

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**
по учебной дисциплине **«СИСТЕМА ПОДГОТОВКИ В ИЗБРАННОМ
ВИДЕ СПОРТА»**

для студентов **4 курса дневной, 4,5 курса заочной** форм получения
образования по направлению специальности 1-88 02 01-01
«Спортивно-педагогическая деятельность
(тренерская работа по стрельбе пулевой)»

Экзаменационная сессии 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 подготовки в избранном виде спорта» для студентов **4 курса**
дневной, 4, 5 курса заочной форм получения образования по направлению
специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность
(тренерская работа по стрельбе пулевой)»
(**Экзаменационные сессии 2025/2026 уч. года**)

1. Характеристика начального этапа подготовки в стрельбе пулевой.
2. Оперативное планирование тренировки стрелка в соревновательный период.
3. Цель и задачи разминки в стрельбе пулевой.
4. Использование технических средств в стрельбе пулевой.
5. Характеристика этапа углубленной специализации в стрельбе пулевой.
6. Средства и методы общей разминки стрелка в условиях соревнований.
7. Мысленные упражнения как средство подготовки спортсмена-стрелка.
8. Характеристика этапа спортивного совершенствования в стрельбе пулевой.
9. Средства и методы специальной разминки стрелка в условиях соревнований.
10. Многолетнее планирование в подготовке спортсмена-стрелка.
11. Характер разминки спортсмена-стрелка на учебно-тренировочных занятиях.
12. Особенности проведения учебно-тренировочных занятий с группами начальной подготовки.
13. Особенности проведения учебно-тренировочных занятий с группами начальной подготовки.
14. Основная документация спортивных школ.
15. Значение и виды планирования спортивной тренировки.
16. Специально-подготовительные упражнения как средство подготовки стрелка (без патрона).
17. Психофизиологические и морфологические особенности подросткового возраста.
18. Применение технических средств в подготовке стрелка.
19. Специально-подготовительные упражнения как средство подготовки стрелка (с патроном).
20. Особенности проведения занятий с группами начальной подготовки.
21. Соревновательные упражнения в подготовке стрелка.

Утверждены
на заседании кафедры
12.06.2025
Протокол № 14

Программные требования к экзамену по учебной дисциплине
«Система подготовки в избранном виде спорта»
«Система подготовки в избранном виде спорта» для студентов **4 курса**
дневной, 4, 5 курса заочной форм получения образования по направлению
специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность
(тренерская работа по стрельбе пулевой)»
(**Экзаменационные сессии 2025/2026 уч. года**)

- 1 Прогнозирование результатов спортивной подготовки.
- 2 Оздоровительные силы природы и гигиенические факторы – как средства подготовки стрелка.
- 3 Перспективное планирование спортивной подготовки стрелка-стрелка.
- 4 Моделирование тренировочной и соревновательной деятельности (общая характеристика спортсмена-стрелка)
- 5 Соревновательный метод в спортивной подготовке спортсмена-стрелка.
- 6 Содержание индивидуального планирования.
- 7 Система спортивного отбора в стрельбе пулевой.
- 8 Игровой метод в подготовке стрелка-спортсмена.
- 9 Отбор, его задачи в стрельбе пулевой.
- 10 Методы стандартно-интервального упражнения в подготовке спортсмена-стрелка.
- 11 Текущее или годовой планирование в спортивной подготовке спортсмена-стрелка.
- 12 Текущий отбор, задачи текущего отбора.
- 13 Планирование в спортивной подготовке спортсмена-стрелка.
- 14 Факторы отбора в стрельбе пулевой.
- 15 Нагрузка и отдых как компоненты спортивной подготовки.
- 16 Оперативное планирование в стрельбе пулевой в подготовительный период.
- 17 Методологические принципы отбора в стрельбе пулевой.
- 18 Объем и интенсивность нагрузки в стрельбе пулевой.
- 19 Оперативное планирование тренировки стрелка в соревновательный период.
- 20 Характеристика начального этапа подготовки в стрельбе пулевой.
- 21 Цель и задачи разминки в стрельбе пулевой.
- 22 Использование технических средств в стрельбе пулевой.

- 23 Характеристика этапа углубленной специализации в стрельбе пулевой.
- 24 Средства и методы общей разминки стрелка в условиях соревнований.
- 25 Мысленные упражнения как средство подготовки спортсмена-стрелка.
- 26 Характеристика этапа спортивного совершенствования в стрельбе пулевой.
- 27 Средства и методы специальной разминки стрелка в условиях соревнований.
- 28 Многолетнее планирование в подготовке спортсмена-стрелка.
- 29 Характер разминки спортсмена-стрелка на учебно-тренировочных занятиях.
- 30 Характеристика 4-ого и 5-ого этапов отбора в стрельбе пулевой
- 31 Особенности проведения учебно-тренировочных занятий с группами начальной подготовки.
- 32 Организационные основы спортивных школ, СУСУ (специализированных учебно-спортивных учреждений). Документация СУСУ.
- 33 Особенности проведения учебно-тренировочных занятий с группами начальной подготовки.
- 34 Особенности проведения учебно-тренировочных занятий с учебно-тренировочными группами 1-го, 2-го, 3-го
- 35 Особенности проведения учебно-тренировочных занятий в группах спортивного совершенствования в СУСУ, РЦОП по стрелковым видам спорта.
- 36 Особенности проведения учебно-тренировочных занятий в группах высшего спортивного мастерства.
- 37 Общеподготовительные упражнения как средства подготовки стрелка-спортсмена.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 1

1. Прогнозирование результатов спортивной подготовки
2. Оздоровительные силы природы и гигиенические факторы – как средства подготовки стрелка.
3. Перспективное планирование спортивной подготовки спортсмена – стрелка.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 2

1. Моделирование тренировочной и соревновательной деятельности (общая характеристика)
2. Соревновательный метод в спортивной подготовке спортсмена-стрелка.
3. Содержание индивидуального планирования.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 3

1. Система спортивного отбора в стрельбе пулевой.
2. Игровой метод в подготовке стрелка-спортсмена.
3. Содержание индивидуального планирования

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 4

1. Отбор, его задачи в стрельбе пулевой.
2. Методы стандартно-интервального упражнения в подготовке спортсмена-стрелка.
3. Текущее или годовой планирование в спортивной подготовке спортсмена-стрелка.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 5

1. Текущий отбор, задачи текущего отбора.
2. Методы стандартно-интервального упражнения в тренировке стрелка.
3. Планирование в спортивной подготовке спортсмена-стрелка.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 6

1. Факторы отбора в стрельбе пулевой.
2. Нагрузка и отдых как компоненты спортивной подготовки.
3. Оперативное планирование тренировки стрелка в соревновательный период.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 7

1. Методологические принципы отбора в стрельбе пулевой.
2. Объем и интенсивность нагрузки в стрельбе.
3. Оперативное планирование тренировки стрелка в соревновательный период.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 8

1. Характеристика начального этапа подготовки в стрельбе пулевой.

2. Цель и задачи разминки в стрельбе пулевой.
3. Использование технических средств в стрельбе пулевой.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 9

1. Характеристика этапа углубленной специализации в стрельбе пулевой.
2. Средства и методы общей разминки стрелка в условиях соревнований.
3. Мысленные упражнения как средство подготовки спортсмена-стрелка.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 10

1. Характеристика этапа спортивного совершенствования в стрельбе пулевой.
2. Средства и методы специальной разминки стрелка в условиях соревнований.
3. Многолетнее планирование в подготовке спортсмена-стрелка.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 11

1. Характеристика 4-го и 5-го этапов отбора в стрельбе пулевой.
2. Характер разминки спортсмена-стрелка на учебно-тренировочных занятиях.
3. Особенности проведения учебно-тренировочных занятий с группами начальной подготовки.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 12

1. Цель и задачи спортивной тренировки.
2. Организационные основы спортивных школ, СУСУ (специализированных учебно-спортивных учреждений). Документация СУСУ.
3. Особенности проведения учебно-тренировочных занятий с группами начальной подготовки.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 13

1. Общеподготовительные упражнения как средства подготовки стрелка-спортсмена.
2. Основная документация спортивных школ.
3. Значение и виды планирования спортивной тренировки.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 14

1. Специально-подготовительные упражнения как средство подготовки стрелка (без патрона).
2. Психофизиологические и морфологические особенности подросткового возраста.
3. Применение технических средств в подготовке стрелка.

ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЙ БИЛЕТ № 15

1. Специально-подготовительные упражнения как средство подготовки стрелка (с патроном).
2. Особенности проведения занятий с группами начальной подготовки.
3. Соревновательные упражнения в подготовке стрелка.

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 1

Учебная дисциплина «Система подготовки в избранном виде спорта»
Экзаменационная сессии 2025/2026 уч. года

- 1 Прогнозирование результатов спортивной подготовки.
- 2 Оздоровительные силы природы и гигиенические факторы – как средства подготовки стрелка.
- 3 Перспективное планирование спортивной подготовки спортсмена-стрелка.

Преподаватель (экзаменатор) _____

12.06.2025

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 2

Учебная дисциплина «Система подготовки в избранном виде спорта»
Экзаменационная сессии 2025/2026 уч. года

1. Моделирование тренировочной и соревновательной деятельности (общая характеристика)
2. Соревновательный метод в спортивной подготовке спортсмена-стрелка.
3. Содержание индивидуального планирования.

Преподаватель (экзаменатор) _____

12.06.2025

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 3

Учебная дисциплина «Система подготовки в избранном виде спорта»
Экзаменационная сессии 2025/2026 уч. года

1. Система спортивного отбора в стрельбе пулевой.
2. Игровой метод в подготовке стрелка-спортсмена.
3. Содержание группового планирования тренировки стрелка.

Преподаватель (экзаменатор) _____
12.06.2025

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 4

Учебная дисциплина «Система подготовки в избранном виде спорта»
Экзаменационная сессии 2025/2026 уч. года

1. Отбор, его задачи в стрельбе пулевой.
2. Методы стандартно-интервального упражнения в подготовке спортсмена-стрелка.
3. Текущее или годовой планирование в спортивной подготовке спортсмена-стрелка.

Преподаватель (экзаменатор) _____
12.06.2025

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 5

Учебная дисциплина «Система подготовки в избранном виде спорта»
Экзаменационная сессии 2025/2026 уч. года

1. Текущий отбор, задачи текущего отбора.
2. Методы переменного-интервальных упражнений в тренировке стрелка.
3. Планирование в спортивной подготовке спортсмена-стрелка.

Преподаватель (экзаменатор) _____
12.06.2025

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 6

Учебная дисциплина «Система подготовки в избранном виде спорта»
Экзаменационная сессии 2025/2026 уч. года

1. Факторы отбора в стрельбе пулевой.
2. Нагрузка и отдых как компоненты спортивной подготовки.
3. Оперативное планирование тренировки стрелка в соревновательный период.

Преподаватель (экзаменатор) _____
12.06.2025

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 7

Учебная дисциплина «Система подготовки в избранном виде спорта»
Экзаменационная сессии 2025/2026 уч. года

1. Методологические принципы отбора в стрельбе пулевой.
2. Объем и интенсивность нагрузки в стрельбе.
3. Оперативное планирование тренировки стрелка в соревновательный период.

Преподаватель (экзаменатор) _____
12.06.2025

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 8

Учебная дисциплина «Система подготовки в избранном виде спорта»
Экзаменационная сессии 2025/2026 уч. года

1. Характеристика начального этапа подготовки в стрельбе пулевой.
2. Цель и задачи разминки в стрельбе пулевой.
3. Использование технических средств в стрельбе пулевой.

Преподаватель (экзаменатор) _____
12.06.2025

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 9

Учебная дисциплина «Система подготовки в избранном виде спорта»
Экзаменационная сессии 2025/2026 уч. года

1. Характеристика этапа углубленной специализации в стрельбе пулевой.
2. Средства и методы общей разминки стрелка в условиях соревнований.
3. Мысленные упражнения как средство подготовки спортсмена-стрелка.

Преподаватель (экзаменатор) _____
12.06.2025

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 10

Учебная дисциплина «Система подготовки в избранном виде спорта»
Экзаменационная сессии 2025/2026 уч. года

1. Характеристика этапа спортивного совершенствования в стрельбе пулевой.
2. Средства и методы специальной разминки стрелка в условиях соревнований.
3. Многолетнее планирование в подготовке спортсмена-стрелка.

Преподаватель (экзаменатор) _____
12.06.2025

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 11

Учебная дисциплина «Система подготовки в избранном виде спорта»
Экзаменационная сессии 2025/2026 уч. года

1. Характеристика 4-го и 5-го этапов отбора в стрельбе пулевой.
2. Характер разминки спортсмена-стрелка на учебно-тренировочных занятиях.
3. Особенности проведения учебно-тренировочных занятий с группами начальной подготовки.

Преподаватель (экзаменатор) _____
12.06.2025

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 12

Учебная дисциплина «Система подготовки в избранном виде спорта»
Экзаменационная сессии 2025/2026 уч. года

1. Цель и задачи спортивной тренировки.
2. Организационные основы спортивных школ, СУСУ (специализированных учебно-спортивных учреждений). Документация СУСУ.
3. Особенности проведения учебно-тренировочных занятий с группами начальной подготовки.

Преподаватель (экзаменатор) _____
12.06.2025

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 13

Учебная дисциплина «Система подготовки в избранном виде спорта»
Экзаменационная сессии 2025/2026 уч. года

1. Общеподготовительные упражнения как средства подготовки стрелка-спортсмена.
2. Основная документация спортивных школ.
3. Значение и виды планирования спортивной тренировки.

Преподаватель (экзаменатор) _____
12.06.2025

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 14

Учебная дисциплина «Система подготовки в избранном виде спорта»
Экзаменационная сессии 2025/2026 уч. года

1. Специально-подготовительные упражнения как средство подготовки стрелка (без патрона).
2. Психологические и морфологические особенности подросткового возраста.
3. Применение технических средств в подготовке стрелка.

Преподаватель (экзаменатор) _____
12.06.2025

Учреждение образования
«Белорусский государственный университет физической культуры»

Экзаменационный билет № 15

Учебная дисциплина «Система подготовки в избранном виде спорта»
Экзаменационная сессии 2025/2026 уч. года

1. Специально-подготовительные упражнения как средство подготовки стрелка (с патроном).
2. Особенности проведения занятий с группами начальной подготовки.
3. Соревновательные упражнения в подготовке стрелка.

Преподаватель (экзаменатор) _____

12.06.2025