

Гиленко А.В.

аспірант,

*Чернігівський національний педагогічний університет
імені Т.Г. Шевченка*

СУЧАСНИЙ СТАН РІВНЯ СТРІЛЕЦЬКОЇ ПІДГОТОВКИ УКРАЇНСЬКИХ БІАТЛОНІСТІВ

Щільність результатів у сучасному біатлоні є надзвичайно високою, тому роль якості та швидкості стрільби є значною складовою у досягненні високих результатів на змаганнях.

Біатлон – складний вид спортивної діяльності, який поєднує два принципово різні за характером психологічного стану і функціональними вимогами до організму спортсмена види діяльності. Це, безпосередньо, неодноразові переходи від лижної гонки до стрільби та навпаки.

У практиці підготовки спортсменів-біатлоністів широко використовують різні засоби та методи тренувань, за допомогою яких спортсмен досягає певного рівня підготовки. Одним з найефективніших є змагання.

Аналіз спеціальної літератури дає можливість стверджувати, що стрілецька підготовка біатлоністів викликає значний інтерес у світі науки. Вивченню питання стрілецької підготовки біатлоністів присвятили свої праці багато науковців сучасності: Зубрилов Р., Кедяров А., Крупський В. та інші. Багаточисельні дослідження у біатлоні показують, що на фоні збільшення швидкості пересування по лижні, стрільба постає дуже вагомим компонентом у кінцевому результаті змагань [4; 5]. Підсумки виступів спортсменів на міжнародних змаганнях показують, що при незначній різниці у швидкості гонки і часі перебування на вогневому рубежі, вагомим чинником у кінцевому результаті є влучна стрільба.

Рівень стрілецької підготовки залежить від багатьох факторів. Це і якість гвинтівки та патронів, і правильні тактичні дії спортсмена на вогневому рубежі і рівень функціональної та психологічної підготовки і вплив погодних умов [2].

Найбільш ефективним способом оцінки стрілкової майстерності спортсмена-біатлоніста є інтегральний показник, який характеризує надійність стрільби – «відсоток попадань», як на окремих змаганнях, так і за сезон в цілому [3].

На всіх міжнародних змаганнях з біатлону використовують дві електронні системи контролю: HoRa 2000 E і SIWIDATA. Перша – контролює події, які відбуваються на вогневому рубежі, а друга – рух по дистанції. Це дає можливість сучасним дослідникам і науковцям аналізувати виступи на змаганнях як окремого спортсмена, так і команди загалом.

Саме за допомогою системи HoRa 2000 E, ми можемо дізнатися про час перебування спортсмена на вогневому рубежі, інтервал між вистрілами та влучність.

Кожен тренер має свою напрацьовану методику, яка допомагає його спортсменам досягати високих результатів. Проте, не завжди ці методики є

результативними для того чи іншого спортсмена. Тому аналізуючи стрілецьку підготовку українських біатлоністів ми не можемо спостерігати високий рівень підготовки всієї команди в цілому. Хоча окремі спортсмени показують високий відсоток влучних пострілів у змагальній стрільбі.

Так згідно статистики результатів виступів на змаганнях, у сезоні 2007-2008 спортсмен збірної України Олександр Біланенко мав показник якості стрільби 89,5%. (Статистика враховує Кубок світу та Чемпіонат світу з біатлону). А у сезонах 2008-2009, 2009-2010, та 2010-2011 український спортсмен Олег Бережний мав відповідно 94,3%, 93,4%, 92,5%, закритих мішеней, що давало йому можливість бути лідером у загальному рейтингу стрілецької підготовки біатлоністів. Таким чином окремі спортсмени національної збірної досягали значних результатів у влучності.

Жіночі результати також мають свої досягнення, так у сезоні 2008-2009, Оксана Хвостенко з результатом 91,8% влучності, була другою у рейтингу стрілецької підготовки, за виступами на міжнародних змаганнях. В сезоні 2010-2011, показник дещо погіршився до 88,2%, проте це не завадило їй посісти 3 сходинку у рейтингу. В цьому ж сезоні ще одна українська спортсменка Наталія Бурдига змогла досягти високих показників влучності 87,3%, що дало їй змогу потрапити до топ 10 стрільків-біатлоністів. А сезон 2016-2017 був вдалим для Ірини Варвинець, яка з результатом 91,8% зайняла першу сходинку рейтингу кращих стрільків-біатлоністів.

Загальнокомандний рівень стрілецької підготовки в останні роки є значно нижчим (Табл 1). У таблиці показані результати виступів національних збірних команд з біатлону. До уваги бралися показники найкращих шести спортсменів, що представляли ту, чи іншу країну у відповідному сезоні (статистика враховує Кубок світу, Чемпіонат світу та Олімпійські ігри).

Таблиця 1

**Середнє значення показника якості стрільби
національних чоловічих збірних з біатлону**

| Сезон | команда | | | |
|-----------|----------------|--------------|-----------------|------------------|
| | збірна України | збірна Росії | збірна Норвегії | збірна Німеччини |
| 2013-2014 | 81,2% | 86,3% | 86,2% | 86,6% |
| 2014-2015 | 81,1% | 86% | 85,9% | 87,6% |
| 2015-2016 | 82,7% | 85,2% | 84,6% | 84,4% |
| 2016-2017 | 81,9% | 87% | 87,2% | 85% |

Проаналізувавши виступи українських та іноземних спортсменів можна спостерігати відставання наших біатлоністів у якості виконання стрільби. Так, як протягом чотирьох сезонів показники практично не змінювалися, за виключенням сезону 2015-2016. А от зарубіжні команди стабільно показують більш високі результати, що допомагає їм значно частіше займати призові місця.

Таким чином можна зробити підсумок, що рівень стрілецької підготовки українських спортсменів є не достатньо високим, щоб конкурувати з лідерами світового біатлону. Отже система стрілецької підготовки потребує вдосконалення та розширення напрацьованих методик.

Список використаних джерел:

1. Глебов В.А, Фирстова Н.В. Стрелковая подготовка биатлонистов // Спортивная и оздоровительная направленность занятий лыжным спортом. – Омск, 2001. – С. 52-53.
2. Зубрилов, Р. А. Становление, развитие и совершенствование техники стрельбы в биатлоне / Р. А. Зубрилов. – М. : Советский спорт, 2013.
3. Зубрилов, Р. А. Стрелковая подготовка биатлониста / Р. А. Зубрилов. – Київ : Олімп. літ., 2010. – 293 с.
4. Кедяров А.П. К Обучение стрельбе в биатлоне: пособие для тренеров и спортсменов / А.П. Кедяров. Науч.-исслед. ин-т физ.культуры и спорта Республики Беларусь. – Минск: Полирек, 2007. – 104 с.
5. Крупський В. Підвищення спеціальної стрілецької підготовки лижників-біатлоністів до основних змагань сезону // Крупський В., Кільчицький В. // Молода спортивна наука України Збірник наукових праць у галузі фізичної культури та спорту Львівський державний університет фізичної культури. – Львів, 2012. – Т. 1. – С. 127-131.
6. Степнов А.И. Особенности тренировочного процесса юных биатлонистов // А.И. Степнов // Учеб. пос. – Омск, 2002. – С. 23-25.
7. Трояновська М.М., Підвищення стрілецької підготовки біатлоністів з використанням комп'ютерно-електронної установки // М.М. Трояновська, М.Г. Лазаренко // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт / Черн. нац. пед. ун-т ім. Т.Г. Шевченка; голов ред. М.О. Носко. – Чернігів, 2012. – Вип. 98. – С. 197-200.

Драпінська Л.М.

аспірант,

Науковий керівник: Шевців У.С.

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,

Львівський державний університет фізичної культури

імені Івана Боберського

СУЧАСНІ ТЕХНОЛОГІЇ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ

В Україні головним нормативно-правовим актом, який визначає загальні правові, організаційні, соціальні та економічні основи діяльності у сфері фізичної культури і спорту та регулює суспільні відносини у створенні умов для розвитку фізичної культури і спорту є Закон України «Про фізичну культуру і спорт» зі змінами та доповненнями від 17.11.2009 р. № 1724-VI. У статті 26 «Фізична культура у сфері освіти» зазначено, що фізична культура у сфері освіти має на меті забезпечити розвиток фізичного здоров'я учнів та студентів, комплексний підхід до формування розумових і фізичних здібностей особистості, вдосконалення фізичної та психологічної підготовки до активного життя.