

ПРОБЛЕМА ТАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ В БАГАТОРІЧНІЙ ПІДГОТОВЦІ СПОРТСМЕНІВ ІЗ КУЛЬОВОЇ СТРІЛЬБИ



Демічковський Андрій

Львівський державний університет фізичної
культури ім. Івана Боберського

Аннотация

Стаття посвячена определению проблемы тактической подготовки в структуре и содержании многолетней подготовки спортсменов в пулевой стрельбе на основании анализа учебно-методической документации. Учебная программа по подготовке стрелков по пулевой стрельбе для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва, школ высшего спортивного мастерства и учебных заведений спортивного профиля является важным документом. На его основании происходит развитие вида спорта на всех этапах многолетней подготовки. Тактическая подготовка является одним из ключевых направлений во всех группах подготовки спортивных школ. А именно в группе специализированной базовой подготовки осуществляется формирование фундамента у спортсмена для дальнейшей спортивной борьбы в группе высшего спортивного мастерства. За период 2010 - 2016 годы были изменены правила соревнований, поэтому учебная программа нуждается в обновлении на современном этапе, для того чтобы она отвечала требованиям современного спорта.

Ключевые слова: учебная программа, правила соревнований, проблема, тактика, тактическая подготовка, этап специализированной базовой подготовки.

Annotation

The article is dedicated to the definition of the problem of tactical training in the structure and content of multi-year training of athletes in bullet shooting based on the analysis of teaching and methodological documentation. The training program for preparation of bullet shooters for children's and junior sports schools, specialized schools for children of the Olympic reserve, schools of higher sports skills and institutions of sport specialization is an important document. On its basis the development of sport takes place at all stages of long-term training. Tactical training is one of the key areas in all sports training groups. It is in the group of specialized basic training that the foundation for further sport achievements of the athlete is laid. During the period from 2010 to 2016 the rules of the competitions were changed so the curriculum needs to be updated in order to meet the requirements of modern sport.

Keywords: curriculum, competition rules, problem, tactics, tactical preparation, stage of specialized basic training.

Постановка проблеми та аналіз останніх публікацій. За останніх 10 років у правилах з кульової стрільби відбулася велика кількість змін [1, 9, 10]:

– виконання змагальної діяльності, розподіл на кваліфікацію та фінал, фінал перших вісьмох спортсменів, підрахунок кваліфікаційних та фінальних пострілів з десятиями;

– збільшення кількості фінальних пострілів з 10 (1996-2013 рік) до 20 (2013-2016 роки), а в 2017 році до 24 пострілів;

– визначення переможця фіналу – олімпійська система вибування;

– додано нову вправу ПП-50 команди.

Ці зміни суттєво впливають на систему підготовки спортсменів.

Для подальшого вдосконалення процесу підготовки спортсменів потрібно зробити правильний вибір стратегічних напрямів та виявити резерви. Доречно охарактеризувати можливості вдосконалення системи спортивної підготовки в кульовій стрільбі в наступному напрямку: максимальна орієнтація на індивідуальні задатки та здібності кожного конкретного спортсмена при виконанні кваліфікаційних, змагальних та фінальних вправ у кульовій стрільбі; побудова системи підготовки та визначення раціональної структури змагальної та навчально-тренувальної діяльності; роз-



робки індивідуальних програм підготовки.

Постає актуальне наукове завдання провести детальний аналіз процесу виконання стрілецьких вправ; розробити рекомендації з тактичної підготовки в кульовій стрільбі для стрільців, наприкладі окремого виду (стрільби з пневматичної гвинтівки).

Мета роботи полягає у визначенні проблеми тактичної підготовки в структурі та змісті багаторічної підготовки спортсменів із кульової стрільби на підставі аналізу навчально-методичної документації.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення, аналіз документальних матеріалів.

Результати досліджень. Етап спеціалізованої базової підготовки в кульовій стрільбі характеризується рядом особливостей: здійснюється подальший розвиток загальних і спеціальних фізичних якостей; підвищується рівень техніко-тактичної майстерності; розвиваються вольові і спеціальні психічні якості; поступово збільшуються тренувальні і змагальні навантаження, доводяться їх ве-

личини до вимог великого спорту. На цьому етапі широко використовуються засоби, що дозволяють підвищити функціональний потенціал організму спортсмена без використання великого обсягу роботи, максимально наближеної за характером до змагальної діяльності.

Тактична підготовка на етапі спеціалізованої базової підготовки відіграє важливу роль, адже озброює спортсмена знаннями та навичками для подальшого удосконалення спортивної діяльності. Даний етап є перехідним до етапу підготовки до вищих спортивних досягнень, він створює підґрунтя для подальшого росту спортивної майстерності спортсменів.

На процес підготовки в кульовій стрільбі свою увагу приділяла велика кількість науковців. У свою чергу характеризували тактичну підготовку наступні науковці: Іткіс М.А., 1969; 1982, Корх А.Я., 1986, 1987; Вайнштейн Л.М., 1973; Kijowski Andrzej, 2010; Kurzawski Kazimierz, 2011.

Під спортивною тактикою будемо розуміти способи поєднання та реалізації рухових дій, які за-

безпечують ефективну змагальну діяльність, що призводить до досягнення поставленої мети в конкретному старті, серії стартів, змаганні [8]. У більш широкому розумінні під тактикою мається на увазі система спеціальних знань та вмінь, скерованих на вирішення завдань накопичення та аналізу інформації, прийняття рішення з метою оптимізації складу та структури головної змагальної вправи в різних умовах та взаємодії, у випадку зі стрільбою кульовою зі збурюючими факторами.

Для того щоб вдало оволодіти тактикою, в першу чергу потрібно оволодіти тактичними знаннями, які перетворюються в подальшому у тактичні навички та тактичне мислення, що у майбутньому нададуть змогу ефективно протидіяти збурюючим факторам [4].

Тактика стрільби – це плановий процес, який дає можливість за будь-яких умов і обставин досягнути або виконати поставлене завдання, іншими словами-сукупність методів та засобів виконання стрілецьких вправ, а тактична підготовка – то є багаторічний процес здобуття, збереження та вдоскона-

Таблиця 1

Навчальний план багаторічної підготовки, год. [6]

Вид підготовки	Група									
	Початкової підготовки		Попередньої базової підготовки			Спеціалізованої базової підготовки			Підготовки до вищих досягнень	
	Рік навчання									
	1-й	2-й	1-й	2-й	3-й	4-й	1-й	2-й	3-й	Увесь термін
Теоретична підготовка	20	20	20	24	24	28	38	38	34	34
Загальна фізична підготовка	80	90	110	130	154	162	166	168	170	174
Спеціальна фізична підготовка	36	48	92	120	140	160	190	192	194	196
Технічна підготовка	136	202	310	334	444	482	590	652	704	852
Участь у змаганнях, складання нормативів	4	8	20	36	56	72	100	120	150	180
Інструкторська та суддівська практика	-	-	-	-	10	16	20	24	36	36
Усього:	276	368	552	644	828	920	1104	1194	1288	1472



Розподіл обсягу навчально-тренувального навантаження для груп спеціалізованої базової підготовки, год. [6]

Вид підготовки	Усього за рік	Вересень					Жовтень					Листопад				
		Тиждень														
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13		
Теоретична підготовка	38	2	2	2	2	2	2	2	-	2	-	2	-	2		
ЗФП	166	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		
СФП	190	2	3	2	3	2	3	3	1	3	1	3	1	3		
Технічна підготовка - усього	590	18	17	14	17	18	17	17	11	17	7	17	11	17		
В тому числі тренування:																
імітаційне	253	8	7	7	7	8	7	7	4	7	2	7	4	7		
з патроном	337	10	10	7	10	10	10	10	7	10	5	10	7	10		
Участь у змаганнях, складання контрольних нормативів	100	-	-	-	-	-	-	-	10	-	10	-	10	-		

лення тактичних навичок, тактичного мислення.

Тактичну підготовку можна розділити на підготовку теоретичну і практичну. Теоретична підготовка спортсмена передбачає як озброєння його майбутніми знаннями з підготовки до змагань на різних етапах багаторічної підготовки, так і навчання способів ведення спортивної боротьби. На важливість теоретичної підготовки наголошує велика кількість авторів [3, 7, 8] не тільки вітчизняних, але й закордонних [11, 12].

Головним навчально-методичним документом з підготовки спортсменів з цього виду спорту є навчальна програма. Проаналізувавши навчальну програму підготовки стрільців з кульової стрільби для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та навчальних закладів спортивного профілю, ми визначили, що у навчальному плані розділ з тактичної підготовки відсутній (табл. 1). Присутня лише загальна інформація з тактичної підготовки, а навчальні роз'яснення та рекомендації з опису процесу тактичної підготовки стрільців відсутні на всіх етапах багаторічної підготовки [6]. У роз-

ділі з тактичної підготовки будь-які згадки про засоби та методи удосконалення (наприклад: імітаційне тренування) взагалі відсутні. Дана програма була розроблена та ухвалена ще у 2009 році та діє до сьогодні [6]. Звертаючи свою увагу на літературні джерела, котрі стосуються даної тематики, ми зіштовхнулися з проблемою, що їх не так багато, особливо вітчизняних, тому залучення іноземних літературних джерел було неминучим, а в основному корисним для здобуття сучаснішої інформації з підготовки спортсменів в даній тематиці [2].

Також поняття імітаційне тренування входить до складу розділу технічної підготовки і носить характер роботи з імітації виконання пострілу з патроном (кульою) [6], а саме, так зване "холосте" тренування (табл.2). Необхідно відзначити, що ця інформація, на превеликий жаль, не містить у собі роботи із збурюючими факторами [4, 5], потребує подальшого аналізу та вивчення. Таким чином, ми пропонуємо виокремити підпункт щодо тактичної підготовки спортсмена та запровадити імітаційні вправи як метод удосконалення спортивної майстерності стрільця. Крім цього, в окремих епізодах фізичні вправи можуть

використовуватися як засоби, що імітуватимуть умови виконання змагальної діяльності і допоможуть спортсменам відпрацювати умови, наближені до змагань.

Теоретична підготовка відображена в програмі (табл.3), пункт "Технічна та тактична підготовка", але має місце суперечність принципам підготовки спортсменів в залежності від етапів багаторічної підготовки.

Навчальний план підготовки в усіх групах містить наступне відсоткове співвідношення за напрямом підготовки:

- теоретична підготовка – група початкової підготовки – 7,2% - 5,4%, попередньої базової підготовки – 3,6% - 3%, спеціалізованої базової підготовки – 3,4% - 2,6%, підготовки до вищих досягнень – 2,3%;

- загальна фізична підготовка – група початкової підготовки – 28,9% - 24,45%, попередньої базової підготовки – 19,9% - 17,6%, спеціалізованої базової підготовки – 15,0% - 13,1%, підготовки до вищих досягнень – 11,8%;

- спеціальна фізична підготовка – група початкової підготовки – 13,0%, попередньої базової підготовки – 16,6% - 17,3%, спеціалізованої базової підготовки – 17,2% - 15,0%, підготовки до вищих до-



Структура та зміст теоретичної підготовки в багаторічній підготовці стрільців [6]

Вид підготовки	Група									
	Початкової підготовки		Попередньої базової підготовки				Спеціалізованої базової підготовки			Підготовки до вищих досягнень
	Рік навчання									
	1-й	2-й	1-й	2-й	3-й	4-й	1-й	2-й	3-й	Увесь термін
Історія розвитку та сучасний стан кульової стрільби	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Засоби забезпечення безпеки на заняттях кульовою стрільбою	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2
Зброя, бойові припаси та спорядження стрільця	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Прикладна балістика	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1
Загальна та спеціальна фізична підготовка	-	-	-	1	1	1	1	1	1	1
Технічна і тактична підготовка	7	7	7	6	6	6	6	6	6	6
Психологічна підготовка	1	1	1	1	1	2	4	4	4	4
Змагальна діяльність у кульовій стрільбі	1	1	2	3	3	4	6	6	6	6
Планування спортивної підготовки	-	-	-	1	1	2	4	4	2	2
Контроль у тренувальному процесі	-	-	-	1	1	2	4	4	3	3
Медико-біологічні аспекти спортивного тренування	1	1	1	2	2	2	4	4	3	3
Гігієна стрільця	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Заліки	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2
Усього:	20	20	20	24	24	28	38	38	34	34

сягнень – 13,3%;

– технічна підготовка – група початкової підготовки – 49,2% - 54,8%, попередньої базової підготовки – 56,15% - 52,3%, спеціалізованої базової підготовки – 53,44% - 54,65%, підготовки до вищих досягнень – 57,9%;

– участь у змаганнях, складання нормативів – група початкової підготовки – 0%, попередньої базової підготовки – 0% - 1,7%, спеціалізованої базової підготовки – 1,8% - 3,2%, підготовки до вищих досягнень – 2,4%;

– інструкторська та суддівська практика – група початкової підготовки – 49,2% - 54,8%, попередньої базової підготовки – 56,15% - 52,3%, спеціалізованої базової підготовки – 53,44% - 54,65%,

підготовки до вищих досягнень – 57,9%.

В підсумку в групах підготовки спортсменів усі види підготовки виглядають наступним чином: теоретична підготовка зменшується з 7,2% до 2,3%, загальна фізична підготовка навантаження зменшується з 28,9% до 11,8%, спеціальна фізична підготовка збільшується з 13% до 13,3%, технічна підготовка зростає з 49,2% до 57,88%, участь у змаганнях, складання нормативів збільшується з 1,44% до 12,22%, інструкторська та суддівська практика зростає незначним чином з 0% до 2,4% в усіх групах навчальної програми підготовки стрільців з кульової стрільби для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких

шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності на навчальних закладах спортивного профілю і на усіх етапах багаторічної підготовки спортсменів.

Аналізуючи план підготовки в навчальній програмі, можемо побачити, що деякі елементи суперечать наявній дійсності. В тому числі, імітаційне тренування в теорії і на практиці носить інший сенс, а правильніше буде використовувати назву холосте тренування. В подальшому це наведе лад в спортивній стрілецькій термінології та дасть можливість кращого зв'язку теорії з практикою. Також рівень теоретичної підготовки в циклі плану підготовки стрільців носить недостатній характер та потребує подальшого розгляду. Переважан-



ня технічної підготовки у процесі навчання спортсменів є важливим та потребує додаткових елементів для збільшення ефективності навчально-тренувального заняття.

Теоретична підготовка стрільців в загальному плані підготовки спортсменів відіграє важливу роль. В даному розділі з підготовки стрільців більшість уваги приділяється технічній та тактичній підготовці, наступним за важливістю є засоби забезпечення безпеки на заняттях кульовою стрільбою, далі зброя, бойові припаси, спорядження стрільця, прикладна балістика. Останнє на етапі початкової підготовки не зовсім доречно використовувати, а ось відомості про загальну фізичну підготовку будуть ефективні. Якщо ми звернемо увагу на пункт технічної та тактичної підготовки то можемо побачити, що витрати часу на підготовку спортсменів потрібно збільшити. У порівнянні з іншими видами теоретичної підготовки пункт технічна та тактична підготовка знаходиться на досить низькому рівні, даний пункт потрібно розподілити на окремі два підпункти. Витрати часу у групі початкової підготовки на максимальному рівні суперечать усім принципам підготовки спортсменів, а саме поступовості, адекватності, доступності та іншим.

Розглянувши розділ теоретичної підготовки, в пункті “Технічна й тактична підготовка: тактичні прийоми, тактичні дії, тактичний план стрільця на змаганнях, техніка й тактика провідних спортсменів” [6], ми звернули свою увагу, що відсутній детальний опис процесу з тактичної підготовки, що спричиняє труднощі в ефективності проведення навчально-тренувального процесу.

Висновки: програма підготовки стрільців з кульової стрільби для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та навчальних закла-

дів спортивного профілю потребує доопрацювання відповідно до сучасних правил змагань. Це потрібно реалізувати за допомогою введення окремого структурного підрозділу «тактична підготовка» та описати методологію навчання на різних етапах багаторічної підготовки. Також необхідно провести детальний аналіз процесу виконання пострілу, серії та вправи в цілому для визначення особливостей подальшого удосконалення тактичного мислення.

Література

1. Демічковський А.П. Еволюція правил змагань зі стрільби кульовою з гвинтівки/ Андрій Демічковський, Анатолій Лопатєв, Мар'ян Пітин// Спортивний вісник Придніпров'я. – 2015. Науково-практичний журнал № 3 – С. 41-44.
2. Демічковський А.П. Проблеми тактичної підготовки в кульовій стрільбі/ Андрій Демічковський, Анатолій Лопатєв, Мар'ян Пітин// Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. – 2015. “Науково-педагогічні проблеми фізичної культури/фізична культура і спорт” № 10 (65) 15 – С. 45-48.
3. Келлер В.С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів: навч. посіб./ Келлер В.С., Платонов В.М. – Львів: Українська спортивна асоціація, 1992. – 269 с.
4. Лопатєв А.О. Варіанти класифікації факторів збурення в кульовій стрільбі/ А.О. Лопатєв, Б.А. Виноградський, А.П. Демічковський, С.М. Смільнянин // “Моделювання та інформаційні технології у фізичному вихованні та спорті” – Львів : 2016. XII Міжнародна наукова конференція – с.86-89.
5. Лопатєв А.О. Особливості моделювання системи «стрілець – зброя – мішень»/ Анатолій Лопатєв, Микола Дзю-

бачик, Сергій Смільнянин// Теорія та методика фізичного виховання. – 2009. – № 5 – С. 37-42.

6. Навчальна програма для дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та навчальних закладів спортивного профілю/ Волков О.І., Кукса А.П., Дронов В.А., Старінський С.І., Богіно В.І., Петросюк А.М.// – Київ: 2009. – С. 63.
7. Пітин М.П. Теоретична підготовка в спорті: монографія/ М.П. Пітин. Львів,: ЛДУФК, 2015. – 372с.
8. Платонов В.Н. Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті. Общая теория и ее практические приложения: учеб. тренера высш. квалиф./ В.Н. Платонов– К. : Олимпийская литература, 2004 – 584 с. – ISBN 966- 7133-64-8.
9. Правила проведення змагань по винтовці [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.shooting-ukraine.com/files/documents/doc_12-31_rules_rifle_2017.pdf (дата перегляду 30.05.2017)
10. Специальные правила выполнения упражнения AIR- 50 (винтовка, пистолет) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.shooting-ukraine.com/files/documents/air50.pdf (дата перегляду 30.05.2017)
11. Metody nauczania i kontroli taktyki strzelania – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.pzss.org.pl/index.php/14-strony-statyczne/biblioteka-trenera/373-metody-nauczania-i-kontroli-taktyki-strzelania (Дата перегляду: 12.06.2017 року)
12. Teoretyczne podstawy przygotowania taktycznego – [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.pzss.org.pl/index.php/14-strony-statyczne/biblioteka-trenera/121-kijowski-a-teoretyczne-podstawy-przygotowania-taktycznego (Дата перегляду: 12.06.2017 року)

