



УДК 799.312.2

# УДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНІКО- ТАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТРІЛЬЦІВ ІЗ ПНЕВМАТИЧНОЇ ГВИНТІВКИ ПО РУХОМІЙ МІШЕНІ

**Андрій ДЕМІЧКОВСЬКИЙ, Василь ТКАЧЕК,  
Олексій ШИЛО, Володимир САВРАН**

*Львівський державний університет фізичної культури  
імені Івана Боберського, м. Львів, Україна*

**Вступ.** Стрільбу з пневматичної гвинтівки по рухомій мішені на дистанцію 10 м проводять лише в закритих тирах, лінія пробігу мішені становить 2 м. Є три види змагальної програми: повільний біг, швидкий біг та змішаний (повільний біг і швидкий біг, але спортсмен не знає послідовності).

Сучасні тенденції розвитку стрілецького спорту (особливо модернізації устаткування), зміни до правил виконання стрілецьких вправ (зменшення часу на виконання) та збільшення видовищності вимагають від спортсмена додаткових зусиль. Відповідно, цей вид стрільби кульової потребує додаткової уваги та опису, зокрема суттєвого поліпшення вимагає процес техніко-тактичної підготовки спортсменів.

**Мета роботи** – охарактеризувати техніко-тактичну підготовку спортсменів по рухомій мішені у стрільбі кульовій.

**Результати досліджень.** Спортивною технікою в стрільбі кульовій вважають сукупність прийомів і дій, що сприяють найбільш ефективному виконанню рухового завдання. Спортивна тактика – це способи поєднання та реалізації рухових дій, які забезпечують ефективну змагальну діяльність, що сприяє досягненню мети саме в цьому старті. У більш широкому розумінні тактикою називають систему спеціальних знань та умінь, спрямованих на виконання завдань, накопичення та аналіз інформації, ухвалення рішення для оптимізації складу та структури головної змагальної вправи в різних умовах та взаємодії [3, 4].

Для навчання техніки та тактики стрільби по рухомій мішені потрібно зважити на майбутні умови спортивної боротьби, форми організації, а також на умови, за яких проводитимуть змагання.

Багато науковців у процесі досліджень уже звертали увагу на процес техніко-тактичної підготовки в стрільбі кульовій [1, 2, 5, 6].

На нашу думку, актуальність полягає в тому, щоб описати на сучасному етапі техніко-тактичну підготовку стрільців по рухомій мішені.

Підготовку спортсменів у стрільбі кульовій по рухомій мішені слід розпочинати з головних елементів структури техніки виконання пострілу (табл. 1).

*Таблиця 1*

**Структура техніки виконання пострілу у стрільбі з гвинтівки по рухомій мішені**

№ з/п	Елемент техніки	Зміст
1	Вихідне положення	Положення спортсмена зі зброєю на вогневому рубежі
2	Скидування зброї	Піднімання гвинтівки, упирання зброї в плече під час обертання системи «стрілець – зброя» у напрямку мішені
3	Стойка для стрільби з гвинтівки по рухомій мішені	Положення тіла спортсмена в просторі для стрільби, у якому він перебуває перед появою мішені за укриття
4	Супровід	Прицільне наведення та рух зброї за мішенню
5	Прицілювання	Уточнення взаємного розташування мушки щодо мішені
6	Натискання на спусковий гачок	Виконання пострілу – опрацювання вказівним пальцем спускового гачка на фоні утримання зброї в ділянці прицілювання

Одним із головних напрямів удосконалення техніко-тактичної підготовки стрільців є розвиток тактичного мислення. Воно полягає в підготовці плану участі в змаганнях, виборі правильних методів розв'язання завдань, підготовки спортсменів до змагань, швидкості процесів мислення та стислого зв'язку з діями, користування відомостями та тактичними навичками під час стрільби (рис. 1).



Рис. 1. Шляхи удосконалення тактичного мислення

Вправи на спеціальних тренажерах, індивідуальні заняття з тренером за відповідною тематикою, спеціальні імітаційні (тренувальні та змагальні) вправи є головними засобами для вдосконалення тактичного мислення. Належна увага і зосередження на внесенні вчасних поправок у свою тактичну діяльність дає змогу спортсменові поліпшити свій спортивний результат. Аналізуючи хід подій (різноманітних спортивних ситуацій), потрібно навчитися правильно організовувати такі елементи: витрати часу на виконання одного пострілу, часу на виконання вправи загалом та на відпочинок. Для кожної дії стрілець робить вибір, ухвалює рішення і намагається виконувати його за допомогою засобів та методик, які він має у своєму арсеналі.

Тактику стрільби вдосконалюють упродовж навчально-тренувальних занять, під час котрих відпрацьовують індивідуальні дії, вивчають кілька варіантів гнучких схем для ефективної участі спортсмена у змаганнях, розвивають навички гнучко і точно використовувати засвоєні тактичні знання.

**Висновок.** Процес підготовки має ґрунтуватися на комплексному підході до навчання. Якщо його порушити, то спортсмен

допускатиме багато помилок, які увійдуть у рухову навичку (динамічний стереотип) та які він виконуватиме надалі автоматично, що призведе до повільного зростання спортивних результатів або й узагалі до неможливості досягнення високих результатів.

### Список використаних джерел

1. Аналіз рухових дій при виконанні стрілецьких вправ / Власов А. П., Лопатьєв А. О., Виноградський Б. А., Демічковський А. П. // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету. – Чернігів, 2010. – С. 561–565.
2. Демічковський А. П. Проблеми тактичної підготовки в кульовій стрільбі / Демічковський А. П., Лопатьєв А. О., Пітин М. П. // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наук. пр. – Київ, 2015. – Вип. 10(65). – С. 45–48.
3. Демічковський А. П. Проблема тактичної підготовки в багаторічній підготовці спортсменів із кульової стрільби / Демічковський А. П. // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2017. – № 2. – С. 54–58.
4. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : учеб. тренера высш. квалиф. / В. Н. Платонов – Київ : Олимпийская литература, 2004. – 584 с.
5. Теорія і методика спортивної стрільби з гвинтівки : навч. посіб. / Богдан Виноградський, Андрій Демічковський. – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2021. – 168 с.
6. Demichkovskiy A. Indicators of Technical and Tactical Actions of Qualified Air Rifle Shooters / Demichkovskiy A. // Teoriâ ta Metodika Fizičnogo Vihovannâ. – N 19(4). – P. 186–192.
7. Lopatiev A. Improving the Technical and Tactical Training of Skilled Rifles with an Air Rifle at the Stage of Specialized Basic Training / Lopatiev A., Demichkovskiy A. // Journal of Learning Theory and Methodology. – N 2(1). – P. 12–20.