

КОНСПЕКТЫ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ

*для спортсменов МКУ СШ «Колос», занимающихся в группе СОГ,
специализация – пулевая стрельба*

Тренер – Сурцев Е.В.

Дата проведения занятия	Время проведения занятия	Содержание с дозировкой	Используемые ресурсы для изучения материала	Контактные данные тренера для консультаций
23 марта	16 ⁰⁰ -17 ³⁰	1. Техника безопасности при занятиях пулевой стрельбой 2. Стрельба из пневматической винтовки. Техника выполнения.	instruktsiya_po_tb_pri_strelbe_s_pnevmatiki.docx https://youtu.be/9uV-Kn1kGsI	WhatsApp
25 марта	16 ⁰⁰ -17 ³⁰	1.Разминка 10 мин. 2.Стрельба из пистолета по фигурным мишеням.	https://youtu.be/gMbeRBI5UKM https://youtu.be/bugFVQZj8mk	WhatsApp
27 марта	16 ⁰⁰ -17 ³⁰	1.Разминка 10 мин. 2. Методика обучения стрельбе из пистолета.	https://youtu.be/gMbeRBI5UKM https://youtu.be/0eTqWTrkFHk	WhatsApp
30 марта	16 ⁰⁰ -17 ³⁰	1.Разминка 10 мин. 2. Стрельба из пистолета для начинающих: хват, стойка, спуск.	https://youtu.be/gMbeRBI5UKM https://youtu.be/mVGB5PoodC0	WhatsApp
1 апреля	16 ⁰⁰ -17 ³⁰	1.Разминка 10 мин. 2. Стрельба из пистолета для начинающих. Ожидание выстрела: как не совершить ошибку.	https://youtu.be/gMbeRBI5UKM https://youtu.be/COIU9aCLoMM	WhatsApp
3 апреля	16 ⁰⁰ -17 ³⁰	1.Разминка 10 мин. 2. Стрельба из пневматической	https://youtu.be/gMbeRBI5UKM https://youtu.be/Q-	WhatsApp

		винтовки. Отработка стрелковых навыков вхолостую.	FrpbxeQZQ?list=RDCMUC8RNEi8DNCK0h8oZy3z-WQg	
6 апреля	16 ⁰⁰ -17 ³⁰	1.Разминка 10 мин. 2. Стрельба из пистолета в движении.	https://youtu.be/gMbeRBI5UKM https://youtu.be/tmgKEVPr6QU?list=RDCMUC8RNEi8DNCK0h8oZy3z-WQg	WhatsApp
8 апреля	16 ⁰⁰ -17 ³⁰	1.Разминка 10 мин. 2. Стрельба из винтовки и пистолета. Стрельба в движении.	https://youtu.be/gMbeRBI5UKM https://youtu.be/1x8jFeSyREk?list=RDCMUC8RNEi8DNCK0h8oZy3z-WQg	WhatsApp
10 апреля	16 ⁰⁰ -17 ³⁰	1.Разминка 10 мин. 2. Стрельба из винтовки и пистолета. Стрельба в движении.	https://youtu.be/gMbeRBI5UKM https://youtu.be/1x8jFeSyREk?list=RDCMUC8RNEi8DNCK0h8oZy3z-WQg	WhatsApp
13 апреля	16 ⁰⁰ -17 ³⁰	1.Разминка 10 мин. 2. Тактика прохождения упражнений в практической стрельбе.	https://youtu.be/gMbeRBI5UKM https://youtu.be/N9si7472osU?list=RDCMUC8RNEi8DNCK0h8oZy3z-WQg	WhatsApp
15 апреля	16 ⁰⁰ -17 ³⁰	1.Разминка 10 мин. 2. Развитие координации, устойчивости и скорости.	https://youtu.be/gMbeRBI5UKM https://youtu.be/i6jxc7Nzmjo?list=RDCMUC8RNEi8DNCK0h8oZy3z-WQg	WhatsApp
17 апреля	16 ⁰⁰ -17 ³⁰	1.Разминка 10 мин. 2. Секреты пулевой стрельбы.	https://youtu.be/gMbeRBI5UKM https://youtu.be/y6tVMajEthS	WhatsApp
20 апреля	16 ⁰⁰ -17 ³⁰	1.Разминка 10 мин. 2. Пулевая стрельба. Техника стрельбы из пневматической винтовки сидя с упора по правилам.	https://youtu.be/gMbeRBI5UKM https://vk.com/video-40522376_456239019	WhatsApp
22 апреля	16 ⁰⁰ -17 ³⁰	1.Разминка 10 мин. 2. Пулевая стрельба.	https://youtu.be/gMbeRBI5UKM	WhatsApp

		Техника стрельбы с колена из малокалиберной винтовки.	https://vk.com/video-121060851_456239278	
24 апреля	16 ⁰⁰ -17 ³⁰	1.Разминка 10 мин. 2. Технологии спорта: пулевая стрельба.	https://youtu.be/gMbeRBI5UKM https://youtu.be/ZtU853l1zA	WhatsApp
27 апреля	16 ⁰⁰ -17 ³⁰	1.Разминка 10 мин. 2. Ты сможешь. Пулевая стрельба.	https://youtu.be/gMbeRBI5UKM https://youtu.be/Mnre-64o5L8	WhatsApp
29 апреля	16 ⁰⁰ -17 ³⁰	1.Разминка 10 мин. 2. Пулевая стрельба. В чем секрет точного выстрела?	https://youtu.be/gMbeRBI5UKM https://youtu.be/sYyeHSZC3MY	WhatsApp
11 мая	16 ⁰⁰ -17 ³⁰	1.Разминка 10 мин. 2. Пулевая стрельба. Тренировка без оружия.	https://youtu.be/gMbeRBI5UKM https://youtu.be/UH_gmp_mPJk	WhatsApp
13 мая	16 ⁰⁰ -17 ³⁰	1.Разминка 10 мин. 2. Технологии спорта: пулевая стрельба.	https://youtu.be/gMbeRBI5UKM https://youtu.be/ZtU853l1zA	WhatsApp
15 мая	16 ⁰⁰ -17 ³⁰	1.Разминка 10 мин. 2. Стрельба из пневматической винтовки. Отработка стрелковых навыков вхолостую.	https://youtu.be/gMbeRBI5UKM https://youtu.be/Q-FrbxeQZQ?list=RDCMUC8RNEi8DNCK0h8oZy3z-WQg	WhatsApp
18 мая	16 ⁰⁰ -17 ³⁰	1.Разминка 10 мин. 2. Стрельба из пневматической винтовки. Отработка стрелковых навыков вхолостую.	https://youtu.be/gMbeRBI5UKM https://youtu.be/Q-FrbxeQZQ?list=RDCMUC8RNEi8DNCK0h8oZy3z-WQg	WhatsApp
20 мая	16 ⁰⁰ -17 ³⁰	1.Разминка 10 мин. 2. Пулевая стрельба. Техника стрельбы из пневматической винтовки сидя с упора по правилам.	https://youtu.be/gMbeRBI5UKM https://vk.com/video-40522376_456239019	WhatsApp

22 мая	16 ⁰⁰ -17 ³⁰	1.Разминка 10 мин. 2. Стрельба из пневматической винтовки. Отработка стрелковых навыков вхолостую.	https://youtu.be/gMbeRBI5UKM https://youtu.be/Q-FrpbxeQZQ?list=RDCMUC8RNEi8DNCK0h8oZy3z-WQg	WhatsApp
25 мая	16 ⁰⁰ -17 ³⁰	1.Разминка 10 мин. 2. Стрельба из пневматической винтовки.	https://youtu.be/gMbeRBI5UKM https://youtu.be/eMHAGczFDUM	WhatsApp
27 мая	16 ⁰⁰ -17 ³⁰	1.Разминка 10 мин. 2. Чемпионат мира 2014, пневматическая винтовка, мужчины.	https://youtu.be/gMbeRBI5UKM https://youtu.be/8vReM_aTiHQ	WhatsApp
29 мая	16 ⁰⁰ -17 ³⁰	1.Разминка 10 мин. 2. Чемпионат мира, пневматический пистолет, женщины.	https://youtu.be/gMbeRBI5UKM https://youtu.be/OSCpsnI6x3E	WhatsApp