

Рекомендовано к изданию  
Экспертно-методическим советом  
ИНПО РГУФКСМиТ  
Протокол № 4 «28» декабря 2017 г.

УДК: 799.322.2(07)

Б 18

**Автор:**

**Байдыченко Т.В.** – к. п. н., доцент кафедры ТиМ стрелковых видов спорта.

**Рецензент:**

**Вовк С.И.** – д. п. н., профессор кафедры ТиМ физической культуры и спорта.

Методические рекомендации **«Оценка точности стрельбы у спортсменов – стрелков из лука»** содержат задания и учебный материал по одной из основных тем учебной программы **«Профилированная ТиМ избранного вида спорта (стрельба из лука)» – «Техническая подготовка высококвалифицированных спортсменов – стрелков из лука»** для практических занятий и самостоятельной работы магистрантов направления подготовки **49.04.03 «Спорт»**, профиля **«Спорт высших достижений и система подготовки спортсменов»**

## Содержание:

Аннотация .....	4
Введение .....	5
1. Регистрация попадания стрелы в мишень и расчет показателей точности стрельбы .....	8
1.1 Задания для практических занятий .....	12
1.2 Методические рекомендации по выполнению практических заданий ...	12
2. Применение показателей точности стрельбы для оценки технической подготовленности спортсменов – стрелков из лука .....	12
2.1 Задания для практических занятий .....	16
2.2 Методические рекомендации .....	16
3. Факторы, обуславливающие точность стрельбы из спортивного лука .....	17
3.1 Зависимость точности стрельбы от дистанции .....	20
3.2 Влияние спортивной квалификации и пола спортсменов на точность стрельбы .....	23
3.3 Влияние длины дистанции и наличия амортизаторов на кучность боя спортивных луков.....	299
3.4 Количественная оценка «вклада оружия» в технический результат стрелка .....	322
3.5 Задания для практических занятий .....	355
3.6 Методические рекомендации для самостоятельной работы тренеров при проведении оценки уровня технической подготовленности спортсменов – стрелков из лука .....	355
4. Темы рефератов.....	37
5. Зачетные требования .....	37
Заключение.....	38
Литература .....	38