

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
імені ІВАНА БОБЕРСЬКОГО
Кафедра стрільби та технічних видів спорту

“ЗАТВЕРДЖУЮ”

Декан факультету спорту, доцент

_____ І.М. Ріпак

“ _____ ” _____ 20__ року

ПРОГРАМА
вибіркової навчальної дисципліни
СТРІЛЕЦЬКИЙ СПОРТ

для студентів II курсу факультету спорту

денної форми навчання

галузь знань: 01 - Освіта

спеціальність: 017 “Фізична культура і спорт”

перший бакалаврський рівень

Львів

2018 – 2019 навчальний рік

Навчальна програма з дисципліни “Стрілецький спорт” (кульова стрільба) для студентів II курсу факультету спорту галузі знань 01 - Освіта, спеціальність: 017 “Фізична культура і спорт”

“___” серпня, 2018 року - ___ стор.

Розробники:

Демічковський Андрій Павлович, викладач

Навчальна програма затверджена на засіданні кафедри стрільби та технічних видів спорту

Протокол №___ від “___” _____20__ року

Завідувач кафедри, доктор наук фізичного виховання і спорту,

“___” _____20__ року _____ професор Богдан Виноградський

Схвалено Вченою радою факультету спорту

Протокол №___ від “___” _____20__ року

Голова Вченої ради _____ доцент Ігор Ріпак

© Демічковський А.П., 2018 рік

© ЛДУФК, 2018 рік

Програма вивчення нормативної навчальної дисципліни “Стрілецький спорт” складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки бакалаврів факультету спорту галузь знань: 01 – Освіта, спеціальність: 017 “Фізична культура і спорт”, перший бакалаврський рівень.

Предметом вивчення навчальної дисципліни є різні складові теорії і методики дисципліни “Стрілецький спорт” як багатофункціонального суспільного явища, система змагань і пов’язана з нею система підготовки до Чемпіонату України, Чемпіонату Європи, Чемпіонату Світу та Олімпійських Ігор.

Міждисциплінарні зв’язки: професійний спорт, «Теорія і методика спорту вищих досягнень», «Теорія і методика обраного виду спорту», «Теорія і методика юнацького спорту», «Теорія і методика фізичного виховання», «Історія фізичної культури», «Педагогіка», практичні дисципліни, «Історія України», «Історія української культури» та ін.

Програма навчальної дисципліни складається з двох змістових модулів.

1. Мета та завдання навчальної дисципліни

1.1. Метою викладання навчальної дисципліни “Стрілецький спорт” є вивчення історії і розвитку стрільби, її ідеалів і принципів, місця в системі підготовки спортсменів, явищ сучасного громадського життя, організаційно-правових і економічних основ спорту.

1.2. Основними завданнями вивчення дисципліни “Стрілецький спорт” є формування професійного світогляду студентів, основ знань і навичок в галузі історії розвитку стрільби кульової, організації та проведення занять стрільби кульової.

1.3. Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні:

знати: основи відродження, розвитку і сучасного стану стрільби кульової, основні аспекти функціонування міжнародних і національних федерацій (ISSF, ФСУ) результати участі стрільців кульовиків України в Олімпійських Іграх.

вміти: застосовувати у практичній діяльності одержані знання стосовно організаційних і управлінських аспектів сучасної стрільби кульової; застосовувати одержані знання в організації і проведенні змагань зі стрільби кульової, прищепити навички правильного виконання основних елементів стрільби, виробити уміння застосовувати набуті знання у практичній діяльності.

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 59 годин/2 кредити ECTS (денна форма навчання).

2. Інформаційний обсяг навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1

Тема 1. ПОЯВА ТА РОЗВИТОК СТРІЛЕЦЬКИХ ВИДІВ СПОРТУ

Поява стрілецької зброї на Землі, перші знахідки. Функції стрілецьких занять з в стародавніх суспільствах: військова, мисливська, для рибної ловлі, ритуальна, змагальна, типи стародавніх луків, метальної зброї, вогнепальної зброї: простий, складний, самостріл, арбалет.

Виробництво металених, пристроїв.

Порівняльний розвиток стрілецького озброєння в різних стародавніх країнах світу: Китаї, Монголії, Японії, Кореї, Індії, Персії, країнах африканського континенту, стародавньої Греції та Риму.

Розвиток стрільби в середньовічних державах Європи, на американському континенті, Руській державі.

Стрілецькі ігри та забави в різних країнах світу, національні традиції з використанням стрілецької зброї.

Тема 2. ЗАРОДЖЕННЯ І РОЗВИТОК СПОРТИВНОЇ СТРІЛЬБИ В УКРАЇНІ

Використання стрілецької зброї, мушкетів, гармат і в тому числі лука і стріл в часи Київської Русі, в добу Козаччини, роль та місце стрільби з лука у військово-прикладній підготовці козаків.

Стрілецькі ігри в середньовічному Львові, діяльність “Стрілецького товариства”.

Передумови створення Міжнародної федерації стрільби з лука в м. Львові та проведення 1-ого Чемпіонату світу, зацікавленість у розвитку стрільби з лука з боку львівської інтелігенції (родина Трушів).

Міжнародної Федерації Спортивної Стрільби. Перші Чемпіонати Світу та включення кульової стрільби в програму сучасних Олімпійських Ігор.

Утворення перших секцій стрільби з лука у Львові, діяльність перших тренерів – М.К. Хусківадзе, Н.А. Калініченка, Г.А.Гордієнка, Р.І. Труша та інших, поширення культивування стрільби з лука по Україні, виробництво луків на лижній фабриці “Динамо”.

Успіхи представниць України на Всесоюзних змаганнях, міжнародній арені, спортивні успіхи Т. Образцової, В. Ковпан, Н. Козіної, В. Сидорука, та Олімпійських Іграх сучасності Ю. Сухорукова, Л. Леськів, О. Петріва, Р. Бондарука та інших.

Утворення федерації стрільби України та федерації стрільби України з лука, виступи українських стрільців на міжнародній арені самостійною командою, перспективи розвитку стрілецьких видів спорту в Україні.

Аналіз виступів збірної команди України на Олімпійських Іграх в Атланті, Афінах, Пекіні та Лондоні.

Тема 3. СТАНОВЛЕННЯ СТРІЛЬБИ КУЛЬОВОЇ В ХХ СТОЛІТТІ

Включення стрілецьких видів зброї в програму II Олімпійських ігор, види стрілецьких випробовувань в програмі Олімпійських ігор.

Створення міжнародних федерацій з спортивної стрільби (ISSF та FITA).

Перші чемпіонати світу зі спортивної стрільби (1-ий Чемпіонат 1931 року, м. Львів).

Утворення і розвиток найпотужніших світових фірм-виробників зброї та аксесуарів.

Зміна правил та регламенту проведення змагань зі спортивної стрільби з за останнє десятиріччя

Тема 4. ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА СТРІЛЬБИ КУЛЬОВОЇ ЯК ВИДУ СПОРТУ

Предмет, завдання, зміст та обсяг дисципліни теорії та методики стрільби кульової, розподіл навчального матеріалу по роках навчання.

Модель спеціаліста зі стрільби кульової, характеристика професійної діяльності тренера зі стрільби кульової, характеристика основних знань, вмінь та навичок.

Специфіка організації підготовки спеціалістів зі стрільби кульової.

Вимоги до спортивної підготовки студентів ЛДУФК, значення стрілецького спорту в житті суспільства.

Структура стрілецько-спортивного руху, сучасні тенденції розвитку стрільби кульової. Вдосконалення моделей спортивної зброї та набоїв, вдосконалення методики спортивного тренування, вдосконалення спортивного інвентарю, вдосконалення науково-методичного забезпечення стрілецько-спортивної підготовки за останні роки, вдосконалення обладнання, ріст спортивної майстерності та досягнень в стрільбі кульовій. Загальний стан науково-методичного. Національна федерація з кульової стрільби. Техніка безпеки під час навчально-тренувальних занять.

Змістовий модуль 2

Тема 5. Олімпійські види стрільби: кульова стрільба, стендова стрільба, стрільба з лука

Кульова стрільба – один з підвидів стрілецького спорту.

У цьому виді спорту стрільба проводиться з пневматичних (4,5 мм), дрібнокаліберних (5,6 мм) і великокаліберних (7,62 мм для гвинтівок і 7,62-9,65 мм для пістолетів) гвинтівок та пістолетів. Розподіл стрільби кульової на стрільбу з пістолету, гвинтівки та стрільбу по рухомій мішені. Особливості виконання стрілецьких вправ. В олімпійську програму з кульової стрільби входять 5 вправ. З них дві жіночі (МГ-5, ВП-4), і три чоловічі (МГ-9, МГ-6, ГП-6), особливості виконання. У програмі зі стрільби з пістолета також розігрується 5 комплектів медалей. З них 2 жіночих (МП-5, ПП-2), і 3

чоловічих (МП-6, МП-8, ПП-3), особливості виконання. За проведення міжнародних змагань з кульової стрільби відповідає міжнародна федерація спортивної стрільби (ISSF), побудова ієрархії управління розвитком стрільби кульової у світі.

Впровадження новітніх тенденцій розвитку кульової стрільби після 2000 – х років ISSF, розподіл фіналів, обмеження часу, введення нової вправи з пневматичної зброї (MIX).

Стендова стрільба – один з підрозділів стрілецького спорту. Змагання проводяться на відкритих стрільбищах. Стрільба ведеться з гладко ствольних рушниць з дробовими зарядами по спеціальних мішенях – тарілочках. При влученні навіть декількох дробинок вона розбивається.

В олімпійську програму входять змагання в трьох дисциплінах – круглий стенд (або скіт), траншейний стенд (або трапі) і дубль-трап.

Круглий стенд увійшов у програму Олімпійських Ігор в 1968 році для чоловіків і в 2000 році для жінок, траншейний стенд в 1990 році для чоловіків і в 2000 році для жінок, дубль-трап в 1996 році і для чоловіків і для жінок.

Стрільба в мішень, дистанції, мішені, Олімпійська програма.

Польова стрільба: польовий круг, мисливський круг, мішені для польової стрільби, дистанції стрільби, кількість пострілів, порядок визначення переможців.

Стрільба з лука – мистецтво та спорт, що полягає у вміння стріляти з лука у ціль стрілами.

Стрільба з лука включена до програми Літніх Олімпійських Ігор з 1900 року. Міжнародна федерація стрільб з лука (FITA) була створена 4 вересня 1931 року на першому конгресі цієї організації, що відбувся у Львові за ініціативою Польського Союзу Лучників.

Найпоширеніші міжнародні дисципліни, з яких проводяться Олімпійські ігри, Чемпіонати світу та Європи – це стрільба по мішеням FITA зі стандартних дистанцій. Менш поширені такі види як польова стрільба, скіарк (лучний біатлон), стрільба по фігурних мішенях, вертикальна стрільба по мішенях, що також знаходяться під егідою FITA.

Дистанція стрільби, мішені, місце проведення змагань, стрільба на дальність, класи луків для стрільби на дальність, розмітка поля для стрільби на дальність, стрільба з лука на лижах, особливості виконання змагальної вправи “sky archery”. Перспективи розвитку стрільби з лука. Стрільба на ближніх дистанціях в приміщенні, відмінності стрільби в приміщенні і просто неба. Заочні матчі, способи визначення переможця, особисті, командні і особисто-командні змагання.

Системи проведення змагань у стрільбі з лука: кругова, відбірково-колова, олімпійська кубкова, спосіб прямого вибування.

Тема 6. ВИДИ СПОРТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ В КУЛЬОВІЙ СТРІЛЬБІ

Особливості спортивної підготовки, як фактору ефективного виступу на змаганнях. Види підготовок в стрілецькому спорті. Важливість видів підготовки в залежності від етапу підготовки спортсменів. Підвідні вправи,

важливість використання, як чинник досягнення максимально можливого результату.

Тема 7. МАТЕРІАЛЬНО-ТЕХНІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ СТРІЛЬЦІВ

Матеріальна частина в стрільців, її вплив на спортивний результат, класифікація спортивного обладнання, фірми виробники обладнання та матеріалів. Спортивна зброя: вимоги до сучасної зброї, класифікація зброї, опис зброї, форма зброї, матеріали для виготовлення зброї, конструкції зброї.

Лучні тятива: виготовлення тятиви, гніздо для стріли, визначення довжини тятиви; приціл: опис прицілу, вимоги до прицілу. Опис внутрішньої частини стрілецької зброї (гвинтівок, пістолетів). А також допоміжних пристроїв та приладдя (стійки, труби, підколінники, приціли, мушки, та інше).

Поличка для стріли: типи поличок та вимоги до них.

Система стабілізаторів: будова стабілізаторів, підбір та регулювання стабілізаторів.

Приладдя лучника для стрільби з лука: напальчник, крага, ремінець, сагайдак, нагрудник, бінокль, ящик для транспортування лука.

Стріла: виготовлення трубки для стріли, характеристика окремих частин та вимоги до них, наконечник, хвостовик, стержень стріли – трубка, пера, наклеювання пер, види наклеювання пер.

Блочний лук, конструкція, особливості роботи, типи, перепад сил при використанні ексцентриків.

Арбалет, конструкція, особливості роботи, типи.

Тема 8. ПІДБІР І ПІДГОНКА МАТЕРІАЛЬНО-ТЕХНІЧНОЇ ЧАСТИНИ

Індивідуальний вибір зброї за силою і вагою, довжиною, виходячи з антропометричних даних стрільця.

Система підбору спорядження (боєприпасів, стріл).

Поняття підганяння зброї, ложе, рукояток, і системи підгонки матеріальної частини лучників: груба підгонка, детальна підгонка.

Груба підгонка: поняття “перепад між плечима”, висота гнізда, повздовжня симетричність лука, встановлення початкового положення та пружності, встановлення базової відстані.

Детальна підгонка: метод порівняння малюнку влучень під час стрільби стрілами з перами та без них, метод відстрілу стріл для визначення відхилень влучень від умовної вертикалі точки прицілювання, метод корекції польоту стріли на основі аналізу типів пробоїн вертикальних паперових площин у висхідній частині траєкторії.

Підбір системи стабілізаторів. Типів наклеювання пер. Тятива, її підбір, кількості ниток та матеріал виготовлення, підбір довжини.

3. Форма підсумкового контролю успішності навчання: залік.

4. Засоби діагностики успішності навчання:

- перевірка конспектів самопідготовки;
- опитування на семінарах;
- написання самостійних робіт;
- тестування;
- залік.

5. Залікові вимоги

1. Предмет теорія і методика дисципліни “Стрілецький спорт”.
2. Модель спеціаліста зі стрілецьких видів спорту.
3. Значення стрілецького спорту в житті суспільства.
4. Сучасна теорія розвитку стрільби кульової.
5. Моделі спортивного обладнання та спортивних споруд.
6. Національна федерація кульової стрільби.
7. Які є види стрільби що входять до програми Олімпійських ігор.
8. Програма змагань стрільби кульової на Олімпійських іграх.
9. На якій дистанції проводяться змагання по стрільбі кульовій в приміщенні.
10. Система проведення змагань в стрільбі кульовій.
11. Змагання на яких виборюються ліцензії, назва і коли вони відбуваються.
12. Поняття термін, вимоги до термінів.
13. Поява стрілецької зброї на Землі,
14. Роль стрілецької зброї в стародавньому суспільстві.
15. Типи стародавньої стрілецької зброї.
16. Розвиток стрілецької зброї в середньовічних державах Європи, Русі та ін..
17. Ярмарки ігри та забави в різних країнах світу.
18. В які Олімпійські ігри були включені стрілецькі види спорту.
19. Де і коли були створені міжнародні федерації зі стрілецьких видів спорту.
20. Де і в якій країні відбувся перший чемпіонат світу зі стрілецьких видів спорту.
21. Де і коли приймається рішення про зміну правил і регламенту проведення змагань по стрільбі з лука.
22. Коли були створені перші секції зі стрілецьких видів спорту.
23. Перші великі здобутки Українських спортсменів на Всесоюзних та міжнародних змаганнях.
24. Які здобутки Українських стрільців на Олімпійських іграх.
25. Вимоги до сучасних обладнання та їх класифікація.
26. Що таке боєприпаси і для чого вони потрібні.
27. Від чого залежить підбір обладнання.
28. Яким чином підбираються боєприпаси.
29. Що таке підгонка, для чого вона потрібна.

6. Рекомендована література

Основна література

1. Власов А.П., Лопатьєв А.О., Виноградський Б.А., Демічковський А.П. Аналіз рухових дій при виконанні стрілецьких вправ // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету. – Чернігів: 2010 . с. 561-565.
2. Антонов С. В. Спрямований розвиток координаційних здатностей при удосконаленні технічної підготовленості стрільців із лука: перспективи та напрями досліджень / С. В. Антонов, Ю. А. Бріскін, М. П. Пітин // Олімпійський спорт і спорт для всіх : тези доп. XIV Міжнар. наук. конгр. – К., 2010. – С. 38.
3. Антонов С.В. Характеристика засобів контролю фізичної підготовленості спортсменів у стрільбі з лука / Сергій Антонов, Анна Баб'як, Мар'ян Пітин // Молода спортивна наук України : зб. наук. праць з галузі фізичного виховання, спорту і здоров'я людини. – Л. : ЛДУФК, 2011. – Вип. 15. – Т. 1. – С. 6-10. ISBN 978-966-2328-11-0
4. Лопатьєв А.О., Власов А.П., Трач В.М., Івашко М., Демічковський А.П. Енергетичні та інформаційні аспекти аналізу рухових дій людини у стрілецьких видах спорту // “Електроніка та інформаційні технології” (ЕЛІТ). – Львів-Чинадієво: 2012. IV – а науково-практична конференція – с.123-125.
5. Антонов С.В. Результативність висококваліфікованих стрільців з лука у контрольних вправах із ускладненими умовами виконання / Антонов С.В., Пітин М.П. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: наук. журнал. – Харків: ХОВНОКУ - ХДАДМ, 2011. – № 9. – С. 8-10. ISSN 1818-9172.
6. Антонов С. В. Характеристики техніки пострілу стрільців з лука на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей / С. В. Антонов // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету ім. Т. Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт – Чернігів, 2012. – Випуск. 102 т. 2. – С. 115-119.
7. Антонов С.В., Демічковський А.П., Лопатьєв А.О., Ткачек В.В. Аналіз фаз пострілу під час виконання стрілецьких вправ//“Моделювання та інформаційні технології у фізичному вихованні і спорті” – Львів-Харків: 2015. XI Міжнародна наукова конференція – с.39-43.
8. Демічковський А.П., Лопатьєв А.О., Пітин М.П. Еволюція правил змагань зі стрільби кульової з гвинтівки // Спортивний вісник Придніпров'я. – Дніпропетровськ: 2015. Науково-практичний журнал № 3 – с. 41-44.
9. Демічковський А.П., Лопатьєв А.О., Пітин М.П. Проблеми тактичної підготовки // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Київ: 2015. “Науково-педагогічні проблеми фізичної культури/фізична культура і спорт” випуск 10 (65) 15 – с. 45-48.

10. Виноградський Б. А. Вдосконалення технічної майстерності лучників на основі вдосконалення основних елементів пострілу : автореф. дис. канд. наук з фіз. виховання і спорту : [спец.] 24.00.01 „Олімпійський та професійний спорт” / Виноградський Богдан Анатолійович ; Укр. держ. ун-т фіз.виховання і спорту. – К., 1997. – 24 с.
11. Виноградський Б.А., Лопатьєв А.О. Перспективи розвитку біомеханіки спорту у світлі ідей професора Лапутіна А.М. // Актуальні проблеми сучасної біомеханіки фізичного виховання та спорту. – Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. Вісник № 54. ЧДПУ ім. Т.Г. Шевченка. – Чернігів, 2008, С. 29-33.
12. Біомеханіка спорту // Під ред. А.М. Лапутіна. – К: Олімпійська література, 2005.-320с.
13. Калиніченко О.М., Лопатьєв А.О. Психофізіологічні особливості цільової точності під час виконання пострілу з сучасних стрілецьких видів зброї // Теорія та методика фізичного виховання: Науково-методичний журнал – Харків: ОВС, 2010. – №2. – С.16-18, 35-42.

Додаткова література

14. Иткис М.А. Этапы подготовки стрелка [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://www.shooting-ua.com/books/book_154.htm].
15. Огірко І.В. Моделювання системи ефективних рухових дій стрільців / І.В. Огірко, М.Ф. Ясінський, Л.М. Ясінська, Т.М. Магмет // Стрілецька підготовка в олімпійських видах спорту: зб. Наук.-метод. пр. – Л., 2005. – с. 40-44.
16. Полякова Т.Д. Биохимические аспекты управления движениями стрелка / Т. Полякова, М. Рудина, О. Ковалева // IV Міжн. наук. Конгрес «Олімп. Спорт і спорт для всіх» - К.: Олімп. література, 2000 – с. 105.
17. Полякова Т.Д. Психофизиологический подход к организации действий стрелка / Т. Полякова, О. Ковалева // Информационно-аналитический бюллетень № 9 по актуальным проблемам физической культуры и спорта – Ми.: БГУФК, 2010. – Вып. 9. – С. 24 – 43. – ISBN 978-985-6953-47-0.
18. Пугачев А.В. Особенности формирования технического мастерства в стрельбе из пневматической винтовки. ВГИФК МГАФК "ФК, спорт и туризм в жизни молодежи" (тезисы докладов науч. Практ. Конф. Молодых ученых и студентов ВГИФК МГАФК) Воронеж, 4-5 мая 2000, - С. 9-12.
19. Пугачев А.В. Фазы выстрела в стрельбе из пневматической винтовки [Электронный ресурс] / А.В. Пугачев, М.М. Кулбанов // - Режим доступа: http://www.shooting-ua.com/books/book_21.htm.
20. Немцев О.Б. Биомеханические основы точности движений: Монография. – Майкоп: Изд-во АГУ, 2004. – 187 с.

21. Иткис М.А. Некоторые способы повышения эффективности тренировок [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://www.shooting-ua.com/books/book_152/htm].

Інформаційні ресурси інтернет

1. archery.org.ua
2. worldarchery.org
3. archery.ru
4. pse-archery.com
5. archeryeurope.com
6. wernetbeiter.com
7. <http://www.shooting-ua.com>
8. <http://www.shooting-ukraine.com>
9. <http://www.issf-sports.org>
10. <http://www.pzss.org.pl>