

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 и 3 курса заочной** форм получения
образования для специальности 6-05-1012-02
«Тренерская деятельность (стрельба пулевая)»

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 зачету по учебной дисциплине
«Система спортивной подготовки в избранном виде спорта»
для студентов 3 курса дневной и 3 курса заочной форм получения
образования для специальности 6-05-1012-02 «Тренерская деятельность
(стрельба пулевая)»
(Экзаменационная сессия 2025/2026 уч. года)**

- 1 Анализ техники стрельбы по движущейся мишени (изготовка, прицеливание).
- 2 Анализ техники стрельбы по движущейся мишени (изготовка, вскидка, прицеливание, дыхание, управление спуском, выполнение выстрела в целом).
- 3 Анализ техники стрельбы по движущейся мишени (управление дыханием, управление спуском, выполнение выстрела в целом).
- 4 Анализ техники стрельбы из пистолета по мишени с черным кругом.
- 5 Анализ техники стрельбы из пистолета по появляющейся мишени.
- 6 Анализ техники стрельбы из пистолета по пяти появляющимся мишеням.
- 7 Основная планирующая документация ДЮСШ, (СУСУ) по стрельбе пулевой.
- 8 Методика обучения технике и тактике стрельбы из положения «лежа».
- 9 Методика обучения технике и тактике стрельбы из положения «с колена».
- 10 Методика обучения технике и тактике стрельбы из положения «стоя».
- 11 Методика обучения технике стрельбы из пистолета на 50 м.
- 12 Методика обучения технике стрельбы из пистолета по мишени с черным кругом на 25 м.
- 13 Методика обучения скоростной стрельбе по появляющейся мишени упражнение МП-2.
- 14 Методика обучения скоростной стрельбе по пяти появляющимся мишеням упражнения МП-7, МП-8.
- 15 Методика обучения стрельбе из пистолета в упражнениях МП-8, МП-10.
- 16 Методика обучения технике выполнения меткого выстрела. Последовательность освоения компонентов техники стрельбы из пистолета.
- 17 Методика обучения компонентам техники стрельбы: изготовка, дыхание, прицеливание, управление спуском.
- 18 Методика проведения занятий по морально-волевой и специальной психологической подготовке спортсмена-стрелка.
- 19 Методика развития общей и специальной выносливости стрелка.

- 20 Планирование, контроль и учет спортивного совершенствования в СУСУ.
- 21 Требования правил спортивных соревнований к оружию (пистолет).
- 22 Требования правил спортивных соревнований к экипировке спортсмена-стрелка по движущейся мишени.
- 23 Психологические качества спортсмена-стрелка.
- 24 Требования правил соревнований к экипировке спортсмена при стрельбе из пистолета.
- 25 Техника стрельбы в пистолетных упражнениях.
- 26 Система «стрелок-оружие» в управлении двигательными действиями стрелка.
- 27 Роль сенсорных систем в управлении движениями спортсмена-стрелка.

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 и 3 курса заочной форм получения
образования** для специальности 6-05-1012-02 «Тренерская деятельность
(стрельба пулевая)»
(Экзаменационная сессия 2025/2026 уч. года)**

- 1 Анализ техники стрельбы по движущейся мишени (боевая изготовка, прицеливание, поводка).
- 2 Анализ техники стрельбы по движущейся мишени (изготовка, вскидка, прикладка).
- 3 Анализ техники стрельбы по движущейся мишени (управление дыханием, управление спуском, выполнение выстрела в целом).
- 4 Анализ техники стрельбы по неподвижной мишени из стандартного пистолета.
- 5 Анализ техники стрельбы по появляющейся мишени.
- 6 Анализ техники стрельбы по пяти появляющимся мишеням.
- 7 Основная планирующая документация ДЮСШ, (СУСУ) по стрельбе пулевой.
- 8 Значение и виды планирования спортивной тренировки.
- 9 Методика обучения технике и тактике стрельбы из положения «лежа».
- 10 Методика обучения технике и тактике стрельбы из положения «с колена».
- 11 Методика обучения технике и тактике стрельбы из положения «стоя».
- 12 Методика обучения технике стрельбы из пистолета на 50 м.
- 13 Методика обучения технике стрельбы из пистолета по мишени с черным кругом на 25 м.
- 14 Методика обучения скоростной стрельбе по появляющейся мишени упражнение МП-2.
- 15 Методика обучения скоростной стрельбе по пяти появляющимся мишеням упражнения МП-7, МП-8.
- 16 Методика обучения стрельбе из пистолета в упражнениях МП-8, МП-10.
- 28 Методика обучения технике выполнения меткого выстрела. Последовательность освоения компонентов техники стрельбы из пистолета.
- 29 Методика обучения компонентам техники стрельбы: изготовка, дыхание, прицеливание, управление спуском.
- 30 Методика проведения занятий по морально-волевой и специальной психологической подготовке спортсмена-стрелка.
- 31 Методика развития общей и специальной выносливости стрелка.

- 32 Планирование, контроль и учет спортивного совершенствования в СУСУ.
- 33 Требования правил спортивных соревнований к оружию (пистолет).
- 34 Требования правил спортивных соревнований к экипировке спортсмена-стрелка по движущейся мишени.
- 35 Психологические качества спортсмена-стрелка.
- 36 Требования правил соревнований к экипировке спортсмена при стрельбе из пистолета.
- 37 Техника стрельбы в пистолетных упражнениях.
- 38 Система «стрелок-оружие» в управлении двигательными действиями стрелка.
- 39 Роль сенсорных систем в управлении движениями спортсмена-стрелка.
- 40 Методические приемы, стрелковые тренажеры и приборы, применяемые при обучении в стрельбе пулевой.
- 41 Методы контроля и учета спортивного совершенствования. Педагогический и врачебный контроль.
- 42 Многолетнее и перспективное планирование спортивной подготовки.
- 43 Моделирование тренировочной и соревновательной деятельности.
- 44 Объективные и субъективные трудности в стрельбе и методы их преодоления.
- 45 Оперативное планирование в стрельбе пулевой.
- 46 Основная планирующая документация ДЮСШ, (СУСУ) по стрельбе пулевой.
- 47 Организация и проведение занятий по общей и специальной физической подготовке.
- 48 Особенности морально-волевой и специальной психологической подготовки спортсмена-стрелка.
- 49 Планирование, контроль и учет спортивного совершенствования в ДЮСШ, СУСУ.
- 50 Правила выполнения упражнений по движущейся мишени.
- 51 Принципы и система отбора в СУСУ.
- 52 Организация занятий по стрельбе с женским контингентом. Особенности женского организма.
- 53 Средства и методы совершенствования психологических качеств спортсмена-стрелка.
- 54 Текущее или годовое планирование спортивной подготовки в стрельбе пулевой.
- 55 Требования правил спортивных соревнований по стрельбе пулевой к оружию (пистолет).
- 56 Требования правил соревнований к экипировке спортсмена-стрелка по движущейся мишени.
- 57 Условия выполнения упражнений по движущейся мишени при стрельбе из малокалиберной винтовки.
- 58 Условия выполнения упражнений по движущейся мишени при стрельбе из пневматической винтовки.

- 59 Цели и задачи общей и специальной физической подготовки спортсмена-стрелка.
- 60 Цель и задачи морально-волевой и специальной психологической подготовки.
- 61 Этапы отбора в стрельбе пулевой.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 1

1. Цель и задачи морально-волевой и специальной психологической подготовки.
2. Методика обучения технике выполнения меткого выстрела. Последовательность освоения компонентов техники стрельбы из пистолета.
3. Анализ техники стрельбы из пистолета по мишени с черным кругом.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 2

1. Психологические качества спортсмена-стрелка.
2. Методика обучения компонентам техники стрельбы из пистолета: изготовка, дыхание, прицеливание, управление спуском.
3. Требования правил спортивных соревнований к экипировке спортсмена-стрелка при стрельбе из пистолета.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 3

1. Особенности морально-волевой и специальной психологической подготовки спортсмена-стрелка.
2. Методические приемы, стрелковые тренажеры, применяемые при обучении в стрельбе пулевой.
3. Анализ техники стрельбы из пистолета по появляющейся мишени.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 4

1. Средства и методы совершенствования психологических качеств спортсмена-стрелка.
2. Методика обучения технике и тактике стрельбы из положения «лежа».
3. Анализ техники стрельбы из пистолета по пяти появляющимся мишеням.
- 4.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 5

1. Объективные и субъективные трудности в стрельбе и методы их преодоления.
2. Методика обучения технике и тактике стрельбы из положения «с колена».
3. Анализ техники стрельбы по движущейся мишени (изготовка, вскидка, прикладка).

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 6

1. Методика проведения занятий по морально-волевой и специальной психологической подготовке спортсмена-стрелка.
2. Методика обучения технике и тактике стрельбы из положения «стоя».
3. Анализ техники стрельбы по движущейся мишени (изготовка, прицеливание, вскидка, поводка).

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 7

1. Цели и задачи общей и специальной физической подготовки спортсмена-стрелка.
2. Методика обучения технике стрельбы из пистолета по мишени с черным кругом на 25 м.
3. Анализ техники стрельбы по движущейся мишени (прицеливание, дыхание, управление спуском, выполнение выстрела в целом).

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 8

1. Организация и проведение занятий по общей и специальной физической подготовке.
2. Методика обучения технике стрельбы из пистолета на 50 м.
3. Требования правил спортивных соревнований к экипировке спортсмена-стрелка при стрельбе по движущейся мишени.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 9

1. Техника стрельбы в пистолетных упражнениях.
2. Методика обучения скоростной стрельбе по появляющейся мишени (упражнение МП-2).
3. Требования правил соревнований к оружию (пистолет).

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 10

1. Методика развития скоростных способностей стрелка.
2. Методика обучения стрельбе из пистолета в упражнениях МП-8, МП-10.
3. Условия выполнения упражнений по движущейся мишени при стрельбе из малокалиберной винтовки.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 11

1. Методика развития общей и специальной выносливости стрелка.
2. Методика обучения скоростной стрельбе по пяти появляющимся мишеням (упражнения МП-7, МП-8).
3. Условия выполнения упражнений по движущейся мишени при стрельбе из пневматической винтовки.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 12

1. Роль сенсорных систем в управлении движениями спортсмена-стрелка.
2. Организационные основы спортивных школ по стрельбе пулевой (СУСУ). Планирующая документация.
3. Правила выполнения упражнений по движущейся мишени.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 13

1. Система «стрелок-оружие» в управлении движениями стрелка.
2. Основная планирующая документация ДЮСШ (СУСУ) по стрельбе пулевой.
3. Принципы и система отбора. Средства и методы отбора.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 14

1. Моделирование тренировочной и соревновательной деятельности.
2. Текущее или годовое планирование спортивной подготовки в стрельбе пулевой.
3. Этапы отбора в стрельбе пулевой.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 15

1. Организация занятий по стрельбе с женским контингентом. Особенности женского организма.
2. Оперативное планирование в стрельбе пулевой.
3. Планирование, контроль и учет спортивного совершенствования в СУСУ по стрельбе пулевой.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 16

1. Многолетнее и перспективное планирование спортивной подготовки.
2. Методы контроля и учета спортивного совершенствования. Педагогический и врачебный контроль.
3. Принципы и система отбора в СУСУ.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 17

1. Требования правил спортивных соревнований к оружию (пистолет).
2. Требования правил соревнований к экипировке спортсмена-стрелка по движущейся мишени.
3. Психологические качества спортсмена-стрелка.

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. Цель и задачи морально-волевой и специальной психологической подготовки.
2. Методика обучения технике выполнения меткого выстрела.
Последовательность освоения компонентов техники стрельбы из пистолета.
3. Анализ техники стрельбы из пистолета по мишени с черным кругом.

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. Особенности морально-волевой и специальной психологической подготовки спортсмена-стрелка.
2. Методические приемы, стрелковые тренажеры, применяемые при обучении в стрельбе пулевой.
3. Анализ техники стрельбы из пистолета по появляющейся мишени.

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. Психологические качества спортсмена-стрелка.
2. Методика обучения компонентам техники стрельбы из пистолета: подготовка, дыхание, прицеливание, управление спуском.
3. Требования правил спортивных соревнований к экипировке спортсмена-стрелка при стрельбе из пистолета.

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. Средства и методы совершенствования психологических качеств спортсмена-стрелка.
2. Методика обучения технике и тактике стрельбы из положения «лежа».
3. Анализ техники стрельбы из пистолета по пяти появляющимся мишеням.

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. Объективные и субъективные трудности в стрельбе и методы их преодоления.
2. Методика обучения технике и тактике стрельбы из положения «с колена».
3. Анализ техники стрельбы по движущейся мишени (изготовка, вскидка, прикладка).

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. Методика проведения занятий по морально-волевой и специальной психологической подготовке спортсмена-стрелка.
2. Методика обучения технике и тактике стрельбы из положения «стоя».
3. Анализ техники стрельбы по движущейся мишени (изготовка, прицеливание, вскидка, поводка).

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. Цели и задачи общей и специальной физической подготовки спортсмена-стрелка.
2. Методика обучения технике стрельбы из пистолета по мишени с черным кругом на 25 м.
3. Анализ техники стрельбы по движущейся мишени (прицеливание, дыхание, управление спуском, выполнение выстрела в целом).

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. Организация и проведение занятий по общей и специальной физической подготовке.
2. Методика обучения технике стрельбы из пистолета на 50 м.
3. Требования правил спортивных соревнований к экипировке спортсмена-стрелка при стрельбе по движущейся мишени.

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. Техника стрельбы в pistolетных упражнениях.
2. Методика обучения скоростной стрельбе по появляющейся мишени (упражнение МП-2).
3. Требования правил соревнований к оружию (пистолет).

Преподаватель (экзаменатор) _____

12.06.2025

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 10

Учебная дисциплина «Система спортивной подготовки в избранном виде спорта»

Зимняя Экзаменационная сессия 2025/2026 уч. года

1. Методика развития скоростных способностей стрелка.
2. Методика обучения стрельбе из pistolета в упражнениях МП-8, МП-10.
3. Условия выполнения упражнений по движущейся мишени при стрельбе из малокалиберной винтовки.

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. Методика развития общей и специальной выносливости стрелка.
2. Методика обучения скоростной стрельбе по пяти появляющимся мишеням (упражнения МП-7, МП-8).
3. Условия выполнения упражнений по движущейся мишени при стрельбе из пневматической винтовки.

Преподаватель (экзаменатор) _____

12.06.2025

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 12

Учебная дисциплина «Система спортивной подготовки в избранном виде спорта»

Зимняя Экзаменационная сессия 2025/2026 уч. года

1. Роль сенсорных систем в управлении движениями спортсмена-стрелка.
2. Организационные основы спортивных школ по стрельбе пулевой (СУСУ). Планирующая документация.
3. Правила выполнения упражнений по движущейся мишени.

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. Система «стрелок-оружие» в управлении движениями стрелка.
2. Основная планирующая документация ДЮСШ (СУСУ) по стрельбе пулевой.
3. Принципы и система отбора. Средства и методы отбора.

Преподаватель (экзаменатор) _____

12.06.2025

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 14

Учебная дисциплина «Система спортивной подготовки в избранном виде спорта»

Экзаменационная сессия 2025/2026 уч. года

1. Моделирование тренировочной и соревновательной деятельности.
2. Текущее или годовое планирование спортивной подготовки в стрельбе пулевой.
3. Этапы отбора в стрельбе пулевой.

Преподаватель (экзаменатор) _____

12.06.2025

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 15

Учебная дисциплина «Система спортивной подготовки в избранном виде спорта»

Экзаменационная сессия 2025/2026 уч. года

1. Организация занятий по стрельбе с женским контингентом. Особенности женского организма.
2. Оперативное планирование в стрельбе пулевой.
3. Планирование, контроль и учет спортивного совершенствования в СУСУ по стрельбе пулевой.

Преподаватель (экзаменатор) _____

12.06.2025

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 17

Учебная дисциплина «Система спортивной подготовки в избранном виде спорта»

Экзаменационная сессия 2025/2026 уч. года

1. Требования правил спортивных соревнований к оружию (пистолет).
2. Требования правил соревнований к экипировке спортсмена-стрелка по движущейся мишени.
3. Психологические качества спортсмена-стрелка.

Преподаватель (экзаменатор) _____

12.06.2025

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 16

Учебная дисциплина «Система спортивной подготовки в избранном виде спорта»

Экзаменационная сессия 2025/2026 уч. года

1. Многолетнее и перспективное планирование спортивной подготовки.
2. Методы контроля и учета спортивного совершенствования. Педагогический и врачебный контроль.
3. Принципы и система отбора в СУСУ.

Преподаватель (экзаменатор) _____

12.06.2025