

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

**«ЗАТВЕРДЖУЮ»**

в.о. Декана факультету педагогічної освіти,  
доцент

\_\_\_\_\_ М. В. Островський

«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2024 року

**ПРОГРАМА**  
**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

Навчальна програма вибіркової дисципліни «Стрілецький спорт» для студентів II курсу факультету педагогічної освіти, галузі знань 01 – Освіта/Педагогіка, спеціальності: 014.11 «Середня освіта (Фізична культура)», освітня програма «Середня освіта (Фізична культура)»; спеціальності: 017 «Фізична культура і спорт», освітня програма: «Фізична культура різних груп населення», перший бакалаврський рівень.

«\_20\_» серпня, 2024\_ року - \_14\_ сторінок

Розробник:

Демічковський Андрій Павлович, викладач

Навчальна програма затверджена на засіданні кафедри стрільби та технічних видів спорту

Протокол №\_1\_ від «\_20\_»\_08\_\_\_\_\_2024\_ року

Завідувач кафедри, доктор наук фізичного виховання і спорту,

«\_20\_»\_08\_\_\_\_\_2024\_ року \_\_\_\_\_ професор Богдан Виноградський

Схвалено Вченою радою факультету педагогічної освіти

Протокол №\_1\_ від «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_2024\_ року

Голова Вченої ради \_\_\_\_\_ доцент М. В. Островський

© Демічковський А.П., 2024 рік

© ЛДУФК ім. І. Боберського, 2024 рік

Програма вивчення нормативної навчальної дисципліни «Стрілецький спорт» складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки бакалаврів факультету педагогічної освіти, 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.

**Предметом** вивчення навчальної дисципліни є різні складові теорії і методики дисципліни «Стрілецький спорт», як багатофункціонального суспільного явища, де система організації та проведення спортивних змагань тісно межує з системою підготовки до Чемпіонатів України, Європи, Світу та Олімпійських Ігор.

**Міждисциплінарні зв'язки:** «Професійний та олімпійський спорт», «Теорія і методика спорту вищих досягнень», «Теорія і методика обраного виду спорту та спортивно-педагогічне вдосконалення», «Теорія і методика юнацького спорту», «Теорія і методика фізичного виховання», «Історія фізичної культури», «Педагогіка», «Історія України», «Історія української культури» та ін.

Програма навчальної дисципліни складається з двох змістових модулів.

### **1. Мета та завдання навчальної дисципліни**

1.1. Метою викладання навчальної дисципліни «Стрілецький спорт» є вивчення історії і розвитку стрілецьких видів спорту, їх ідеалів і принципів, місця в системі підготовки висококваліфікованих спортсменів, як явища в сучасному суспільному житті, організаційно-правових і економічних основ спорту.

1.2. Основними завданнями вивчення дисципліни «Стрілецький спорт» є формування професійного світогляду студентів, основ знань, вмінь і навичок в галузі історії розвитку стрілецького спорту, організації та проведенні навчально-тренувальних занять.

1.3. Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні:

**знати:** основи відродження, розвитку і сучасного стану стрілецьких видів спорту (стрільби кульової, стрільби з лука, стрільби стендової), основні аспекти функціонування міжнародних і національних федерацій (ISSF, ФСУ, ФСЛУ, WA), результати участі стрільців України в Олімпійських Іграх.

**вміти:** застосовувати у практичній діяльності отримані знання щодо сучасної організації і управління стрілецькими видами спорту; застосовувати отримані знання з організації і проведення змагань різного рівня зі стрілецьких видів спорту, сприяти розвитку навичок коректного користування стрілецьким обладнанням, виконання основних елементів техніки стрільби, виробити вміння застосовувати набуті знання у практичній діяльності.

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 90 годин/3 кредити ECTS (денна форма навчання).

## **2. Інформаційний обсяг навчальної дисципліни**

### **Змістовий модуль 1**

#### **Тема 1. ПОЯВА ТА РОЗВИТОК СТРІЛЕЦЬКИХ ВИДІВ СПОРТУ**

Поява стрілецької зброї на Землі, перші знахідки. Функції стрілецьких занять з в стародавніх суспільствах: військова, мисливська, для рибної ловлі, ритуальна, змагальна, типи стародавніх луків, металюї зброї, вогнепальної зброї: простий, складний, самостріл, арбалет.

Виробництво металюних пристроїв.

Порівняльний розвиток стрілецького озброєння в різних стародавніх країнах світу: Китаї, Монголії, Японії, Кореї, Індії, Персії, країнах африканського континенту, стародавньої Греції та Риму.

Розвиток стрілецьких видів спорту в середньовічних державах Європи, на американському континенті, Руській державі.

Стрілецькі ігри та забави в різних країнах світу, національні традиції з використанням стрілецької зброї.

## **Тема 2. ЗАРОДЖЕННЯ І РОЗВИТОК СПОРТИВНОЇ СТРІЛЬБИ В УКРАЇНІ**

Використання стрілецької зброї, мушкетів, гармат і в тому числі лука і стріл в часи Київської Русі, в добу Козаччини, роль та місце стрільби з лука у військово-прикладній підготовці козаків.

Стрілецькі ігри в середньовічному Львові, діяльність «Стрілецького товариства».

Передумови створення Міжнародної федерації стрільби з лука в м. Львові та проведення 1-ого Чемпіонату світу, зацікавленість у розвитку стрільби з лука з боку львівської інтелігенції (родина Трушів).

Міжнародної Федерації Спортивної Стрільби. Перші Чемпіонати Світу та включення кульової стрільби в програму сучасних Олімпійських Ігор.

Утворення перших секцій стрільби з лука у Львові, діяльність перших тренерів – М. К. Хускivadзе, Н. А. Калініченка, Г. А. Гордієнка, Р. І. Труша та інших, поширення культивування стрільби з лука по Україні, виробництво луків на лижній фабриці «Динамо».

Успіхи представниць України на Всесоюзних змаганнях, міжнародній арені, спортивні успіхи Т. Образцової, В. Ковпан, Н. Козіної, В. Сидорука, та Олімпійських Іграх сучасності Ю. Сухорукова, Л. Леськів, О. Петріва, Р. Бондарука, С. Куліш, О. Костевич та інших.

Утворення федерації стрільби України та федерації стрільби України з лука, виступи українських стрільців на міжнародній арені самотійною командою, перспективи розвитку стрілецьких видів спорту в Україні.

Аналіз виступів збірної команди України на Олімпійських Іграх в Атланті, Афінах, Пекіні, Лондоні, Ріо-Дежанейро та Париж.

## **Тема 3. СТАНОВЛЕННЯ ТА ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА СТРІЛЕЦЬКИХ ВИДІВ СПОРТУ В ХХ СТОЛІТТІ**

Включення стрілецьких видів зброї в програму II Олімпійських ігор, види стрілецьких випробовувань в програмі Олімпійських ігор.

Створення міжнародних федерацій з спортивної стрільби (ISSF та WA).

Перші чемпіонати світу зі спортивної стрільби (1-ий Чемпіонат 1931 року, м. Львів).

Утворення і розвиток найпотужніших світових фірм-виробників зброї та аксесуарів.

Зміна правил та регламенту проведення змагань зі спортивної стрільби з за останнє десятиріччя.

Структура стрілецько-спортивного руху, сучасні тенденції розвитку стрільби кульової. Вдосконалення моделей спортивної зброї та набоїв, вдосконалення методики спортивного тренування, вдосконалення спортивного інвентарю, вдосконалення науково-методичного забезпечення стрілецько-спортивної підготовки за останні роки, вдосконалення обладнання, ріст спортивної майстерності та досягнень в стрільбі кульовій. Загальний стан науково-методичного. Національна федерація зі стрільби кульової. Техніка безпеки під час навчально-тренувальних занять.

## **Змістовий модуль 2**

### **Тема 4. ОЛІМПІЙСЬКІ ВИДИ СТРІЛЕЦЬКОГО СПОРТУ: СТРІЛЬБА КУЛЬОВА, СТРІЛЬБА СТЕНДОВА, СТРІЛЬБА З ЛУКА**

Стрільба кульова – один з підвидів стрілецького спорту.

У цьому виді спорту стрільба проводиться з пневматичних (4,5 мм), дрібнокаліберних (5,6 мм) і великокаліберних (7,62 мм для гвинтівок і 7,62-9,65 мм для пістолетів) гвинтівок та пістолетів. Розподіл стрільби кульової на стрільбу з пістолету, гвинтівки та стрільбу по рухомій мішені. Особливості виконання стрілецьких вправ. В олімпійську програму зі стрільби кульової входять 5 вправ. З них дві жіночі (МГ-6, ГП-6), дві чоловічі (МГ-6, ГП-6), і одна спільна – команди МІХ, особливості їх виконання. У програмі зі стрільби з пістолета також розігрується 5 комплектів медалей. З них 2 жіночих (МП-5, ПП-3), 2 чоловічих (МП-8, ПП-3), і одна спільна – команди МІХ, особливості виконання. За проведення міжнародних змагань зі стрільби

кульової відповідає міжнародна федерація спортивної стрільби (ISSF).

Впровадження новітніх тенденцій розвитку стрільби кульової після 2000 – х років ISSF, розподіл фіналів, обмеження часу, введення нової вправи з пневматичної зброї (MIX).

Стендова стрільба – один з підрозділів стрілецького спорту. Змагання проводяться на відкритих стрільбищах. Стрільба ведеться з гладко ствольних рушниць з дробовими зарядами по спеціальних мішенях – тарілочках. При влученні навіть декількох дробинок вона розбивається.

В олімпійську програму входять змагання в двох дисциплінах – круглий стенд (або скіт) та траншейний стенд (або трапі).

Круглий стенд увійшов у програму Олімпійських Ігор в 1968 році для чоловіків, і в 2000 році для жінок, траншейний стенд в 1990 році для чоловіків і в 2000 році для жінок, дубль-трап в 1996 році і для чоловіків і для жінок.

Стрільба з лука – мистецтво та спорт, що полягає у вміння стріляти з лука у ціль стрілами.

Стрільба з лука включена до програми Літніх Олімпійських Ігор з 1900 року. Міжнародна федерація стрільб з лука (WA) була створена 4 вересня 1931 року на першому конгресі цієї організації, що відбувся у Львові за ініціативою Польського Союзу Лучників.

Найпоширеніші міжнародні дисципліни, з яких проводяться Олімпійські ігри, Чемпіонати світу та Європи – це стрільба по мішеням WA зі стандартних дистанцій. Менш поширені такі види, як польова стрільба, скіарк (лучний біатлон), стрільба по фігурних мішенях, вертикальна стрільба по мішенях, що також знаходяться під егідою WA.

Дистанція стрільби, мішені, місце проведення змагань, стрільба на дальність, класи луків для стрільби на дальність, розмітка поля для стрільби на дальність. Стрільба на ближніх дистанціях в приміщенні, відмінності стрільби в приміщенні і просто неба. Заочні матчі, способи визначення переможця, особисті, командні і особисто-командні змагання. Системи

проведення змагань у стрільбі з лука: кругова, відбірково-колова, олімпійська кубкова, спосіб прямого вибування.

## **Тема 5. МАТЕРІАЛЬНО-ТЕХНІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ СТРІЛЬЦІВ**

Матеріальна частина в стрільців, її вплив на спортивний результат, класифікація спортивного обладнання, фірми виробники обладнання та матеріалів. Спортивна зброя: вимоги до сучасного зброї, класифікація зброї, опис зброї, форма зброї, матеріали для виготовлення зброї, конструкції зброї.

Лучні тятыва: виготовлення тятыви, гніздо для стріли, визначення довжини тятыви; приціл: опис прицілу, вимоги до прицілу. Опис внутрішньої частини стрілецької зброї (гвинтівок, пістолетів). А також допоміжних пристроїв та приладдя (стійки, труби, підколінники, приціли, мушки, та інше).

Поличка для стріли: типи поличок та вимоги до них.

Система стабілізаторів: будова стабілізаторів, підбір та регулювання стабілізаторів.

Приладдя лучника для стрільби з лука: напальчник, крага, ремінець, сагайдак, нагрудник, бінокль, ящик для транспортування лука.

Стріла: виготовлення трубки для стріли, характеристика окремих частин та вимоги до них, наконечник, хвостовик, стержень стріли – трубка, пера, наклеювання пер, види наклеювання пер.

Блочний лук, конструкція, особливості роботи, типи, перепад сил при використанні ексцентриків.

## **Тема 6. ПІДБІР І ПІДГОНКА МАТЕРІАЛЬНО-ТЕХНІЧНОЇ ЧАСТИНИ**

Індивідуальний вибір зброї за силою і вагою, довжиною, виходячи з антропометричних даних стрільця.

Система підбору спорядження (боєприпасів, стріл).

Поняття підганяння зброї, ложе, рукояток, і системи підгонки матеріальної частини лучників: груба підгонка, детальна підгонка.



Груба підгонка: поняття «перепад між плечима», висота гнізда, повздовжня симетричність лука, встановлення початкового положення та пружності, встановлення базової відстані.

Детальна підгонка: метод порівняння малюнку влучень під час стрільби стрілами з перами та без них, метод відстрілу стріл для визначення відхилень влучень від умовної вертикалі точки прицілювання, метод корекції польоту стріли на основі аналізу типів пробоїн вертикальних паперових площин у висхідній частині траєкторії.

Підбір системи стабілізаторів. Типів наклеювання пер. Тягива, її підбір, кількості ниток та матеріал виготовлення, підбір довжини.

### **3. Форма підсумкового контролю успішності навчання: залік.**

#### **4. Засоби діагностики успішності навчання:**

- перевірка конспектів самопідготовки;
- опитування на практичних заняттях;
- написання самостійних робіт;
- тестування;
- залік.

#### **5. Залікові вимоги**

1. Предмет теорія і методика дисципліни «Стрілецький спорт».
2. Модель спеціаліста зі стрілецьких видів спорту.
3. Значення стрілецького спорту в житті суспільства.
4. Сучасна теорія розвитку стрільби кульової.
5. Моделі спортивного обладнання та спортивних споруд.
6. Національна федерація кульової стрільби.
7. Які є види стрільби що входять до програми Олімпійських ігор.
8. Програма змагань стрільби кульової на Олімпійських іграх.
9. На якій дистанції проводяться змагання по стрільбі кульовій в приміщені.
10. Система проведення змагань в стрільбі кульовій.

11. Змагання на яких виборюються ліцензії, назва і коли вони відбуваються.
12. Поняття термін, вимоги до термінів.
13. Поява стрілецької зброї на Землі,
14. Роль стрілецької зброї в стародавньому суспільстві.
15. Типи стародавньої стрілецької зброї.
16. Розвиток стрілецької зброї в середньовічних державах Європи, Русі та ін..
17. Ярмарки ігри та забави в різних країнах світу.
18. В які Олімпійські ігри були включені стрілецькі види спорту.
19. Де і коли були створені міжнародні федерації зі стрілецьких видів спорту.
20. Де і в якій країні відбувся перший чемпіонат світу зі стрілецьких видів спорту.
21. Де і коли приймається рішення про зміну правил і регламенту проведення змагань по стрільбі з лука.
22. Коли були створені перші секції зі стрілецьких видів спорту.
23. Перші великі здобутки Українських спортсменів на Всесоюзних та міжнародних змаганнях.
24. Які здобутки Українських стрільців на Олімпійських іграх.
25. Вимоги до сучасних обладнання та їх класифікація.
26. Що таке боєприпаси і для чого вони потрібні.
27. Від чого залежить підбір обладнання.
28. Яким чином підбираються боєприпаси.
29. Що таке підгонка, для чого вона потрібна.

## **6. Рекомендована література**

### **Основна література**

1. Анатолій ЛОПАТЬЄВ, Богдан ВІНОГРАДСЬКИЙ, Андрій ДЕМІЧКОВСЬКИЙ, Сергій СМІЛЬНЯНИН. Варіанти класифікації факторів збурення в кульовій стрільбі // “Моделювання та інформаційні технології у фізичному вихованні та спорті” – Львів: 2016. XII Міжнародна наукова конференція – с.86-89.

2. Анатолій ЛОПАТЬЄВ, Андрій ДЕМІЧКОВСЬКИЙ, Мар'ян ПІТИН. Основи теорії систем у спортивній науці // “Моделювання та інформаційні технології у фізичному вихованні та спорті” – Львів : 2016. XII Міжнародна наукова конференція – с.4-6.

3. Анатолій ЛОПАТЬЄВ, Андрій ВЛАСОВ, Андрій ДЕМІЧКОВСЬКИЙ, Василь ТКАЧЕК. Функціонування біотехнічних систем в спорті // “Моделювання та інформаційні технології у фізичному вихованні та спорті” – Львів : 2016. XII Міжнародна наукова конференція – с.6-9.

4. Андрій ДЕМІЧКОВСЬКИЙ, Ростислав ГРИБОВСЬКИЙ, Василь ТКАЧЕК, Адріан ТОРСЬКИЙ. Фази пострілу в стрілецьких видах спорту // “Моделювання та інформаційні технології у фізичному вихованні та спорті” – Львів : 2017. XIII Міжнародна наукова конференція – с.17-21.

5. Антонов С. В. Спрямований розвиток координаційних здатностей при удосконаленні технічної підготовленості стрільців із лука: перспективи та напрями досліджень / С. В. Антонов, Ю. А. Бріскін, М. П. Пітин // Олімпійський спорт і спорт для всіх : тези доп. XIV Міжнар. наук. конгр. – К., 2010. – С. 38.

6. Антонов С.В. Характеристика засобів контролю фізичної підготовленості спортсменів у стрільбі з лука / Сергій Антонов, Анна Баб'як, Мар'ян Пітин // Молода спортивна наука України : зб. наук. праць з галузі фізичного виховання, спорту і здоров'я людини. – Л. : ЛДУФК, 2011. – Вип. 15. – Т. 1. – С. 6-10. ISBN 978-966-2328-11-0

7. Антонов С. В. Характеристики техніки пострілу стрільців з лука на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей / С. В. Антонов // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету ім. Т. Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт – Чернігів, 2012. – Випуск. 102 т. 2. – С. 115-119.

8. Антонов С.В., Демічковський А.П., Лопатьєв А.О., Ткачек В.В. Аналіз фаз пострілу під час виконання стрілецьких вправ // “Моделювання та інформаційні технології у фізичному вихованні і спорті” – Львів-Харків:

2015. XI Міжнародна наукова конференція – с.39-43.

9. Біомеханіка спорту // Під ред. А.М. Лапутіна. – К: Олімпійська література, 2005.-320с.

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

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

12. Власов А.П., Лопатьєв А.О., Виноградський Б.А., Демічковський А.П. Аналіз рухових дій при виконанні стрілецьких вправ // Вісник Чернігівського державного педагогічного університету. – Чернігів: 2010. с. 561-565.

13. Власов А., Демічковський А., Іващенко О., Лопатьєв А., Пітин М., П'янило Я., Худолій О. Системний підхід і математичне моделювання біологічних та природних об'єктів і процесів // Фізико-математичне моделювання та інформаційні технології. Львів: 2016. Науковий збірник випуск 23 – с. 17-28.

14. Демічковський А.П., Лопатьєв А.О., Пітин М.П. Еволюція правил змагань зі стрільби кульової з гвинтівки // Спортивний вісник Придніпров'я. – Дніпропетровськ: 2015. Науково-практичний журнал № 3 – с. 41-44.

15. Демічковський А.П., Лопатьєв А.О., Пітин М.П. Проблеми тактичної підготовки // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Київ: 2015. “Науково-педагогічні проблеми фізичної культури/фізична культура і спорт” випуск 10 (65) 15 – с. 45-48.

16. Демічковський А. Проблема тактичної підготовки в багаторічній підготовці спортсменів із кульової стрільби // Спортивний вісник Придніпров'я. – Дніпро: 2017. Науково-практичний журнал № 2 – с. 54-58.

17. Лопатьєв А.О., Власов А.П., Трач В.М., Івашко М., Демічковський А.П. Енергетичні та інформаційні аспекти аналізу рухових дій людини у

стрілецьких видах спорту // “Електроніка та інформаційні технології” (ЕЛІТ). – Львів-Чинадієво: 2012. IV – а науково-практична конференція – с.123-125.

### **Додаткова література**

18. Виноградський Б.А., Лопатьєв А.О. Перспективи розвитку біомеханіки спорту у світлі ідей професора Лапутіна А.М. // Актуальні проблеми сучасної біомеханіки фізичного виховання та спорту. – Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. Вісник № 54. ЧДПУ ім. Т.Г. Шевченка. – Чернігів, 2008, С. 29-33.

19. Огірко І.В. Моделювання системи ефективних рухових дій стрільців / І.В. Огірко, М.Ф. Ясінський, Л.М. Ясінська, Т.М. Магмет // Стрілецька підготовка в олімпійських видах спорту: зб. Наук.-метод. пр. – Л., 2005. – с. 40-44.

20. Лопатьєв А. О., Власов А. П., Демічковський А.П. Особливості моделювання біомеханічних та біологічних систем. Теорія та методика фізичного виховання. – Харків:2017. Науково-методичний журнал, том 17, № 2, с.79-85.doi: 10.17309/tmfv.2017.1.1192ISSN 1993-7989 (print). ISSN 1993-7997 (online)

21. Лопатьєв А. О., Власов А. П., Демічковський А.П. Функціонування системи «стрілець – зброя – мішень» з врахуванням енерго-інформаційної та гравітаційної взаємодії. Теорія та методика фізичного виховання. – Харків:2017. Науково-методичний журнал, том 17, № 1, с.48-52.doi: 10.17309/tmfv.2017.1.1186ISSN 1993-7989 (print). ISSN 1993-7997 (online)

### **Інформаційні ресурси інтернет**

1. [archery.org.ua](http://archery.org.ua)
2. [worldarchery.org](http://worldarchery.org)
3. [pse-archery.com](http://pse-archery.com)
4. [archeryewrope.com](http://archeryewrope.com)
5. <http://www.shooting-ukraine.com>
6. <http://www.issf-sports.org>

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