

**Государственное образовательное учреждение высшего профессионального
образования**

**«САРАТОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ имени Н.Г.
Чернышевского»**

Педагогический институт

СТРЕЛКОВЫЙ СПОРТ

*Учебно-методическое пособие для студентов
факультета физической культуры*

Саратов 2011

Автор-составитель
Мухоедов А.А.

Учебно-методическое пособие «Стрелковый спорт» составлено в соответствии с учебной программой. В пособии представлены содержание изучаемого курса, основополагающие теоретические вопросы, задания для самостоятельной работы студентов, а также вопросы к зачетам и экзамену. Пособие поможет правильно организовать учебный процесс, повысить интерес к изучаемому предмету и совершенствоваться в практической деятельности. Представленный материал изложен доступно и компактно.

Учебно-методическое пособие рекомендовано для студентов дневного и заочного отделений факультета физической культуры, обучающихся по специальности «Физическая культура» с дополнительной специальностью

Рекомендует к опубликованию в электронной библиотеке

Кафедра теоретических основ физического воспитания Педагогического института Саратовского государственного университета имени Н.Г. Чернышевского

Работа представлена в авторской редакции.

Методические указания к изучению дисциплины

Стрелковый спорт

для специальности 050720 - «Физическая культура» с
дополнительной специальностью,

реализуемой на факультете физической культуры

Составитель: Мухоедов А.А.

В настоящее время большое внимание уделяется сохранению здоровья школьников, развитию спорта. Организация военно-спортивного кружка в школе позволит развить общефизическую подготовку учащихся, они узнают историю и традиции ВС. Основную часть занятий составляет стрелковый спорт.

Стрелковый спорт является одним из самых массовых видов спорта. Особенно большой популярностью он пользуется среди молодежи и школьников. Стрелковый спорт воспитывает смелость, мужество, решительность, самообладание, целеустремленность, трудолюбие, внимательность, самостоятельность. Доступной формой обучения школьников приемам стрельбы является стрельба из пневматических винтовок.

Рабочая программа по предмету «Стрелковый спорт» предусматривает проведение занятий в форме лекций, методических и практических занятий.

Целью обучения по предмету «Стрелковый спорт» является вооружение студентов современными знаниями о месте и значении вида спорта в системе физического воспитания, формирование у них профессионально – педагогических умений, позволяющих решить задачи обучения и начальной спортивной подготовки в различных звеньях физкультурного движения, организовать и управлять массовой и спортивной работой по избранному виду спорта.

Задачи обучения

1. На лекциях сообщаются основные сведения по истории развития стрелкового спорта, технике, тактике, системе подготовки начинающих спортсменов и спортсменов высших разрядов, по методике научно-исследовательской работы, организации и проведению соревнований и учебно-тренировочных сборов по пулевой стрельбе.
2. На методических занятиях разбираются вопросы, касающиеся техники и методики начального обучения и тренировки в условиях, приближенных к практическим занятиям.
3. На практических занятиях студенты изучают и совершенствуют технику и тактику, овладевают методикой обучения и тренировки в стрелковом спорте.
4. Обучить приемам и правилам стрельбы.

5. Воспитывать любовь к оружию, терпение и настойчивость в достижении мастерства пулевой стрельбы; воспитание патриотизма и гордости за свою Родину. В процессе занятий одновременно решаются и воспитательные задачи. Руководитель кружка воспитывает у учащихся чувство ответственности, добивается от них сознательного и добросовестного отношения к своим обязанностям, организованности и дисциплины.

6. Развитие функциональных возможностей организма.

Содержание учебной дисциплины

1. Введение в дисциплину.
2. Устройство тиров. Меры безопасности.
3. История развития стрелкового спорта.
4. История развития пулевого спорта.
5. Материальная часть стрелкового спортивного оружия. Устройство и назначение основных частей и механизмов винтовки СМ-22.
6. Техника стрельбы из пневматической винтовки. Учебная практика.
7. Внутренняя баллистика.
8. Внешняя баллистика.
9. Теоретические основы выполнения меткого выстрела.
10. Методика обучения технике стрельбы из малокалиберных винтовок.
11. Техника и методика обучения стрельбе из малокалиберной винтовки «лежа». Учебная практика.
12. Меры безопасности при проведении занятий.
13. Проведение соревнований по стрелковому спорту.
14. Правила соревнований по стрелковому спорту.
15. Техника и методика обучения стрельбе из малокалиберной винтовки «стоя».
16. Цель, задачи и содержание спортивной тренировки стрелков.

Теоретические основы вопроса «История развития стрелкового спорта»

Стрелковый спорт - один из наиболее древних прикладных видов спорта. Он берет свое начало от состязаний в стрельбе из лука и арбалета. С появлением в середине XIV века огнестрельного оружия начались состязания по стрельбе, сначала из гладкоствольных ружей, а создание нарезного оружия обусловило развитие пулевой стрельбы.

Пулевая стрельба характеризуется разнообразием особенностей выполнения упражнений: статичностью и длительностью (до 5 ч) или скоротечностью (4—10 с на 5 выстрелов); задержкой дыхания при прицеливании для сохранения устойчивости оружия; выполнением их в спецодежде (куртки, брюки, ботинки, рукавицы), регламентированной правилами соревнований по толщине и размеру. Упражнения, особенно из произвольных винтовок весом до 8 кг, требуют значительных силовых

напряжений и выносливости для проведения от 75 до 150 зачетных выстрелов в любых погодных условиях.

Меткая спортивная стрельба является сложнокоординационным навыком. Овладеть им доступно каждому, но с затратой большого труда, времени на изучение основ теории стрельбы, материальной части оружия, а главное — на овладение техникой меткого выстрела, систематического совершенствования ее элементов, закрепления и совершенствования приобретенных навыков.

Занятия спортивной стрельбой формируют у спортсмена хладнокровие, выдержку, наблюдательность, глазомер, волю к победе. Для достижения рекордов требуется не только совершенная техника производства выстрела, но и умение владеть своими эмоциями.

В Швейцарии еще в 1452 г. проводились праздничные состязания в стрельбе на меткость. С того времени проводятся национальные праздники стрельбы, ставшие впоследствии ежегодными чемпионатами страны из всех видов спортивного оружия. Первые соревнования в стрельбе из винтовок состоялись в Швейцарии в 1824 г.

Во Франции первые общества по стрельбе из огнестрельного оружия были учреждены в 1449 году, изобретение нарезного оружия с конической пулей к нему заставило правительство страны признать полезной спортивную стрельбу. Первый конкурс был проведен в 1864 году, что послужило толчком к созданию новых стрелковых обществ и союзов, которых к концу XIX века насчитывалось более 900.

В Германии одним из первых в истории стрелкового спорта зафиксирован турнир в Аугсбурге в 1432 году, но лишь в 1862 году состоялся во Франкфурте-на-Майне национальный стрелковый праздник. К 1884 году насчитывалось более 712 союзов, объединявших свыше 60 тысяч стрелков.

История английских стрелковых обществ начинается с 1859 году, первый национальный конкурс был проведен в 1860 году.

В Америке «Товарищество национальной стрельбы Соединенных Штатов» организовало первый конкурс в 1873 году. Стрелковые общества были организованы в каждом городе, поселке и насчитывали сотни тысяч членов.

Соревнования в стрельбе из винтовки и пистолета были включены в программу первых Олимпийских игр 1896 году, а с 1897 году стали регулярно проводиться чемпионаты мира по пулевой стрельбе.

Одним из инициаторов включения соревнований по пулевой стрельбе в программу Олимпийских игр был Пьер де Кубертен. Сам он был семикратным чемпионом Франции по стрельбе из пистолета.

Пулевая стрельба входила в программу всех Олимпиад, кроме Олимпиад 1924 года (Сент-Луис, США) и 1928 года (Амстердам, Нидерланды).

Россия послала своих стрелков в Стокгольм на Игры V Олимпиады только в 1912 году, где они выступили очень слабо и заняли в стрельбе из

боевой винтовки предпоследнее, 9-е место. В стрельбе из пистолета стрелки России заняли в командном зачете 2-е (дуэльная стрельба) и 4-е места.

Команда не была обеспечена качественным оружием и боеприпасами, не подготовилась должным образом к этим соревнованиям.

В России стрелковый спорт начал развиваться с конца прошлого столетия. Первые соревнования прошли в Хабаровске 25 мая 1898 г. на гарнизонном полигоне как, народные состязания. Они и послужили началом ежегодных первенств и чемпионатов России по отдельным видам оружия, и проведению регулярных призовых состязаний в армии.

До 1907 г. инициатива в подготовке и проведении чемпионатов мира принадлежала тем странам, где была популярна спортивная стрельба. Начиная с 1907 г. вопросами проведения чемпионатов мира стал заниматься учрежденный в том же году Международный союз национальных стрелковых федераций и ассоциаций, а с 1921 г. - Международный союз стрелкового спорта (UIT), преобразованный с 1998 г. в Международную федерацию стрелкового спорта (ISSF).

С 1897 по 1914 г. чемпионаты мира проводились ежегодно. После окончания первой мировой войны очередной чемпионат состоялся только в 1921 г. и до 1931 г. чемпионаты по-прежнему проводили каждый год (в 1926 г. чемпионат не состоялся). С 1933 по 1939 г. чемпионаты стали организовывать каждые два года, после чего их проведение было прервано второй мировой войной. Первые послевоенные чемпионаты состоялись в 1947 и 1949 г., а, начиная с 1952 г. чемпионаты мира по стрелковому спорту проводят каждые четыре года. В общей сложности с 1897 по 2002 г. было проведено 48 чемпионатов мира.

В 1920-1922 гг. в Баку и Закавказье были созданы стрелковые кружки и проведены состязания в меткости. Их организатором был инспектор Всевобуча в Азербайджане, переведенный в Тифлис инспектором Спортивно-стрелкового отдела при РВС отдельной Кавказской армии, командир А.Смирнский. В 1921 г. он организовал 1-е Закавказские соревнования с участием 10 команд республик, городов и гарнизонов.

Большое значение для роста количества стрелков и занимающихся спортивной стрельбой организаций имело создание Московского пролетарского спортивного общества "Динамо", проводившего в основном стрелковую подготовку.

Первый чемпионат СССР состоялся в 1923 г. в Новогиреево (Московская обл.), где победу одержала 21-я бакинская школа ОКА, в личном первенстве чемпионами стали П.Шугаев, А.Смирнский, А.Каш.

В 1927 г. было организовано добровольное общество Осоавиахим, которое стало руководить стрелковым спортом в стране.

До 1958 г. в чемпионатах мира участвовали только мужчины, а с 1958 г. проводятся соревнования и среди женщин. Начиная с 1994 г. на главных чемпионатах мира участников стали разделять на две возрастные категории: взрослые спортсмены (мужчины и женщины) и юниоры (юноши и девушки не старше 21 года). Ранее отдельные соревнования для юниоров на главном

чемпионате мира проводили только один раз - в 1958 году, а на чемпионатах мира по отдельным стрелковым дисциплинам разные возрастных категориях были введены с 1981 г.

Если в 1897 г. первый чемпионат мира собрал всего 25 участников, то на чемпионат 2002 года в Лахти прибыло более 2000 стрелков, представлявших национальные Федерации 90 стран. В течение всей истории проведения чемпионатов мира неоднократно изменялись содержание и правила выполнения упражнений, а также пересматривались требования к оружию и мишеням.

Задания для самостоятельной работы

1. Характер влияния условий внешней среды на результативность стрельбы (Письменная)
2. Терминология в пулевой стрельбе (Письменная)
3. История развития прообразов стрелкового оружия (Устная)
4. История развития стрелкового спорта в России до 1917г. (Письменная)
5. Факторы, влияющие на величину начальной скорости пули (Устная)
6. Способы определения СТП на мишени (Письменная)
7. Объективные и субъективные факторы, влияющие на результат стрельбы (Семинар)
8. Функция тренера (Письменная)
9. Педагогические способности тренера (Письменная)
10. Стили деятельности тренера (Письменная)
11. Устройство и назначение тиров (Собеседование)
12. Методика обучения стрельбе из пневматической винтовки (Собеседование)
13. Порядок выполнения стрелкового упражнения МВ-2 (Письменная)
14. Порядок выполнения стрелкового упражнения МВ-8 (Письменная)
15. Порядок выполнения стрелкового упражнения МВ-4 (Письменная)
16. История создания и развития пневматического короткоствольного оружия (Устная)
17. История создания и развития малокалиберных пистолетов (Устная)
18. Влияние объективных факторов внешней среды на результат стрельбы (Семинар)
19. Требования, предъявляемые правилами соревнований к пистолетам (Устная)
20. Физическая подготовка стрелков-спортсменов (Конспект)
21. Моральная и специальная психическая подготовка стрелков-спортсменов (Конспект)
22. Интеллектуальная подготовка стрелка (Письменная)
23. Комплексная подготовка стрелка (Письменная)
24. Стендовая стрельба (Письменная)
25. Стрельба из лука (Письменная)

Методические указания по выполнению заданий самостоятельной работы

Прочитать литературу:

1. Алексеев А.В. Преодолей себя! - М.: ФиС, 2003.
2. Бурденко А.А. Стрельба на круглом стенде. – М.: ФиС, 2002.
3. Бурденко А.А. Спортивная стрельба влет. – М.: Воениздат, 2004.
4. Вайнштейн Л.М. Стрелок и тренер. – М., Изд-во ФиС, 2001.
5. Вайнштейн Л.М. Основы стрелкового мастерства. – М.: Изд-во ФиС, 2000.
6. Володина И.С. Физическая подготовка стрелка-спортсмена. Лекция для студентов и слушателей РГАФК. – М., РИО РГАФК, 1997.
7. Дмитриевский А.А. Внешняя баллистика. – М., Воениздат, 2002.
8. Корх А.Я., Комова Е.В. Комплексный контроль в пулевой стрельбе. – М., РИО ГЦОЛИФКа, 1999.
9. Крейцер Б.А. Стрельба на траншейном стенде. – М., ФиС, 2004.
10. Пономарев П.Д. Прикладная баллистика для стрелка. – М., Воениздат, 2001.
11. Федорин В.Н. Общая и специальная физическая подготовка стрелка-спортсмена. Учебное пособие. – Краснодар, Редакционно-издательского совета Кубанской государственной академии ФК, 2005.
12. Шилин Ю.Н. Сам себе психолог. – М.: ЗАО «СпортАкадемПресс», 2000.
13. Шилин Ю.Н. Физическая подготовка стрелков из лука. – М., РИО РГАФК, 1995.
14. Шилин Ю.Н. Профилактика травм и профессиональных заболеваний у стрелков из лука – М., РИО РГАФК, 1997.

Разобрать вопросы:

1. Что такое баллистика?
2. Виды баллистики?
3. Виды стрелкового спорта?
4. Виды тиров и стрельбища?
5. Подготовка стрелка-спортсмена к соревнованиям?
6. Проведение соревнований по стрелковому спорту?
7. История развития стрелкового спорта?
8. Выдающиеся советские стрелки-спортсмены?
9. Виды стрелкового оружия?
10. Характеристика пистолета Макарова (ПМ)?
11. Правила соревнований по стрелковому спорту?
12. Из каких положений производится стрельба?
13. Стрельба из малокалиберной винтовки?
14. Виды прицелов?
15. Проведение соревнований по стендовой стрельбе?

План практических занятий

1. Тема: «Техника и методика обучения стрельбе из винтовки «лежа»

Занятие 1

План:

- 1.1. Практическое выполнение основных элементов техники стрельбы из МКВ
- 1.2. Вариант управления спуском в различных видах оружия

2. Занятие 2

План:

- 2.1. Стрельба без патрона
- 2.2. Стрельба патроном с упора

3. Занятие 3

План:

- 3.1. Стрельба патроном на кучность
- 3.2. Стрельба патроном на результат

4. Занятие 4

План:

- 4.1. Техника стрельбы с руки с использованием ремня
- 4.2. Стрельба с руки на кучность

5. Занятие 5

План:

- 5.1. Стрельба с руки на кучность
- 5.2. Стрельба с руки на результат

2. Тема: «Техника стрельбы из МКВ стоя»

Занятие 1

План:

- 1.1.1. Освоение элементов техники стрельбы из МКВ стоя
- 1.1.2. Тренировка без патрона
- 1.1.3. Стрельба патроном

Занятие 2

План:

- 1.2.1. Стрельба из МКВ без патрона
- 1.2.2. Стрельба из МКВ стоя патроном на кучность

Занятие 3, 4, 5.

- 1.3.1. Стрельба на кучность
- 1.3.2. Стрельба на результат 10

3. Тема: «Техника стрельбы из МКВ с колена»

Занятие 1

План:

- 2.1.1. Освоение техники стрельбы из винтовки с колена
- 2.1.2. Стрельба без патрона
- 2.1.3. Стрельба патроном

Занятие 2

План:

2.2.1. Освоение техники стрельбы из МКВ с колена

2.2.2. Стрельба на кучность

Занятие 3, 4, 5

План:

2.3.1. Стрельба на кучность

2.3.2. Стрельба на результат 10

4. Тема: «Техника стрельбы из пневматического пистолета»

План:

1.1. Изготовка для стрельбы

1.2. Прицеливание, управление дыханием и спусковым механизмом

1.3. Стрельба на кучность

1.4. Выполнение стрелкового упражнения ПП-1

5. Тема: «Техника стрельбы из малокалиберного пистолета в упражнении МП-1, МП-4»

Занятие 1, 2

План:

2.1.1. Выполнение упражнения МП-1

Занятие 3, 4

План:

2.2.1. Выполнение упражнения МП-4

6. Тема: «Техника стрельбы из малокалиберного пистолета в упражнении МП-2, МП-5»

Занятие 1

План:

3.1.1. Стрельба по мишени №4 без патрона

3.1.2. Стрельба по мишени №4 с патроном на кучность

Занятие 2, 3

План:

2.2.1. Выполнение упражнения МП-2 на результат (время на пробную и зачетные серии – 6 минут)

Занятие 4

План:

3.3.1. Стрельба по мишени №5 без патрона на выдержку времени

3.3.2. Одна пробная серия из 5-и выстрелов, время на один выстрел 3+0,2с, время между появлениями мишени – 7+1,0с

Занятие 5, 6

План:

3.4.1. Выполнение второй половины упражнения МП-5

Занятие 7

План:

3.5.1. Выполнение упражнения МП-5

Занятие 8

План:

3.6.1.Выполнение второй половины упражнения МП-5

7. Тема: «Техника и методика обучения стрельбе из произвольного пистолета»

План:

Занятие 1, 2

1.1.1. Стрельба из произвольного пистолета без патрона

1.1.2. Отработка практической стрельбы на короткое расстояние (25м)

Занятие 3,4.

1.3.1. Отработка практической стрельбы на всю дистанцию (50м)

8. Тема: «Техника и методика обучения скоростной стрельбе из малокалиберного пистолета»

Занятие 1

План:

2.1.1. Обучение стрельбы в 8 сек. серии

Занятие 2

План:

2.2.1. Обучение стрельбе в 6 сек. серии

Занятие 3

План:

2.3.1. Обучение стрельбе в 4 сек. серии

Занятие 4

План:

2.4.1. Обучение стрельбе по выполнению упр. МП-7

9. Тема: «Совершенствование техники стрельбы из произвольного пистолета»

Занятие 1

План:

3.1.1. Выполнение упражнения МП-3

Занятие 2, 3

План:

3.2.1.

Выполнение упражнения МП-6

10. Тема: «Совершенствование техники стрельбы в скоростной стрельбе из малокалиберного пистолета»

Занятие 1, 2

План:

1.1. Выполнение упражнения МП-8

11. Тема: «Совершенствование техники стрельбы из пневматического оружия»

Занятие 1, 2, 3

План:

1.1. Совершенствование техники стрельбы из пневматической винтовки в упражнениях ВП-1, ВП-2, ВП-3.

1.2. Совершенствование техники стрельбы из пневматического пистолета в упражнениях ПП-1, ПП-2

12. Тема: «Совершенствование техники стрельбы из малокалиберного оружия»

Занятие 1, 2

План:

2.1.1. Практическое выполнение стрелковых упражнений из малокалиберной винтовки (упр. МВ-2, МВ-8, МВ-4)

Занятие 3, 4

План:

2.3.1. Практическое выполнение стрелковых упражнений из малокалиберного пистолета (упр. МП-1, МП-5)

Для выполнения индивидуальных заданий студентам предложены рефераты по следующим темам:

1. Пулевая стрельба
2. Развитие силовых способностей у стрелков-спортсменов
3. Стрелковая подготовка школьников на основе средств и методов спорта высших достижений по пулевой стрельбе
4. История создания и развития стрелкового оружия
5. Меры безопасности при стрельбе из стрелкового оружия
6. Соотношение результативности и надёжности соревновательной деятельности стрелков-пистолетчиков
7. Начальная подготовка стрелков из пистолета
8. Стрелковый тир
9. Развитие стрелкового спорта в России
10. Техника и методика обучения стрельбе из малокалиберной винтовки лёжа
11. Психологическая и стрелковая подготовка
12. Тренировка стрелка-спортсмена
13. Автоматическое стрелковое оружие
14. Стрелковое оружие России (автомат Калашникова)
15. Первые Олимпийские игры по стрелковому спорту
16. Боевое стрелковое оружие
17. Конструктор стрелкового оружия В.И. Фёдоров
18. Питание спортсменов-стрелков
19. Зарождение и становление стрелкового оружия
20. Виды автоматического стрелкового оружия

Литература к рефератам

1. Булыгин Н.А. Стрелковый спорт. Обучение стрельбе и практика. М.: Просвещение, 2007.
2. Блюм М.А. Спортивное оружие.- М., ФиС, 2003.
3. Вайнштейн Л.М. Стрелок и тренер.- М., ФиС, 2004.
4. Вайнштейн Л.М. Психология в пулевой стрельбе.- М., ФиС, 2000.
5. Володина И.С, Комова Е.В. Комплексный контроль за уровнем специальной подготовленности стрелков-спортсменов, специализирующихся в пулевой стрельбе.- М., Спорт, 2001.
6. Дворкин А.Д. Стрелковый спорт в ДЮСШ. [Текст] М.: Смена, 2007.
7. Жилина М.Я. Методика тренировки стрелка-спортсмена. [Текст] М.: Просвещение, 2006.
8. Корх А.Я. Стрелковый спорт и методика преподавания. – М., ФиС, 2002.
9. Корх А.Я. Спортивная стрельба. – М., ФиС, 1999.
10. Окунь Б.В. Спортивная стрельба из винтовок. – М., ФиС, 1998.
11. Павлов А.В. Подготовка стрелка-спортсмена. – М., ФиС, 1997.
12. Пулевая стрельба. Правила соревнований. – М., Россвет, 1995.
13. Потапов И.Г. Соревнования по стрельбе. – М., Спорт, 2003.

Примерные вопросы к зачёту

1. Устройство и назначение тиров.
2. Меры безопасности во время проведения занятий, тренировок и соревнований по пулевой стрельбе.
3. Краткая история развития стрелкового оружия.
4. Краткая история развития стрелкового спортивного оружия.
5. История развития стрелкового спорта.
6. История развития стрелкового спорта в России.
7. Общие сведения о стрелковом спортивном оружии.
8. Устройство и назначение основных частей и механизмов спортивной малокалиберной винтовки СМ-2.
9. Объективные и субъективные условия, влияющие на меткость стрельбы.
10. Определение средней точки попадания, внесение поправок в прицел.
11. Оружие и принадлежности для стрельбы из винтовки.
12. Одежда стрелка.
13. Основные стрелковые упражнения для винтовок.
14. Правила выполнения стрелковых упражнений МВ-2 и МВ-8.
15. Нарушение правил соревнования.
16. Порядок выполнения финальных серий.
17. Определение занятых мест.
18. Техника стрельбы из малокалиберной винтовки стоя.
19. Общие сведения о спортивных пистолетах.
20. Устройство стандартного пистолета МЦМ.

21. Конструктивные особенности произвольного пистолета.
22. Основные части и механизмы пневматического пистолета.
23. Тактика выполнения отдельного выстрела из пистолета.
24. Тактика выполнения стрелкового упражнения из пистолета.
25. Требования к техническим качествам стрелков-пистолетчиков.
26. Техника и методика обучения стрельбе из пневматического пистолета.
27. Техника и методика обучения стрельбе из малокалиберного пистолета по мишени № 4.
28. Правила выполнения упражнений МП-1, МП-4.
29. Техника и методика обучения стрельбе из малокалиберного пистолета по мишени №1.
30. Правила выполнения стрелкового упражнения МП-2.
31. Основные упражнения для стрельбы из пистолета.
32. Правила выполнения упражнений из пистолета.
33. Техника безопасности при выполнении упражнений МП-5.

Терминологический словарь

Автоматика стрелкового оружия - это совокупность механизмов и деталей стрелкового оружия, обеспечивающих автоматическое перезаряжание и осуществление выстрелов.

Боевая пружина - пружина, которая приводит в действие курок или ударник.

Боек - отдельная деталь или передняя часть ударника, служащая для непосредственного воздействия на капсюль-воспламенитель.

Вентилируемая планка - ребро жесткости ствола, отделенное от него рядом сквозных отверстий для циркуляции воздуха.

Возвратная пружина - пружина, которая возвращает затвор в исходное положение после производства выстрела.

Выбрасыватель - деталь, извлекающая гильзу или патрон из патронника.

Газовая камера - деталь стрелкового оружия, в полости которой часть энергии пороховых газов, отводимых из канала ствола, преобразуется в кинетическую энергию подвижной системы.

Гильза - часть патрона, предназначенная для размещения и предохранения от внешних воздействий метательного заряда, крепления капсюля-воспламенителя и метаемого элемента, базирования в патроннике стрелкового оружия и obturation пороховых газов при выстреле.

Затвор - отдельная деталь или сборка, непосредственно запирающая казенную часть ствола в момент выстрела, подачи патронов в патронник, извлечения гильзы (патрона), постановки курка или ударника на боевой взвод.

Затвор неподвижный - затвор, остающийся неподвижным относительно затворной коробки, а запирающие стволы перед выстрелом происходит при перемещении самих стволов (вращении, продольном скольжении и т.д.).

Затвор продольно-скользящий - затвор, который при запираании ствола движется вдоль оси канала ствола.

Затвор поперечно-движущийся - затвор, который при запираании ствола перемещается перпендикулярно оси канала ствола.

Затвор качающийся - затвор, который при запираании ствола вращается вокруг неподвижной оси, перпендикулярной оси канала ствола.

Затвор инерционный - продольно-скользящий затвор, не сцепленный со стволом в процессе выстрела.

Затворная задержка - устройство, обеспечивающее удержание затвора в заднем положении при израсходовании всех патронов в магазине оружия.

Интерсептор - устройство, производящее перехватывание курка или ударника при его случайном срыве с боевого взвода.

Калибр - величина, характеризующая диаметр направляющей части канала ствола.

Курок - деталь ударно-спускового механизма, предназначенная для нанесения удара по ударнику или капсюлю посредством расположенного на нем бойка.

Ложа - часть оружия, служащая для удобства удержания и использования, для обеспечения соединения всех частей оружия в единое целое.

Магазин - емкость для размещения патронов, снабженная подающим механизмом.

Механизм возвратный - механизм, перемещающий подвижную систему в крайнее переднее положение.

Механизм запираания - механизм, обеспечивающий сцепление затвора со стволом или ствольной коробкой перед выстрелом.

Механизм отпирания - механизм, обеспечивающий расцепление затвора со стволом или ствольной коробкой после выстрела.

Механизм спусковой - устройство, управляющее началом и окончанием стрельбы, обеспечивающее удержание курка или ударника во взведенном положении и освобождение их в нужный момент.

Механизм ударный - механизм, предназначенный для разбития капсюля-воспламенителя патрона при выстреле посредством удара.

Механизм ударно-спусковой - устройство, в котором ударный и спусковой механизмы объединены в одно целое.

Механизм курковый - ударный механизм, в котором энергия необходимая для разбития капсюля-воспламенителя передается бойку или ударнику от боевой или возвратной пружины через курок.

Механизм ударниковый - ударный механизм, в котором энергия необходимая для разбития капсюля-воспламенителя передается ударнику непосредственно от боевой или возвратной пружины.

Механизм выбрасывающий - механизм, обеспечивающий удаление гильзы или патрона из патронника.

Мушка - деталь прицельного приспособления, расположенная возле дульного среза.

Отражатель - деталь оружия, служащая для изменения траектории движения выбрасываемой гильзы или патрона.

Патрон - боеприпас стрелкового оружия, объединяющий в себе метаемый элемент, пороховой заряд, капсюль-воспламенитель и гильзу.

Патрон «Магнум» - патрон с увеличенной массой метаемого элемента и порохового заряда.

Патронник - казенная часть канала ствола, предназначенная для размещения патрона и ограниченная казенным срезом и дульным входом, или камора барабана.

«Парадокс» - канал ствола гладкоствольного ружья, имеющий нарезку в дульной части.

Переводчик огня - приспособление для смены режима стрельбы - одиночного или автоматического.

Помповое оружие - винтовка или гладкоствольное ружье с подвижным цевьем.

Прицел - устройство, обеспечивающее требуемые углы прицеливания.

Разобщитель - часть спускового механизма, служащая для разъединения спускового крючка с ударным механизмом.

Ружье - индивидуальное ручное огнестрельное оружие, удерживаемое при стрельбе двумя руками с опорой в плечо (в настоящее время этот термин закрепился за гладкоствольным охотничьим оружием).

Ствол - главная часть стрелкового оружия в виде трубы, являющейся рабочим цилиндром термодинамического двигателя, в котором химическая энергия пороха преобразуется в кинетическую энергию расширяющихся газов, и служащей для разгона метаемых элементов до требуемой скорости вылета, для обеспечения направления их движения.

Ствольная коробка - основная корпусная деталь или сборка, к которой крепится ствол и остальные части оружия, служащая для направления движения затвора или подвижной системы автоматики.

Ствольная накладка - деталь, закрывающая часть стрелкового оружия над стволом для предохранения стрелка от ожогов.

Тормоз дульной - сборка или деталь, закрепленная на дульной части ствола, служащая для уменьшения энергии отдачи.

Ударник - массивный стержень с бойком на конце, движимый пружиной, которая сообщает ему достаточную энергию, чтобы разбить капсюль патрона.

Цевье - передняя часть ложи.

Целик - деталь механического прицела в виде выступа или пластинки с прорезью.

Чок - коническое или параболическое дульное сужение во внутренней части канала ствола гладкоствольного оружия.

Шептало - деталь ударно-спускового механизма, служащая для удержания курка или ударника на боевом или предохранительном взводе.

Эжектор - устройство для автоматического выбрасывания стреляных гильз из переломного оружия.

Экстрактор - устройство для выдвигания патронов или стреляных гильз из патронника.

ПРИМЕРНЫЕ ВАРИАНТЫ ЗАДАНИЙ (ТЕСТЫ)

1-й вариант

1. Укажите, сколько разновидностей включает в себя стрелковый спорт?
 - 5;
 - 3;
 - 7.
2. Укажите, что явилось как бы переходной ступенью между луком и ружьём?
3. Поставьте букву с правильным продолжением:
 - а) одно из первых обществ называлось
 - б) позднее было переименовано
 - в) впервые введены жетоны на звание стрелка 1-го и 2-го разряда в
 - общество любителей стрельбы;
 - стрелецкое;
 - южнорусское стрелковое общество.
4. Выберите правильную дату:
Когда были проведены первые Всесоюзные стрелковые соревнования?
 - 1918;
 - 1923;
 - 1928.
5. Укажите, когда впервые советские стрелки приняли участие в Олимпийских играх?
6. Дайте правильный ответ:
Пистолет Макарова (ПМ)
 - Калибр –
 - Вес –
 - Длина ствола –
 - Магазин –
7. Запишите графическим путём траекторию полёта пули и отметьте угол бросания?

8. Нарисуйте ровную мушку при стрельбе с открытым прицелом.

9. Допишите:

Прицел, в котором для наводки служит открытая полукруглая прорезь, называется –

10. Выполнение меткого выстрела требует от стрелка строго определённых действий:

Расставьте цифры в порядке последовательности:

- изготовка;
- задержка дыхания;
- нажатие на спусковой крючок.

11. Назовите основной метод начального обучения _____ ?

12. Установите соответствие:

- а) тело стрелка из положения лёжа располагается к оси выстрела
- б) направление стрельбы в открытых тирах, относительно сторон света, предпочтительно располагать к северу
- в) угол оптической оси светильника, направленного на мишень равен
 - 45 градусам;
 - 20 градусам;
 - 30 градусам.

13. Укажите:

Сколько этапов можно выделить при обучении технике стрельбы?

- 5;
- 3;

14. Назовите:

Спортсмены по годам рождения делятся на следующие категории

- юноши _____;
- юниоры _____;
- взрослые _____;

15. Укажите правильный ответ:

Какой цвет карточки «штраф»?

- зелёный;
- белый;
- красный.

16. Укажите правильные ответы:

Какие существуют дистанции у закрытого тира?

- 10;
- 25;
- 30;

- 50;
- 75;
- 100.

17. Укажите правильный ответ:

Дымный порох -

- чёрный;
- белый.

18. Определите:

Что означает сигнализация белый флажок _____?

19. По какой команде начинается стрельба _____?

20. Покажите на схеме, как можно найти среднюю точку попадания?

*

*

*

*

*

*

2-й вариант

1. Укажите:

Какой вид не принадлежит стрелковому спорту?

- стрельба из лука;
- спортивная охота;
- стендовая стрельба.

2. Укажите правильный ответ:

В летописях Ипатьевской и Новгородской, встречаются названия «тюфяки» и «пускичи», что они обозначают?

3. Отметьте правильную дату:

В каком году был открыт первый публичный тир?

- 1812;
- 1826;

- 1834.

4. Установите последовательность:

- создание ОСОВИАХИМ;
- утверждён комплекс ГТО 1-я степень;
- утверждён комплекс ГТО 2-я степень;
- утверждён значок «Ворошиловский стрелок».

5. Отметьте неудачные выступления наших стрелков на международных соревнованиях?

6. Укажите правильный ответ:

Выбрасывание пули из канала ствола оружия давлением пороховых газов, при сгорании пороха называется _____?

7. Запишите графическим путём траекторию полёта пули и отметьте угол падения?

8. Нарисуйте ровную мушку при стрельбе с диоптрическим прицелом?

9. Дайте правильный ответ:

Можно ли размещать закрытые тиры в пригороде?

- да;
- нет.

10. Покажите на схеме как можно найти среднюю точку попадания?

- *
- *
- *
- *

- *

11. Укажите, где нужно прекращать затаивать дыхание при прицеливании:

- на вдохе;
- на полувывдохе;
- на полувдохе;
- на выдохе.

12. Укажите правильные ответы:

Какие существуют дистанции у открытого тира?

- 10;
- 25;
- 30;

- 50;
- 75;
- 100.

13. Перечислите, из каких частей состоит тир_____?

14. Укажите последовательность обучения выполнению выстрела:

- стрельба по экрану;
- стрельба по экрану с упора;
- стрельба на совмещение средней точки попадания;
- стрельба на результат;
- стрельба по мишени с чёрным кругом.

15. Установите соответствие:

а) стрелка без предупреждения отстраняют от участия в соревнованиях, если он

б) стрелка без предупреждения штрафуют на 2 очка, если он

в) стрелка без предупреждения отстраняют от выполнения упражнения, если он

- мешает другому спортсмену выполнять упражнение;
- направляет оружие в сторону от огневой зоны;
- сознательно стрелял по деталям конструкции стрельбища.

16. Запишите графическим путём индексы упражнений стрельбы из спортивного пистолета.

17. Укажите правильный ответ:

Какие нарушения правил существуют?

- серьёзные;
- скрытые;
- значительные.

18. Дайте правильный ответ:

Что означает сигнализация красный флажок?

19. Назовите основной метод начального обучения?

20. Дайте правильный ответ:

Стрельба заканчивается по команде_____?

Библиографический список

14. Булыгин Н.А. Стрелковый спорт. Обучение стрельбе и практика. М.: Просвещение, 2007.

15. Булыгин Н.А. Стрелковый спорт. Обучение стрельбе и практика. [Текст] М.: Физкультура и спорт, 2005.
16. Жилина М.Я. Методика тренировки стрелка-спортсмена. [Текст] М.: Просвещение, 2006.
17. Суранов П.С., Блинков И.А. Основы стрельбы из малокалиберного оружия. [Текст] М.: Физкультура и спорт, 2003.
18. Юрьев А.А. Спортивная стрельба. [Текст] М.: Физкультура и спорт, 2002.
19. Володина И.С. Физическая подготовка стрелка-спортсмена. Лекция для студентов и слушателей РГАФК. – М., РИО РГАФК, 1997.
20. Корх А.Я., Комова Е.В. Комплексный контроль в пулевой стрельбе. – М., РИО ГЦОЛИФКа, 1999.
21. Пономарев П.Д. Прикладная баллистика для стрелка. – М., Воениздат, 2001.
22. Федорин В.Н. Общая и специальная физическая подготовка стрелка-спортсмена. Учебное пособие. – Краснодар, Редакционно-издательского совета Кубанской государственной академии ФК, 2005.
23. Шилин Ю.Н. Физическая подготовка стрелков из лука. – М., РИО РГАФК, 1995.
24. Шилин Ю.Н. Профилактика травм и профессиональных заболеваний у стрелков из лука – М., РИО РГАФК, 1997.
25. Вайнштейн Л.М. Основы стрелкового мастерства. – М.: Изд-во ФиС, 2000.
26. Шилин Ю.Н. Сам себе психолог. – М.: ЗАО «СпортАкадемПресс», 2000.
27. Вайнштейн Л.М. Стрелок и тренер. – М., Изд-во ФиС, 2001.
28. Бурденко А.А. Стрельба на круглом стенде. – М.: ФиС, 2002.
29. Дмитриевский А.А. Внешняя баллистика. – М., Воениздат, 2002.
30. Фёдоров В.Г. Стрельбища и тир. [Текст] М.: Просвещение, 2004.
31. Бурденко А.А. Спортивная стрельба влет. – М.: Воениздат, 2004.
32. Крейцер Б.А. Стрельба на траншейном стенде. – М., ФиС, 2004.
33. Дворкин А.Д. Стрелковый спорт в ДЮСШ. [Текст] М.: Смена, 2007.

Справочные материалы

Ученые, внесшие вклад в развитие дисциплины

Выдающимся конструктором стрелкового автоматического оружия является доктор технических наук, генерал-майор Михаил Тимофеевич Калашников (1919). В 1946 г. он разработал образец стрелкового оружия, на основе которого был создан автомат, принятый на вооружение в Советской армии под названием «7,62-мм автомат Калашникова образца 1947 г.» (АК). Калашникову принадлежит также конструкция 7,62-мм единого пулемета (ПК) под винтовочный патрон (1961 г.). В дальнейшем коллектив конструкторов под руководством Калашникова создал на базе АК и ПК ряд

модификаций образцов автоматического стрелкового оружия. На вооружение были приняты 7,62-мм модернизированный автомат (АКМ), 7,62-мм ручной пулемет (РПК) и их разновидности. В 1974 г. созданы автоматы АК-74 и АКС-74, ручные пулеметы РПК-74 и РПКС-74 под 5,45-мм патрон. Впервые в мировой практике появилась серия унифицированных образцов стрелкового вооружения, идентичных по принципу работы и единой схеме автоматики. Созданное Калашниковым оружие отличается простотой конструкции, высокой надежностью и эффективностью.

Кутепов Александр Павлович родился 18 сентября 1930 года в Новгородской губернии, военный деятель, автор книг по стрелковому спорту, внесший большой вклад в развитие дисциплины. Окончил Петербургское пехотное юнкерское училище (1952). Начиная свою военную деятельность от командира роты до начальника 1-й пехотной дивизии. Награжден орденом за Заслуги перед Отечеством.

Саратовский государственный университет имени Н. Г. Чернышевского