Програмний матеріал: різноманітні засоби і методи тренування; удосконалення елементів змагальної програми і створення оригінальних їх інтерпретацій, удосконалення індивідуального "образу".

Запропонована модель підготовки спортсменів-аеробів служитиме основою для перспективного планування тренувального процесу в секціях, спеціалізованих ДСШ. Водночас методика побудови річних макро і мікроциклів структури тренувального процесу в аеробіці потребують подальшого наукового вивчення і обґрунтування.

Література:

Бабушникова М.Я., Филин В.П. Споривная подготока как многолетний прцесс // Современная система спортивной подготовки. – М.: САМ, 1995, – С. 351-389.

Платонов В.Н. структура многолетнего и годичного циклов подготовки // Современная система спортивной подготовки. – М.: САМ, 1995, – С.389-407.

Правила саревнований по спортивной аэробике – К.: ФУСАФ, 2001.

THE MODEL OF THE LONG STANDING TRAINING OF SPORTSMEN OF SPORT AEROBICS

U. BELYAK

The 5-stage model of the long-standing training was supplied for the sportsmen. The task forms, content of the programmer material of every preparatory stage were discovered.

ДИНАМІКА РЕЗУЛЬТАТИВНОСТІ ПРОВІДНИХ СТРІЛЬЦІВ УКРАЇНИ У ВПРАВАХ "РУХОМА ЦІЛЬ"

Євген ПАВЛЮК

Львівський державний інститут фізичної культури

Проблема. Закон України "Про фізичну культуру і спорт" [1] передбачає необхідність удосконалення науково-методичного забезпечення підготовки спортсменів, у тому числі і у стрілецьких вправах [2]. Разом з цим, досліджень про змагальність провідних стрільців України в олімпійській вправі "Рухома ціль" вкрай замало – опублікованих робіт лише одиниці [3-4]. Це вимагає ретельного аналізу змагальної діяльності і удосконалення змістовного підґрунтя науково-методичного забезпечення процесу підготовки стрільців-спортсменів для розробки більш ефективних методик їх підготовки [4-8]. Таким чином, у спорті об`єктивно існує необхідність удосконалення науково-методичного забезпечення підготовки стрільців по цій вправі.

Зв'язок проблеми із важливими науковими завданнями. Науково-дослідною роботою, тісно для підготовки та подання даної статті, є "Теоретико-методичні основи управління складних систем (на прикладі стрілецького спорту та біатлону)",

шифр наукової проблеми 1.2.14, номер держреєстрації 0102U002650.

Останні дослідження і публікації. У матеріалах досліджень провідних вчених України [3] відмічені результати стрільців за підсумками 1993-2000 рр.

Невирішеною частиною проблеми залишається аналіз результативності за 2001-2002 рр., якому присвячується означена стаття.

Ціллю роботи є виявлення тенденції результативності стрільців-спортсменів у вправах ГП-12, ГП-11, ГП-11[а], МГ-12, МГ-11[а].

Предметом дослідження є змагальна діяльність провідних стрільців України у спортивних вправах "Рухома ціль".

Основні матеріали. Спортсмени збірної команди України у вправах "Рухома ціль" вперше, як представники незалежної держави, брали участь у великих міжнародних змаганнях з 1993 року на початку чотирирічного циклу підготовки до XXVI Олімпійських Ігор.

У 1993 році стрільці брали участь у Кубку Світу, який відбувся 25 травня — 4 червня у Мюнхені (Німеччина) і у чемпіонаті Європи, який проходив 2-4 серпня у м. Брно.

Чемпіоном Європи серед юніорів у стрільбі з малокаліберної гвинтівки по рухомій мішені на 50 м був Андрій Смушкевич (м. Київ), а в стрільбі з пневматичної гвинтівки по рухомій мішені він отримав срібну медаль.

Видатною подією 1994 року в спортивній діяльності УІТ (міжнародної стрілецької спілки) став Чемпіонат Світу, який проводився у липні місяці в Італії. УІТ проводить Чемпіонат Світу з кульової стрільби 1 раз у 4 роки.

Стрільці збірної команди України дуже наполегливо тренувалися, а також доклали чимало зусиль під час виконання стрілецько-спортивних вправ безпосередньо на Чемпіонаті Світу і, незважаючи на велику спеку під час стрільби, довели, що вони є представниками однієї з найсильніших стрілецько-спортивних держав: Авраменко Геннадій (м. Чернігів) — срібна медаль в стрільбі з малокаліберної гвинтівки на 50 м по рухомій мішені з перемінною швидкістю (20+20 пострілів) та бронзова нагорода в стрільбі "Рухома ціль" 60 пострілів (30 — повільний біг + 30 —швидкий біг).

У 1995 році на Чемпіонаті Європи відрізнилися молоді стрільці України. У стрільбі з малокаліберної гвинтівки на 50 м по рухомій мішені юніор Олександр Зіненко (м. Кривий Ріг) виборов дві срібні медалі (30+30; 20+20), а Геннадій Авраменко — срібну медаль серед чоловіків. Юніорська команда (Зіненко О., Савкін І., Ульвач О.) теж досягла другого місця. У стрільбі по рухомій мішені з пневматичної гвинтівки на 10 м стрільці України отримали дві бронзові медалі: Євген Гехт (м. Київ) — серед чоловіків, а Олександр Зіненко —серед юніорів.

На чемпіонаті Європи та етапах Кубку Світу 1996 року досягнення стрільців України були більш вагомими: 7 медалей вибороли на Чемпіонаті Європи молоді стрільці у категорії юніорів і встановили 3 Рекорди Світу серед юніорів в стрільбі по рухомій мішені. Олександр Зіненко виборов 2 золоті медалі у вправах по рухомих мішенях та встановив юніорський світовий рекорд по мішені перемінної швидкості бігу. В стрільбі з пневматичної гвинтівки з оптичним прицілом (30 пострілів повільного пробігу мішені та 30 пострілів швидкого пробігу) команда юніорів України (Зіненко О., Гільченко А., Савкін І.) посіла І місце та встановила командний світовий рекорд серед юніорів. На стрільбищах світу чотири рази пролунав Державний Гімн України, так *що і у вправі 20+20 пострілів з перемінною швидкістю пробігу мішеней Зіненко О.,* Савкін І. та Гільченко А. також вибороли золоту командну винагороду і встановили

рекорд. Слід відмітити також і успішний перехід Олександра Зіненка у категорію ...ків, *табл. 1.*

Таблиця 1

Копія протоколу змагань Кубку світу 2002 р. у вправі ГП-12

ISSF World Cup Final in Rifle, Pistol, RT – Munich , GER 20.08-25.08.2002				
Name	*10m Running Target Men*			
	Nat	*R*	*Final/Total*	*Comment*
...NG, Guobin	CHN	586	95,7 / 681,7	
...LESOV, Igor	RUS	583	96,6 / 679,6	
...KIN, Dimitri	RUS	582	96,9 / 678,9	
...NG, Ling	CHN	578	100,1 / 678,1	
...ENKO, Alexander	***UKR***	***579***	***98,7 / 677,7***	
...THOFF, Adam	USA	576	97,9 / 673,9	Quali-shoot-off: 20
...ZER, Manfred	GER	576	quali-shoot-off: 18	
...LZE, Marko	GER	575		
...ENKO, Juri	RUS	574		
...ES VIDAL, Andres Felipe	COL	573		
...STROEM, Niklas	SWE	572		
...S, Miroslav		570		

...Олімпійський цикл міжнародних змагань почався Чемпіонатом Європи у ...столиці Варшаві в лютому 1997 р. Знов молоді стрільці України ...демонстрували свою перевагу. Вони блискуче стріляли у трьох вправах по рухомих ...і вибороли 5 медалей, в тому числі 3 золоті, та встановили 1 світовий ...рекорд. Його встановив Олександр Зіненко. Він виборов особисту золоту ...вже вдруге в олімпійській вправі — 60 залікових пострілів (30+30). Команда ...стрілецько-спортивної вправи посіла І місце (Зіненко О., Гільченко А., ...у вправі 20+20 — ІІІ місце, а жіноча команда (Чапала М., Грйгорьєва Ю., ...також стали чемпіонами Європи. Марина Чапала (м. Кривий Ріг) виборола ...бронзову медаль.

...Кубку Світу (20-26.05.97 р.) у Мюнхені МСМК Юрасов Юрій (м. Маріуполь) ...бронзову медаль у вправі ГП-12 (рухома мішень).

...ем, з протоколів Чемпіонату і Кубку Світу 2002 року видно, що поряд з ...досягненнями стрільців, *(табл. 1)* в олімпійській вправі ГП-12 ...зниження результативності провідних спортсменів України, *табл. 2.* ...промах (постріл "у паркан") не дозволив Олександру Ульваку реалізувати ...можливості.

...стрільби у паркан, що відкинула Олександра Ульвака на 37 місце, є ...індивідуальних модельних характеристик натискання на спусковий ..."Рухома ціль".

...результатів Чемпіонатів світу і Європи показав, що у вправах по рухомих ...циклу підготовки до XXVIII Олімпійських ігор (у Афінах) ...тенденція зменшення темпу росту результатів провідних стрільців ...з провідними стрільцями світу. Так у першому олімпійському циклі ...1993-1996 рр. змагальні результати провідних стрільців України у вправі ...від 547 до 563 очок, у другому олімпійському циклі підготовки

результати зросли від 563 до 569 очок, у 2001 р. результати зросли від 569 до 580 очок, а у 2002 р. результати знизились від 580 до 575 очок *(рис. 1)*.

Таблиця 2

Копія протоколу змагань Чемпіонату світу 2002 р. у вправі ГП-12

48th ISSF World Shooting Championships - Lahti , FIN					
	10m Running Target Men				
Rank	*Name*	*Nat*	*Comp.*	*Final/Total*	*Comment*
1	LYKIN, Dimitri	RUS	582	102,9 / 684,9	Shoot-off: 9,5 + 10,5
2	YANG, Ling	CHN	588	96,9 / 684,9	Shoot-off: 8,8 + 9,9
3	SAATHOFF, Adam	USA	581	100,1 / 681,1	
4	SAVIAHDE, Vesa	FIN	578	97,6 / 675,6	
5	SCHULZE, Marko	GER	583	90 / 673	
6	KURZER, Manfred	GER	578	94,5 / 672,5	
7	SIKE, Jozsef	HUN	576		
8	KOLESOV, Igor	RUS	575		
9	BLINOV, Alexander	RUS	574		
9	**ZINENKO, Alexander**	**UKR**	**574**		
9	HEIKKINEN, Pasi	FIN	574		
9	VASILYEU, Andrei	BLR	574		
9	PELACH, Peter	SVK	574		
9	RACANSKY, Lubos	CZE	574		
15	BERGSTROEM, Niklas	SWE	573		
15	JANUS, Miroslav	CZE	573		
17	ZENG, Guobin	CHN	572		
17	JAKOSITS, Michael	GER	572		
17	AYALA, Armando	USA	572		
20	**PRIANISHNIKOV, Vladyslav**	**UKR**	**571**		
21	ANDERSSON, Emil	SWE	570		
21	CHO, Se Jong	KOR	570		
21	TORRES VIDAL, Andres Felipe	COL	570		
24	SOLTI, Attila	GUA	569		
25	KMIECIK, Marcin	POL	568		
25	TASI, Tamas	HUN	568		
27	NIU, Zhiyuan	CHN	567		
28	LIZAL, Miroslav	CZE	565		
28	PELACH, Lubomir	SVK	565		
30	YATSEVICH, Sergey	BLR	564		
31	DUZEV, Sergey	KAZ	563		
31	KAZAK, Andrei	BLR	563		
33	JURCO, Miroslav	SVK	562		
34	ELYAV, Eduard	ISR	561		
35	HOLMBERG, Krister	FIN	559		

35	HOLMBERG, Krister	FIN	559		
36	SZABO, Tibor	HUN	556		
37	**ULVAK. Oleksandr**	**UKR**	**555**		
37	HOLLAND, Koby	USA	555		
39	MOLDOVAN, Oleg	MDA	554		
39	PESONEN, Sami	SWE	554		
41	GUROV, Andrey	KAZ	550		
42	GITSHAM, Adam	AUS	548		
43	GRINIUKAS, Tadeusas	LTU	533		
44	WILSON, Bryan	AUS	531		
45	STENE, Ola	NOR	527		

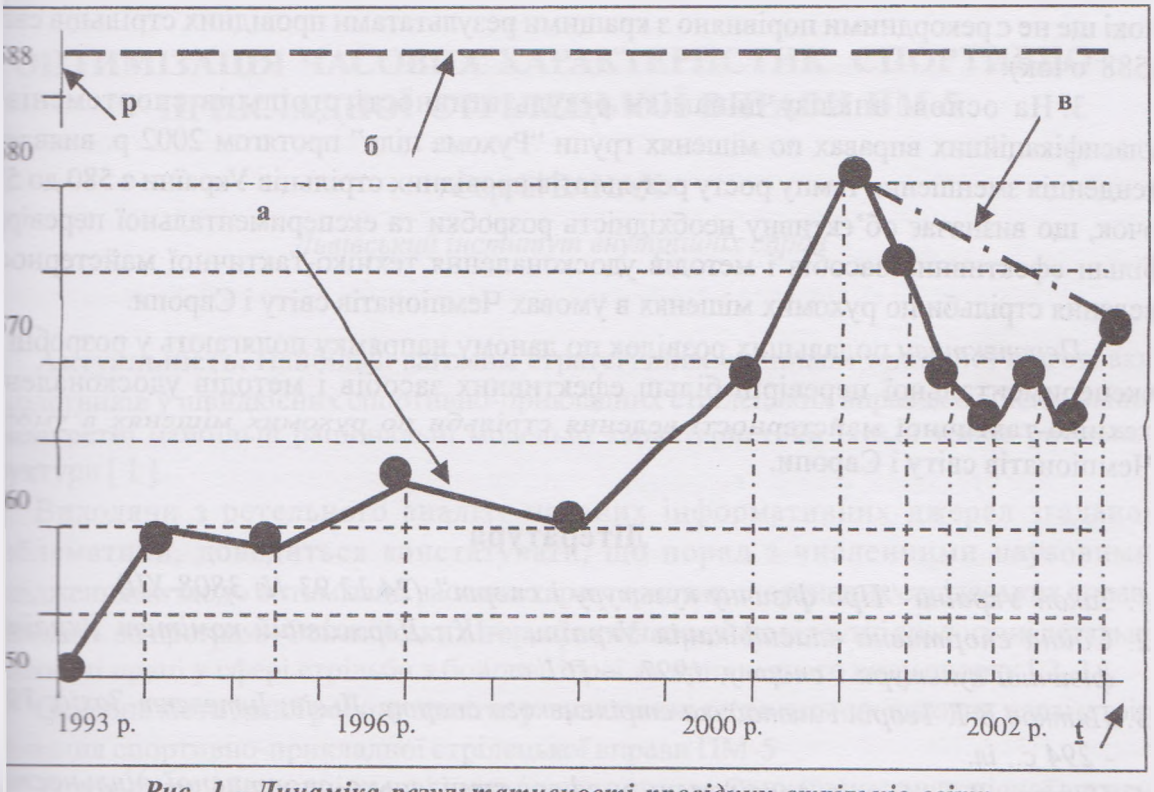


Рис. 1 - Динаміка результативності провідних стрільців світу

в олімпійській вправі ГП-12:

а - результати провідних стрільців України;

б - рекорди світу;

в - тенденція результативності збірної команди України;

р - результати;

t - час.

На графіку *(рис. 1)* результативності стрільців основного складу збірної команди України (випускника кафедри стрільби, сучасного п'ятиборства і шахів Львівського державного інституту фізичної культури МСМК Юрія Юрасова і МСМК Олександра [illegible]ка) спостерігається тенденція зростання результативності протягом 1993-2001 рр. Разом з цим, їхні кращі результати (580-567 очок) є достатніми для посідання призових місць на міжнародних змаганнях, але вони поки ще не є достатніми для досягнення рекордного рівня – див. рівень світових рекордів на рис. 1.

На основі аналізу динаміки результативності стрільців-спортсменів у класифікаційних вправах по мішенях групи "Рухома ціль" протягом 2002 р. виявлена тенденція зменшення темпу росту результатів провідних стрільців України порівняно з провідними стрільцями світу, що визначає об'єктивну необхідність розробки та експериментальної перевірки більш ефективних засобів і методів удосконалення техніко-тактичної майстерності ведення стрільби по рухомих мішенях в умовах Чемпіонатів світу і Європи.

Висновки

1. На підставі аналізу протоколів Чемпіонатів Світу і Європи з кульової стрільби (1993-2001 рр.) виявлена тенденція зростання результативності стрільців збірної команди України в олімпійській вправі по рухомих мішенях з 550 до 580 очок.

2. Кращі результати стрільців збірної команди України у вправі ГП-12 (567-580 очок) є достатніми для посідання призових місць на міжнародних змаганнях, але вони поки ще не є рекордними порівняно з кращими результатами провідних стрільців світу (588 очок).

3. На основі аналізу динаміки результативності стрільців-спортсменів у класифікаційних вправах по мішенях групи "Рухома ціль" протягом 2002 р. виявлена тенденція зменшення темпу росту результатів провідних стрільців України з 580 до 570 очок, що визначає об'єктивну необхідність розробки та експериментальної перевірки більш ефективних засобів і методів удосконалення техніко-тактичної майстерності ведення стрільби по рухомих мішенях в умовах Чемпіонатів світу і Європи.

Перспективи подальших розвідок по даному напрямку полягають у розробці та експериментальної перевірці більш ефективних засобів і методів удосконалення техніко-тактичної майстерності ведення стрільби по рухомих мішенях в умовах Чемпіонатів світу і Європи.

Література

1. *Закон України "Про фізичну культуру і спорт" (24.12.93 № 3808-XII).*
2. *Єдина спортивна класифікація України. – К.: Державний комітет України з фізичної культури і спорту, 1997. – 161 с.*
3. *Пятков В.Т. Теорія і методика стрілецького спорту. Львів: Інтелект-Захід, 1998. - 294 с., іл.*
4. *Пятков В.Т. Аналіз досліджень у сфері стрілецько-спортивної діяльності // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. наук. пр. під ред. Єрмакова С.С. - Харків: ХХПІ, 2001. - № 22. С. 28 - 34.*
5. *Спортивная стрельба: Учеб. для ин-тов физ. культ. // Под ред. А. Я. Корха. - М.: Физкультура и спорт, 1987. - 255с., ил.*
6. *Саблин В.Н. Исследование путей совершенствования подготовки стрелков по движущимся мишеням на основе применения технических средств: Дис ... канд. пед. наук: М.,1975.-218с., ил.*
7. *Юрьев А.А. Пулевая спортивная стрельба. - М.: Физкультура и спорт. 1973. - 432 с., ил.*
8. *Pjatkov-Melnyk V.T. System Scientific and Methodological hrovision the Olympic cycle of National Theam training in Shooting // The Modern Olympic Sports. International Scientific Congress. (May 16-19, 1997). – Kyiv: International Financial Agency Ltd. 1997. – P. 99-100.*

NAMICS OF THE RESULTS LEADING SHOOTERS OF UKRAINE AT THE EXERCISES "RUNNING TARGET"

Yevgen PAVLYK

Lviv State Institute of Physical Culture

The paper deals with results of the performance shooters-sportsmen of Ukraine at the world petitions at the exercises "Running target". Graphically showed the tendency downturn the rate of etion results of the leading shooters of Ukraine", in comparison with leading shooters of the world.

ОПТИМІЗАЦІЯ ЧАСОВИХ ХАРАКТЕРИСТИК СПОРТИВНО-ПРИКЛАДНОЇ СТРІЛЕЦЬКОЇ ВПРАВИ ПМ-5

Сергій БАНАХ

Львівський інститут внутрішніх справ

Актуальність. Найбільш вагомим стратегічним чинником технічної підготовки олетників у швидкісних спортивно-прикладних стрілецьких вправах є орієнтування онкретні найбільш раціональні модельні характеристики їхньої темпо-ритмової ктури [1].

Виходячи з ретельного аналізу наявних інформативних джерел згаданої блематики, доводиться констатувати, що поряд з численними науковими ідженнями щодо оптимізації часових характеристик спортивних стрілецьких вправ, ходять до програми Олімпійських Ігор, практично майже відсутні аналогічні детальні ітичні праці у сфері стрільби з бойової зброї як прикладного виду спорту [2, 3].

Основна **мета** даної роботи полягає у визначенні оптимальних часових параметрів нання спортивно-прикладної стрілецької вправи ПМ-5

Результати. Модельні часові параметри тривалості виконання швидкісної вправи ому та окремих її фаз у найбільш раціональних співвідношеннях не несуть у собі ої категоричної догматичності, оскільки на різних етапах підготовки вирішуються і задачі. Однак орієнтування на них є неминучим з огляду на необхідність контролю внем підготовленості стрільців[4].

Нами було визнано за недоцільне піддавати деталізованому хронометруванню ий інтервал між пострілами, оскільки різниця окремих часових інтервалів між рілами у серії має цілком хаотичний характер.

Абсолютно розмірений темп стрільби зовсім не вказує на цілковиту правильність нання вправи, і, навпаки, рваний темп стрільби не передбачає обов'язкову наявність лок у техніці виконання окремого пострілу та серії у цілому.

Адже важкий і довгий спуск(у порівнянні зі суто спортивними аналогами зброї, наченої для швидкісної стрільби) та доволі відчутна віддача бойової зброї уже по собі провокують часом дуже суттєву різницю у часових інтервалах, що