

УДК 796.92.093.642

ББК 75.0

Рецензенты: д-р пед. наук, профессор В.А. Аикин
д-р пед. наук, профессор В.Н. Коновалов

Повышение эффективности стрелковой подготовки
высококвалифицированных биатлонистов/ Н.С. Загурский, Я.С. Романова:
[Электронный ресурс]. – Омск, 2016. 1 электронный оптический диск. 22,4 Мб.
ISBN 978-5-91930-116-5

Методические рекомендации разработаны научно-исследовательским институтом деятельности в экстремальных условиях Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Сибирский государственный университет физической культуры и спорта».

Утверждены научно-методическим советом НИИ ДЭУ ФГБОУ ВО СибГУФК (протокол № 8 от 12.12.2016 г.).

Минимальные системные требования:

процессор Intel Pentium или аналогичный процессор других производителей, 500 МГц; оперативная память 512 Мб, необходимо на винчестере 50 Мб, операционные системы Windows 2000 и выше, программа Acrobat Reader 5.0 и выше; видеокарта SVGA 1280x1024 High Color (32 bit).

© ФГБОУ ВО СибГУФК, 2016.

© НИИ ДЭУ, 2016.

© Н.С. Загурский, Я.С. Романова,
2016.

Настоящие методические рекомендации не могут быть полностью или частично воспроизведены, тиражированы и распространены без разрешения НИИ ДЭУ ФГБОУ ВО СибГУФК

СОДЕРЖАНИЕ

ТЕРМИНЫ И ОПРЕДЕЛЕНИЯ	5
ПЕРЕЧЕНЬ СОКРАЩЕНИЙ И ОБОЗНАЧЕНИЙ	6
ВВЕДЕНИЕ	7
1 Современный биатлон и тенденции его развития	9
2 Устойчивость системы «стрелок-оружие» и поиск оптимальной изготовки	40
3 «Координированность» биатлониста и пути ее совершенствования	63
4 Стрельба в условиях ветра	72
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	95
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	101