

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

імені ІВАНА БОБЕРСЬКОГО

Кафедра стрільби та технічних видів спорту

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Завідувач кафедри СтаТВС

_____Виноградський Б.А.

“ _____ ” _____ 20__ року

ЗАЛІКОВІ ВИМОГИ

Теорія і методика обраного виду спорту та СПВ

(стрілецькі види спорту)

для студентів IV курсів факультету фізичної культури і спорту

для студентів IV курсу факультету педагогічної освіти

денної форми навчання

галузь знань: 01 – Освіта/Педагогіка

спеціальність: 017 – «Фізична культура і спорт»

спеціальність: 014 – «Середня освіта», предметна

спеціалізація: 014.11 «Середня освіта (Фізична культура)»

перший бакалаврський рівень

Львів,

2021-2022 навчальний рік

Залікові вимоги (залік)

1. Методи і засоби підготовки спортсменів.
2. Особливості підготовки спортсменів в залежності від віку.
3. Побудова навчально-тренувальних занять.
4. Методика вдосконалення техніко-тактичної підготовки.
5. Особливості техніко-тактичних взаємодій у стрільбі.
6. Організація і проведення навчально-тренувальних занять.
7. Підвідні вправи та їх значення в підготовці стрільців.
8. Побудова тренувального циклу для стрільців.
9. Контроль в стрільбі.
10. Види контролю, та його значення.
11. Засоби контролю.
12. Науково-дослідницька робота.
13. Спеціальні методи виконання наукових робіт.
14. Особливості використання засобів стрільби в ході занять кульовою стрільбою.
15. Особливості дозування фізичного і психологічного навантаження.
16. Організація оздоровчо-рекреаційних змагань з використанням кульової стрільби.
17. Особливості проведення навчально-тренувальних занять з неповносправніми.
18. Підготовка стрільців з особливими потребами.
19. Особливості техніки виконання влучного пострілу зі спортсменами з особливими потребами.
20. Використання спеціальних методів та засобів для підготовки стрільців з особливими потребами.
21. Тактична підготовка, як засіб вдосконалення майстерності стрільців.
22. Засоби та методи підвищення майстерності стрільців.
23. Засоби та методи вдосконалення технічної підготовленості.

24. Рекомендації по вдосконаленню навчально-тренувальних занять стрільців.
25. Тактична взаємодія системи «стрілець-зброя-мішень».
26. Що таке систематичність в кульовій стрільбі.
27. Від чого залежить ефективність навчання спортсменів стрільців.
28. Психічна стійкість стрільців, методи виховання.
29. Особливості тактичного виконання стрілецьких вправ.

ЗАЛІКОВІ ВИМОГИ СПВ

1. Участь у всіх загально університетських спортивно-масових заходах (пробіги, естафети тощо).
2. Участь у суддівстві трьох змагань і отримання звання.
3. Участь мінімум у чотирьох змаганнях.
4. Покращення спортивного результату за рік.
5. Ведення щоденника тренування.
6. Здача нормативів ЗФП і СФП.

Залікові вимоги (іспит)

I курс

30. Предмет теорія і методика стрільби кульової.
31. Модель спеціаліста зі стрільби кульової.
32. Значення стрілецького спорту в житті суспільства.
33. Сучасна теорія розвитку стрільби кульової.
34. Моделі спортивної зброї.
35. Національна федерація по стрільбі кульовій.
36. Які є види стрільби що входять до програми Олімпійських ігор.
37. Програма змагань з стрільби кульової на Олімпійських іграх.
38. На якій дистанції проводяться змагання по стрільбі кульовій в приміщенні.
39. Система проведення змагань в стрільбі кульовій.
40. Змагання на яких виборюються ліцензії, назва і коли вони відбуваються.

- 41.Поняття термін, вимоги до термінів.
- 42.Поява стрільби кульової на Землі.
- 43.Роль стрільби в стародавньому суспільстві.
- 44.Типи стародавніх зброї металеві.
- 45.Розвиток стрільби кульової в середньовічних державах Європи, та ін..
- 46.Стрілецькі ігри та забави в різних країнах світу.
- 47.В які Олімпійські ігри була внесена стрільба кульова.
- 48.Де і коли була створена міжнародна федерація з стрільби кульової.
- 49.Де і в якій країні відбувся перший чемпіонат світу зі стрільби кульової.
- 50.Де і коли приймається рішення про зміну правил і регламенту проведення змагань по стрільбі кульовій.
- 51.Коли були створені перші секції зі стрільби кульової.
- 52.Перші великі здобутки Українських спортсменів на міжнародних змаганнях.
- 53.Які здобутки Українських стрільців на Олімпійських іграх.
- 54.Вимоги до сучасної зброї та їх класифікація.
- 55.Що таке стабілізатори для чого вони потрібні.
- 56.Від чого залежить підбір зброї.
- 57.Яким чином підбираються боєприпаси.
- 58.Що таке підгонка, для чого вона потрібна.

II курс

- 59.Техніка виконання влучного пострілу в кульовій стрільбі.
- 60.Модель спеціаліста зі стрільби кульової.
- 61.Розминка у стрільбі кульовій.
- 62.Прикладна балістика в стрільбі кульовій.
- 63.Правила змагань в стрільбі кульовій.
- 64.Національна федерація по стрільбі кульовій.
- 65.Суддівство та організація змагань зі стрільби кульової.
- 66.Програма змагань з стрільби кульової на Олімпійських іграх.

- 67.Що таке ЗФП, і для чого воно призначене.
- 68.Що таке СФП, і для чого воно призначене.
- 69.Змагання, як складова контролю ефективності підготовки спортсменів.
- 70.Поняття термін, вимоги до термінів.
- 71.Інтегральна підготовка стрільців, її значення.
- 72.Роль техніки і тактики у підготовці стрільців.
- 73.Типи напоготівок.
- 74.Еволюція розвитку правил змагань.
- 75.Стрілець, як особистість.
- 76.Коли і як були внесені зміни до правил виконання фінальних серій.
- 77.Різновид суддів, їхня роль в проведенні змагань.
- 78.Де і в якій країні відбувся перший чемпіонат світу зі стрільби кульової.
- 79.Де і коли приймається рішення про зміну правил і регламенту проведення змагань по стрільбі кульовій.
- 80.Документи, що регламентують проведення змагань різного рівня.
- 81.Взаємодія тренер-спортсмен.
- 82.Критерії оцінювання роботи тренера.
- 83.Єдина спортивна класифікація України.
- 84.Що таке стійкість, її роль та розвиток.
- 85.Від чого залежить ефективність навчання спортсменів стрільців.
- 86.Що таке балістичні особливості зброї.
- 87.Як правильно підібрати матеріально-технічне забезпечення для стрільця.

III курс

- 88.Тактика виконання влучного пострілу в кульовій стрільбі.
- 89.Модель тактичних взаємодій.
- 90.Відновлення у стрільбі кульовій.
- 91.Методи профілактики професійних захворювань.
- 92.Спортивні споруди для стрільби, види, призначення.
- 93.Обладнання для проведення навчально-тренувальних занять та змагань.

94. Фізична підготовка, її роль та значення.
95. Співвідношення ЗФП відповідно до різних етапів багаторічної підготовки.
96. Психічна підготовка, її роль та призначення.
97. Що таке психічна підготовка, психічне розвантаження.
98. Психічні особливості розвитку спортсменів.
99. Діяльність ДЮСШ, СДЮШОР.
100. Спортивні заходи, особливості їх організації та проведення.
101. Нормативно-правові документи в ДЮСШ, СДЮШОР.
102. Правила техніки безпеки під час проведення спортивних масових заходів.
103. Фізіологія в кульовій стрільбі.
104. Аналіз рухової діяльності в кульовій стрільбі.
105. Види відновлення.
106. Класифікація засобів відновлення.
107. Гігієна стрільця.
108. Харчування стрільців під час тренувань та змагань.
109. Засоби та методи профілактики професійних захворювань.
110. Розвиток морально-вольових якостей засобами фізичних навантажень.
111. Розвиток фізичних якостей у стрільців.
112. Тактична взаємодія системи стрілець-зброя-мішень.
113. Що таке систематичність в кульовій стрільбі.
114. Від чого залежить ефективність навчання спортсменів стрільців.
115. Психічна стійкість стрільців, методи виховання.
116. Особливості тактичного виконання стрілецьких вправ.

IV курс

117. Методи і засоби підготовки спортсменів.
118. Особливості підготовки спортсменів в залежності від віку.
119. Побудова навчально-тренувальних занять.
120. Методика вдосконалення техніко-тактичної підготовки.

121. Особливості техніко-тактичних взаємодій у стрільбі.
122. Організація і проведення навчально-тренувальних занять.
123. Підвідні вправи та їх значення в підготовці стрільців.
124. Побудова тренувального циклу для стрільців.
125. Контроль в стрільбі.
126. Види контролю, та його значення.
127. Засоби контролю.
128. Науково-дослідницька робота.
129. Спеціальні методи виконання наукових робіт.
130. Особливості використання засобів стрільби в ході занять кульовою стрільбою.
131. Особливості дозування фізичного і психологічного навантаження.
132. Організація оздоровчо-рекреаційних змагань з використанням кульової стрільби.
133. Особливості проведення навчально-тренувальних занять з неповносправніми.
134. Підготовка стрільців з особливими потребами.
135. Особливості техніки виконання влучного пострілу зі спортсменами з особливими потребами.
136. Використання спеціальних методів та засобів для підготовки стрільців з особливими потребами.
137. Тактична підготовка, як засіб вдосконалення майстерності стрільців.
138. Засоби та методи підвищення майстерності стрільців.
139. Засоби та методи вдосконалення технічної підготовленості.
140. Рекомендації по вдосконаленню навчально-тренувальних занять стрільців.
141. Тактична взаємодія системи стрілець-зброя-мішень.
142. Що таке систематичність в кульовій стрільбі.
143. Від чого залежить ефективність навчання спортсменів стрільців.
144. Психічна стійкість стрільців, методи виховання.

145. Особливості тактичного виконання стрілецьких вправ.