

Стручков Алексей Анатольевич

*Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ертская средняя общеобразовательная школа им.С.И.Тарасова»
муниципального района «Горный улус» Республики Саха (Якутия)*

МИНИ-БИАТЛОН

Программой по физической культуре в общеобразовательной школе пулевая стрельба не предусмотрена. Но, если есть возможность, в любой школе можно внедрить пулевую стрельбу из пневматической винтовки во внеурочной деятельности.

Главными задачами при этом являются: привитие практических навыков стрельбы, обучение школьников основам техники и тактики, формирование и развитие интереса к пулевой стрельбе, развитие силы духа, выносливости, навыков борьбы и соревновательности, патриотическое воспитание.

Во время лыжной подготовки в старших классах эффективно проведение «мини-биатлона». Такие соревнования желательно провести при удобных погодных условиях, а именно, должно быть безветренно, минимальная температура –14 С. В холодной погоде баллистические характеристики ижевских пневматических винтовок резко ухудшаются, и чаще ломаются их пластмассовые приклады. Лучше использовать самодельные деревянные приклады, которые можно сделать на любой современный лад.

Установки для мишеней – самые простые: их можно сделать из выструганных досок шириной 18 см и длиной 80 см с круглыми отверстиями диаметром 4 см. В эти отверстия вставляются покрашенные в черный цвет пробки – мишени так, чтобы они при прямом попадании пульки легко слетели от доски-установки. На каждой установке по 5 мишеней. К установкам прибиваются 2 стойки высотой до 80 см. Нужно заранее подготовить площадку:



Всероссийская конференция
"МЕТОДИКА И ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРАКТИКА"

октябрь, 2018 год

на одном конце площадки – линия мишеней, в 10 метрах от нее проводится огневой рубеж. Подготавливается место, откуда будут произведены выстрелы: на ковриках – винтовки, в специальных чашечках по 5 пульек.

Очень важен подбор стрелкового сектора и штрафного круга, площадки для зрителей. Мишени устанавливаются так, чтобы зритель мог следить за стрельбой биатлонистов.

Очередность стартов определяется жеребьевкой, проведенной накануне соревнований. Участники стартуют в установленное протоколом время в зависимости от масштаба соревнований и наличия оборудованных мест в одиночном порядке. Участнику запрещается мешать другим спортсменам, приносить свои пульки.

Участник, прибывший на огневой рубеж, занимает свободное на рубеже место и стреляет по установке под номером, соответствующим номеру места на огневом рубеже, не ожидая каких-либо указаний судьи. Судья на огневом рубеже контролирует выстрелы спортсмена и заносит результаты выстрелов в карточку. После окончания стрельбы командует «Без штрафа!» или «Штраф! круга». За стрельбу по чужой установке спортсмен наказывается количеством штрафных кругов, соответствующих количеству непораженных мишеней в своей установке. Стрельба производится из положения лежа с руки, с колена или стоя, в зависимости от правил соревнования. Упор оружием или частью тела обо что-то запрещается. Участник может снять лыжи. Он удерживает винтовку руками, плечом и щекой. Если после 5 выстрелов все мишени будут поражены, участник продолжает прохождение дистанции. Если участник произвел 5 выстрелов, но на его щите остались непораженные мишени, то за каждую непораженную мишень он получает штраф – один круг. За каждый не произведенный выстрел участник наказывается тоже штрафным кругом. За каждый не пройденный штрафной круг участник наказывается



Всероссийская конференция
"МЕТОДИКА И ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРАКТИКА"

октябрь, 2018 год

одной минутой, которая прибавляется к результату. Если участник сделает более 5 выстрелов, он снимается с соревнования.

Если после окончательного подсчета окажется одинаковый результат у нескольких участников, то лучшее место присуждается тому, кто стартовал первым.

Такие соревнования по мини-биатлону способствуют повышению интереса учащихся к занятиям по лыжной подготовке.

