

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

“ЗАТВЕРДЖУЮ”

Завідувач кафедри СтаТВС

_____Виноградський Б.А.

“ _____ ” _____20__ року

ПРАКТИЧНІ ЗАНЯТТЯ
для навчальної дисципліни

СТРІЛЕЦЬКИЙ СПОРТ

для студентів II курсу факультету фізичної культури і спорту

денної форми навчання

галузь знань: 01 - Освіта

спеціальність: 017 “Фізична культура і спорт”

перший бакалаврський рівень

Львів

2018-2019 навчальний рік

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1	Вступне заняття. Техніка безпеки під час НТЗ.	5	
2	Техніка виконання стрілецьких вправ.	5	
3	Тактика виконання стрілецьких вправ.	5	
4	Психологічна підготовка.	5	
5	Балістика, наука про зброю.	2	
6	Сучасна термінологія в стрільбі кульовій	2	
7	Матеріально-технічне забезпечення стрільців	4	
8	Боєприпаси, як складова успішного виступу.	4	
9	Види тирів для стрільб.	4	
10	Техніко-тактичні системи виступів на змаганнях.	4	
11	Помилки під час навчання техніки стрільби кульової.	4	
	Разом	44	

Зміст практичних занять

I. Практичне заняття.

Вступне заняття. Техніка безпеки під час НТЗ. Під час першого практичного заняття студенти ознайомлюються з правилами техніки безпеки під час заняття, з правилами техніки безпеки поводження зі зброєю, правилами поводження зі зброєю під час транспортування та оформлення супровідної документації для дотримання вимог наказу № 622 від 21.08. 1998 року та відповідними доповненнями Міністерства внутрішніх справ.

II. Практичне заняття.

Техніка виконання стрілецьких вправ. Під час даного практичного заняття студенти ознайомлюються з видами стійки для стрільби, як з різних положень, так і видів зброї (пневматичної, малокаліберної). Відбувається поділ технічних елементів на частини: техніка розташування ніг, тулуба, верхнього плечового поясу, рук, голови, техніки прицілювання та натискання на спусковий гачок. За допомогою наочних та відео засобів студентам демонструються техніки провідних спортсменів. Після цього відбувається перехід до практичного вивчення отриманих знань.

III. Практичне заняття.

Тактика виконання стрілецьких вправ. Під час даного практичного заняття студенти ознайомлюються з методами та засобами технічної підготовки спортсменів відповідно до навчальної програми з підготовки в ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ та закладів спортивного профілю. Також основам тактичного виконання змагальних вправ з гвинтівки та пістолета, особливостями конкретних вправ, відповідно до поставлених завдань заняття.

IV. Практичне заняття.

Психологічна підготовка. Під час даного практичного заняття студенти ознайомлюються з методами та засобами психічної підготовки спортсменів відповідно до навчальної програми з підготовки в ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ та закладів спортивного профілю. Також з методиками психічного впливу на спортсмена за різних збурюючих факторів.

V. Практичне заняття.

Балістика, наука про зброю. Під час даного практичного заняття студенти ознайомлюються з балістичними якостями польоту кулі, впливу різноманітних природних факторів. Обговорюються методи

виходу з не стандартних ситуацій тобто стратегічні підходи до вирішення створеної проблематики.

VI. Практичне заняття.

Сучасна термінологія в стрільбі кульовій. Термінологія надзвичайно важлива складова в даному контексті сучасної наукової дисципліни. На даному занятті обговорюються усі тематичні терміни що приближені до стрілецьких видів спорту. Таким чином вирішується не однорідна ситуація що притаманна сучасній проблематиці спортивної науки.

VII. Практичне заняття.

Матеріально-технічне забезпечення стрільців. Процес підбору та підгонки сучасного матеріально-технічного забезпечення слід вважати одним з факторів ефективної підготовки спортсменів на даному етапі. Тому важливість підгонки та відбору слід вважати важливим у підготовці майбутніх фахівців у спортивній сфері.

VIII. Практичне заняття.

Боеприпаси, як складова успішного виступу. Балістичні якості усіх боеприпасів важливий чинник для досягнення ефективного виступу на різних роду змаганнях, слід зауважити, що ефективний підбір розглядається як тактичний хід для закріплення спортсмена у контексті досягнення майбутніх успіхів.

IX. Практичне заняття.

Види тирів для стрільб. Вирішення проблематики процесу підготовки майбутніх спеціалістів зі стрілецького спорту за допомогою ознайомлення з різними видами приміщень стрілецького комплексу. Важливість знань відмінностей між стрілецькими тирами та стрілецькими комплексами, особливості побудови, технічного забезпечення та інше.

X. Практичне заняття.

Техніко-тактичні системи виступів на змаганнях. На даному практичному занятті студенти ознайомлюються з особливостями виступів на різного роду змагань відповідно до умов виконання змагальної діяльності, мається на увазі різниця між виступами у відкритих приміщеннях та закритих, відсутності впливу додаткових збурюючі факторів.

XI. Практичне заняття.

Помилки під час навчання техніки стрільби кульової. Ознайомлення з помилками спортсменів котрі вони допускають під час виконання навчально-тренувального заняття а також під час виступів на змаганнях різного гатунку. Відмінність змагальної діяльності у різних приміщеннях тирів або комплексів, відмінність часових поясів та впливів природніх факторів.