамға психологиялық мінездеме жасаңыз | 3 |
| 49 | Спорт психологиясы пәні бойынша қысқаша глоссарий құрыңыз. | 3 |
| 50 | Спорт және денсаулық тақырыбына эссе жазыңыз. | 3 |
| 51 | Ерік-жігер күш қуаттың қайнар көзі ретінде. Мақала жазыңыз | 3 |
| 52 | Жарыс кезінде спортшының психологиялық күйін сипаттау  эссе. | 3 |
| 53 | Жарысқа психологиялық дайындық. Эссе жазыңыз. | 3 |
| 54 | Жарысқа психологиялық дайындықтың мақсаты, мазмұны.  Сызбада көрсетіңіз | 3 |
| 55 | Сәтсіздектен қорқу және сәттілікке ұмтылу жағдайлары спортшының әрекетіне әсері. Ой толғау | 3 |
| 56 | Спорттағы өзін-өзі қадағалау әдістеріне шолу жасаңыз. | 3 |
| 57 | Аутогенді жаттығулардың жаттығулардың 3 –уін көрсетіңіз. | 3 |
| 58 | Спортшылардың интеллектуалды деңгейін қандай да бір мамандықпен салыстырып, айырмашылқтарын көрсетіңіз. | 3 |
| 59 | «Менің өмірлік ұстанымым» атты тақырыпқа мақала жазыңыз. | 3 |
| 60 | Спортсменнің психологиялық ерекшеліктері тақырыбына ой толғау беріңіз. | 3 |