

Министерство спорта и туризма Республики Беларусь

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Кафедра лыжного и стрелкового спорта

УТВЕРЖДАЮ
Зав.кафедрой лыжного
и стрелкового спорта
_____ Н.А.Юрчик
12.06.2025

**ЗАЧЕТНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ, ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ БИЛЕТЫ,
ПРОГРАММНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К ЭКЗАМЕНУ,
КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ И КОМПЕТЕНЦИЙ СТУДЕНТОВ**
по учебной дисциплине **«СИСТЕМА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ В
ИЗБРАННОМ ВИДЕ СПОРТА»**
для студентов 3 курса дневной формы получения образования
для специальности
6-05-1012-02 «Тренерская деятельность (биатлон)»

Экзаменационная сессия 2025/2026 уч. года

Утверждены на заседании
кафедры
12.06.2025
Протокол № 14

Минск 2025

Утверждены
на заседании кафедры
12.06.2025
Протокол № 14

Программные требования к экзамену по учебной дисциплине
«Система спортивной подготовки в избранном виде спорта»
для студентов 3 курса дневной формы получения образования
для специальности
6-05-1012-02 «Тренерская деятельность (биатлон)»
(Экзаменационная сессия 2025/2026 уч. года)

Содержательный модуль - 1. Методика построения учебно-тренировочного процесса в биатлоне.

Модуль – 1. Методика построения программ спортивной подготовки в годичном цикле.

1. Теоретико-методологические основы построения годичного цикла спортивной подготовки.
2. Характеристика основных средств и методов, применяемых в спортивной подготовке спортсменов групп начальной подготовки.
3. Специфические закономерности процесса становления спортивного мастерства на этапе специализированной базовой подготовки.
4. Современные методические концепции планирования и построения тренировочных нагрузок на этапе высшего спортивного мастерства.
5. Характеристика общей структуры учебно-тренировочных занятий.
6. Отличительная направленность учебно-тренировочных занятий: по педагогической направленности, избирательной и комплексной направленности, по величине нагрузки.
7. Основные принципы, лежащие в основе структуризации учебно-тренировочного процесса на микроциклы.
8. Типы микроциклов и их основная направленность (втягивающие, ударные, подводящие, соревновательные и восстановительные)
9. Основные принципы, лежащие в основе структуризации учебно-тренировочного процесса на мезоциклы.
10. Типы мезоциклов и их основная направленность (втягивающие, ударные, подводящие, соревновательные и восстановительные).
11. Общие основы чередования учебно-тренировочных занятий с различными по величине и направленности нагрузками.

Модуль – 2. Спортивные сооружения и материально-техническое обеспечение.

1. Принципы планирования и прогнозирования развития системы спортивных сооружений.
2. Лыжные заповедники и лыжные комплексы. Требования, предъявляемые к территории заповедников и комплексов, требования к сооружениям и их оборудованию.
3. Краткий анализ лыжных комплексов: особенности местности, типы зданий, жилой фонд, оборудование спортивных помещений, вспомогательные помещения.
4. Требования к лыжному инвентарю и снаряжению в лыжных гонках и биатлоне.
5. Организация и проведение учебно-тренировочных сборов.

Модуль - 3. Управление и контроль в системе спортивной подготовки спортсменов в биатлоне

1. Основы общей теории управления. Виды управления (этапное, текущее, оперативное).
2. Особенности системы управления спортивной подготовкой спортсменов на этапах начальной, предварительной базовой и специализированной базовой подготовки.
3. Цель и объект контроля. Виды контроля (этапный, текущий и оперативный).
4. Особенности контроля физической, технической, тактической и психологической подготовленности.
5. Углубленный, избирательный и локальный контроль на этапе специализированной базовой подготовки.
6. Углубленный, избирательный и локальный контроль на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства.

Модуль – 4. Организация, проведение и судейство спортивных соревнований по биатлону

1. Планирование подготовки и проведения спортивных соревнований республиканского и международного уровня.
2. Организация процедуры открытия спортивных соревнований и награждения победителей.
3. Обеспечение судейства спортивных соревнований по биатлону
4. Требования для присвоения спортивных разрядов и званий по различным дисциплинам биатлона.
5. Обеспечение судейства спортивных соревнований по биатлону.

6. Состав и обязанности судейской коллегии.

Модуль – 5. Научно-методическое сопровождение спортивной подготовки спортсменов и научно-исследовательская работа студентов.

1. Системное представление о комплексном научно-методическом обеспечении спортивной подготовки спортсменов в различных дисциплинах биатлона
2. Постановка цели и прогнозирование спортивных достижений
3. Оперативное и этапное управление соревновательной и тренировочной деятельностью спортсменов
4. Оценка эффективности отбора, избранной направленности учебно-тренировочного процесса и спортивных результатов соревновательной деятельности в биатлоне
5. Характеристика средств восстановления и стимуляции работоспособности (педагогические, психологические, медико-биологические, гигиенические и физические средства)
6. Совершенствование умений и навыков рациональной организации вводно-подготовительной и заключительной частей учебно-тренировочного занятия.
7. Характеристика медико-биологических средств восстановления и стимуляции работоспособности
8. Методика организации и проведения научно-исследовательской работы студентов.
9. Характеристика основных методов исследования в биатлоне (педагогический и лабораторный).
10. Обработка результатов научных исследований с использованием методов математической статистики
11. Подготовка рукописи и оформление научной работы.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 1

1. Теоретико-методологические основы построения годового цикла спортивной подготовки.
2. Углубленный, избирательный и локальный контроль на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства.
3. Постановка цели и прогнозирование спортивных достижений.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 2

1. Характеристика общей структуры учебно-тренировочных занятий.
2. Системное представление о комплексном научно-методическом обеспечении спортивной подготовки спортсменов в различных дисциплинах биатлона.
3. Цель и объект контроля. Виды контроля (этапный, текущий и оперативный).

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 3

1. Отличительная направленность учебно-тренировочных занятий: по педагогической направленности, избирательной и комплексной направленности, по величине нагрузки
2. Оперативное и этапное управление соревновательной и тренировочной деятельностью спортсменов.
3. Требования к лыжному инвентарю и снаряжению в лыжных гонках и биатлоне.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 4

1. Специфические закономерности процесса становления спортивного мастерства на этапе специализированной базовой подготовки
2. Характеристика медико-биологических средств восстановления и стимуляции работоспособности.
3. Подготовка рукописи и оформление научной работы.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 5

1. Обеспечение судейства спортивных соревнований по биатлону.
2. Совершенствование умений и навыков рациональной организации вводно-подготовительной и заключительной частей учебно-тренировочного занятия.
3. Планирование подготовки и проведения спортивных соревнований республиканского и международного уровня.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 6

1. Характеристика основных средств и методов, применяемых в спортивной подготовке спортсменов групп начальной подготовки.
2. Основы общей теории управления. Виды управления (этапное, текущее, оперативное).
3. Особенности контроля физической, технической, тактической и психологической подготовленности.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 7

1. Основные принципы, лежащие в основе структуризации учебно-тренировочного процесса на микроциклы.
2. Требования для присвоения спортивных разрядов и званий по различным дисциплинам биатлона.
3. Характеристика основных методов исследования в биатлоне (педагогический и лабораторный).

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 8

1. Лыжные заповедники и лыжные комплексы. Требования, предъявляемые к территории заповедников и комплексов, требования к сооружениям и их оборудованию.
2. Обработка результатов научных исследований с использованием методов математической статистики.
3. Оценка эффективности отбора, избранной направленности учебно-тренировочного процесса и спортивных результатов соревновательной деятельности в биатлоне.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 9

1. Характеристика средств восстановления и стимуляции работоспособности (педагогические, психологические, медико-биологические, гигиенические и физические средства)
2. Принципы планирования и прогнозирования развития системы спортивных сооружений
3. Общие основы чередования учебно-тренировочных занятий с различными по величине и направленности нагрузками.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 10

1. Обеспечение судейства спортивных соревнований по биатлону.
2. Особенности системы управления спортивной подготовкой спортсменов на этапах начальной, предварительной базовой и специализированной базовой подготовки.
3. Типы микроциклов и их основная направленность (втягивающие, ударные, подводящие, соревновательные и восстановительные).

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 11

1. Современные методические концепции планирования и построения тренировочных нагрузок на этапе высшего спортивного мастерства.
2. Основные принципы, лежащие в основе структуризации учебно-тренировочного процесса на мезоциклы.
3. Методика организации и проведения научно-исследовательской работы студентов.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 12

1. Типы мезоциклов и их основная направленность (втягивающие, ударные, подводные, соревновательные и восстановительные).
2. Состав и обязанности судейской коллегии
3. Углубленный, избирательный и локальный контроль на этапе специализированной базовой подготовки.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 13

1. Организация процедуры открытия спортивных соревнований и награждения победителей.
2. Краткий анализ лыжных комплексов: особенности местности, типы зданий, жилой фонд, оборудование спортивных помещений, вспомогательные помещения.
3. Организация и проведение учебно-тренировочных сборов.

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 1

Учебная дисциплина

«Система спортивной подготовки в избранном виде спорта»

Экзаменационная сессия 2025/2026 уч. года

1. Теоретико-методологические основы построения годового цикла спортивной подготовки.
2. Углубленный, избирательный и локальный контроль на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства.
3. Постановка цели и прогнозирование спортивных достижений

Преподаватель (экзаменатор) _____

12.06.2025

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 2

Учебная дисциплина

«Система спортивной подготовки в избранном виде спорта»

Экзаменационная сессия 2025/2026 уч. года

1. Характеристика общей структуры учебно-тренировочных занятий.
2. Системное представление о комплексном научно-методическом обеспечении спортивной подготовки спортсменов в различных дисциплинах биатлона.
3. Цель и объект контроля. Виды контроля (этапный, текущий и оперативный).

Преподаватель (экзаменатор) _____

12.06.2025

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 3

Учебная дисциплина

«Система спортивной подготовки в избранном виде спорта»

Экзаменационная сессия 2025/2026 уч. года

1. Отличительная направленность учебно-тренировочных занятий: по педагогической направленности, избирательной и комплексной направленности, по величине нагрузки
2. Оперативное и этапное управление соревновательной и тренировочной деятельностью спортсменов.
3. Требования к лыжному инвентарю и снаряжению в лыжных гонках и биатлоне.

Преподаватель (экзаменатор) _____

12.06.2025

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 4

Учебная дисциплина

«Система спортивной подготовки в избранном виде спорта»

Экзаменационная сессия 2025/2026 уч. года

1. Специфические закономерности процесса становления спортивного мастерства на этапе специализированной базовой подготовки
2. Характеристика медико-биологических средств восстановления и стимуляции работоспособности.
3. Подготовка рукописи и оформление научной работы.

Преподаватель (экзаменатор) _____

12.06.2025

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 5

Учебная дисциплина

«Система спортивной подготовки в избранном виде спорта»

Экзаменационная сессия 2025/2026 уч. года

1. Обеспечение судейства спортивных соревнований по биатлону.
2. Совершенствование умений и навыков рациональной организации вводно-подготовительной и заключительной частей учебно-тренировочного занятия.
3. Планирование подготовки и проведения спортивных соревнований республиканского и международного уровня

Преподаватель (экзаменатор) _____

12.06.2025

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 6

Учебная дисциплина

«Система спортивной подготовки в избранном виде спорта»

Экзаменационная сессия 2025/2026 уч. года

1. Характеристика основных средств и методов, применяемых в спортивной подготовке спортсменов групп начальной подготовки.
2. Основы общей теории управления. Виды управления (этапное, текущее, оперативное).
3. Особенности контроля физической, технической, тактической и психологической подготовленности.

Преподаватель (экзаменатор) _____

12.06.2025

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 7

Учебная дисциплина

«Система спортивной подготовки в избранном виде спорта»

Экзаменационная сессия 2025/2026 уч. года

1. Основные принципы, лежащие в основе структуризации учебно-тренировочного процесса на микроциклы.
2. Требования для присвоения спортивных разрядов и званий по различным дисциплинам биатлона.
3. Характеристика основных методов исследования в биатлоне (педагогический и лабораторный).

Преподаватель (экзаменатор) _____

12.06.2025

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 8

Учебная дисциплина

«Система спортивной подготовки в избранном виде спорта»

Экзаменационная сессия 2025/2026 уч. года

1. Лыжные заповедники и лыжные комплексы. Требования, предъявляемые к территории заповедников и комплексов, требования к сооружениям и их оборудованию.
2. Обработка результатов научных исследований с использованием методов математической статистики.
3. Оценка эффективности отбора, избранной направленности учебно-тренировочного процесса и спортивных результатов соревновательной деятельности в биатлоне.

Преподаватель (экзаменатор) _____

12.06.2025

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 9

Учебная дисциплина

«Система спортивной подготовки в избранном виде спорта»

Экзаменационная сессия 2025/2026 уч. года

1. Характеристика средств восстановления и стимуляции работоспособности (педагогические, психологические, медико-биологические, гигиенические и физические средства)
2. Принципы планирования и прогнозирования развития системы спортивных сооружений
3. Общие основы чередования учебно-тренировочных занятий с различными по величине и направленности нагрузками.

Преподаватель (экзаменатор) _____

12.06.2025

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 10

Учебная дисциплина

«Система спортивной подготовки в избранном виде спорта»

Экзаменационная сессия 2025/2026 уч. года

1. Обеспечение судейства спортивных соревнований по биатлону.
2. Особенности системы управления спортивной подготовкой спортсменов на этапах начальной, предварительной базовой и специализированной базовой подготовки.
3. Типы микроциклов и их основная направленность (втягивающие, ударные, подводящие, соревновательные и восстановительные).

Преподаватель (экзаменатор) _____

12.06.2025

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 11

Учебная дисциплина

«Система спортивной подготовки в избранном виде спорта»

Экзаменационная сессия 2025/2026 уч. года

1. Современные методические концепции планирования и построения тренировочных нагрузок на этапе высшего спортивного мастерства.
2. Основные принципы, лежащие в основе структуризации учебно-тренировочного процесса на мезоциклы.
3. Методика организации и проведения научно-исследовательской работы студентов.

Преподаватель (экзаменатор) _____

12.06.2025

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 12

Учебная дисциплина

«Система спортивной подготовки в избранном виде спорта»

Экзаменационная сессия 2025/2026 уч. года

1. Типы мезоциклов и их основная направленность (втягивающие, ударные, подводящие, соревновательные и восстановительные).
2. Состав и обязанности судейской коллегии
3. Углубленный, избирательный и локальный контроль на этапе специализированной базовой подготовки

Преподаватель (экзаменатор) _____

12.06.2025

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 13

Учебная дисциплина

«Система спортивной подготовки в избранном виде спорта»

Экзаменационная сессия 2025/2026 уч. года

1. Организация процедуры открытия спортивных соревнований и награждения победителей.
2. Краткий анализ лыжных комплексов: особенности местности, типы зданий, жилой фонд, оборудование спортивных помещений, вспомогательные помещения.
3. Организация и проведение учебно-тренировочных сборов.

Преподаватель (экзаменатор) _____

12.06.2025

Утверждены
на заседании кафедры
12.06.2025
Протокол № 14

Программные требования к зачету по учебной дисциплине
«Система спортивной подготовки в избранном виде спорта»
для студентов **3 курса** дневной формы получения образования
для специальности

6-05-1012-02 «Тренерская деятельность (биатлон)»
(Экзаменационная сессия 2025/2026 уч. года)

1. Теоретико-методологические основы построения годичного цикла спортивной подготовки.
2. Характеристика основных средств и методов, применяемых в спортивной подготовке спортсменов групп начальной подготовки.
3. Специфические закономерности процесса становления спортивного мастерства на этапе специализированной базовой подготовки.
4. Современные методические концепции планирования и построения тренировочных нагрузок на этапе высшего спортивного мастерства.
5. Характеристика общей структуры учебно-тренировочных занятий.
6. Отличительная направленность учебно-тренировочных занятий: по педагогической направленности, избирательной и комплексной направленности, по величине нагрузки.
7. Основные принципы, лежащие в основе структуризации учебно-тренировочного процесса на микроциклы.
8. Типы микроциклов и их основная направленность (втягивающие, ударные, подводящие, соревновательные и восстановительные)
9. Основные принципы, лежащие в основе структуризации учебно-тренировочного процесса на мезоциклы.
10. Типы мезоциклов и их основная направленность (втягивающие, ударные, подводящие, соревновательные и восстановительные).
11. Общие основы чередования учебно-тренировочных занятий с различными по величине и направленности нагрузками.
12. Принципы планирования и прогнозирования развития системы спортивных сооружений.
13. Лыжные заповедники и лыжные комплексы. Требования, предъявляемые к территории заповедников и комплексов, требования к сооружениям и их оборудованию.
14. Краткий анализ лыжных комплексов: особенности местности, типы зданий, жилой фонд, оборудование спортивных помещений, вспомогательные помещения.

15. Требования к лыжному инвентарю и снаряжению в лыжных гонках и биатлоне.
16. Организация и проведение учебно-тренировочных сборов.
17. Основы общей теории управления. Виды управления (этапное, текущее, оперативное).
18. Особенности системы управления спортивной подготовкой спортсменов на этапах начальной, предварительной базовой и специализированной базовой подготовки.
19. Цель и объект контроля. Виды контроля (этапный, текущий и оперативный).
20. Особенности контроля физической, технической, тактической и психологической подготовленности.