

***В. А. Репин***

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПОДБОРА СТРЕЛКОВ-СПОРТСМЕНОВ В ГРУППУ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ**

В статье определена роль отбора курсантов в группу спортивного совершенствования по стрельбе из боевого оружия, а также роль самой группы в системе образовательного учреждения МВД России.

Автором дано понятие спортивного отбора, определены его этапы. Рассмотрен первый этап спортивного отбора — отбор в группу спортивного совершенствования, раскрыта актуальность этого вопроса. Рассмотрены общие и специальные критерии отбора.

*Ключевые слова:* спортивный отбор, стрельба, группа спортивного совершенствования.

***V. A. Repin***

## **METHODIC BASIS OF SELECTING SPORT SHOOTERS FOR A SPORT DEVELOPMENT GROUP**

In the article the role of selecting cadets for a combat weapon sport development group is determined as well as the role of this group itself in the system of an educational institution of the Ministry of Interior of Russia. The author defines the notion of sport selection and its stages. The first stage of sport selection — selection for a sport development group — is considered, and the applicability of this issue is revealed. General and special criteria of the selection are considered.

*Keywords:* sport selection, statistical coordination, shooting, sport development group.

Согласно регламенту проведения спартакиады среди образовательных учреждений МВД России по служебно-прикладным видам спорта по итогам лично-командных чемпионатов по служебно-прикладным видам спорта среди образовательных учреждений высшего профессионального образования МВД России за истекший год определяется победитель и призеры в общекомандном комплексном зачете. Комплексный зачет осуществляется по семи лучшим результатам в командном первенстве. При равенстве суммы мест (очков) у двух и более команд преимущество получает команда, имеющая большее количество первых, вторых и последующих мест. Если и этот показатель равен, преимущество получает команда, имеющая лучший результат на

чемпионате по стрельбе из боевого оружия.

А так как группа спортивного совершенствования является основой для формирования состава сборной учебного заведения, то отбор курсантов в группу заслуживает отдельного внимания.

**Методика отбора в стрелковых секциях предусматривает три этапа отбора. Первый этап — отбор начинающих, желающих заниматься стрельбой. Второй этап — отбор в течение первого года обучения. Третий этап — отбор стрелков, показывающих хорошие результаты, в сборную команду. Отбор в группу спортивного совершенствования является первым этапом спортивного отбора.**

Спортивный отбор — выявление перспективных стрелков из среды претендентов,

имеющее большое значение в подготовке спортивных резервов [1].

Главная задача отбора состоит в том, чтобы выбрать таких курсантов, которые в перспективе имеют возможность достичь уровня спортивного мастерства, т. е. были бы одаренными от природы качествами стрелка. Перспективные курсанты в дальнейшем смогут на высоком уровне выступать на соревнованиях различного уровня и тем самым поднимать престиж своего учебного заведения. Отбор не означает, что нужно отказать в приеме в секцию курсантам, не показавшим отличных показателей. Отсев сравнительно быстро произойдет естественным путем. Однако если неперспективный курсант будет упорно продолжать заниматься, то его недостатки через некоторое время компенсируются за счет хороших волевых задатков. Кроме того, очень важно учитывать и возрастные особенности новичков.

Отбор в группу спортивного совершенствования по стрельбе из табельного оружия тренеру необходимо проводить по общим и специальным критериям.

*К общим критериям* относятся:

1) цель, мотивы, побудившие курсанта выбрать определенное направление в стрелковом виде спорта (9 мм пистолет Макарова или автомат Калашникова);

2) динамика развития основных показателей (общее физическое состояние, антропометрические показатели, работоспособность, утомляемость, уровень развития функциональных возможностей организма, внимания и др.);

3) степень овладения техникой стрельбы на уровне требований контрольных нормативов;

4) способность переносить специфические возрастающие нагрузки;

5) психические качества личности (эмоциональная уравновешенность, выдержка, самообладание, психическая выносливость и др.);

6) реакция на помехи (ветер, дождь, поломки оружия, задержки при стрельбе и т. п.);

7) посещаемость тренировок, служебная дисциплина, учебная успеваемость.

*Специальные критерии* для ориентации на стрельбу из автомата: зрительная память, чувство времени, точность реакции, тремор (количество касаний при удержании автомата в отверстии), физическая подготовленность (координация, устойчивость, быстрота).

Для ориентации на стрельбу из пистолета предлагаются такие критерии: точность реакции, физическая подготовленность (координация, устойчивость, быстрота), тремор (количество касаний при удержании пистолета в отверстии), выносливость к статической мышечной работе, устойчивость внимания [2].

Определение мотивов кандидатов, вызвавших у них интерес к занятиям по стрельбе из табельного оружия. При этом выделяют 3 группы мотивов [3]:

1) физиологические (стремление к физическому совершенству);

2) психологические (стремление к стрессу и преодолению его);

3) социальные (желание занять достойное место в коллективе, обществе, и др.).

Как правило, в практике спортивного отбора более предпочтительным является наличие у кандидата физиологических мотивов. Это означает, что в последующем все его усилия будут направлены на самосовершенствование, на достижение высшего результата в избранном виде спортивной деятельности. Однако наличие у кандидата мотивов другой группы не исключает возможность достижения им выдающихся результатов. Также нередки случаи, когда курсант занятиями в секции хочет улучшить свои показатели на учебных занятиях. Этот мотив нельзя считать отрицательным, но для занятия в группе он неприемлем, так как, получив желаемый результат, курсант оставит тренировки. В таком случае необходимо ориентировать курсанта на работу с его преподавателем в учебной группе.

Также необходимо выяснить у кандидата, занимался ли он ранее каким-либо видом спорта, продолжает ли заниматься на сегодняшний момент. К сожалению, крайне редки случаи, когда курсанты ранее занимались спортивной стрельбой из винтовки или пистолета. Стрельба из боевого оружия

отличается от спортивной стрельбы, стендовой, пневматической, пулевой, но позволяет быстрее освоить стрельбу из боевого оружия. Занятие смежными видами спорта рекомендуется стрелку для достижения высоких результатов. К таковым можно отнести: плавание, греблю, фигурное катание, езду на велосипеде, легкую атлетику, волейбол и др. Однако следует предостеречь спортсмена от излишне усердного занятия этими видами спорта в связи с тем, что возможные травмы приведут к снижению результатов либо к вынужденному перерыву в тренировках. Также следует упомянуть о видах спорта, занятие которыми в большинстве случаев приведет к снижению результатов. Таковыми являются: тяжелая атлетика, различные виды единоборств, настольный теннис, баскетбол. Также атлетические упражнения с большими весами противопоказаны стрелкам. В связи с этим, если кандидат занимается другим видом спорта, который не сопутствует успешному занятию стрельбой, следует предупредить его о невозможности их совмещения.

Для определения такого качества, как статическая координация у кандидатов в группу по стрельбе из табельного оружия, применяется так называемая поза Ромберга. Курсант при этом принимает следующее положение: ноги вместе, руки вытянуты вперед до уровня плеч, пальцы рук сомкнуты. По команде закрывает глаза. По секундомеру определяется время, в течение которого испытуемый может стоять без заметных колебаний. Определение степени развития качества осуществляется по специально разработанной таблице.

Также при помощи позы Ромберга производится оценка функционального состояния нервной системы: испытуемый становится в позу Ромберга, пальцы рук направлены в стороны, закрывает глаза. Большой тремор пальцев рук и век — факт для занятий стрелковым спортом неблагоприятный.

Состояние вестибулярной системы оценивается по тесту Яроцкого: в положении стоя курсант закрывает глаза и по команде тренера начинает вращать голову справа

налево и наоборот. Одновременно включается секундомер и определяется время, в течение которого испытуемый может стоять, не теряя равновесия. На полу или на ровной площадке проводится прямая линия длиной 5 м. Курсант становится в начале линии и, закрыв глаза, движется вдоль нее. По достижении конца линии дается команда «Стой!» и измеряется отход от линии. Минимальное отклонение считается положительным явлением и указывает на хорошую пространственную координацию.

Для занятия стрельбой рекомендуется, чтобы у кандидата острота зрения была не менее 1 единицы. Однако практика ведущих стрелков-спортсменов показывает, что и стрельба в очках позволяет показывать отличные результаты. В связи с этим отказ в приеме в группу спортивного совершенствования будет необоснованным.

Все вышеизложенное дает основание определить, что подбор стрелков-спортсменов в группу спортивного совершенствования должен осуществляться на основе конкретных методических рекомендаций, т. к. является фундаментом для работы сборной команды по стрельбе из табельного оружия.

### **Список библиографических ссылок**

1. Вайцеховский С. М. Книга тренера. М.: Просвещение, 1987. С. 97.
2. Солоницкая Э. В. Состояние и перспективы совершенствования методики огневой подготовки сотрудников правоохранительных органов: материалы и рекомендации Всерос. науч.-практ. конф. (14—17 апреля 2008 г.) / отв. ред. С. В. Ковалев. Красноярск: Сибирский юридический институт МВД России, 2008. С. 134.
3. Корх А. Я. Стрелковый спорт и методика преподавания. М.: Арсенал-Пресс, 1992. С. 70.