УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой СБЕиСП

К.Р.Комоцкий
18.06.2026

ПРОГРАММНЫЕ ЗАЧЕТНО-ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ
к экзамену по учебной дисциплине
«Система спортивной подготовки в избранном виде спорта» для студентов
4 курса дневной формы получения образования специальности 6-05-1012-02
«Тренерская деятельность (скалолазание спортивное)»
на 2026/2027 учебный год

Форма проведения: устная

1. Общая теория спортивной подготовки спортсменов как пример современных интегративных наук
2. История возникновения, развития и современное состояние скалолазания спортивного
3. Классификация и терминология, применяемая для обозначения техники и тактики лазания в скалолазании спортивном
4. Правила безопасности при организации и проведении занятий и спортивных соревнований по различным видам скалолазания спортивного
5. Профилактика травматизма при организации и проведении занятий и спортивных соревнований по скалолазанию спортивному
6. Характеристика современной системы спортивной подготовки в скалолазании спортивном
7. Структура и содержание тренировочного процесса в скалолазании спортивном на этапе специализированной базовой подготовки
8. Структура и содержание учебно-тренировочного процесса в скалолазании спортивном на этапе начальной подготовки
9. Методика выявления, анализа и исправления ошибок при обучении лазанию по различным рельефам
10. Методические приемы, направленные на повышение эффективности техники лазания в различных дисциплинах скалолазания
11. Анализ техники выполнения основных хватов и их удержания, используемых в лазании
12. Анализ техники передвижения траверсом и варианты расположения рук и ног на зацепах
13. Анализ техники и тактические способы лазания вверх по вертикальному и наклонному рельефу
14. Анализ техники и тактические способы прохождения горизонтального рельефа скалодрома (потолочное лазание)

15. Анализ техники и тактические способы выполнения динамических движений в лазании (прыжки, дохваты, перепрыжки)
16. Характеристика рациональных тактических схем прохождения трасс в квалификационном раунде соревнований (фестивальная система, французская система) с учетом индивидуальных способностей спортсмена
17. Методические приемы, позволяющие моделировать тактические ситуации, возникающие в соревновательной деятельности по различным видам скалолазания спортивного
18. Методика совершенствования индивидуальной манеры лазания в скалолазании спортивном
19. Методика обучения тактике прохождения маршрута в лазании на трудность
20. Требования к уровню развития двигательных способностей в скалолазании спортивном
21. Методика совершенствования координационных способностей квалифицированных спортсменов в скалолазании спортивном
22. Методика развития скоростных способностей юных спортсменов в скалолазании спортивном на этапе начальной и предварительной базовой подготовки
23. Методика развития силовых способностей скалолазов на этапах начальной и предварительной базовой подготовки
24. Методика развития выносливости юных спортсменов-скалолазов на этапах начальной и предварительной базовой подготовки
25. Методика совершенствования специальной выносливости спортсменов-скалолазов на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства
26. Методика развития гибкости спортсменов-скалолазов на этапах начальной и предварительной базовой подготовки
27. Средства и методы повышения волевой подготовленности спортсменов-скалолазов
28. Идеомоторная тренировка в системе методов, направленных на совершенствование тактико-технического мастерства в скалолазании спортивном
29. Регулирование психической напряженности в процессе тренировочной и соревновательной деятельности в скалолазании спортивном
30. Методика планирования учебно-тренировочного процесса в скалолазании спортивном на этапе высшего спортивного мастерства
31. Общие основы построения подготовительной части тренировочного занятия в скалолазании спортивном. Особенности предсоревновательной разминки

32. Особенности методики построения программ микроциклов на различных этапах многолетней спортивной подготовки
33. Особенности методики построения программ мезоциклов на различных этапах многолетней спортивной подготовки
34. Отбор и спортивная ориентация в системе многолетней спортивной подготовки
35. Особенности системы управления спортивной подготовкой спортсменов на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства
36. Особенности организации и проведения комплексного контроля в скалолазании спортивном с использованием педагогических, социально-психологических и медико-биологических показателей
37. Содержание правил спортивных соревнований по скалолазанию спортивному (лазание на трудность, лазание на скорость. боулдеринг, многоборье. двоеборье)
38. Организация и проведение спортивных соревнований по различным дисциплинам скалолазания спортивного (функции проводящей организации и судейского персонала)
39. Организация судейства спортивных соревнований по различным видам скалолазания спортивного
40. Методические подходы к оценке эффективности техники приемов лазания в условиях воздействий «сбивающих» факторов (вариативность лазательной поверхности и зацепов, прогрессирующее утомление и др.)
41. Характеристика средств общей и специальной направленности, используемых для совершенствования скоростных способностей в скалолазании спортивном на этапе специализированной базовой подготовки
42. Характеристика общих и специальных средств, направленных на развитие координационных способностей юных спортсменов-скалолазов
43. Характеристика средств общей и специальной направленности, используемых для совершенствования силовых способностей в скалолазании спортивном на этапе специализированной базовой подготовки
44. Характеристика средств общей и специальной направленности, используемых для развития выносливости в скалолазании спортивном на этапе специализированной базовой подготовки
45. Методические приемы, направленные на совершенствование гибкости квалифицированных спортсменов-скалолазов

Рассмотрены на заседании кафедры СБЕиСП протокол № 18 от 18.06.2026