

1. Gregarni i afilijativni motiv spadaju u grupu:
 - a) Biološke motive
 - b) Socijalne motive
 - c) Personalne motive
2. Tendencija da se ulaže napor da se postigne i ostvari nešto što se smatra vrednim i čime će se osoba istaći pred drugima definicija je:
 - a) Motiva postignuća
 - b) Ličnosti
 - c) Inteligencije
3. U kom periodu je preporučljivo da se na treningu odvoje dečaci i devojčice:
 - a) 3 do 5 godina
 - b) 6 do 10 godina
 - c) 30 do 40 godina
4. U kom periodu je preporučljivo da se otpočne sa sportskom specijalizacijom:
 - a) od 7 do 10 godina
 - b) od 11 do 13 godina
 - c) od 14 do 16 godina
5. Pomoći mladima da se razviju fizički, psihološki i socijalno zadatak je trenera koji su:
 - a) Humanistički orijentisani
 - b) Ciljano orijentisani
 - c) Kazneno orijentisani
6. Pozitivni pristup treniranju je dominantno zasnovan na:
 - a) Kaznama
 - b) Nagradama
 - c) Dominaciji
7. Najpravilnije korigovanje grešaka u sportu je ono po:
 - a) hamburger proceduri
 - b) burek proceduri
 - c) sendvič proceduri
8. „Sportski trougao” čine:
 - a) menadžer, publika i sportisti
 - b) mladi sportista, trener i roditelji
 - c) trener, pomoćni trener i roditelj
9. Razdražljivi roditelji, treneri sa klupe i fanatični roditelji su oni koje karakteriše:
 - a) preterana uključenost
 - b) optimalna uključenost
 - c) nedovoljna uključenost

10. Fiziološka pojavu smanjenja radne sposobnosti pod uticajem nekoliko intenzivnijih treninga nazivamo:
- a) prekoračenjem
 - b) opterećenjem
 - c) rasterećenjem
11. Stanje organizma u kome dolazi do pada radne sposobnosti i ispoljavanja mnogih simptoma organske i funkcionalne prirode nazivano:
- a) umor
 - b) pretreniranost
 - c) zasićenje
12. Procena pojedinca o sopstvenim sposobnostima organizovanja i izvršavanja određenih akcija potrebnih za ostvarivanje željenih ishoda tj. koliko je osoba uverena da poseduje lične kapacitete koji joj dopuštaju da potpuno kontroliše ishode postavljenih ciljeva, uprkos ometajućim događajima, teškoćama i preprekama nazivamo:
- a) samoefikasnost
 - b) stav
 - c) lokus kontrole
13. Eustres je stress blagog intenziteta, konstruktivan, ugodan i stimulativan oblik stresa, dok negativni stress nazivamo:
- a) ultrastres
 - b) mikro stres
 - c) distres
14. Telesne poremećaje čiji su uzroci psihički nazivano:
- a) maligne bolesti
 - b) psihosomatske bolesti
 - c) nepostojeće bolesti
15. Tri faze učenja motornih veština su:
- a) kognitivna, asocijativna i autonomna
 - b) prva, druga i treća
 - c) početna standardna i napredna
16. Povratnu informaciju koju dajemo sportisti prilikom učenja motornih veština nazivamo:
- a) seansa
 - b) feedback
 - c) ćaskanje

17. Tehnika psihološke pripreme koja se sastoji od naizmeničnog zatezanja i opuštanja miškulature određenim redosledom naziva se:
- a) autogeni trening
 - b) bio-feedback trening
 - c) progresivna relaksacija
18. Simuliranje uslova karakterističnih za takmičenje koji dovode do povećane napetosti naziva se:
- a) situacioni trening
 - b) intelektualni trening
 - c) progresivna relaksacija
19. Formiranje jednodimenzionalnog identiteta kod mladih sportista (zbog velike posvećenosti sportu mlada osoba se poistovećuje samo sa trenažnim procesom i rezultatima) jedan je od uzročnika:
- a) pretreniranosti
 - b) motivacije
 - c) razvoja
20. U pravilnom radu trenera sa decom, koji procenat treba da zauzimaju pohvale:
- a) 30% do 40 %
 - b) 70% do 80%
 - c) 80% do 90%