

НАЧАЛЬНОЕ ОБУЧЕНИЕ ПУЛЕВОЙ СТРЕЛЬБЕ МАЛЬЧИКОВ 10–12 ЛЕТ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ВСПОМОГАТЕЛЬНЫХ ТРЕНИРОВОЧНЫХ СРЕДСТВ

В. Д. Иванов¹, В. А. Гоголева², Н. Ю. Мищенко³, В. А. Громов⁴

¹Челябинский государственный университет, Челябинск, Россия

²Спортивная школа олимпийского резерва по пулевой стрельбе, Челябинск, Россия

³Уральский государственный университет физической культуры, Челябинск, Россия

⁴Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет, Челябинск, Россия

Аннотация. Рассматриваются специфические особенности пулевой стрельбы как вида спорта. Дана характеристика и раскрыты особенности применения вспомогательных тренировочных средств в учебно-тренировочном процессе мальчиков 10–12 лет, занимающихся пулевой стрельбой. Юные стрелки 10–12 лет экспериментальной группы в конце педагогического эксперимента продемонстрировали статистически достоверное преобладание по всем применяемым контрольным тестам, характеризующим уровень общей, специальной и технической подготовленности, а также высокий уровень теоретической и практической подготовленности.

Ключевые слова: пулевая стрельба, юные спортсмены 10–12 лет, начальное обучение умениям и навыкам пулевой стрельбы, вспомогательные тренировочные средства.

Актуальность. Пулевую стрельбу специалисты характеризуют как «разновидность спортивной стрельбы, которая формирует выдержку и настойчивость, координацию и наблюдательность, решительность и волю к победе» [5]. Выполненный анализ научно-методической литературы показал, что пулевая стрельба характеризуется следующим разнообразием особенностей выполнения упражнений [4]:

- 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 [2].

По мнению С. Г. Александрова, С. В. Кочеткова (2024), «меткая спортивная стрельба является сложно координационным навыком. Овладеть им








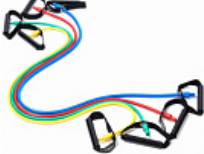
доступно каждому, но с затратой большого труда, времени на изучение основ теории стрельбы, материальной части оружия, а главное — на овладение техникой меткого выстрела, систематического совершенствования ее элементов, закрепления и совершенствования приобретенных навыков. Занятия спортивной стрельбой 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» [1].

Цель исследования: модернизировать методику начального обучения пулевой стрельбе мальчиков 10–12 лет в рамках дополнительного образования на основе применения вспомогательных тренировочных средств.

Организация исследования. Учебно-тренировочные занятия юных стрелков 10–12 лет в количестве 16 человек были организованы на базе Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа олимпийского резерва по пулевой стрельбе» города Челябинска. Все спортсмены были разделены на

Таблица 1

Особенности использования вспомогательных тренировочных средств при начальном обучении пулевой стрельбе мальчиков 10–12 лет

| Название вспомогательного средства | Характеристика и особенности применения в учебно-тренировочном процессе |
|---|--|
| Балансиры | |
|  <p>Полусфера BOSU</p> | <p>Тренажер, который представляет собой полусферу с жёстким основанием. Использовался для активизации работы вестибулярного аппарата, укрепления мышц-стабилизаторов (мышцы кора (core), мышцы спины, мышцы бедра и ягодицы), мальчиков 10–12 лет, позволяющих удерживать устойчивое положение во время выполнения разнообразных движений, а также выполнения аэробных упражнений, упражнений на растягивание, силовых и плиометрических упражнений.</p> |
|  <p>Платформа балансирующая Т-401</p> | <p>Платформа, диаметр 40 см, надувная, высота регулируется степенью подкачки воздуха. Данный тренажер способствует тренировке вестибулярного аппарата и позволяет задействовать самые разные группы мышц, развивая ловкость и силу. Использовался для упражнений на баланс, реабилитационных упражнений, а также аэробных и силовых тренировок. Мышцы корпуса активно работают в течение всего времени, пока занимающийся удерживает баланс на платформе, чтобы помочь стабилизировать тело. Это обеспечивает нагрузку на мышцы живота и спины даже во время выполнения упражнений, которые нацелены на другие части тела.</p> |
|  <p>Баланс-борд</p> | <p>Это неустойчивая доска, которая требует координации и умения балансировать, чтобы удержаться на ней. Это простое приспособление использовалось для совершенствования равновесия и баланса как с оружием, так и без оружия.</p> |
|  <p>Балансирующая подушка</p> | <p>Использовалась с целью тренировки вестибулярного аппарата, выработке и улучшению чувства равновесия, поддержанию правильной осанки.</p> |
|  <p>Баланс-платформа FitnessDivision</p> | <p>Использовалась для укрепления вестибулярного аппарата, развития гибкости, координации и укрепления тазобедренных мышц, для развития двигательного аппарата мальчиков 10-12 лет, занимающихся пулевой стрельбой.</p> |
| Специальное оборудование | |
|  <p>Эспандер кистевой (стрелковый)</p> | <p>Позволяют качать каждый палец по отдельности. Для стрелка наибольшую важность представляет указательный палец, который должен быть хорошо накачанным. Эспандер использовался для отработки техники правильного нажатия на спуск и не сдергивать оружие и повышения результатов в стрелковой подготовке занимающихся.</p> |
|  <p>Кистевой эспандер резиновый</p> | <p>Кистевой эспандер — компактный тренажер с уникальным функционалом. Упражнения с этим тренажером способствовали укреплению мелких мышц пальцев и всей кисти, мускул запястий и предплечий, развитию силы хвата занимающихся.</p> |
|  <p>Эластичный резиновый амортизатор</p> | <p>Резиновый амортизатор — это инновационный тренировочный тренажер, который напоминает обыкновенную эластичную ленту. Благодаря тренажеру мы воздействовали на мышечные клетки. Таким образом разительно увеличивали общую продуктивность тренировки, независимо от итоговой цели, будь то развитие скорости, силы или силовой выносливости. Натяжение резинового амортизатора менялось в зависимости от подготовленности стрелка и этапа тренировки.</p> |

две опытные группы: контрольную (n=8) и экспериментальную (n=8). Контрольная группа, занималась в соответствии с традиционной «программой спортивной подготовки для спортивных школ по пулевой стрельбе» [3].

Экспериментальная группа — по модернизированной методике с применением вспомогательных тренировочных средств (полусферы босу, эспандера кистевого, эластичного амортизатора и др.) (таблица 1), с преимущественной направленностью — развитие специальных физических качеств мальчиков 10–12 лет, таких как координация, устойчивость,

статическая выносливость и сила, которые способствуют более быстрому освоению техники и тактики стрельбы, повышают физическую, стрелковую и практическую подготовленность обучающегося.

Результаты исследования. Оценка показателей, характеризующих уровень физической и технической подготовленности юных стрелков 10–12 лет, проведенная после окончания исследования установила наличие статистически достоверных отличий во всех тестах, характеризующих физическую (таблица 2) и техническую подготовленность (таблица 3).

Таблица 2

Результаты сравнительного анализа физической подготовленности юных стрелков 10–12 лет в конце исследования

| Название контрольного упражнения (теста) | Контрольная группа (n=8) | Экспериментальная группа (n=8) | t | Достоверность различий |
|--|--------------------------|--------------------------------|-----|------------------------|
| Оценка общей физической подготовленности | | | | |
| 1 Бег на 30 м, с высокого старта (сек) | 5,9 ± 0,57 | 5,2 ± 0,47 | 3,4 | P < 0,05 |
| 2 Челночный бег 3x10м (сек) | 10,4 ± 0,18 | 9,0 ± 0,27 | 6,2 | P < 0,05 |
| 3 Бег на 1000 м (мин) | 6,26 ± 0,73 | 5,56 ± 0,52 | 3,8 | P < 0,05 |
| 4 Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз) | 6,38 ± 0,38 | 8,89 ± 1,11 | 2,8 | P < 0,05 |
| 5 Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (см) | 7,75 ± 0,25 | 10,75 ± 0,75 | 5,5 | P < 0,05 |
| 6 Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин) (кол-во раз) | 22,24 ± 0,87 | 27,86 ± 1,14 | 4,8 | P < 0,05 |
| Оценка специальной физической подготовленности | | | | |
| 1 Кистевая динамометрия (кг) | 14,8 ± 1,48 | 16,2 ± 1,53 | 4,4 | P < 0,05 |
| 2 Прыжки со скакалкой без остановки за 1 мин. (кол-во раз) | 18,0 ± 0,26 | 22,0 ± 0,29 | 3,1 | P < 0,05 |
| 3 Удержание винтовки в позе-изготовке для стрельбы лежа (мин) | 6,77 ± 0,13 | 8,34 ± 0,28 | 4,5 | P < 0,05 |
| 4 Удержание винтовки в позе-изготовке для стрельбы стоя (мин) | 5,23 ± 0,71 | 6,24 ± 0,63 | 5,2 | P < 0,05 |
| 5 Стойка на одной ноге с закрытыми глазами (сек) | 3,85 ± 1,38 | 4,67 ± 1,42 | 3,5 | P < 0,05 |
| 6 Перешагивание через гимнастическую палку (сек) | 20,54 ± 0,41 | 18,14 ± 0,36 | 4,3 | P < 0,05 |
| 7 Тест Яроцкого (сек) | 16,37 ± 0,62 | 15,21 ± 0,33 | 4,7 | P < 0,05 |
| 8 Проба Генчи (сек) | 18,5 ± 0,32 | 22,4 ± 0,28 | 3,6 | P < 0,05 |

Таблица 3

Результаты сравнительного анализа технической подготовленности юных стрелков 10–12 лет в конце исследования

| Название контрольного упражнения (теста) | Контрольная группа (n=8) | Экспериментальная группа (n=8) | t | Достоверность различий |
|--|--------------------------|--------------------------------|-----|------------------------|
| Оценка технической подготовленности | | | | |
| Положение при стрельбе: | | | | |
| лежа (кол-во очков) | 18,4 ± 0,26 | 22,6 ± 0,37 | 5,6 | P > 0,05 |
| стоя (количество очков) | 16,2 ± 0,09 | 20,8 ± 0,12 | 4,8 | P > 0,05 |
| с колена (количество очков) | 18,7 ± 0,31 | 21,6 ± 0,29 | 4,5 | P > 0,05 |

Оценка динамики общей физической подготовленности показала, что есть значительный прирост в результатах у мальчиков экспериментальной группы, что составляет в тесте (таблица 4; рисунок 1):

- «Бег на 30 м, с высокого старта» (сек) — 19,1 %;
- «Челночный бег 3х10м» (сек) — 17,3 %;
- «Бег на 1000 м (мин)» — 25,2 %;
- «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу» (кол-во раз) — 46,1 %;
- «Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)» (см) — 50,7 %;
- «Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)» (кол-во раз) — 64,8 %.

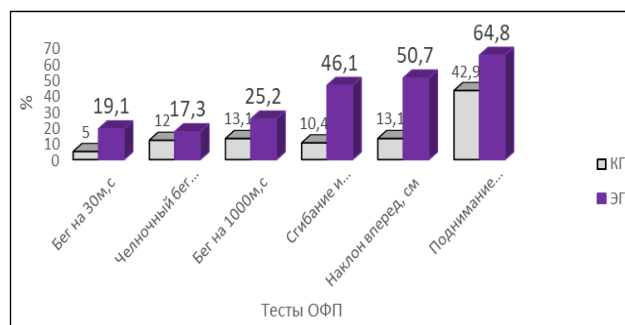


Рис. 1. Динамика темпов прироста показателей физической подготовленности юных стрелков 10–12 лет за период эксперимента (в %)

Таблица 4

Прирост показателей физической подготовленности юных стрелков 10–12 лет, произошедший за период педагогического эксперимента (в %)

| Название контрольного упражнения (теста) | Контрольная группа (n=8) | | Экспериментальная группа (n=8) | |
|--|--------------------------|------|--------------------------------|------|
| | В условных единицах | В % | В условных единицах | В % |
| Прирост показателей общей физической подготовленности | | | | |
| 1 Бег на 30 м, с высокого старта (сек) | 0,3 | 5,0 | 1,1 | 19,1 |
| 2 Челночный бег 3х10м (сек) | 1,2 | 12,0 | 1,7 | 17,3 |
| 3 Бег на 1000 м (мин) | 0,85 | 13,1 | 1,6 | 25,2 |
| 4 Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз) | 0,63 | 10,4 | 3,33 | 46,1 |
| 5 Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (см) | 0,95 | 13,1 | 4,35 | 50,7 |
| 6 Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин) (кол-во раз) | 7,86 | 42,9 | 13,63 | 64,8 |
| Прирост показателей специальной физической подготовленности | | | | |
| 1 Кистевая динамометрия (кг) | 1,2 | 8,5 | 2,4 | 16,0 |
| 2 Прыжки со скакалкой без остановки за 1 мин. (кол-во раз) | 4,25 | 26,8 | 8,37 | 47,0 |
| 3 Удержание винтовки в позе-изготовке для стрельбы лежа (мин) | 2,13 | 38,0 | 3,88 | 60,6 |
| 4 Удержание винтовки в позе-изготовке для стрельбы стоя (мин) | 0,77 | 15,9 | 1,87 | 35,2 |
| 5 Стойка на одной ноге с закрытыми глазами (сек) | 0,18 | 4,8 | 1,09 | 29,2 |
| 6 Перешагивание через гимнастическую палку (сек) | 1,59 | 7,5 | 4,97 | 24,1 |
| 7 Тест Яроцкого (сек) | 0,87 | 5,2 | 2,65 | 16,0 |
| 8 Проба Генчи (сек) | 3,7 | 22,2 | 8,5 | 46,8 |

Прирост результатов общей физической подготовленности юных стрелков контрольной группы составил в тесте (табл. 4; рис. 2):

- «Бег на 30 м, с высокого старта» (сек) — 5,0 %;
- «Челночный бег 3х10м» (сек) — 12,0 %;
- «Бег на 1000 м (мин)» — 13,1 %;
- «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу» (кол-во раз) — 10,4 %;

- «Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)» (см) — 13,1 %;
- «Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)» (кол-во раз) — 42,9 %.

Проведенный анализ темпов прироста показателей специальной физической подготовленности юных стрелков 10–12 лет показал, что наибольший прирост был получен в результатах мальчи-

ков экспериментальной группы и составил в тесте (табл. 4; рис. 2):

- «Кистевая динамометрия» (кг) — 16,0 %;
- «Прыжки со скакалкой без остановки за 1 мин» (кол-во раз) — 47,0 %;
- «Удержание винтовки в позе-изготовке для стрельбы лежа» (мин) — 60,6 %;
- «Удержание винтовки в позе-изготовке для стрельбы стоя» (мин) — 35,2 %;
- «Стойка на одной ноге с закрытыми глазами» (сек) — 29,2 %;
- «Перешагивание через гимнастическую палку» (сек) — 24,1 %;
- «Тест Яроцкого» (сек) — 16,0 %;
- Проба Генчи (сек) — 46,8 %.

У юных стрелков контрольной группы темпы прироста специальной физической подготовленности, составили в тесте (табл. 4; рис. 2):

- «Кистевая динамометрия» (кг) — 8,5 %;
- «Прыжки со скакалкой без остановки за 1 мин» (кол-во раз) — 26,8 %;

- «Удержание винтовки в позе-изготовке для стрельбы лежа» (мин) — 38,0 %;
- «Удержание винтовки в позе-изготовке для стрельбы стоя» (мин) — 15,9 %;
- «Стойка на одной ноге с закрытыми глазами» (сек) — 4,8 %;
- «Перешагивание через гимнастическую палку» (сек) — 7,5 %;
- «Тест Яроцкого» (сек) — 5,2 %;
- Проба Генчи (сек) — 22,2 %.

Мальчики экспериментальные группы значительно улучшили показатели в технике пулевой стрельбы по мишени (рис. 3). Прирост набранных очков за период эксперимента составил (табл. 5; рис. 4):

- при стрельбе из положения лежа — 7,8 очков, или 41,7 %;
- при стрельбе из положения стоя — 7,6 очков, или 44,7 %;
- при стрельбе из положения с колена — 6,2 очка, или 33,5 %.

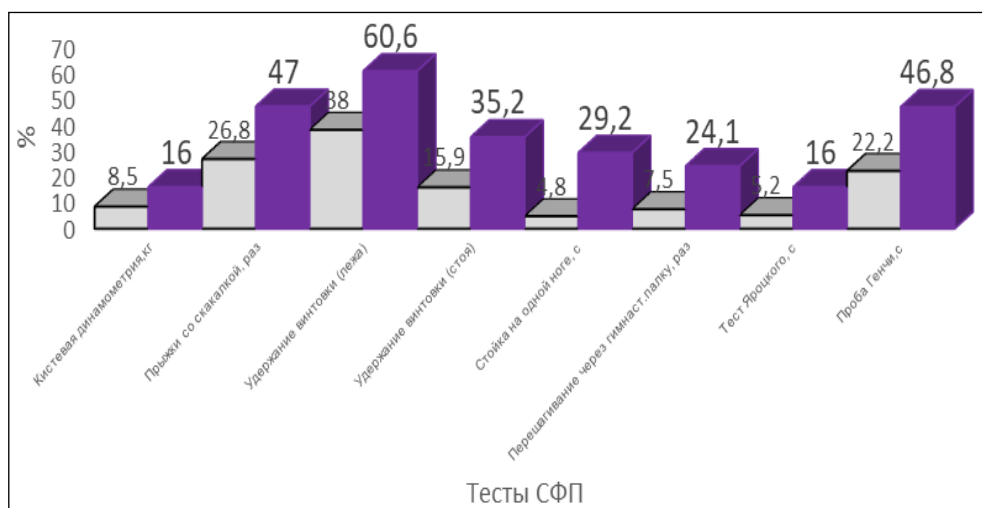


Рис. 2. Темпы прироста показателей специальной физической подготовленности юных стрелков 10–12 лет, произошедшие за период педагогического эксперимента (в %)



Рис. 3. Сдача нормативов юными стрелками по технической подготовке: «Стрельбе по мишени»

У мальчиков контрольной группы прирост набранных очков за стрельбу по мишени за период эксперимента составил (таблица 5; рисунок 4):

- при стрельбе из положения лежа — 4,2 очка, или 25,8 %;
- при стрельбе из положения стоя — 2,6 очка, или 17,4 %;
- при стрельбе из положения с колена — 3,5 очка, или 20,6 %.

Выполнение освоения программы спортивной подготовки по пулевой стрельбе обучающимися 10–12 лет контрольной и экспериментальной группы проводилась по разработанным нами критериям оценки уровня теоретической и практической подготовленности. В результате анализа полученных результатов мы выяснили: шесть мальчиков экспериментальной группы, или 75 %, освоили предусмотренный программой объём теоретических знаний на 80–100 % за период эксперимента, что соответствует высокому уровню теоретической подготовленности (юные стрелки владеют на высоком уровне специальными терминами, употребляют их осознанно и в полном соответствии с их содержанием) (табл. 6; рис. 5).

У двух мальчиков, юных стрелков 10–12 лет экспериментальной группы был выявлен средний уровень теоретической подготовленности, что соответствует 50–70 % объёму усвоенных знаний, при этом юные спортсмены-стрелки владеют специальной терминологией на среднем уровне, сочетают специальную терминологию с бытовой. Мальчиков, юных стрелков 10–12 лет с низким уровнем теоретической подготовленности обнаружено не было (табл. 6; рис. 5).

В контрольной группе было определено, что большинство юных стрелков — пять человек, или 62,5 %, имеют средний уровень теоретической подготовленности; два человека, или 25,0 %, — низкий уровень теоретической подготовленности, что соответствует низкому овладению объёмом теоретических знаний менее чем 50 %, предусмотренных программой; при этом обучающиеся, как правило, не употребляли специальные термины (таблица 6; рисунок 5). Выявлено, что лишь один юный спортсмен, или 12,5 % человек имеет высокий уровень теоретической подготовленности (табл. 6; рис. 5).

Таблица 5

Прирост показателей технической подготовленности юных стрелков 10–12 лет, произошедший за период педагогического эксперимента (в %)

| Название контрольного упражнения (теста) | Контрольная группа (n=8) | | Экспериментальная группа (n=8) | |
|---|--------------------------|------|--------------------------------|------|
| | В условных единицах | В % | В условных единицах | В % |
| Положение при стрельбе: лежа (кол-во очков) | 4,2 | 25,8 | 7,8 | 41,7 |
| Положение при стрельбе: стоя (количество очков) | 2,6 | 17,4 | 7,6 | 44,7 |
| Положение при стрельбе: с колена (количество очков) | 3,5 | 20,6 | 6,2 | 33,5 |

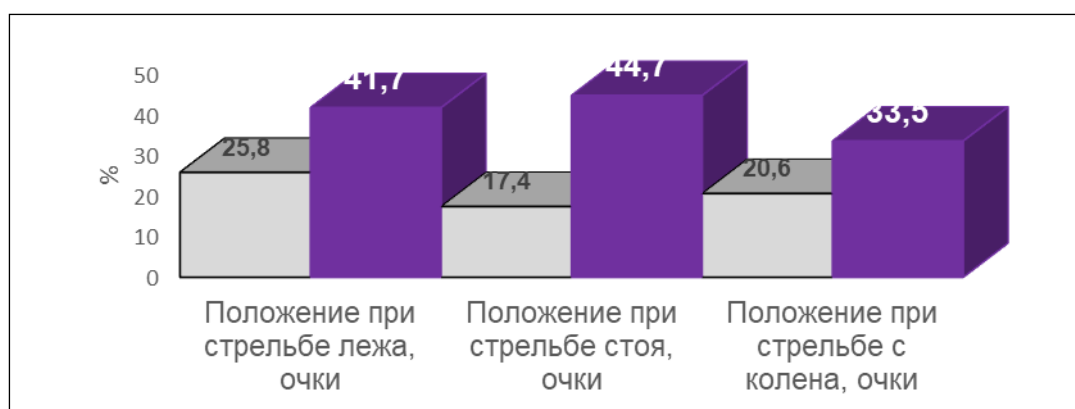


Рис. 4. Прирост показателей в стрельбе по мишени юных стрелков 10–12 лет из различных положений: стоя, лежа, с колена, произошедший за период эксперимента (в %)

Оценка уровня теоретической и практической подготовленности юных стрелков опытных групп в конце эксперимента (в %)

| Уровень освоения программы подготовки | Контрольная группа (n=8) | | Экспериментальная группа (n=8) | |
|---|--------------------------|------|--------------------------------|-----|
| | Количество человек | В % | Количество человек | В % |
| Уровень теоретической подготовленности | | | | |
| Низкий уровень | 2 | 25 | 0 | 0 |
| Средний уровень | 5 | 62,5 | 2 | 25 |
| Высокий уровень | 1 | 12,5 | 6 | 75 |
| Уровень практической подготовленности | | | | |
| Низкий уровень | 2 | 25 | 0 | 0 |
| Средний уровень | 4 | 50 | 2 | 25 |
| Высокий уровень | 2 | 25 | 6 | 75 |

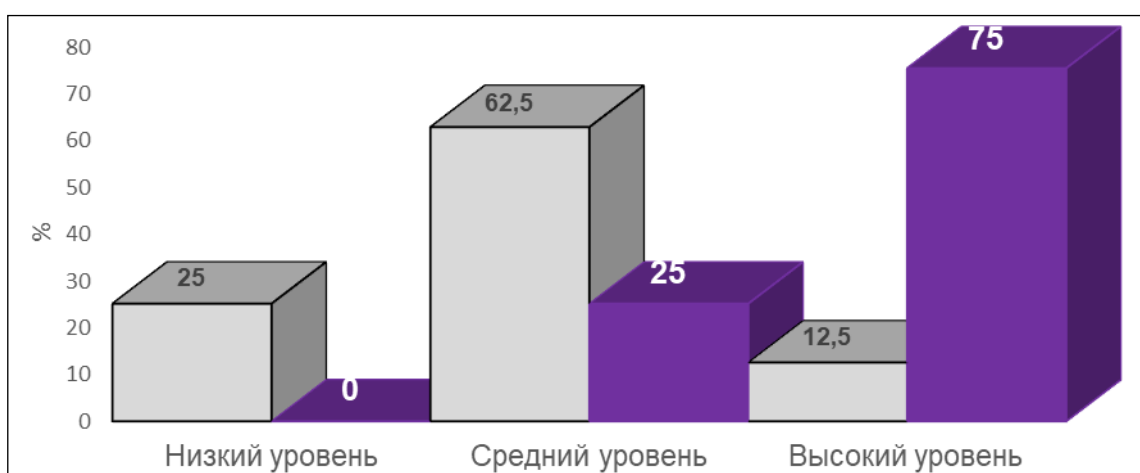


Рис. 5. Распределение юных стрелков 10–12 лет по уровню теоретической подготовленности в конце эксперимента (в %)

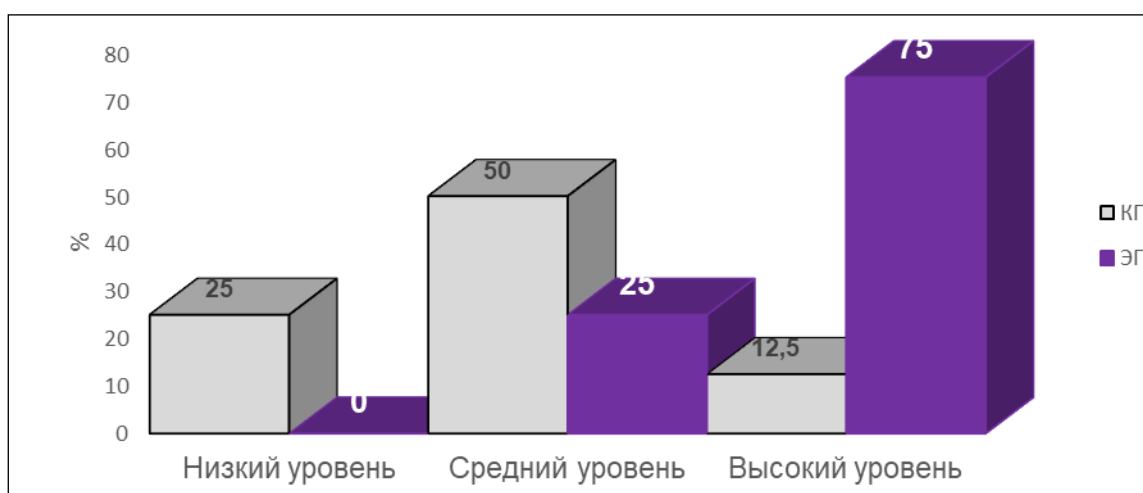


Рис. 6. Распределение юных стрелков 10–12 лет по уровню практической подготовленности в конце эксперимента (в %)

Мальчики, занимающиеся пулевой стрельбой, экспериментальной группы показали в основном высокий уровень практической подготовленности, характеризующийся высоким уровнем сформиро-

ванности двигательных умений и навыков, что составило шесть человек, или 75 %. При этом обучающиеся овладели на 80–100 % практическими умениями и навыками, предусмотренными про-

граммой за период педагогического эксперимента; показали высокий уровень умения работать с пневматическим стрелковым оружием самостоятельно, не испытывая при этом особых трудностей; выполнили более 50 % практических тестов и нормативов на «отлично»; показали высокий уровень умения выявлять, анализировать и исправлять допущенные ошибки, а также отличный уровень умения применять полученную информацию на практике.

Лишь у двух юных стрелков, или 25 %, был выявлен средний уровень практической подготовленности, что составило 50–70 % объема усвоенных умений и навыков. При этом было определено, что мальчики могут работать с пневматическим стрелковым оружием с помощью педагога. При сдаче практических тестов и нормативов стрелковых упражнений выполнили 50 % на оценку «отлично» и «хорошо» (табл. 6; рис. 6).

Уровень практической подготовленности юных стрелков контрольной группы показал, что из восьми человек, лишь двое обучающихся, или 25,0 %, имеют высокий уровень практической подготовленности; четверо обучающихся, или 50,0 %, — средний уровень и двое обучающихся, или 25,0 %, — низкий уровень практической подготовленности (табл. 6; рис. 6).

Выводы. Таким образом, модернизированная методика начального обучения пулевой стрельбе юных спортсменов 10–12 лет на основе применения вспомогательных тренировочных средств доказала свою эффективность и целесообразность, так как способствовала более значимому повышению уровня физической и технической подготовленности, а также теоретической и практической подготовленности обучающихся экспериментальной группы по сравнению с обучающимися контрольной группы,

которые занимались по традиционной программе подготовки.

Список литературы

1. Александров, С. Г. Индивидуализация спортивной тренировки подростков 12–14 лет в стрельбе из пневматической винтовки / С. Г. Александров, С. В. Кочеткова // Бизнес. Образование. Право. 2024. № 3 (68). С. 523–528.
2. Мищенко, Н. Ю. Развитие двигательных способностей у детей 10–12-летнего возраста, занимающихся пулевой стрельбой / Н. Ю. Мищенко // Физическая культура. Спорт. Туризм, двигательная рекреация. 2020. Т. 5, № 4. С. 91–100.
3. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 12.12.2023 № 973 «Об утверждении примерной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «пулевая стрельба» (Зарегистрирован 16.01.2024 № 76878) // Официальное опубликование правовых актов : официальный сайт. URL : <http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202401170014>
4. Сайфуддинов, С. Б. Особенности пулевой стрельбы как олимпийской дисциплины и возможные способы популяризации стрелкового спорта с использованием маркетинговых механизмов / С. Б. Сайфуддинов // Academic research in educational sciences. 2021. № 10.
5. Ши, Дунлинь Применение восстановительных средств и методов в тренировочном процессе стрелков-пулевиков / Дунлинь Ши // Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports. 2007. № 8.

Поступила в редакцию 28.09.2024; одобрена после рецензирования 18.12.2024; принята к публикации 15.07.2025

Конфликт интересов. Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Для цитирования: Иванов, В. Д. Начальное обучение пулевой стрельбе мальчиков 10–12 лет с использованием вспомогательных тренировочных средств / В. Д. Иванов, В. А. Гоголева, Н. Ю. Мищенко, В. А. Громов // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. 2025. Т. 10, № 3. С. 39–48. DOI: 10.47475/2500-0365-2025-10-3-39-48.

Сведения об авторах

Иванов Валентин Дмитриевич — кандидат педагогических наук, доцент, и.о. заведующего кафедрой индустрии спорта, Челябинский государственный университет. Челябинск, Россия. **ORCID ID:** 0000-0002-2952-3222. **SPIN-код:** 7693-1131, **AuthorID:** 229821. **E-mail:** vdy-55@mail.ru

Гоголева Валерия Александровна — мастер спорта по пулевой стрельбе из пистолета, тренер-преподаватель, Спортивная школа олимпийского резерва по пулевой стрельбе города Челябинска. Челябинск, Россия, E-mail: gogoleva.08888@gmail.com

Мищенко Наталья Юрьевна — кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой теории и методики физического воспитания. Уральский государственный университет физической культуры. Челябинск, Россия, ORCID ID: 0000-0001-8405-5348, Author ID: 386492 E-mail: NUMishenko@yandex.ru

Громов Виктор Александрович — кандидат педагогических наук, доцент кафедры физического воспитания. Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет. Челябинск, Россия, ORCID ID: 0000-0002-0158-3338, Author ID: 877609 E-mail: camp048@mail.ru

PHYSICAL CULTURE. SPORT. TOURISM. MOTOR RECREATION

2025, vol. 10, no. 3, pp. 39-48.

Initial Training Bullet Shooting for Boys 10–12 Years Old Using Auxiliary Training Gears Means

Ivanov V. D.¹, Gogoleva V. A.², Mishchenko N. Yr.³, Gromov V. A.⁴

¹Chelyabinsky State University, Chelyabinsk, Russia, vdy-55@mail.ru

²Olympic Reserve Sports School for Bullet Shooting, Chelyabinsk, Russia, gogoleva.08888@gmail.com

³Ural State University of Physical Culture, Chelyabinsk, Russia, NUMishenko@yandex.ru

⁴Yuzhno-Uralsky State Humanitarian Pedagogical University, Chelyabinsk, Russia, camp048@mail.ru

Abstract. The specific features of bullet shooting as a sport are considered. Characteristics are given and the features of the use of auxiliary training aids in the educational and training process of 10–12 year old boys engaged in bullet shooting are revealed. Young shooters 10–12 years old from the experimental group at the end of the pedagogical experiment demonstrated a statistically significant dominance in all used control tests, characterizing the level of general, special and technical preparedness, as well as a high level of theoretical and practical preparedness.

Keywords: bullet shooting, young athletes 10–12 years old, initial training in bullet shooting skills, auxiliary training aids.

References

1. Aleksandrov S.G., Kochetkova S.V. Individualizatsiya sportivnoj trenirovki podrostkov 12–14 let v strelbe iz pnevmaticheskoy vintovki [Individualization of sports training for adolescents 12–14 years old in air rifle shooting] *Biznes. Obrazovanie. Pravo* [Business. Education. Right]. 2024, no. 3 (68), pp. 523–528. (In Russ.).

2. Mishchenko N.Yu. Razvitie dvigatel'no-koordinatsionnyh sposobnostej u detej 10–12-letnego vozrasta, zanimajuschisja pulevoj strelboj [Development of motor-coordinating abilities in children aged 10–12 years engaged in bullet shooting] *Fizicheskaja kultura. Sport. Turizm, dvigatel'naja rekreacija* [Physical culture. Sport. Tourism, motor recreation]. 2020, T. 5, no. 4, p. 91–100. (In Russ.).

3. Prikaz Ministerstva sporta Rossijskoj Federatsii ot 12.12.2023 № 973 «Ob utverzhdenii primernoj dopolnitelnoj obrazovatelnoj programmy sportivnoj podgotovki po vidu sporta «pulevaja strelba» (Zaregistririvan 16.01.2024 № 76878) [Order of the

Ministry of Sports of the Russian Federation dated December 12, 2023 No. 973 «On approval of an approximate additional educational program for sports training in the sport of «bullet shooting» (Registered on January 16, 2024 No. 76878)] *Ofitsialnoe opublikovanie pravovyh aktov : ofitsialnyj sayt* [Official publication of legal acts: official website]. Available at: <http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202401170014> (In Russ.).

4. Saifuddinov S.B. Osobennosti pulevoj strel'by kak olimpijskoj distsipliny i vozmozhnye sposoby popularizatsii strelkovogo sporta s ispol'zvaniem marketingovyh mehanizmov [Features of bullet shooting as an Olympic discipline and possible ways to popularize shooting sports using marketing mechanisms] *Akademicheskie issledovanija v oblasti pedagogicheskikh nauk* [Academic research in educational sciences]. 2021. no. 10. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-pulevoy-strelby-kak-olimpijskoj-distcipliny-i-vozmozhnye-sposoby-populyarizatsii-strelkovogo-sporta-s-ispolzvaniem> (In Russ.).

5. Shi Donglin *Primenenie vosstanovitel'nyh sredstv i metodov v trenirovochnom protsesse strelkov-pulevnikov* [Application of restorative means and methods in the training process of bullet shooters] *Pedagogika, psihologija, mediko-biologicheskie problemy fizicheskogo vospitaniya i sporta* [Pedagogics,

psychology, medical-biological problems of physical training and sports]. 2007, no. 8. Available at: <https://cyberleninka.ru/article/n/primenenie-vosstanovitelnyh-sredstv-i-metodov-v-trenirovochnom-protsesse-strelkov-pulevnikov> (In Russ.).

Information about the authors

Ivanov Valentin Dmitrievich — Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Acting Head of the Department of Sports Industry, Chelyabinsk State University. Chelyabinsk, Russia. **ORCID ID:** 0000-0002-2952-3222. **SPIN-code:** 7693-1131, **AuthorID:** 229821. **E-mail:** vdy-55@mail.ru

Gogoleva Valeria Alexandrovna — master of sports in pistol shooting, a trainer-teacher, Sports School of the Olympic Reserve in bullet Shooting in Chelyabinsk. Chelyabinsk, Russia. **E-mail:** gogoleva.08888@gmail.com

Mishchenko Natalia Yurievna — Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Head of the Department of Theory and Methodology of Physical Education. Ural State University of Physical Culture. Chelyabinsk, Russia. **ORCID ID:** 0000-0001-8405-5348, **Author ID:** 386492 **E-mail:** NUMishenko@yandex.ru

Gromov Viktor Aleksandrovich — Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Physical Education. South Ural State Humanitarian Pedagogical University. Chelyabinsk, Russia, **ORCID ID:** 0000-0002-0158-3338, **Author ID:** 877609. **E-mail:** camp048@mail.ru



Это произведение доступно по лицензии Creative Commons «Attribution-NonCommercial» («Атрибуция — Некоммерческое использование») 4.0 Всемирная — <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>