

Министерство спорта и туризма Республики Беларусь

Учреждение образования  
«Белорусский государственный университет физической культуры»

**УТВЕРЖДЕНА**  
ректором университета  
С.Б. Репкиным  
30 января 2025 г.  
Регистрационный № 10 / ГЭ

**ПРОГРАММА ГОСУДАРСТВЕННОГО ЭКЗАМЕНА**

по направлению специальности  
1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность  
(тренерская работа по биатлону)»

Минск 2025

УДК 796.922.093.642(073)

ББК 75.719.5Я73

П78

Программа государственного экзамена составлена на основе образовательного стандарта высшего образования первой ступени ОСВО 1-88 02 01-2021, утвержденного постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 09.02.2022 № 22.

**СОСТАВИТЕЛИ:**

**А.И. Шлойдо**, старший преподаватель кафедры лыжного и стрелкового спорта учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»;

**С.С. Нечай**, старший преподаватель кафедры лыжного и стрелкового спорта учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»;

**А.В. Матецкий**, преподаватель кафедры лыжного и стрелкового спорта учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры»

**РЕЦЕНЗЕНТЫ:**

**Д.Н. Белявский**, заведующий кафедрой гимнастики учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат педагогических наук, доцент;

**Е.Е. Заколодная**, заведующий кафедрой педагогики учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры», кандидат педагогических наук, доцент

**РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:**

кафедрой лыжного и стрелкового спорта учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 13.12.2024 № 7);

советом спортивно-педагогического факультета массовых видов спорта учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 16.12.2024 № 6);

научно-методическим советом учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (протокол от 30.01.2025 № 5)

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....</b>	6
<b>СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА .....</b>	9
<b>Раздел I. Общие вопросы учебной дисциплины «Основы теории и методики избранного вида спорта».....</b>	9
Тема 1. История возникновения, основные этапы и тенденции развития биатлона.....	9
Тема 2. Правила безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий и спортивных соревнований по биатлону .....	9
Тема 3. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочного и соревновательного процессов в биатлоне .....	9
<b>Раздел II. Методика построения учебно-тренировочного процесса в биатлоне .....</b>	10
Тема 4. Методика построения программ спортивной подготовки в годичном цикле.....	10
Тема 5. Методика построения программ учебно-тренировочных занятий.....	10
Тема 6. Методика построения программ микроциклов .....	10
<b>Раздел III. Спортивные сооружения и материально-техническое обеспечение .....</b>	11
Тема 7. Классификация, паспортизация и терминология спортивных сооружений .....	11
Тема 8. Ведущие специализированные комплексы и сооружения по лыжному спорту и биатлону .....	11
Тема 9. Инвентарь и снаряжение .....	12
Тема 10. Организация и проведение учебно-тренировочных сборов.....	12
<b>Раздел IV. Управление и контроль в системе спортивной подготовки спортсменов в биатлоне .....</b>	12
Тема 11. Управление в системе спортивной подготовки спортсменов .....	12
Тема 12. Комплексный контроль в системе управления спортивной подготовкой спортсменов.....	13
<b>Раздел V. Организация, проведение и судейство спортивных соревнований по биатлону.....</b>	14
Тема 13. Организация, подготовка к проведению спортивных соревнований по биатлону .....	14
Тема 14. Особенности проведения спортивных соревнований по биатлону .....	14
Тема 15. Обеспечение судейства спортивных соревнований по биатлону.....	14
<b>Раздел VI. Научно-методическое сопровождение спортивной подготовки спортсменов и научно-исследовательская работа студентов .....</b>	15
Тема 16. Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки спортсменов в биатлоне.....	15
Тема 17. Медико-биологическое обеспечение спортивной подготовки спортсменов в биатлоне.....	15

Тема 18. Методика организации и проведения научно-исследовательской работы студентов.....	15
Тема 19. Методы и методики исследования в биатлоне .....	16
Тема 20. Современные технологии обработки результатов научных исследований .....	16
Тема 21. Подготовка рукописи и оформление научной работы .....	16
<b>Раздел VII. Содержание методики преподавания в биатлоне.....</b>	16
Тема 22. Формирование методических умений и навыков обучения технике общеподготовительных, вспомогательных и специально-подготовительных упражнений .....	16
Тема 23. Основные организационные формы в проведении занятий .....	17
Тема 24. Совершенствование навыков обучения технике передвижения на лыжах в биатлоне .....	17
Тема 25. Овладение профессионально-педагогическими навыками организации и управления учебно-тренировочным процессом.....	18
Тема 26. Особенности работы тренера в специализированных учебно-спортивных учреждениях.....	18
Тема 27. Особенности организации подготовки биатлонистов высокой квалификации .....	18
Тема 28. Подготовка спортивного резерва и спортсменов высокого класса в организациях физической культуры и спорта.....	19
Тема 29. Психолого-педагогическая характеристика тренера по биатлону .....	19
Тема 30. Изучение и совершенствование техники и тактики в лыжной подготовке биатлонистов .....	19
Тема 31. Изучение и совершенствование техники и тактики в стрелковой подготовке биатлонистов .....	20
Тема 32. Воспитательная работа тренера-преподавателя по биатлону .....	20
<b>Раздел VIII. Особенности формирования методических умений и навыков в использовании средств и методов, направленных на развитие двигательных способностей .....</b>	21
Тема 33. Формирование методических умений и навыков использования средств и методов, направленных на развитие скоростных способностей .....	21
Тема 34. Формирование методических умений и навыков использования средств и методов, направленных на развитие силовых способностей .....	21
Тема 35. Формирование методических умений и навыков использования средств и методов, направленных на развитие выносливости.....	22
Тема 36. Формирование методических умений и навыков использования средств и методов, направленных на развитие координационных способностей.....	22
Тема 37. Формирование методических умений и навыков использования средств и методов, направленных на развитие гибкости.....	22
Тема 38. Формирование методических умений и навыков проведения основной части занятия .....	23

Тема 39. Совершенствование умений и навыков проведения занятий в группах начальной подготовки .....	23
Тема 40. Совершенствование умений и навыков проведения занятий в учебно-тренировочных группах .....	23
Тема 41. Совершенствование умений и навыков проведения занятий в группах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства .....	24
Тема 42. Формирование умений и навыков проведения отбора на различных этапах многолетней спортивной подготовки .....	24
<b>ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ.....</b>	<b>25</b>
Экзаменационные требования к государственному экзамену по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по биатлону)» (список вопросов в порядке возрастания нумерации разделов и тем).....	25
Экзаменационные требования к государственному экзамену по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по биатлону)» (список вопросов по алфавиту с указанием номера раздела и темы).....	28
Критерии оценки знаний и компетенций студентов по 10-балльной шкале на государственном экзамене по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по биатлону) ..	31

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа государственного экзамена по направлению специальности 1-88 02 01-01«Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по биатлону)» разработана в соответствии с Правилами проведения аттестации студентов, курсантов, слушателей при освоении содержания образовательных программ высшего образования, утвержденными постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 13.10.2023 № 319, образовательным стандартом высшего образования первой ступени ОСВО 1-88 02 01-2021, учебными планами учреждения высшего образования по вышеуказанному направлению специальности, учебными программами учреждения высшего образования по следующим учебным дисциплинам: «Основы теории и методики избранного вида спорта», «Система подготовки в избранном виде спорта», документами, регламентирующими реализацию образовательной программы, интегрированной с образовательными программами среднего специального образования.

Государственный экзамен является одной из обязательных составляющих итоговой аттестации студентов при завершении освоения содержания образовательных программ высшего образования в соответствии с образовательным стандартом высшего образования.

Целью проведения государственного экзамена является определение теоретико-методической и профессиональной подготовленности студентов.

В процессе государственного экзамена решаются задачи:

- оценка степени освоения студентом учебных дисциплин «Основы теории и методики избранного вида спорта», «Система подготовки в избранном виде спорта», определяющей его профессиональные компетенции;
- оценка умения студента ориентироваться в решении профессиональных ситуационных задач в области избранного вида спорта (биатлон), иллюстрировать теоретические положения практическими примерами;
- оценка уровня владения понятийным аппаратом и способности использования научной терминологии;
- оценка умения ориентироваться в теориях, концепциях и направлениях в области избранного вида спорта (биатлон), использовать при ответах междисциплинарные научные знания;
- оценка уровня информационной и коммуникативной культуры выпускника;
- оценка уровня готовности студента к осуществлению основных видов профессиональной деятельности.

Студент должен:

**знать:**

- современное состояние и тенденции развития биатлона;
- основные понятия, применяемые в биатлоне;
- структуру и функции международных и национальных, государственных и иных органов управления в биатлоне;

- основные положения системы спортивной подготовки спортсмена в биатлоне;
- методику обучения техники в биатлоне;
- структуру комплексного контроля в системе спортивной подготовки в биатлоне;
- цель, задачи и содержание системы спортивной подготовки спортсменов различной квалификации в биатлоне;
- правила проведения спортивных соревнований по биатлону;

**уметь:**

- осуществлять профилактику травматизма, оказывать первую помощь;
- реализовывать профессиональные компетенции тренера-преподавателя в практической деятельности;
- выполнять технические приемы и тактические действия;
- анализировать технику лыжных ходов;
- осуществлять физическую, техническую, тактическую подготовку;
- обучать технике и тактике в биатлоне;
- дифференцировать и индивидуализировать физическую подготовку;
- выбирать и использовать эффективные средства восстановления после физической нагрузки и травм;
- взаимодействовать со специалистами смежных профилей;
- судить спортивные соревнования по биатлону;
- организовывать и проводить спортивные соревнования по биатлону;
- организовывать и проводить научно-исследовательскую работу;

**владеТЬ:**

- методами страховки и оказания первой помощи;
- методикой и навыками судейства;
- техникой и тактикой биатлона;
- методикой технической и тактической подготовки;
- методиками направленного развития двигательных способностей;
- методиками планирования учебно-тренировочного процесса;
- педагогическими методами психического регулирования состояния спортсмена;
- методами контроля.

Программа государственного экзамена по направлению специальности: 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по биатлону)» соответствует содержанию учебных дисциплин «Основы теории и методики избранного вида спорта», «Система подготовки в избранном виде спорта» и включает в себя 8 разделов и 42 темы:

Раздел I. Общие вопросы учебной дисциплины «Основы теории и методики избранного вида спорта».

Раздел II. Методика построения учебно-тренировочного процесса в биатлоне.

Раздел III. Спортивные сооружения и материально-техническое обеспечение.

Раздел IV. Управление и контроль в системе спортивной подготовки спортсменов в биатлоне.

Раздел V. Организация, проведение и судейство спортивных соревнований по биатлону.

Раздел VI. Научно-методическое сопровождение спортивной подготовки спортсменов и научно-исследовательская работа студентов.

Раздел VII. Содержание методики преподавания в биатлоне.

Раздел VIII. Особенности формирования методических умений и навыков в использовании средств и методов, направленных на развитие двигательных способностей.

Каждый экзаменационный билет состоит из трех теоретических вопросов, относящихся к различным разделам учебных дисциплин. В процессе подготовки к ответу при сдаче государственного экзамена студенту следует ознакомиться с программой государственного экзамена, что поможет ему сориентироваться, к какой теме относится вопрос, и выстроить логическую структуру ответа.

В информационно-методическую часть программы государственного экзамена включены:

- экзаменационные требования к государственному экзамену (список вопросов в порядке возрастания нумерации разделов и тем);
- экзаменационные требования к государственному экзамену (список вопросов по алфавиту с указанием номера раздела и темы);
- критерии оценки знаний, компетенций студента по 10-балльной шкале на государственном экзамене.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА**

### **РАЗДЕЛ I. ОБЩИЕ ВОПРОСЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ОСНОВЫ ТЕОРИИ И МЕТОДИКИ ИЗБРАННОГО ВИДА СПОРТА»**

#### **Тема 1. История возникновения, основные этапы и тенденции развития биатлона**

Исторические предпосылки возникновения биатлона. Первые соревнования в передвижении на лыжах со стрельбой в XVIII веке. Развитие биатлона в начале XX века. Военизированные соревнования на лыжах и гонки патрулей в 20-30-е гг. XX века. «Гонки военных патрулей» в программе I Олимпийских зимних игр в Шамони 1924 г. Преобразование гонок патрулей в самостоятельный вид спорта биатлон в 1957 г. Результаты первого официального чемпионата СССР по биатлону. Первый официальный чемпионат мира по биатлону 1958 г. в Зефельде (Австрия). Итоги выступления советских и белорусских биатлонистов на чемпионатах мира и Олимпийских играх.

#### **Тема 2. Правила безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий и спортивных соревнований по биатлону**

Правила безопасности при организации и проведении учебно-тренировочных занятий и спортивных соревнований по биатлону. Понятие о страховке в учебно-тренировочных и соревновательных условиях. Требования к местам проведения учебно-тренировочных занятий и спортивных соревнований по биатлону. Представление о разрешенных и запрещенных действиях в учебно-тренировочных и соревновательных условиях в биатлоне. Правила безопасного обращения с оружием.

#### **Тема 3. Материально-техническое обеспечение учебно-тренировочного и соревновательного процессов в биатлоне**

Требования, предъявляемые к физкультурно-спортивным сооружениям для проведения спортивных соревнований по биатлону. Место проведения соревнований, спортивное сооружение и оборудование. Стартовые часы. Общие требования к трассе. Максимальное расстояние и перепад высот. Офис спортивных соревнований. Электронное табло. Искусственное освещение. Стрельбище – тир. Стрельба из положения лежа и стоя. Вход на стрельбище и выход со стрельбища. Уровни расположения стрельбища. Планировка стрельбища. Огневой рубеж. Стрелковые коридоры. Мишени для стрельбы. Техническое обслуживание мишеней. Расположение мишеней. Фон за мишенями, нумерация и разметка. Границы на входе и выходе на огневом рубеже. Ветровые флаги. Зона финиша. Зона для представителей средств массовой информации. Выход из финишной зоны. Оружие, его устройство и технические характеристики. Подготовка лыж.

## **Раздел II. МЕТОДИКА ПОСТРОЕНИЯ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В БИАТЛОНЕ**

### **Тема 4. Методика построения программ спортивной подготовки в годичном цикле**

Теоретико-методологические основы построения годичного цикла спортивной подготовки.

Характеристика структуры годичной спортивной подготовки. Варианты периодизации спортивной подготовки в течение года. Основы многоциклового планирования спортивной подготовки. Периодизация спортивной подготовки в отдельном макроцикле. Особенности построения спортивной подготовки спортсменов групп начальной подготовки.

Характеристика основных средств и методов, применяемых в спортивной подготовке спортсменов групп начальной подготовки. Годичный цикл спортивной подготовки на этапах начальной и предварительной базовой подготовки.

Специфические закономерности процесса становления спортивного мастерства на этапе специализированной базовой подготовки. Характеристика основных методических концепций построения тренировочных нагрузок. Особенности периодизации подготовки в отдельном макроцикле.

Современные методические концепции планирования и построения тренировочных нагрузок на этапе высшего спортивного мастерства. Схемы распределения тренировочных нагрузок различной направленности в годичном цикле спортивной подготовки с учетом календаря спортивных мероприятий и вида спортивной дисциплины.

Особенности построения нагрузок в соревновательном периоде спортивной подготовки. Построение нагрузок при подведении спортсменов к главным спортивным соревнованиям года.

### **Тема 5. Методика построения программ учебно-тренировочных занятий**

Характеристика общей структуры учебно-тренировочных занятий. Отличительная направленность учебно-тренировочных занятий: по педагогической направленности (основные и дополнительные, избирательной и комплексной направленности), по величине нагрузки (занятия с большими, малыми и прочими нагрузками), по содержанию конкретных задач (учебные, тренировочные, учебно-тренировочные, восстановительные, модельные и контрольные). Особенности методики построения программ учебно-тренировочных занятий избирательной и комплексной направленности на различных этапах многолетней спортивной подготовки.

### **Тема 6. Методика построения программ микроциклов**

Основные принципы, лежащие в основе структуризации учебно-тренировочного процесса на микроциклы. Типы микроциклов и их основная

направленность (втягивающие, ударные, подводящие, соревновательные и восстановительные). Общие основы чередования учебно-тренировочных занятий с различными по величине и направленности нагрузками. Воздействие на организм спортсменов учебно-тренировочных занятий с различными по величине и направленности нагрузками. Сочетание в микроцикле занятий с различными по величине и направленности нагрузками. Структура микроциклов различных типов. Особенности методики построения программ микроциклов на различных этапах многолетнего спортивного совершенствования.

### **Раздел III. СПОРТИВНЫЕ СООРУЖЕНИЯ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

#### **Тема 7. Классификация, паспортизация и терминология спортивных сооружений**

Схема классификации. Определение основных понятий: «стадион», «спортивный комплекс», «легкоатлетический комплекс» и т. д. Вспомогательные сооружения и помещения. Принципы планирования и прогнозирования развития системы спортивных сооружений. Методы расчета и контроля. Финансирование. Понятие о стадиях проектирования и основных документах. Нормы проектирования. Хозяйственный и подрядный способы строительства. Особенности строительства сельских спортивных сооружений.

#### **Тема 8. Ведущие специализированные комплексы и сооружения по лыжному спорту и биатлону**

Лыжные заповедники и лыжные комплексы. Требования, предъявляемые к территории заповедников и комплексов, требования к сооружениям и их оборудование. Краткий анализ лыжных комплексов: особенности местности, типы зданий, жилой фонд, оборудование спортивных помещений, вспомогательные помещения (раздевалки, массажные, душевые, бани, мастерские, комнаты для чистки оружия, боксы для хранения оружия). Медицинские и административные помещения. Внешний вид комплекса. Архитектурно-строительные особенности комплекса. Лыжные трассы для биатлона. Выбор места для сооружения трасс различного назначения. Привязка трассы к лыжному комплексу, базе, станции, стрельбищу, стадиону. Определение сложности трасс по следующим признакам: подъемам (количество, длина, крутизна подъемов и общий перепад высот), спускам (количество, крутизна спусков, пересеченность и количество поворотов на спуске); процентному соотношению равнины, подъемов, спусков; общей протяженности дистанции. Классификация трасс для лыжных гонок и биатлона: очень простые, простые, средней сложности, сложные и очень сложные; стандартные, стационарные, освещенные и моделированные трассы.

### **Тема 9. Инвентарь и снаряжение**

Лыжи, палки, крепления. Классификация лыж: ступающие и их разновидности, скользящие (для гонок и биатлона, слалома, слалома-гиганта, скоростного спуска, прыжков, туризма, охоты и трудовых процессов, специального назначения). Детские лыжи. Характеристика всех видов лыж (монолитных, клеевых, пластиковых, металлических). Конструкция и размеры лыж, вес лыж. Палки и крепления для различных видов лыж, характеристика палок и креплений. Средства для передвижения: роликовые коньки, роликовые лыжи, лыжероллеры. Разновидность средств передвижения. Тренажеры для совершенствования техники, совершенствования физических и психических качеств. Скакалки, амортизаторы, гантели, штанги. Использование, ремонт и хранение инвентаря для учебно-тренировочных занятий. Оружие и патроны. Сведения об оружии. Эволюция оружия в биатлоне. Классификация и конструктивные характеристики малокалиберной и пневматической винтовок. Зрительная труба и ее устройство. Системы мишеней, применяемые в биатлоне, системы кассет (обойм) для боеприпасов. Одежда, обувь и снаряжение для биатлона: для спортивных соревнований (комбинезоны, шапочки, ботинки, носки, колготки); для учебно-тренировочных занятий (одежда с учетом метеорологических условий). Снаряжение: тренерские сумки, чехлы для лыж, оружия, рюкзаки, сумки для лыжной мази и др.

### **Тема 10. Организация и проведение учебно-тренировочных сборов**

Цели и задачи учебно-тренировочного сбора, финансирование, учебный план, расписание занятий, распорядок дня, воспитательная работа. Аренда стрельбищ и подсобных помещений для хранения лыж, оружия и боеприпасов. Составление сметы расходов на проведение учебно-тренировочного сбора. Оформление постановлений о проведении учебно-тренировочного сбора и ведомостей на участников сбора, акта на списание талонов. Составление отчета о проведении учебно-тренировочного сбора.

## **Раздел IV. УПРАВЛЕНИЕ И КОНТРОЛЬ В СИСТЕМЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ В БИАТЛОНЕ**

### **Тема 11. Управление в системе спортивной подготовки спортсменов**

Основы общей теории управления. Цель управления процессом спортивной подготовки. Оптимизация поведения спортсмена и целесообразное развитие его подготовленности.

Виды управления (этапное, текущее, оперативное) учебно-тренировочным процессом и их характеристика. Управление долгосрочным эффектом спортивной подготовки в системе этапного управления.

Особенности текущего и оперативного управления в биатлоне с учетом их специфических особенностей. Особенности системы управления

спортивной подготовкой спортсменов на этапах начальной, предварительной базовой и специализированной базовой подготовки. Управление параметрами тренировочных нагрузок на основе данных оперативного контроля.

Особенности системы управления спортивной подготовкой спортсменов на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства. Оптимизация структуры учебно-тренировочного процесса. Этапное управление спортивной подготовкой. Факторы, определяющие эффективность этапного управления спортивной подготовкой (наличие четких представлений о специфике соревновательной деятельности, динамике различных сторон подготовленности спортсмена).

Требования к полноте и сбалансированности сведений, относящихся к различным операциям рассматриваемого цикла спортивной подготовки. Сопоставление достигнутого эффекта спортивной подготовки с плановыми характеристиками. Управление параметрами тренировочных нагрузок на основе данных оперативного контроля.

Реализация возможностей текущего управления при выполнении стандартных нагрузок и на основе данных текущего контроля (обеспечение оптимального соотношения в тренировочном процессе учебно-тренировочных занятий с различными по величине нагрузками, рациональное соотношение в мезоциклах нагрузочных и восстановительных микроциклов).

## **Тема 12. Комплексный контроль в системе управления спортивной подготовкой спортсменов**

Цель и объект контроля. Виды контроля (этапный, текущий и оперативный). Комплексный контроль как инструмент системы управления учебно-тренировочным циклом.

Требования к показателям, используемые в контроле подготовленности спортсменов различной квалификации.

Особенности контроля физической, технической, тактической и психологической подготовленности спортсменов на этапах начальной и предварительной базовой подготовки.

Углубленный, избирательный и локальный контроль на этапе специализированной базовой подготовки. Показатели, используемые в процессе этапного, текущего и оперативного контроля. Взаимосвязь социально-психологических, педагогических и медико-биологических показателей.

Углубленный, избирательный и локальный контроль на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок.

Методы коррекции планов спортивной подготовки на основе показателей этапного, текущего и оперативного контроля.

Особенности организации и проведения комплексного контроля квалифицированных спортсменов с использованием педагогических, социально-психологических и медико-биологических показателей.

Контроль соревновательной деятельности. Методы коррекции планов спортивной подготовки на основе показателей этапного, текущего и оперативного контроля. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок, их учет и аналитическая обработка с использованием современных компьютерных технологий.

## **Раздел V. ОРГАНИЗАЦИЯ, ПРОВЕДЕНИЕ И СУДЕЙСТВО СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ ПО БИАТЛОНУ**

### **Тема 13. Организация, подготовка к проведению спортивных соревнований по биатлону**

Планирование подготовки и проведения спортивных соревнований. Функции проводящей организации и судейского персонала. Структура и содержание работы оргкомитета (обязанности, состав, план работы). Планирование подготовки и проведения спортивных соревнований республиканского и международного уровня. Оргкомитет (распределение обязанностей, составление плана работы, координация деятельности). Организация процедуры открытия спортивных соревнований и награждения победителей. Содержание работы групп (отдельных работников), обеспечивающих проведение спортивных соревнований. Подготовка отчета по итогам проведения спортивных соревнований. Требования для присвоения спортивных разрядов и званий по биатлону. Критерии оценки работы судей.

### **Тема 14. Особенности проведения спортивных соревнований по биатлону**

Планирование подготовки и проведения спортивных соревнований. Функции проводящей организации и судейского персонала. Структура и содержание работы оргкомитета (обязанности, состав, план работы). Планирование подготовки и проведения спортивных соревнований республиканского и международного уровня. Оргкомитет (распределение обязанностей, составление плана работы, координация деятельности). Организация процедуры открытия спортивных соревнований и награждения победителей. Содержание работы групп (отдельных работников), обеспечивающих проведение спортивных соревнований. Подготовка отчета по итогам проведения спортивных соревнований. Требования для присвоения спортивных разрядов и званий по различным дисциплинам биатлона. Критерии оценки работы судей.

### **Тема 15. Обеспечение судейства спортивных соревнований по биатлону**

Обеспечение судейства спортивных соревнований по биатлону. Обязанности и взаимодействие членов главной судейской коллегии. Работа судейско-вспомогательного персонала. Проведение и судейство соревновательных этапов. Определение победителя и объявление спортивного результата. Права и обязанности представителей команд. Действия представителей в случае необоснованных решений судейской коллегии.

## **Раздел VI. НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ И НАУЧНО- ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ**

### **Тема 16. Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки спортсменов в биатлоне**

Системное представление о комплексном научно-методическом обеспечении спортивной подготовки спортсменов в биатлоне. Представление о научно-обоснованной организации учебно-тренировочного процесса. Постановка цели и прогнозирование спортивных достижений. Моделирование и прогнозирование в системе спортивной подготовки спортсменов на различных этапах многолетнего спортивного совершенствования. Оперативное и этапное управление соревновательной и тренировочной деятельностью спортсменов в биатлоне. Оценка эффективности отбора, избранной направленности учебно-тренировочного процесса и спортивных результатов соревновательной деятельности в биатлоне. Комплексный контроль как инструмент системы управления спортивной подготовкой спортсмена.

### **Тема 17. Медико-биологическое обеспечение спортивной подготовки спортсменов в биатлоне**

Характеристика средств восстановления и стимуляции работоспособности (педагогические, психологические, медико-биологические, гигиенические и физические средства). Характеристика педагогических средств восстановления.

Управление работоспособностью спортсменов и восстановительными процессами посредством целесообразно организованной мышечной деятельности. Рациональное построение учебно-тренировочного процесса. Совершенствование умений и навыков рациональной организации вводно-подготовительной и заключительной частей занятия. Методические особенности выполнения работы компенсаторной направленности. Характеристика условий, способствующих эффективному протеканию восстановительных процессов. Характеристика медико-биологических средств восстановления и стимуляции работоспособности. Методические особенности планирования, подготовки, с учетом влияния медико-биологических средств восстановления и стимуляции работоспособности.

### **Тема 18. Методика организации и проведения научно-исследовательской работы студентов**

Определение направления и выбор темы исследовательской работы. Основы работы с литературой: анализ литературы, правила библиографического описания литературных источников.

Определение объекта и предмета исследования, определение цели и задач, разработка рабочей гипотезы, выбор методов исследования, подготовка и проведение исследовательской части работы, обработка результатов, обобщение и интерпретация полученных данных, формулирование выводов.

### **Тема 19. Методы и методики исследования в биатлоне**

Характеристика основных педагогических методов исследования. Характеристика лабораторных методов исследования. Технология проведения основных контрольных измерений. Виды педагогических экспериментов. Общее представление о технологии проведения исследований. Методы, используемые в исследованиях. Подбор и назначение методик, соответствующих цели и задачам исследования. Специфика подбора общих и частных методов исследования. Лабораторное и педагогическое тестирование.

### **Тема 20. Современные технологии обработки результатов научных исследований**

Обработка результатов научных исследований с использованием методов математической статистики. Методы исследования тренировочной и соревновательной деятельности в биатлоне. Характеристика медико-биологических методов. Современные информационные технологии в научно-исследовательской работе в биатлоне. Интернет-технологии в процессе поиска и обмена информацией. Интернет-коммуникации.

### **Тема 21. Подготовка рукописи и оформление научной работы**

Композиционная структура и краткая характеристика содержания составных частей выпускной квалификационной работы. Приемы изложения научного материала. Написание и корректировка содержания отдельных разделов работы. Определение цели, задач и методов исследования. Оформление иллюстративного материала. Варианты построения научной работы. Математико-статистическая обработка материалов научной и методической работы. Анализ полученных научных данных. Интерпретация полученных результатов исследований. Формирование заключений по главам и выводов по работе в целом. Особенности составления библиографического списка. Составление приложений и примечаний.

## **Раздел VII. СОДЕРЖАНИЕ МЕТОДИКИ ПРЕПОДАВАНИЯ В БИАТЛОНЕ**

### **Тема 22. Формирование методических умений и навыков обучения технике общеподготовительных, вспомогательных и специально-подготовительных упражнений**

Методика подбора общеподготовительных и вспомогательных упражнений. Объяснение и показ техники выполнения общеподготовительных и вспомогательных упражнений. Разбор особенностей выполнения общеподготовительных и вспомогательных упражнений с учетом поставленных задач и индивидуальных особенностей занимающихся. Методические приемы обучения спортсменов групп начальной подготовки технике общеподготовительных и вспомогательных упражнений. Предупреждение и устранение двигательных ошибок. Методика подбора

специально-подготовительных упражнений. Объяснение и показ техники выполнения специально-подготовительных упражнений. Разбор особенностей выполнения специально-подготовительных упражнений с учетом поставленных задач и индивидуальных особенностей занимающихся. Методические приемы обучения юных спортсменов технике специально-подготовительных упражнений. Предупреждение и устранение двигательных ошибок.

### **Тема 23. Основные организационные формы в проведении занятий**

Совершенствование техники передвижения на лыжах коньковыми ходами. Совершенствование техники стрельбы из положений лежа и стоя при физической нагрузке в сочетании с общей физической подготовкой (ОФП), специальной физической подготовкой (СФП) и передвижением на лыжах. Лыжная подготовка. Совершенствование техники способов передвижения классическими ходами. Переменные ходы: двухшажный, одношажный; переходы: прямой, с прокатом, через один и два шага. Совершенствование техники подъемов, спусков, поворотов, торможений. Игры и эстафеты на лыжах. Коньковый ход с толчком палками попеременно и одновременно. Биатлон. Совершенствование техники в стрельбе. Изучение и отработка приемов изготовки, прикладки, прицеливания, обработки спуска, заряжения и перезаряжения оружия, выбора места для стрельбы на огневом рубеже при передвижении на лыжах. Дыхание. Пристрелка оружия. Совершенствование техники, тактики биатлонистов в условиях прохождения индивидуальной, спринтерской, эстафетной гонок и гонки преследования. Тесты для определения направленности спортивной подготовки биатлонистов на основе внедрения регистрации меткости попаданий каждого выстрела в серии стрельбы в соревновательных условиях и тренировочном процессе. Совершенствование тактики. Определение понятий: стратегия, тактика (индивидуальная, групповая, командная), элементы спортивной тактики в зависимости от ситуации, распределение сил по ходу соревнований, приемы психологического воздействия на соперника, маскировка своей подготовленности и намерений. Значение тактики и ее взаимосвязь с техникой соревновательных действий. Технико-тактическое мастерство биатлонистов.

### **Тема 24. Совершенствование навыков обучения технике передвижения на лыжах в биатлоне**

Компьютерная обработка параметров соревновательной деятельности биатлонистов. Составление программ. Совершенствование техники передвижения на лыжах при помощи тренажеров, использовании видеосъемки.

Проведение учебно-тренировочного занятия по совершенствованию техники передвижения на лыжах на примере коньковых ходов, используя современные технические средства по заданию преподавателя.

## **Тема 25. Овладение профессионально-педагогическими навыками организации и управления учебно-тренировочным процессом**

Ознакомление с документацией учебно-тренировочного процесса (учебный план, график, программа, поурочный план, план-конспект учебно-тренировочного занятия, план учебно-тренировочных занятий). Журнал учета посещаемости и успеваемости. Дневник учебно-тренировочных занятий спортсмена. Отчет о работе. Судейские документы. Овладение методами отбора в специализированные учебно-спортивные учреждения, спортивные кружки и секции по биатлону. Определение оптимального возраста для учебно-тренировочных занятий по биатлону. Наглядность, биологический и оптимальный возраст, при котором достигаются наивысшие результаты. Значение наследственности в проявлении ростовых показателей. Педагогические наблюдения за спортсменами и динамикой спортивно-технических показателей. Составление персональной характеристики молодого спортсмена: сила воли, психическая уравновешенность, скорость прироста показателей, усвоение нового материала. Дозирование физической нагрузки (объем, интенсивность). Индивидуальный подход в процессе учебно-тренировочных занятий по половому признаку, возрасту, квалификации.

## **Тема 26. Особенности работы тренера в специализированных учебно-спортивных учреждениях**

Организационные особенности работы тренера в специализированных учебно-спортивных учреждениях. Учебно-методическая документация учебно-тренировочного процесса. Особенности учебно-тренировочного процесса в группах разных возрастов. Задачи, средства и методы спортивной подготовки, методы спортивного отбора в специализированные учебно-спортивные учреждения. Содержание и формы воспитательной работы. Формы и содержание культурно-массовой работы. Формы и содержание работы с родителями. Организация спортивных лагерей. Особенности воспитательной работы на учебно-тренировочных сборах.

## **Тема 27. Особенности организации подготовки биатлонистов высокой квалификации**

Основные организационные задачи, решаемые тренером при работе с биатлонистами высокой квалификации, входящими в состав сборных команд Республики Беларусь и других ведомств. Основные методы спортивной подготовки, применяемые со спортсменами высокой квалификации. Методы исследования функциональной подготовки в процессе нагрузки и восстановления. Коррекция учебно-тренировочного процесса на основе функциональных исследований. Составление документов оперативного и перспективного планирования учебно-тренировочного процесса.

## **Тема 28. Подготовка спортивного резерва и спортсменов высокого класса в организациях физической культуры и спорта**

Система подготовки спортивного резерва и спортсменов высокого класса в специализированных учебно-спортивных учреждениях, детско-юношеских спортивных школах, училищах олимпийского резерва. Организация учебно-тренировочного процесса для учащихся специализированных по спорту классов.

## **Тема 29. Психолого-педагогическая характеристика тренера по биатлону**

Тренер как педагог и воспитатель. Творческая система «тренер-ученик», взаимоотношения «тренер-коллектив», способы управления коллективом: автократический, либеральный, демократический. Функции тренера (обучение, воспитание, учет, контроль, планирование, организация, самосовершенствование). Основные документы, регламентирующие организацию и проведение учебно-тренировочного процесса. Единство процесса воспитательной и спортивной работы. Приобретение навыков спортивного отбора по основным параметрам, определяющим спортивную пригодность и перспективность биатлонистов. Определение физических, технико-тактических и моральных качеств биатлонистов. Совершенствование профессионально-педагогических навыков проведения учебно-тренировочного процесса с биатлонистами различной квалификации. Проведение учебно-тренировочных занятий избирательной направленности с решением задачи совершенствования одного из ведущих качеств биатлониста. Проведение учебно-тренировочных занятий комплексной направленности с решением двух-трех задач одновременно. Приобретение навыков определения функционального состояния спортсменов во время нагрузки и восстановления. Воспитание чувства любви к коллективу, чувства товарищества, взаимопомощи и дисциплинированности. Решение этических, эстетических и оздоровительных задач на занятиях биатлоном. Роль личности тренера в учебно-тренировочной и воспитательной работе. Планирование воспитательной работы. Формы, методы, содержание учебно-воспитательной работы. Основные документы, регламентирующие организацию и проведение учебно-воспитательного процесса тренера. Единство процесса воспитательной и спортивной работы. Показ самоотверженности преодоления трудностей и преданности спортсменов своей стране на различных примерах выступления на спортивных соревнованиях. Роль поощрений и наказаний в учебно-воспитательном процессе.

## **Тема 30. Изучение и совершенствование техники и тактики в лыжной подготовке биатлонистов**

Совершенствование техники передвижения на лыжах коньковыми ходами. Биатлон. Совершенствование техники способов передвижения

классическими ходами. Переменные ходы: двухшажный, одношажный; переходы: прямой, с прокатом, через один и два шага. Совершенствование техники подъемов, спусков, поворотов, торможений. Игры и эстафеты на лыжах. Коньковый ход с толчком палками попеременно и одновременно. Совершенствование техники, тактики биатлонистов в условиях прохождения индивидуальной, спринтерской, эстафетной гонок и гонки преследования. Совершенствование тактики. Определение понятий: стратегия, тактика (индивидуальная, групповая, командная), элементы спортивной тактики в зависимости от ситуации, распределение сил по ходу соревнований, приемы психологического воздействия на соперника, маскировка своей подготовленности и намерений. Значение тактики и ее взаимосвязь с техникой соревновательных действий. Технико-тактическое мастерство биатлонистов.

### **Тема 31. Изучение и совершенствование техники и тактики в стрелковой подготовке биатлонистов**

Совершенствование техники стрельбы из положений лежа и стоя при физической нагрузке в сочетании с общей физической подготовкой (ОФП), специальной физической подготовкой (СФП) и передвижением на лыжах. Биатлон. Совершенствование техники в стрельбе. Изучение и отработка приемов изготовки, прикладки, прицеливания, обработки спуска, заряжения и перезаряжения оружия, выбора места для стрельбы на огневом рубеже при передвижении на лыжах. Дыхание. Пристрелка оружия. Тесты для определения направленности комплексной подготовки биатлонистов на основе внедрения регистрации меткости попаданий каждого выстрела в серии стрельбы в соревновательных условиях и тренировочном процессе. Совершенствование тактики. Определение понятий: стратегия, тактика (индивидуальная, групповая, командная), элементы спортивной тактики в зависимости от ситуации, распределение сил по ходу соревнований, приемы психологического воздействия на соперника, маскировка своей подготовленности и намерений. Значение тактики и ее взаимосвязь с техникой соревновательных действий. Технико-тактическое мастерство биатлонистов.

### **Тема 32. Воспитательная работа тренера-преподавателя по биатлону**

Постановление правительства о высшей школе; единство процесса воспитательной и спортивной работы; решение задач военно-патриотического воспитания через массовое приобщение подрастающего поколения к занятиям биатлоном; решение этических, эстетических и оздоровительных задач на занятиях по биатлону; роль личности преподавателя-тренера в учебно-воспитательной работе; планирование воспитательной работы; роль поощрений и наказаний в воспитательной работе.

## **Раздел VIII. ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ МЕТОДИЧЕСКИХ УМЕНИЙ И НАВЫКОВ В ИСПОЛЬЗОВАНИИ СРЕДСТВ И МЕТОДОВ, НАПРАВЛЕННЫХ НА РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ**

### **Тема 33. Формирование методических умений и навыков использования средств и методов, направленных на развитие скоростных способностей**

Методика подбора средств и методов, преимущественно направленных на развитие скоростных способностей у спортсменов групп начальной подготовки. Нормирование параметров нагрузки при выполнении вспомогательных и специально-подготовительных упражнений на этапах начальной, предварительной и специализированной базовой подготовки. Методические приемы, направленные на развитие быстроты двигательной реакции, скорости одиночных и серийных движений на этапах начальной, предварительной и специализированной базовой подготовки. Методика подбора средств и методов, преимущественно направленных на развитие скоростных способностей у спортсменов на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства. Нормирование параметров нагрузки при выполнении специально-подготовительных и соревновательных упражнений у спортсменов на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства. Методические приемы, направленные на развитие скорости одиночных и серийных движений у спортсменов на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства.

### **Тема 34. Формирование методических умений и навыков использования средств и методов, направленных на развитие силовых способностей**

Методика подбора средств и методов, преимущественно направленных на развитие силовых способностей у спортсменов групп начальной подготовки. Нормирование параметров нагрузки при выполнении заданий, направленных на развитие различных силовых проявлений (максимальной силы, взрывной силы и реактивной способности, скоростной силы, силовой выносливости) на этапах начальной, предварительной и специализированной базовой подготовки. Методические приемы, направленные на использование упражнений с отягощениями с целью развития силовых способностей. Методика подбора средств и методов, преимущественно направленных на развитие силовых способностей у спортсменов на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства. Нормирование параметров нагрузки при выполнении заданий, направленных на развитие различных силовых проявлений (максимальной силы, взрывной силы и реактивной способности, скоростной силы). Методические приемы, направленные на использование упражнений с отягощениями с целью развития силовых способностей.

**Тема 35. Формирование методических умений и навыков  
использования средств и методов, направленных  
на развитие выносливости**

Методика подбора средств и методов, преимущественно направленных на развитие выносливости у спортсменов групп начальной подготовки. Нормирование параметров нагрузки при выполнении заданий, направленных на развитие общей и специальной выносливости на этапах начальной, предварительной и специализированной базовой подготовки. Методические приемы, направленные на развитие локальной мышечной выносливости. Методика подбора средств и методов, преимущественно направленных на развитие общей и специальной выносливости у спортсменов на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства. Нормирование параметров нагрузки при выполнении заданий, направленных на развитие специальной выносливости в микроциклах различной направленности. Методические приемы, направленные на развитие локальной мышечной выносливости.

**Тема 36. Формирование методических умений и навыков  
использования средств и методов, направленных  
на развитие координационных способностей**

Методика подбора средств и методов, преимущественно направленных на развитие координационных способностей у спортсменов групп начальной подготовки. Нормирование параметров нагрузки при выполнении заданий, направленных на развитие специфических и специальных координационных способностей на этапах начальной, предварительной и специализированной базовой подготовки. Методические приемы, направленные на развитие ведущих для спортсменов специфических координационных способностей. Методика подбора средств и методов, преимущественно направленных на развитие координационных способностей у спортсменов на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства. Нормирование параметров нагрузки при выполнении упражнений и заданий, направленных на развитие специфических и специальных координационных способностей. Методические приемы, направленные на развитие ведущих для спортсменов специфических координационных способностей.

**Тема 37. Формирование методических умений и навыков  
использования средств и методов, направленных  
на развитие гибкости**

Методика подбора средств и методов, преимущественно направленных на развитие гибкости у спортсменов групп начальной подготовки. Нормирование параметров нагрузки при выполнении заданий на развитие активной и пассивной гибкости на этапах начальной, предварительной и специализированной базовой подготовки. Методические приемы, направленные на увеличение подвижности в суставах и на поддержание

достигнутого уровня. Методика подбора средств и методов, преимущественно направленных на развитие и поддержание гибкости у спортсменов на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства. Нормирование параметров нагрузки при выполнении упражнений на развитие активной и пассивной гибкости. Методические приемы, направленные на увеличение подвижности в суставах и на поддержание достигнутого уровня.

### **Тема 38. Формирование методических умений и навыков проведения основной части занятия**

Направленность основной части занятия. Особенности организации основной части занятия на различных этапах спортивного совершенствования.

Особенности организации основной части занятия на этапах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства. Составление плана-конспекта и практическое проведение студентами основной части учебно-тренировочного занятия (отдельных частей занятия) с педагогической задачей, поставленной преподавателем.

### **Тема 39. Совершенствование умений и навыков проведения занятий в группах начальной подготовки**

Характеристика педагогической направленности занятий. Занятия избирательной направленности (способствующие преимущественному развитию отдельных свойств и способностей, определяющих уровень специальной подготовленности спортсмена) и комплексной направленности (параллельное или последовательное решение задач технического, тактического, физического и психического совершенствования). Составление плана-конспекта и практическое проведение студентами учебно-тренировочного занятия (отдельных частей занятия) с педагогической задачей, поставленной преподавателем. Объяснение целей, задач и содержания занятия. Построение учебной группы, подача строевых команд. Выработка умения подавать команды, демонстрировать упражнения и объяснять их. Совершенствование навыков проведения подготовительной части занятия. Совершенствование умений и навыков обучения юных спортсменов приемам и движениям в биатлоне (используется материал по технике и тактике, освоенный в предыдущих занятиях). Совершенствование умений и навыков по использованию средств и методов, направленных на развитие двигательных способностей. Овладение навыками соблюдения требований правил безопасности при проведении занятий.

### **Тема 40. Совершенствование умений и навыков проведения занятий в учебно-тренировочных группах**

Составление плана-конспекта и практическое проведение студентами учебно-тренировочного занятия (отдельных частей занятия) с педагогической задачей, поставленной преподавателем. Совершенствование навыков

проведения занятий избирательной и комплексной направленности. Совершенствование навыков управления параметрами нагрузки на основе показателей реакции функциональных систем организма.

**Тема 41. Совершенствование умений и навыков проведения занятий в группах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства**

Совершенствование умений и навыков, направленных на системное совершенствование технико-тактического мастерства квалифицированных спортсменов. Составление плана-конспекта и практическое проведение студентами учебно-тренировочного занятия (отдельных частей занятия) с педагогической задачей, поставленной преподавателем. Объяснение целей, задач и содержания занятия.

**Тема 42. Формирование умений и навыков проведения отбора на различных этапах многолетней спортивной подготовки**

Особенности организации и проведения отбора талантливых спортсменов для занятий биатлоном. Необходимые условия первоначального отбора детей. Основные показатели, лежащие в основе определения одаренности начинающего спортсмена и его пригодности для занятий биатлоном. Оценка уровня развития двигательных способностей и учет психических показателей, определяющих предрасположенность к занятиям по биатлону.

Особенности организации проведения тестирования с целью оценки перспективности спортсменов к эффективному спортивному совершенствованию в биатлоне. Обработка и аналитическая оценка полученных результатов.

## ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

### ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ

#### к государственному экзамену

по направлению специальности: 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по биатлону)»

*(список вопросов в порядке возрастания нумерации разделов и тем)*

<b>№ раздела</b>	<b>№ темы</b>	<b>Формулировка вопроса</b>
I	1	История возникновения и развития биатлона
I	2	Правила безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий и спортивных соревнований по биатлону
I	3	Материально-техническое обеспечение в биатлоне
II	4	Характеристика структуры годичной спортивной подготовки биатлонистов
II	5	Направленность учебно-тренировочных занятий в биатлоне: по педагогической направленности, по величине нагрузки, по содержанию конкретных задач
II	6	Типы микроциклов и их основная направленность в биатлоне
II	6	Общие основы чередования учебно-тренировочных занятий с различными по величине и направленности нагрузками в биатлоне
III	7	Определение основных понятий: «стадион», «спортивный комплекс», «легкоатлетический комплекс» и т. д. Краткий анализ биатлонных комплексов
III	8	Лыжные трассы для биатлона. Определение сложности трасс по следующим признакам: подъемам, спускам (процентному соотношению равнины, подъемов, спусков; общей протяженности дистанции. Требования к расположению стрельбища в биатлоне
III	9	Инвентарь и снаряжение в биатлоне.
III	10	Организационные и методические особенности проведения учебно-тренировочных сборов с биатлонистами различного уровня
IV	11	Основы общей теории управления. Цель управления процессом спортивной подготовки в биатлоне.
IV	11	Виды управления учебно-тренировочным процессом и их характеристика. Управление долгосрочным эффектом спортивной подготовки в системе этапного управления в биатлоне

№ раздела	№ темы	Формулировка вопроса
IV	11	Особенности системы управления спортивной подготовкой биатлонистов на этапах начальной, предварительной базовой и специализированной базовой подготовки.
IV	11	Управление параметрами тренировочных нагрузок в биатлоне на основе данных оперативного контроля
IV	12	Цель и объект контроля. Виды контроля. Комплексный контроль как инструмент системы управления учебно-тренировочным циклом в биатлоне.
IV	12	Особенности контроля физической, технической, тактической и психологической подготовленности биатлонистов.
IV	12	Контроль тренировочной и соревновательной нагрузки, учет и аналитическая обработка с использованием современных компьютерных технологий.
V	13, 14	Организация, подготовка и проведение спортивных соревнований по биатлону. Функции проводящей организации и судейского персонала.
V	15	Обеспечение судейства спортивных соревнований по биатлону, функции проводящей организации и судейского персонала.
VI	16	Комплексное научно-методическое обеспечение спортивной подготовки спортсменов в биатлоне.
VI	17	Характеристика средств восстановления и стимуляции работоспособности (педагогические, психологические, медико-биологические, гигиенические и физические средства).
VI	18–21	Общая характеристика научно-исследовательской работы в биатлоне
VII	22–24	Совершенствование техники передвижения на лыжах коньковыми ходами.
VII	22–24	Совершенствование техники стрельбы из положений лежа и стоя
VII	23	Значение тактики и её взаимосвязь с техникой в процессе соревновательной деятельности
VII	25	Характеристика документации учебно-тренировочного процесса
VII	25	Характеристика профессионально-педагогических навыков управления тренировочным процессом.
VII	26	Особенности работы тренера в специализированных учебно-спортивных учреждениях
VII	27, 28	Особенности подготовки биатлонистов высокой квалификации и спортивного резерва высокого класса.

<b>№ раздела</b>	<b>№ темы</b>	<b>Формулировка вопроса</b>
VII	29	Психолого-педагогическая характеристика тренера по биатлону
VII	30	Совершенствование тактической подготовленности биатлонистов
VII	31	Совершенствование техники стрельбы из положений лежа и стоя при физической нагрузке в сочетании с общей и специальной физической подготовкой
VII	32	Планирование воспитательной работы в тренировочном процессе
VIII	33	Общая характеристика и методика направленного развития скоростных способностей биатлонистов
VIII	34	Общая характеристика и методика направленного развития силовых способностей биатлонистов
VIII	35	Общая характеристика и методика направленного развития выносливости биатлонистов
VIII	36	Общая характеристика и методика направленного развития координационных способностей биатлонистов
VIII	37	Общая характеристика и методика направленного развития гибкости биатлонистов
VIII	38	Особенности проведения основной части занятия (организация, направленность, содержание)
VIII	39	Особенности проведения занятий по биатлону в группах начальной подготовки
VIII	40	Особенности проведения занятий по биатлону в учебно-тренировочных группах
VIII	41	Особенности проведения занятий по биатлону в группах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства
VIII	42	Проведение отбора на различных этапах многолетней спортивной подготовки в биатлоне

**ЭКЗАМЕНАЦИОННЫЕ ТРЕБОВАНИЯ**  
**к государственному экзамену**

по направлению специальности: 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по биатлону)»

*(список вопросов по алфавиту с указанием номера раздела и темы)*

<b>Формулировка вопроса</b>	<b>№ раздела</b>	<b>№ темы</b>
Виды управления учебно-тренировочным процессом и их характеристика. Управление долгосрочным эффектом спортивной подготовки в системе этапного управления в биатлоне	IV	11
Значение тактики и ее взаимосвязь с техникой в процессе соревновательной деятельности	VII	23
Инвентарь и снаряжение в биатлоне	III	9
История возникновения и развития биатлона	I	1
Комплексное научно-методическое обеспечение спортивной подготовки спортсменов в биатлоне	VI	16
Контроль тренировочной и соревновательной нагрузки, учет и аналитическая обработка с использованием современных компьютерных технологий	IV	12
Лыжные трассы для биатлона. Определение сложности трасс по следующим признакам: подъемам, спускам (процентному соотношению равнины, подъемов, спусков; общей протяженности дистанции. Требования к расположению стрельбища в биатлоне	III	8
Материально-техническое обеспечение в биатлоне	I	3
Направленность учебно-тренировочных занятий в биатлоне: по педагогической направленности, по величине нагрузки, по содержанию конкретных задач	II	5
Обеспечение судейства спортивных соревнований по биатлону, функции проводящей организации и судейского персонала	V	15
Общая характеристика и методика направленного развития выносливости биатлонистов	VIII	35
Общая характеристика и методика направленного развития гибкости биатлонистов	VIII	37
Общая характеристика и методика направленного развития координационных способностей биатлонистов	VIII	36
Общая характеристика и методика направленного развития силовых способностей биатлонистов	VIII	34
Общая характеристика и методика направленного развития скоростных способностей биатлонистов	VIII	33

Формулировка вопроса	№ раздела	№ темы
Общая характеристика научно-исследовательской работы в биатлоне	VI	18–21
Общие основы чередования учебно-тренировочных занятий с различными по величине и направленности нагрузками в биатлоне	II	6
Определение основных понятий: «стадион», «спортивный комплекс», «легкоатлетический комплекс» и т.д. Краткий анализ биатлонных комплексов.	III	7
Организационные и методические особенности проведения учебно-тренировочных сборов с биатлонистами различного уровня	III	10
Организация, подготовка и проведение спортивных соревнований по биатлону. Функции проводящей организации и судейского персонала.	V	13, 14
Основы общей теории управления. Цель управления процессом спортивной подготовки в биатлоне.	IV	11
Особенности контроля физической, технической, тактической и психологической подготовленности биатлонистов.	IV	12
Особенности подготовки биатлонистов высокой квалификации и спортивного резерва высокого класса.	VII	27, 28
Особенности проведения занятий по биатлону в группах начальной подготовки	VIII	39
Особенности проведения занятий по биатлону в группах спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства	VIII	41
Особенности проведения занятий по биатлону в учебно-тренировочных группах	VIII	40
Особенности проведения основной части занятия (организация, направленность, содержание)	VIII	38
Особенности работы тренера в специализированных учебно-спортивных учреждениях	VII	26
Особенности системы управления спортивной подготовкой биатлонистов на этапах начальной, предварительной базовой и специализированной базовой подготовки.	IV	11
Планирование воспитательной работы в тренировочном процессе	VII	32
Правила безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий и спортивных соревнований по биатлону	I	2
Проведение отбора на различных этапах многолетней спортивной подготовки в биатлоне	VIII	42

Формулировка вопроса	№ раздела	№ темы
Психолого-педагогическая характеристика тренера по биатлону	VII	29
Совершенствование тактической подготовленности биатлонистов	VII	30
Совершенствование техники передвижения на лыжах коньковыми ходами.	VII	22–24
Совершенствование техники стрельбы из положений лежа и стоя	VII	22–24
Совершенствование техники стрельбы из положений лежа и стоя при физической нагрузке в сочетании с общей и специальной физической подготовкой	VII	31
Типы микроциклов и их основная направленность в биатлоне	II	6
Управление параметрами тренировочных нагрузок в биатлоне на основе данных оперативного контроля	IV	11
Характеристика документации учебно-тренировочного процесса	VII	25
Характеристика профессионально-педагогических навыков управления тренировочным процессом.	VII	25
Характеристика средств восстановления и стимуляции работоспособности (педагогические, психологические, медико-биологические, гигиенические и физические средства).	VI	17
Характеристика структуры годичной спортивной подготовки биатлонистов	II	4
Цель и объект контроля. Виды контроля. Комплексный контроль как инструмент системы управления учебно-тренировочным циклом в биатлоне.	IV	12

**КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ И КОМПЕТЕНЦИЙ СТУДЕНТОВ  
ПО 10-БАЛЛЬНОЙ ШКАЛЕ НА ГОСУДАРСТВЕННОМ ЭКЗАМЕНЕ**  
по направлению специальности 1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая  
деятельность (тренерская работа по биатлону)»

Баллы	Показатели оценки
10 (десять)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы государственного экзамена, а также по основным вопросам, выходящим за ее пределы;</li> <li>– точное использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы;</li> <li>– выраженная способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации в профессиональной деятельности;</li> <li>– правильное решение ситуационных профессиональных задач и полное обоснование принятых решений;</li> <li>– умение ориентироваться в теориях, концепциях тренерской работы по биатлону, давать им критическую оценку, использовать научные знания других учебных дисциплин;</li> <li>– высший уровень информационной и коммуникативной культуры</li> </ul>
9 (девять)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы государственного экзамена;</li> <li>– точное использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы;</li> <li>– способность самостоятельно и творчески решать сложные проблемы в нестандартной ситуации в профессиональной деятельности;</li> <li>– правильное решение ситуационных профессиональных задач и полное обоснование принятых решений;</li> <li>– умение ориентироваться в основных теориях, концепциях тренерской работы по биатлону, давать им критическую оценку;</li> <li>– очень высокий уровень информационной и коммуникативной культуры</li> </ul>
8 (восемь)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– систематизированные, глубокие и полные знания по поставленным вопросам в объеме программы государственного экзамена;</li> <li>– корректное использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы;</li> <li>– способность самостоятельно решать сложные проблемы в профессиональной деятельности;</li> <li>– правильное решение ситуационных профессиональных задач и достаточно полное обоснование принятых решений;</li> <li>– умение ориентироваться в основных теориях, концепциях тренерской работы по биатлону;</li> <li>– высокий уровень информационной и коммуникативной культуры</li> </ul>
7 (семь)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– систематизированные, глубокие и полные знания по всем разделам программы государственного экзамена;</li> <li>– уверенное использование научной терминологии, лингвистически и логически правильное изложение ответа на вопрос, умение делать обоснованные выводы;</li> <li>– способность самостоятельно решать сложные проблемы в профессиональной деятельности;</li> <li>– решение ситуационных профессиональных задач и краткое обоснование принятых решений;</li> </ul>

Баллы	Показатели оценки
	<ul style="list-style-type: none"> <li>– умение ориентироваться в основных теориях, концепциях тренерской работы по биатлону;</li> <li>– хороший уровень информационной и коммуникативной культуры</li> </ul>
6 (шесть)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– достаточно полные и систематизированные знания в объеме программы государственного экзамена;</li> <li>– использование необходимой научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать обоснованные выводы;</li> <li>– способность самостоятельно применять типовые решения в профессиональной деятельности; решение ситуационных профессиональных задач и неполное обоснование принятых решений;</li> <li>– умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях тренерской работы по биатлону;</li> <li>– хороший уровень информационной и коммуникативной культуры</li> </ul>
5 (пять)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– достаточные знания в рамках программы государственного экзамена;</li> <li>– использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать выводы;</li> <li>– неполное решение ситуационных профессиональных задач и обоснование принятых решений;</li> <li>– способность самостоятельно применять типовые решения в профессиональной деятельности;</li> <li>– умение ориентироваться в базовых теориях, концепциях тренерской работы по биатлону;</li> <li>– достаточный уровень информационной и коммуникативной культуры</li> </ul>
4 (четыре)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– достаточные знания в рамках программы государственного экзамена;</li> <li>– использование научной терминологии, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответа на вопросы, умение делать выводы без существенных ошибок;</li> <li>– низкая компетентность в решении ситуационных профессиональных задач и обосновании принятых решений;</li> <li>– умение решать стандартные задачи в профессиональной деятельности;</li> <li>– недостаточно полное умение ориентироваться в основных теориях, концепциях тренерской работы по биатлону;</li> <li>– допустимый уровень информационной и коммуникативной культуры</li> </ul>
3 (три)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– недостаточно полные знания в рамках программы государственного экзамена;</li> <li>– использование научной терминологии, изложение ответа на вопросы с существенными логическими и стилистическими ошибками;</li> <li>– неумение решать стандартные задачи в профессиональной деятельности;</li> <li>– некомпетентность в решении ситуационных профессиональных задач и обосновании принятых решений;</li> <li>– неумение ориентироваться в основных теориях, концепциях тренерской работы по биатлону;</li> <li>– низкий уровень информационной и коммуникативной культуры</li> </ul>
2 (два)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– фрагментарные знания в рамках программы государственного экзамена;</li> <li>– неумение решать стандартные задачи в профессиональной деятельности;</li> <li>– неумение использовать научную терминологию в тренерской работе по биатлону, наличие в ответе грубых логических ошибок;</li> <li>– низкий уровень информационной и коммуникативной культуры</li> </ul>
1 (один)	<ul style="list-style-type: none"> <li>– отсутствие знаний и компетенций в рамках программы государственного экзамена или отказ от ответа</li> </ul>

*Учебное издание*

## **ПРОГРАММА ГОСУДАРСТВЕННОГО ЭКЗАМЕНА**

по направлению специальности  
1-88 02 01-01 «Спортивно-педагогическая деятельность  
(тренерская работа по биатлону)»

Составители:  
**Шлойдо Анастасия Игоревна,**  
**Нечай Станислав Станиславович,**  
**Матецкий Андрей Вячеславович**

Корректор *B. A. Гошко*  
Компьютерная верстка *B. A. Гошко*

Подписано в печать 18.04.2025. Формат 60×84/<sub>16</sub>. Бумага офсетная.  
Цифровая печать. Усл. печ. л. 1,86. Уч.-изд. л. 1,66. Тираж 25 экз. Заказ 52.

Издатель и полиграфическое исполнение:  
учреждение образования  
«Белорусский государственный университет физической культуры».  
Свидетельство о государственной регистрации издателя, изготовителя,  
распространителя печатных изданий  
№ 1/153 от 24.01.2014.  
Пр. Победителей, 105, 220020, Минск.