

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

**«ЗАТВЕРДЖУЮ»**

Завідувач кафедри СтаТВС

\_\_\_\_\_Виноградський Б.А.

«\_\_20\_\_»\_\_\_\_\_2024\_\_ року

**Лекція № 3**

вибіркової навчальної дисципліни

**СТРІЛЕЦЬКИЙ СПОРТ**

для студентів II курсу факультету педагогічної освіти

денної форми навчання

галузь знань: 01 – Освіта/Педагогіка

спеціальність: 014.11 «Середня освіта (Фізична культура)»

освітня програма: «Середня освіта (Фізична культура)»

спеціальність: 017 «Фізична культура і спорт»

освітня програма: «Фізична культура різних груп населення»

перший бакалаврський рівень

Львів,

2024-2025 навчальний рік

**Тема «Матеріально-технічне забезпечення стрільців»**  
**«Підбір та підгонка матеріальної частини для стрільців»**

*Навчальні та виховні цілі.* Ознайомити з основами стрілецького спорту. Висвітлити загальні характеристики стрілецьких видів спорту. Показати позитивний вплив спорту на розвиток суспільства.

*Навчальні питання і розподілення часу*

Вступ – 5 хвилин.

1. Основи матеріально-технічного забезпечення – 25 хвилин.
2. Загальна матеріально-технічного забезпечення – 25 хвилин.
3. Основи підгонки матеріально-технічного забезпечення – 25 хвилин.

Заключення та відповіді на запитання – 10 хвилин.

*Навчально-матеріальне забезпечення.* Фото відео матеріали, плакати.

*Навчальна література*

1. Виноградський Б. Теорія і методика спортивної стрільби з гвинтівки : навч. посіб. / Богдан Виноградський, Андрій Демічковський. – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2021. – 168 с.

2. Виноградський Б. Теорія і методика спортивної стрільби з пістолета : навч. посіб. / Богдан Виноградський, Андрій Демічковський. – Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2022. – 169 с.

3. Виноградський Б. Теорія і методика стрільби стендової : навч. посіб. / Б. Виноградський, Р. Грибовський. - Львів : ЛДУФК ім. І. Боберського, 2020. - 84 с.

4. Демічковський А.П. Показники техніко-тактичних дій кваліфікованих спортсменів у стрільбі з пневматичної гвинтівки. Теорія та методика фізичного виховання. –Харків: 2019. Науково-методичний журнал, том 19, №4, с.186-192.

5. <http://www.shooting-ukraine.com>

6. <http://www.issf-sports.org>

7. <http://www.pzss.org.pl>

*Стрілецько-спортивний одяг та інвентар і вимоги ISSF пред'явлені до нього.*

Одяг стрільця-пістолетчика: повсяк денний. Взуття типу кросівок.

Одяг стрільця-гвинтівочника: стрілецька куртка, стрілецькі штани, стрілецькі черевики, стрілецька рукавиця.

### **Матеріально-технічне забезпечення стрільців**

В першу чергу до матеріально-технічного забезпечення стрільців належить зброя та екіпірування спортсмена а також допоміжні засоби та пристрої стрільців.

Одяг стрільця має вирішальне значення в досягненні високих результатів в стрільбі. Чим тільки не користуються стрільці, особливо кульовими, для того щоб досягнути максимально можливий результат. Використовуються різні підставки, спеціальні гаки для застібування гудзиків на стрілецькій куртці гвинтів очникам, спеціальна нижня білизна, рукавиці від потовиділення для рук, екрани від потрапляння бокового світла в очі спортсмена, котрі забезпечують суворе дотримання Правил змагань Міжнародної Федерації Стрілецького Спорту.

### **Стрілецька куртка**



Стрілецька зброя надзвичайно вагомо допомагає стрільцю в утриманні зброї (особливо при стрільбі стоячи). Вона діє як скафандр і частково розвантажує м'язи спини та опорно-руховий апарат. Набивки куртки поглинають тиск і забезпечують стійкість, попереджаючи ковзання зброї в точках опору. Параметри куртки и матеріал для них визначається

Спортивним регламентом.

Стрілецька куртка та штани повинні бути виготовлені з еластичного матеріалу, котрий не змінює свої характерні властивості в умовах, типових для стрілецького спорту.

Для усіх змагань зі стрільби з гвинтівки служба контролю спорядження може допустити використання тільки однієї куртки, однієї пари штанів та взуття. Товщина куртки, не повинна перевищувати 2,5 мм (в один шар) або 5 мм в подвійному. Довжина куртки не повинна перевищувати довжину зібраної руки в кулак.

Переважає більшість усього стрілецького екіпірування виготовляється під замовлення, і відповідають встановленим правилам ISSF. Особлива увага приділяється для простору грудного та поперекового відділення, щоб була можливість діафрагмального дихання.

На куртці одна кишеня – права, передня.

### **Штани**



Штани так як і куртка, виконують опорну функцію, що особливо важливо при стрільбі стоячи. Деякі спортсмені під час стрільби лежачи відмовляються від використання стрілецьких штанів. Під час стрільби стоячи штани допомагають опорно-руховому апарату підтримувати поставу стрільця. В сукупності з стрілецькою курткою стрілецькі штани попереджають зрушенню лівого ліктя, поставленого на ліву сторону тазу а

також сприяють стабілізації тулуба.

Товщина матеріалу з яких виготовлено штани не повинен перевищувати товщину у 2,5 мм одним шаром, подвійний 5 мм. Так як і куртка виготовляють під замовлення, для конкретного спортсмена.

На штанах одна блискавка на кожній штанині. На даний момент задні накладки на штанах заборонені.

### **Стрілецькі черевики**



Під час змагань спортсмен може використовувати тільки одну пару черевик. Черевики також підпадають під регламент дії правил ISSF.

Стрілецьке взуття використовується для виконання вправи з трьох положень, та для стрільби стоячи, правилами змагань заборонено використання стрілецького взуття для стрільби з положення лежачи.

### **Стрілецька рукавичка**



Стрілецька рукавичка – головною функцією є захист опорної руки від

надзвичайного навантаження внаслідок тиску на внутрішню поверхню кисті а також на тильну сторону пальців. Рукавичка сприяє отриманню стабільності під час знаходження руки на передній частині ложа зброї.

Рукавичка повинна купуватися з розрахунком розміру кисті. Вона не повинна бути занадто великою або занадто маленькою.

### **Екрани для очей та головні убори**



Для того щоб мати більшу можливість для концентрації спортсмени використовують спеціальні екрани, прикриваючи те око котре не приймає участі в прицілюванні. Екрани найкраще закріплювати до пов'язки, козирку, під стрілецькою шапкою або на оправі окулярів. Гнучкий козирок сам по собі захищає від зовнішніх джерел світла.

Для даних пристроїв розповсюджується дія технічних правил про змагання, максимальна ширина не більше 30 мм., екрани такої ширини а також довжини у 100 мм можна прикріпляти тільки на ту сторону око котрої не приймає участі в прицілюванні.

Головні убори також можуть використовувати кріплення для бічних екранів. Під час змагань на відкритій місцевості стрілець з дрібнокаліберної зброї повинен мати в своєму арсеналі також екіпірування для низьких температур. Окрім шаліка та шапки.

### **Стрілецький монокуляр**



Якщо спортсмен відчуває дискомфорт під час змагань і не має можливості сконцентруватися на зображенні цілі, мушка а також мішень зливаються, і не можливо визначити точку потрапляння, йому допоможуть стрілецькі окуляри.

Найкращим варіантом є метод практики, лінза повинна мати антиблікове покриття і відцентрована по відношенню до фільтра.

### **Штатив для стрільби з напоготівка стоячи**



З тих пір як почали використовувати пневматичні гвинтівки на стиснутому повітрі а електронні мішені стають більш доступними, стрільба стоячи стає просто безвихідною без наявності штатива.

Штатив в багато разів зменшує кількість рухової активності стрільця, особливо при перезаряджанні зброї, допомагаючи спортсмену у підтримці зброї.

Опорний штатив для стрільби стоячи повинен мати мінімальну площу поверхні для розташування зброї а також підставку для боєприпасів. Штатив налаштовується під зріст стрільця в положенні таким чином, для того щоб спортсмен використовував найменшу кількість сили на підтримку зброї в упорі. Штатив повинен бути настільки близько, щоб зброя мала оптимальне доторкання до плеча.

## Навушники, біруші

Слугують для того щоб запобігти шумовому впливу на слуховий апарат.  
Бувають різних конфігурацій та типів.

## Зброя

Гвинтівки, пістолети (пневматичні та дрібнокаліберні)

Кожна гвинтівка та пістолет мають свої особливості в залежності від типів та моделей котрі використовуються спортсменами.











### **Підбір та підгонка матеріальної частини для стрільців**

У стрільбі кульовій застосовують спортивну зброю двох типів -- гвинтівки та пістолети. Вони є трьох видів: великокаліберні, малокаліберні та пневматичні. В кожному виді є відпові дні моделі різного класу виконання та призначення.

Головні частини гвинтівки: ствол, ствольна коробка, затвор, спусковий механізм, прицільний пристрій, ложа. Основні характеристики: клас; кучність, яку забезпечує ствол у процесі стрільби на заліковій дистанції; тип спускового механізму.

Основні частини пістолетів: ствол, рукоятка, прицільний пристрій, затвор, обойма.

Основні характеристики: клас; кучність, яку забезпечує ствол у процесі стрільби на заліковій дистанції; тип спускового механізму та тримача.

В кожному класі спортивної зброї є багато моделей в залежності від їх призначення. Найбільш поширені слідуючі. Використовуються для підготовки спортсменів масових розрядів.

Спортивні малокаліберні гвинтівки різних модифікацій

використовуються для підготовки спортсменів вищих розрядів серед юнаків і жінок.

Гвинтівки по видах розподіляються на наступні: малокаліберні довільні, малокаліберні стандартні, малокаліберні спортивні, великокаліберні довільні, великокаліберні стандартні, пневматичні стандартні, пневматичні спортивні.

Гвинтівки повинні бути однозарядними (крім великокаліберних стандартних, які можуть мати магазин). Компенсатори і ствольні гальма заборонені. В середині дульної частини (включаючи фальшствол) не повинно бути нічого. Телескопічні (оптичні) приціли заборонені (крім стрільби по рухомих мішенях).

Заборонено встановлювати в приціл або прикріплювати до гвинтівки коректуючі лінзи.

Дозволені довільні по формі приціли (відкриті, діоптричні).

Дозволені довільні по формі мушки (прямокутні, кільцеві).

Дозволені світло фільтри, які кріпляться до прицілу або мушки.

Дозволений затемнювач для ненавидного ока, прикріплений до прицілу або іншої частини гвинтівки (безпосередньо на голові стрільця). Для стрільців, які прицілюються лівим оком, але стріляють з правого плеча (і навпаки) дозволені, встановлені на гвинтівці призматичні або дзеркальні пристосування (але без коректуючих лінз).

При стрільбі з гвинтівки клежачи і з коліна використовується ремінь, який охоплює плече, і ведучий до центра гвинтівки. Ремінь кріпиться до ців'я ложа за допомогою антабки і не повинен торкатися гвинтівки більше ніж в одній точці. Максимальна ширина ременя рівна 40 мм.

Дозволені електронні спуски, але при умові, що сам спуск і всі його компоненти вмонтовані в спусковий механізм або приклад і керуються тільки тією рукою, яка охоплює руків'я прикладу.

Малокаліберна довільна гвинтівка:

- калібр 5,6 мм під патрон бічного вогню;

- маса (без ременя) не більше 8000 г, включаючи прицільні

пристосування, затильник приклада з гачком і підставку (“шампіньйон”);

- натяг спуску курка довільний;

- дозволений гачок, який виступає назад не більше, ніж на 153 мм від лінії, яка проходить перпендикулярно вісі каналу ствола через найбільш глибоку частину виймки-затульника в тому місці, де він впирається в плече.

Для стрільби з трьох положень повинен використовуватись один екземпляр гвинтівки. Під час виконання вправи гвинтівку не можна виносити з лінії стрільби за винятком тих випадків, коли це дозволено суддею.

Пневматична стандартна гвинтівка: дозволени поршневі і газобалонні гвинтівки, які діють на стисненому повітрі.

На малокаліберній гвинтівці для стрільби по малорухомій мішені дозволений приціл будь-якого типу; на пневматичній гвинтівці дозволений приціл будь-якого типу.

Після того, як зброя пройшла контроль і до закінчення виконання вправи забороняється знімати, установлювати або змінювати приціл і компенсаторний тягар (фальшствол).

Спортивні вимоги до пістолетів. При виконанні стрілецьких вправ використовуються пістолети, що підрозділяються на наступні типи: спортивні (стандартні); центрального бою (пістолети і револьвери); швидкострільні; довільні; пневматичні.

На спортивних пістолетах використовують прицільні пристрої лише відкритого типу.

Ні рукоятка, ні будь-яка інша деталь пістолета не повинні бути виконані таким чином, щоб вони створювали опору, тобто стикалися з чим-небудь, окрім кисті руки, яка утримує пістолет. Ні одна частина рукоятки пістолета не повинна заходити на руку далі, аніж середина променево-зап'ясткового суглоба.

Габарити пістолета перевіряються за допомогою прямокутного вимірювального ящика, в якому пістолет повинен поміщатися цілком разом з рукояткою. Дозволені електронні спуски.

Для швидкострільного, спортивного пістолетів та пістолета центрального бою дозволений уловлювач гільз. Маса з усім приладдям, включаючи балансувальні обтяжувачі на неспоряджений магазин, не більше 1400 г. Натяжіння спуску курка не менше 1000 г. Довжина ствола не більше 153 мм.

Довільний пістолет. Дозволені однозарядні (або такі, що заряджаються лише одним патроном) пістолети калібру 5,6 мм під патрон бокового вогню; габарити, маса, натяжіння спуску курка, довжина ствола і довжина прицільної лінії довольні.

Для стрільби на 10 м використовуються пневматичні пістолети калібру 4,5 мм, які діють на стисненому повітрі або газі. Маса з усім приладдям (включаючи газовий балон) не більше 1500 г. Сила спуску курка не менше 500 г.

Підбір та налаштування матеріально-технічної складової частини стрільця суто індивідуальна річ. Для початку підбирається одяг, далі зброя та допоміжні засоби та пристрої.

Що стосується зброї, на даний момент існує надзвичайно багато зразків сучасної спортивної зброї та боєприпасів до них, як дрібнокаліберної так і пневматичної.

Сучасні зразки спортивної зброї мають настільки розширені можливості налаштування, тому її максимально можливо підлаштувати під кожного спортсмена суто за його антропометричними даними, і відповідно до його індивідуальних особливостей конституції тіла.

Додаткові пристрої та засоби. Їх налаштування відбувається в залежності від технічної побудови стійки для стрільби кожного спортсмена, рівня розвитку науково-технічного прогресу та обладнання місць для змагань чи тренувань.

Лекцію розробив викладач

Демічковський А.П.

Обговорено на засіданні кафедри стрільби та технічних видів спорту

Протокол № \_\_\_\_ від \_\_\_\_\_ 20\_\_ р