

**муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Беловская средняя общеобразовательная школа»
Беловского района Курской области**

Принята
на заседании педагогического
совета Беловской СОШ
Протокол № 1
от 29 августа 2023 г.



**Дополнительная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Освоение навыков стрелковой культуры. Стрелковая подготовка»**

Уровень программы: базовый

Объем и срок реализации: 1 год (216 часа)

Возраст обучающихся: 8-17 лет

Составитель программы:
Шевцов Дмитрий Геннадиевич,
педагог дополнительного образования

сл.Белая, 2023.

1. Пояснительная записка.

Дополнительное образование детей является важнейшей составляющей образовательного пространства, которое формирует и развивает творческие способности у детей, удовлетворяет их индивидуальные потребности в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формирует культуру здорового и безопасного образа жизни, укрепляет здоровье, а также организует их свободное время.

Одним из изменений системы дополнительного образования является переход к новым принципам управления, заложенным в федеральном проекте «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование».

В рамках реализации регионального проекта «Успех каждого ребёнка» в муниципальном казенном образовательном учреждении «Беловская средняя общеобразовательная школа» Беловского района Курской области создана новая программа «Освоение навыков стрелковой культуры. Стрелковая подготовка» физкультурно-спортивной направленности.

Программа разработана в соответствии с нормативными документами:

Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Приказ Министерства Просвещения России от 30.09.2020 № 533 _ О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по ДОО.

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 "Об утверждении Порядка применения организациями осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ".

Постановление Правительства РФ «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей молодежи» от 28.09.2020 г. №28».

Постановление Правительства РФ «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.36.85-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» от 28.01.2021 г. №2».

Письмо Минобрнауки от 18.11.2015г. №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)».

Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014г. № 1726-р.

Закон Курской области от 09.12.2013 №121-ЗКО (с изм. От 01.12.2014) «Об образовании в Курской области (принят Курской областной Думой 04.12.2013).

Приказ Комитета образования и науки Курской области от 12.02.2021 г. №1-114 «Об организации и проведении независимой оценки качества дополнительных общеобразовательных программ»

Устав муниципального казенного общеобразовательного учреждения «Беловская средняя общеобразовательная школа», утвержденный решением Управления образования Беловского района от 03.08.2015г. № _13__)

Положение о дополнительной общеразвивающей программе муниципального казенного общеобразовательного учреждения «Беловская средняя общеобразовательная школа» (Приказ №215/1 от 31 мая 2021г)

Программа имеет **физкультурно-спортивную направленность**. Позволяет развить у детей такие качества, как ловкость, выносливость, терпеливость. Привлекает воспитанников эта программа тем, что у них имеется реальная возможность в изучении современного стрелкового оружия и возможность научиться метко стрелять, что крайне важно для будущих защитников Отечества.

Актуальность представленной программы в том, что она способствует подготовке ребят к службе в вооруженных силах России, помогает получить им специальные знания, умения и навыки необходимые будущим защитникам Родины. Программа дает возможность познакомиться с пневматическим оружием, научиться выполнять стрельбу, производить разборку и сборку автомата Калашникова не только мальчикам, которым в дальнейшем предстоит пройти военную службу, но и девочкам, которые проявляют интерес к стрельбе, владению оружием.

2.Отличительные особенности программы:

Теоретическая подготовка – знакомит ребят с правилами соревнований, с элементами производства меткого выстрела, с необходимостью выполнения тренировок, с характеристикой вооружения Российской армии, с историей ее создания;

Техническая подготовка – ставит задачи найти для каждого занимающегося устойчивую изготовку для производства точного выстрела, научить его правильной работе мышц-сгибателей фаланг указательного пальца, нажимающего на спусковой крючок оружия. Физическая

подготовка – необходима для повышения функциональных возможностей организма, для всестороннего гармоничного развития;

Психологическая и тактическая подготовка – проходит в процессе всего обучения. Постепенно, от занятия к занятию, обучающиеся проходят все более сложные материалы, что развивает мышление, способствует появлению волевых качеств, помогает добиваться поставленной цели.

3. Организация образовательного процесса.

Программа рассчитана на 1 год обучения:

- общее количество часов в год – 216 ч;
- количество часов за первое полугодие 102 ч;
- количество часов за второе полугодие 114 ч;
- количество учебных недель – первое полугодие 17 недель, второе полугодие 19 недель;
- количество часов в неделю – 6 ч;
- периодичность – 3 раза в неделю продолжительностью 2 часа
- адресат программы: дети школьного возраста от 8 до 18 лет;
 - состав группы – постоянный в количестве 30 человек
 - младшая группа с 8 до 13 лет — 15 человек
 - старшая группа с 13 до 18 лет — 15 человек.
- уровень сложности программы – стартовый;
- форма обучения по программе – очная, в случае перехода обучающихся в формат дистанционного обучения, организуется обучение детей с использованием различных образовательных технологий, позволяющих обеспечить взаимодействие обучающихся и педагога опосредованно (на расстоянии), в том числе с применением электронных и дистанционных образовательных технологий.

4. Формы организации образовательного процесса:

В зависимости от уровня подготовки учащихся занятия могут проводиться в форме групповых и индивидуально – групповых. Основными формами занятий являются учебно-тренировочные занятия, теоретические и практические занятия, спортивные игры и соревнования. Каждое занятие делится на 3 части:

подготовительная – организационные моменты, разминка;

основная – обучение технике и тактике стрельбы, развитие физических, специальных психических качеств, повышение уровня функциональной подготовленности;

заключительная - занятия способствуют приведению занимающихся в относительно спокойное состояние путем снижения нагрузок и создания хорошего эмоционального фона.

5.Цель и задачи программы

Цель: привлечение детей к систематическим занятиям спортом через овладение навыками стрелковой подготовки, общей физической подготовки.

Задачи программы:

Образовательные

- познакомить с историей развития стрелкового спорта;
- теоретическое знакомство с основными видами отечественного стрелкового оружия их характеристиками и устройством;
- познакомить с прикладным и оборонным значением стрелкового спорта;
- познакомить с характеристиками моделей пневматического оружия;
- познакомить с устройством и взаимодействием частей пневматического оружия; автомата Калашникова
- обучить технике безопасности при пользовании пневматическим оружием, автоматом Калашникова;
- обучить основам производства меткого выстрела;
- обучить технике стрельбы;
- обучить специальным стрелковым упражнениям;
- обучить организацией соревнований по стрельбе и их проведение.

Развивающие

- формирование установки на активное приобщение учащихся к занятиям спортом и физической культурой;
- развить физические и морально-волевые качества;
- совершенствовать специальные психологические качества, умственные и интеллектуальные способности.

Воспитательные

- привить учащимся трудолюбие, упорство, терпение, желание заниматься спортом и вести здоровый образ жизни;
- профилактика вредных привычек и правовых правонарушений;
 - содействие взаимопониманию между различными национальными, религиозными и социальными группами, гуманному отношению ко всему живому.

6. Учебный план

№	Наименование раздела	Всего	Теория	Практика	Форма контроля
1	Введение. Техника безопасности	2	2	-	Беседа, тестирование
2	История стрелкового оружия.	2	2	-	Тестирование на знание теоретического материала, сдача контрольных нормативов
3	Основы техники стрельбы	12	2	10	
4	Правила соревнований	4	1	3	
5	Изучение и совершенствование техники стрельбы. Тренировки	36	8	28	
6	Общая физическая подготовка	24	2	24	
7	Разборка-сборка автомата Калашникова	18	2	16	
8	Контрольные соревнования	6	1	5	
9	Итого	102	20	76	

7. Содержание программы

Раздел 1: Введение – 2 ч.

Теория. Вводное занятие. Цель и задачи курса.

Общие требования. Правила обращения с оружием.

Права и обязанности стрелка. Правила поведения в помещении для проведения стрельбы (спортзале, улице и др.).

Сигналы и команды, подаваемые при проведении стрельб и их выполнение. Изучение инструкции по обеспечению мер безопасности при проведении стрельб.

Оборудование: пневматическая винтовка,

Раздел 2: История стрелкового оружия – 2 ч.

Теория. История стрелкового оружия. Развитие стрелкового оружия. Совершенствование составных частей и элементов. Современное стрелковое и спортивное оружие. Основы развития стрелкового спорта. Олимпийские чемпионы – россияне в стрелковом спорте. Закон «О всеобщей воинской обязанности».

Раздел 3: Основы техники стрельбы -12 ч.

Изучение техники безопасности при стрельбе из пневматической винтовки . Техника прицеливания, стойка, спуск курка.

8. Материальная часть ПВ.

Теория. Назначение и боевые свойства пневматического оружия. Общее устройство пневматических винтовок. Виды прицелов и их устройство. Практика. Внесение поправок на прицеле. Осмотр оружия. Уход за оружием.

Основы стрельбы.

Теория. Явление выстрела. Движение пули по каналу ствола. Начальная скорость. Отдача ружья, полет пули в воздухе. Образование траектории и её элементы. Прицеливание. Варианты техники спуска курка. Подбор пулек. Темп стрельбы, выполнение упражнения в условиях соревнований.

Основы техники стрельбы.

Практика. Изготовки при стрельбе из положения стоя, с колена, лёжа. Особенности изготовки с учетом индивидуальных особенностей спортсмена, баланс оружия. Спуск курка.

Раздел 4: Правила соревнований -4 ч.

Теория. Порядок стрельбы. Перерывы в стрельбе. Ошибки и помехи при медленной стрельбе. Нарушение правил соревнований. Определение занятых мест. Представители, тренеры и капитаны команд. Допуск участников к соревнованиям. Меры безопасности при обращении с оружием при проведении соревнований. Общие обязанности и права членов судейской коллегии.

Практика. Выполнение обязанностей судьи линии огня, судьи линии мишеней, судьи контролера, судьи показчика.

Тренировка в прицеливании.

Раздел 5: Изучение и совершенствование техники стрельбы. Тренировки

Приемы изготовки. Прицеливание. Спуск курка – 34 ч.

Практика. Показ приемов изготовки для стрельбы сидя с опорой локтями о стол или стойку. Положение корпуса, рук, ног, головы, положение кисти правой руки на шейке приклада и приклада у плеча. Положение указательного пальца на спусковом крючке.

Понятие прицеливания. Спуск курка. Порядок заряжания и разряжения винтовки.

Изучение и освоение приемов изготовки. Тренировка.

Оборудование. Пневматическая винтовка. Тир. Автомат Калашникова. Пневматический пистолет.

Раздел 6: Общая физическая подготовка -24 ч.

Практика. Упражнения на расслабление различных групп мышц. На развитие координации и точности движений. Упражнения на формирование правильной осанки.

Спортивные и подвижные игры как средство активного отдыха. Упражнения с партнерами в

равновесии, в сопротивлении.

Оборудование: мячи, скакалки, обручи.

Раздел 7: Разборка-сборка автомата Калашникова – 18 ч.

Практика. Устройство автомата Калашникова. Методика выполнения неполной разборки автомата Калашникова.

Оборудование: автомат Калашникова

Раздел 8: Контрольные соревнования -6 ч.

Оборудование: пневматическая винтовка, пневматический пистолет, автомат Калашникова.

9.Планируемые результаты.

После освоения стрелковой программы 1 года обучения обучающийся должен **знать:**

Предметные результаты:

- физические упражнения, направленные на развитие быстроты, ловкости, координации движений, контроль дыхания и пульса, приемы и правилам стрельбы;
- устройство и принцип действия пневматического оружия, технику безопасности при обращении и стрельбе из пневматического оружия;
- элементарные теоретические сведения о баллистике;
- историю стрелкового оружия;
- команды, подаваемые инструктором при проведении учебных стрельб из пневматического оружия.
- технику безопасности при проведении стрельб;
- устройство и принцип действия АК;
- необходимые действия по обслуживанию АК;
- способы развития быстроты, ловкости, общей и статической выносливости - технические приемы, которые наиболее часто и эффективно применяются при стрельбе;
- знать технику безопасности при выполнении стрельб.

В процессе занятий обучающиеся должны **уметь:**

- выполнять стрелковые упражнения из положения, лежа и сидя;
- занимать правильное положение при изготовке к стрельбе и при стрельбе;
- выполнять специальные действия способствующие уравниванию дыхания и пульса;
- осознанно относиться к своему здоровью, наблюдать, анализировать и запоминать;

Личностные:

- применять полученные знания и умения в самостоятельной работе;

- анализировать свои действия в процессе работы, сравнивая его с действиями других учащихся.
- осознанно относиться к своему здоровью определять дальность до цели, направление и силу ветра;
- применять полученные знания и умения в самостоятельной работе;
- анализировать свои действия в процессе работы, сравнивая его с действиями других учащихся;
- проявлять волевые качества спортсмена;
- выполнять упражнения по стрельбе из пневматического оружия из разных положений (сидя, стоя, лежа, с колена) с результатом не ниже 35 очков.

10.Критерии оценивания.

Контроль и оценка результатов освоения стрельбы из пневматического оружия осуществляется руководителем объединения в процессе проведения теоретических занятий, выполнения контрольных упражнений, а также соревнований по стрельбе.

Формой итогового контроля является:

- наблюдение за деятельностью учащихся;
- соревнования по стрельбе;
- соревнования по военно-прикладному многоборью;
- выполнение контрольных упражнений.

Формой итогового контроля является:

- наблюдение за деятельностью учащихся;
- соревнования по стрельбе;
- соревнования по военно-прикладному многоборью;
- выполнение контрольных упражнений.

11.Методическое обеспечение программы

Реализация программы требует наличия кабинета и тира.

Оборудование кабинета и тира:

- посадочные места по количеству обучающихся, рабочее место преподавателя;
- основная учебная литература, нормативный материал;
- плакаты по изучению устройства и взаимодействия частей АК, ПМ и пневматической винтовки;
- сборно-разборный макет автомата Калашникова;
- пневматические винтовки 4,5 мм;
- тир;

- мишени бумажные (различные);
- пульки для стрельбы из пневматического оружия.

Для повышения интереса обучающихся к занятиям и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач на занятиях рекомендуется применять разнообразные формы и методы их проведения.

Словесные методы создают у обучающихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели педагог использует: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания, инструкции.

Наглядные методы применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у обучающихся конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы позволяют освоить практические навыки и умения.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, индивидуальная.

Дидактические и демонстрационные материалы: Упражнения учебные приборы и оборудование: пневматические винтовки, цветные таблицы, видеофильмы.

Место проведения учебных занятий и тренировок и хранения оружия: тир, учебный кабинет.

Кадровое обеспечение программы: реализация программы и подготовка занятий осуществляются учителем физической культуры Шевцовым Дмитрием Геннадиевичем

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных часов
Стартовый	01.09.2023	09.01.24	17	102
Стартовый	09.01.2024	30.05.2024	19	114

12. План воспитательной работы

Воспитательная работа в объединении строится в соответствии с рабочей программой воспитания и календарным планом воспитательной работы МКОУ «Беловская СОШ». Общая цель воспитания МКОУ «Беловская СОШ» Беловского района Курской области личностное развитие школьников, проявляющееся:

- 1) в усвоении ими знаний основных норм, которые общество выработало на основе этих ценностей (то есть, в усвоении ими социально значимых знаний);
- 2) в развитии их позитивных отношений к ценностям (то есть в развитии их социально- значимых этим общественным отношений);

3) В приобретении ими соответствующего этим ценностям опыта поведения, опыта применения сформированных знаний и отношений на практике (то есть в приобретении ими опыта осуществления социально-значимой деятельности.)

Воспитание на занятиях дополнительного образования преимущественно осуществляется через:

вовлечение учащихся в интересную и полезную для них деятельность, которая предоставит им возможность самореализоваться в ней, приобрести социально значимые знания, развить в себе важные для своего личностного развития социально значимые отношения, получить опыт участия в социально значимых делах;

создание в детских объединениях традиций, задающих их членам определенные социально значимые формы поведения;

- поддержку в детских объединениях школьников с ярко выраженной лидерской позицией и установкой на сохранение и поддержание накопленных социально значимых традиций;

- поощрение педагогами детских инициатив и детского самоуправления

№ п/п	Мероприятие	Сроки проведения
1	Час общения «Я помню! Я горжусь!»	ноябрь
2	Информационный час «Блокадный хлеб»	январь
3	Участие в соревнованиях на различных уровнях.	В течение учебного года.
4	Спортивные соревнования «День здоровья»	В течение учебного года.
5	Беседа «День Победы»	май

13.Список литературы

Нормативно-правовая база

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ “О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся”.
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. Приказ Министерства Просвещения России от 30.09.2020 № 533 _ О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по ДОО.
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 "Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную

деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ".

6. Постановление Правительства РФ «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей молодежи» от 28.09.2020 г. №28».

7. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014г. № 1726-р.

10. Закон Курской области от 09.12.2013 №121-ЗКО (с изм. От 01.12.2014) «Об образовании в Курской области (принят Курской областной Думой 04.12.2013).

Методические материалы

1. Попов Е.А., «Огневая подготовка», Москва, 2004 г.
2. Методическое пособие «начальное обучение пулевой стрельбе из пневматического оружия», составитель Д. П. Кисилев, Ульяновск, 2011г.
3. Методическое пособие «Организаторам работы по военно-патриотическому воспитанию детей и молодежи», составители Н.Н. Голева, Н.В. Дубровская, Р.А. Бородин, А.А. Пальчиков, Е.С. Свиридов, С.А Ковалев, Воронеж. 2013 г.
4. Методическое пособие «Приемы стрельбы из пистолета. Практика СМЕРШа». А. Потапов. Москва. 2001 г.
5. Учебно-методическое пособие «Пулевая стрельба», Издательство «Стрелковый Союз России», 2011г.
6. Дворкин А.Д. Пневматическое оружие. – М.:2001-168с.
7. Итальянская Е.Г. 1000 вопросов об оружии. – М.: ООО «Издательство «Олимп», ООО «Издательство АСТ», 2002 – 252с.
8. Корчагин А.В. Методические рекомендации «Стрельба из пневматических винтовок». – М., 2010.-125с.

Статьи из сборников

1. Методические газеты для учителей «Здоровье детей», 2007.-5с.
2. Учебно-методическое пособие по стрелковой подготовке. Воениздат, 2004.-11с.
3. Наставления по стрелковой подготовке в Вооруженных Силах РФ, 2004 г.-13с.
4. Журналы: «ОБЖ», «Военные знания», «Гражданская защита», 1990-2000г.-7с.

Интернет-ресурсы:

1. <http://pwpn.ru/obuchenie/strelba-vintovka.html>
2. <https://sport-51.ru/article/useful-information/4163-tehnika-strelby-iz-pnevmaticheskoy-vintovki.html>
3. <https://ru.wikihow.com/целиться-из-пневматического-оружия>
4. <https://sportyfi.ru/strelkoviy-sport/pnevm-pistolet/>
5. <https://lastday.club/kak-tselitsya-iz-pistoleta/>

Календарный учебный график первого полугодия обучения

№ п/п	Тема занятия	Дата	Количество часов	По факту
1	Вводное занятие: Правила безопасности при обращении с пневматическим оружием. Правила безопасности в тире. Пулевая стрельба как один из видов спорта.	01.09.23 02.09.23	2	
2	Правила безопасности при обращении с пневматическим оружием. Правила безопасности в тире. Пулевая стрельба как один из видов спорта.	05.09.23 06.09.23	2	
3	История развития пулевой стрельбы в России. Современные виды огнестрельного оружия.	07.09.23 08.09.23	2	
4	Теория. Назначение и боевые свойства пневматического оружия. Общее устройство пневматических винтовок.	09.09.23 13.09.23	2	
5	Виды прицелов и их устройство. Практика. Внесение поправок на прицеле. Осмотр оружия. Уход за оружием.	13.09.23 14.09.23	2	
6	Основы стрельбы. Теория. Явление выстрела. Движение пули по каналу ствола. Начальная скорость. Отдача ружья, полет пули в воздухе. Образование траектории и её элементы.	15.09.23 16.09.23	2	
7	Прицеливание. Варианты техники спуска курка. Подбор пульек. Темп стрельбы, выполнение упражнения в условиях соревнований.	19.09.23 20.09.23	2	
8	Основы техники стрельбы. Практика. Изготовки при стрельбе из положения стоя, с колена, лёжа. Особенности изготовки с учетом индивидуальных особенностей спортсмена, баланс оружия. Спуск курка.	21.09.23 22.09.23	2	
9	Порядок стрельбы. Перерывы в стрельбе. Ошибки и помехи при медленной стрельбе. Нарушение правил соревнований. Определение занятых мест. Представители, тренеры и капитаны команд. Допуск участников к соревнованиям. Меры безопасности при обращении с оружием при проведении соревнований. Общие обязанности и права членов судейской коллегии.	23.09.23 26.09.23 27.09.23	2	
10	Выполнение обязанностей судьи линии огня, судьи линии мишеней, судьи контролера, судьи показчика. Тренировка в прицеливании.	27.09.23 28.09.23 29.09.23	2	
11	Показ приемов изготовки для стрельбы, сидя с опорой локтями о стол или стойку.	29.09.23 30.09.23	2	

12	Прицеливание, положение корпуса рук, ног, головы, спуск курка с опорой о стол или стойку.	03.10.23 04.10.23	2	
13	Положение указательного пальца на спусковом крючке. Порядок заряжания и разряжения винтовки. Понятие прицеливания. Спуск курка.	05.10.23 06.10.23	2	
14	Практическая стрельба из пневматической винтовки с опорой о стол, порядок заряжания винтовки, спуск курка.	07.10.23 10.10.23	2	
15	Усовершенствование приемов изготовления к стрельбе. Положение корпуса, рук, ног, головы, положение кисти правой руки на шейке приклада и приклада у плеча. Положение указательного пальца на спусковом крючке.	11.10.23 13.10.23 12.10.23	2	
16	Показ приемов изготовления для стрельбы из положения стоя. Прицеливание из винтовки по фигурным мишеням.	17.10.23 14.10.23 15.10.23	2	
17	Усовершенствование приемов изготовления для стрельбы из положения стоя. Стрельба из положения стоя.	17.10.23 18.10.23	2	
18	Показ приемов изготовления для стрельбы из положения лежа.	19.10.23 20.10.23	2	
19	Усовершенствование приемов изготовления для стрельбы из положения лежа. Стрельба из положения лежа.	21.10.23 24.10.23	2	
20	Показ приемов изготовления для стрельбы из положения сидя с колена	25.10.23 27.10.23	2	
21	Усовершенствование приемов изготовления стрельбы из положения сидя с колена. Стрельба из положения сидя с колена.	26.10.23 28.10.23	2	
22	Изучение составных частей пистолета Макарова.	31.10.23 01.11.23	2	
23	Показ приемов изготовления стрельбы из лазерного пистолета Макарова. Прицеливание. Спуск курка.	02.11.23 03.11.23	2	
24	Усовершенствование стрельбы из лазерного пистолета Макарова, подготовка для стрельбы стоя. Прицеливание. Спуск курка.	07.11.23 08.11.23	2	
25	Техника стрельбы из лазерного пистолета Макарова.	09.11.23 10.11.23	2	
26	Усовершенствование приемов изготовления для стрельбы, стоя из лазерного ПМ. Стрельба стоя. Выполнение норм ГТО.	11.11.23 14.11.23	2	
27	Техника стрельбы из лазерного пистолета Макарова. Выполнение норм ГТО из лазерного ПМ.	15.11.23 16.11.23	2	
28	Развитие стрелкового спорта в РФ. Час общения «Я помню! Я горжусь!».	17.11.23 18.11.23	2	
29	Изучение Устройства и составных частей АК-74.	21.11.23 22.11.23	2	
30	Техника неполной разборки АК-74 на время.	23.11.23 24.11.23	2	

31	Усовершенствование техники неполной разборки АК-74 на время.	25.11.23 28.11.23	2	
32	Усовершенствование техники неполной разборки АК-74 на время.	29.11.23 30.11.23	2	
33	Сдача контрольных нормативов по техники неполной разборки АК-74 на время.	01.12.23 02.12.23	2	
34	Прыжки в длину с места по нормам ГТО. Вспомогательные упражнения.	05.12.23 06.12.23	2	
35	Отжимание от пола по нормам ГТО. Упражнения на координацию.	07.12.23 08.12.23	2	
36	Бег с изменением направления, ритма и темпа. Челночный бег 3x10м.	09.12.23 12.12.23	2	
37	Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением вперед.	13.12.23 14.12.23	2	
38	20 26 Основные физические качества. Прыжки через скакалку. Прыжок в длину с места. Эстафеты	15.12.23 16.12.23	2	
39	Метание малого мяча в вертикальную цель. Прыжки через скакалку.	19.12.23 20.12.23	2	
40	Прыжки через скакалку. Прыжок в длину с места. Эстафеты	21.12.23 22.12.23	2	
41	Бег с изменением направления, ритма и темпа. Челночный бег 3x10м. Развитие скоростных способностей.	23.12.23 26.12.23	2	
42	Упражнения на координацию и внимание.	27.12.23 28.12.23	2	
43	Техника выполнения подтягивание на перекладине. Отжимание от пола.	29.12.23 30.12.23	2	

Календарный учебный график второго полугодия обучения

№ п/п	Тема занятия	Дата	Количество часов	По факту
1	Вводное занятие: Правила безопасности при обращении с пневматическим оружием. Правила безопасности в тире. Пулевая стрельба как один из видов спорта.	09.01.24 10.01.24	2	
2	Правила безопасности при обращении с пневматическим оружием. Правила безопасности в тире. Пулевая стрельба как один из видов спорта.	11.01.24 12.01.24	2	
3	История развития пулевой стрельбы в России. Современные виды огнестрельного оружия.	13.01.24 16.01.24	2	
4	Теория. Назначение и боевые свойства пневматического оружия. Общее устройство пневматических винтовок.	17.01.24 18.01.24	2	

5	Виды прицелов и их устройство. Внесение поправок на прицеле. Осмотр оружия. Уход за оружием.	19.01.24 20.01.24	2	
6	«Блокадный Ленинград»	23.01.24 24.01.24	2	Информационный час
7	Основы стрельбы. Теория. Явление выстрела. Движение пули по каналу ствола. Начальная скорость. Отдача ружья, полет пули в воздухе. Образование траектории и её элементы.	25.01.24 26.01.24	2	
8	Прицеливание. Варианты техники спуска курка. Подбор пульек. Темп стрельбы, выполнение упражнения в условиях соревнований.	27.01.24 30.01.24	2	
9	Основы техники стрельбы. Практика. Изготовки при стрельбе из положения стоя, с колена, лёжа. Особенности изготовки с учетом индивидуальных особенностей спортсмена, баланс оружия. Спуск курка.	31.01.24 01.02.24	2	
10	Порядок стрельбы. Перерывы в стрельбе. Ошибки и помехи при медленной стрельбе. Нарушение правил соревнований. Определение занятых мест. Представители, тренеры и капитаны команд. Допуск участников к соревнованиям. Меры безопасности при обращении с оружием при проведении соревнований. Общие обязанности и права членов судейской коллегии.	02.02.24 03.02.24	2	
11	Выполнение обязанностей судьи линии огня, судьи линии мишеней, судьи контролера, судьи показчика. Тренировка в прицеливании.	06.02.24 07.02.24	2	
12	Показ приемов изготовки для стрельбы, сидя с опорой локтями о стол или стойку.	08.02.24 09.02.24	2	
13	Прицеливание, положение корпуса рук, ног, головы, спуск курка с опорой о стол или стойку.	10.02.24 13.02.24	2	
14	Положение указательного пальца на спусковом крючке. Порядок заряжания и разряжения винтовки. Понятие прицеливания. Спуск курка.	14.02.24 15.02.24	2	
15	Практическая стрельба из пневматической винтовки с опорой о стол, порядок заряжания винтовки, спуск курка.	16.02.24 17.02.24	2	
16	Усовершенствование приемов изготовки к стрельбе. Положение корпуса, рук, ног, головы, положение кисти правой руки на шейке приклада и приклада у плеча. Положение указательного пальца на спусковом крючке.	20.02.24 21.02.24	2	
17	Показ приемов изготовки для стрельбы из положения стоя. Прицеливание из винтовки по фигурным мишеням.	22.02.24 27.02.24	2	
18	Усовершенствование приемов изготовки для стрельбы из положения стоя. Стрельба из положения стоя.	28.02.24 03.03.24	2	

19	Показ приемов изготовления для стрельбы из положения лежа.	06.03.24 07.03.24	2	
20	Усовершенствование приемов изготовления для стрельбы из положения лежа. Стрельба из положения лежа.	09.03.24 10.03.24	2	
21	Показ приемов изготовления для стрельбы из положения сидя с колена	13.03.24 14.03.24	2	
22	Усовершенствование приемов изготовления стрельбы из положения сидя с колена. Стрельба из положения сидя с колена.	15.03.24 16.03.24	2	
23	Изучение составных частей пистолета Макарова.	17.03.24 20.03.24	2	
24	Показ приемов изготовления стрельбы из лазерного пистолета Макарова. Прицеливание. Спуск курка.	21.03.24 22.03.24	2	
25	Усовершенствование стрельбы из лазерного пистолета Макарова, подготовка для стрельбы стоя. Прицеливание. Спуск курка.	23.03.24 24.03.24	2	
26	Техника стрельбы из лазерного пистолета Макарова.	27.03.24 28.03.24	2	
27	Усовершенствование приемов изготовления для стрельбы, сидя с опорой локтями о стол. Стрельба с опорой о стол. Выполнение норм ГТО.	29.03.24 30.03.24	2	
28	Техника стрельбы из лазерного пистолета Макарова. Выполнение норм ГТО из лазерного ПМ.	31.03.24 03.04.24	2	
29	Развитие стрелкового спорта в РФ. Олимпийские чемпионы.	04.04.24 05.04.24	2	
30	Спортивные соревнования, эстафета.	06.04.24 07.04.24	2	
31	Упражнения с оружием при передвижении различным способом. Упражнения на расслабление различных групп мышц.	10.04.24 11.04.24	2	
32	Упражнение на развитие координации и точности движений с мячом и скакалкой.	12.04.24 13.04.24	2	
33	Упражнения на формирование правильной осанки. Растяжки.	14.04.24 17.04.24	2	
34	Спортивные и подвижные игры. Практическое занятие.	18.04.24 19.04.24	2	
35	Упражнения с партнерами в равновесии, в сопротивлении.	20.04.24 21.04.24	2	
36	Прыжки в длину с места по нормам ГТО. Вспомогательные упражнения.	24.04.24 25.04.24	2	
37	Выполнение норм ГТО. Упражнения на координацию.	26.04.24 27.04.24	2	
38	Бег с изменением направления, ритма и темпа. Челночный бег 3x10м.	28.04.24 02.05.24	2	
39	Прыжки на одной ноге, на двух на месте. Прыжки с продвижением вперед.	03.05.23 04.05.24	2	

40	Проведение контрольных соревнований по пулевой стрельбе из пневматической винтовки	05.05.24 10.05.24	2	
41	Основные физические качества. Прыжки через скакалку. Прыжок в длину с места. Эстафеты	11.05.24 12.05.24	2	
42	Изучение Устройства и составных частей АК-74.	15.05.24 16.05.24	2	
43	Техника неполной разборки АК-74 на время.	17.05.24 18.05.24	2	
44	Усовершенствование техники неполной разборки АК-74 на время.	19.05.24 22.05.24	2	
45	Усовершенствование техники неполной разборки АК-74 на время.	23.05.24 24.05.24		
46	Усовершенствование техники неполной разборки АК-74 на время.	25.05.24 26.05.24	2	
47	Сдача контрольных нормативов по техники неполной разборки АК-74 на время. Проведение контрольных соревнований по пулевой стрельбе из пневматической винтовки	29.05.24 30.05.24	2	

Методическое, дидактическое и материально-техническое обеспечение реализации программы

1. *Организация занятия в творческом объединении «Освоение навыков стрелковой культуры. Стрелковая подготовка» отвечает следующим требованиям:*

- цель занятия определена содержанием образовательной программы;
- учебный материал подобран в соответствии с целью и содержанием занятия;
- эффективное использование времени с учетом всех структурных элементов занятия;
- сочетание всех форм работы: коллективной, индивидуальной, групповой и т.д.
- соответствие методов и приемов обучения теме и содержанию занятия.

2. *Методы и приемы.*

Для успешной реализации данной программы используются современные *методы работы*, которые помогают сформировать у учащихся устойчивый интерес к данному виду деятельности:

- Словесные методы: рассказ, беседа, объяснение, работа с книгой, метод примера.
- Наглядные методы: иллюстрации, демонстрация образцов, просмотр схем, фотографий, макетов.
- Практические методы: тренировочные запуски, соревнования.

Приемы работы:

- стимулирование познавательной деятельности;
- формирование опыта эмоционально-ценностных отношений у обучающихся, интереса к деятельности и позитивному поведению, долга и ответственности;
- приемы контроля: тестирование, опрос, беседа;
- создание положительной мотивации у обучаемых.

Эмоциональные: ситуация успеха, поощрение и порицание, познавательная игра, удовлетворение желания быть значимой личностью.

Волевые: формирование ответственного отношения воспитанников к получению знаний.

Социальные: создание ситуаций взаимопомощи, заинтересованность в результатах коллективной работы.

Познавательные: опора на субъективный опыт ребенка, решение творческих задач, создание проблемных ситуаций.

Основным методом изложения теоретических сведений на практических занятиях является рассказ. Учитывая возрастные особенности детей, занятия проводятся по принципу «от простому к сложному». Для смены деятельности применяются элементы сюжетно-ролевой игры и динамические паузы, вводятся развивающие игры, способствующие активизации познавательного процесса (мышления, внимания, воображения).

3. *Формы организации учебной деятельности:* беседа, самостоятельная работа, практические занятия, соревнования.

В основу всех форм учебных занятий заложены общие характеристики: каждое занятие имеет цель, конкретное содержание, определенные методы организации учебно-педагогической деятельности; любое занятие имеет определенную структуру, т.е. состоит из отдельных взаимосвязанных этапов: построение учебного занятия осуществляется по определенной логике, когда тип занятия соответствует его цели и задачам.

В практической деятельности посильность занятий координируется с личностными возможностями обучающихся. Для проведения занятий должны использоваться журналы, специальная литература, периодические издания по тематике работы объединения. Обучающимся необходимо предоставить возможность участвовать в соревнованиях.

Основной метод проведения занятий в объединении - практическая работа, как важнейшее средство связи теории с практикой в обучении. На практике ребята закрепляют и углубляют теоретические знания, здесь же формируются соответствующие навыки и умения. Обучающиеся успешно справляются с практической работой, если их индивидуально ознакомить с порядком ее выполнения.

Большое внимание следует уделить участию в соревнованиях, так как это наиболее реальная возможность самооценки и обмена информацией. Участие в соревнованиях кружковых, городских, классификационных, республиканских, всероссийских является неотъемлемой частью образовательного процесса в огневой подготовке объединения. Перед соревнованиями необходимо провести психологическую подготовку. Каждый обучающийся должен реально оценивать свои силы, быть уверенным в поддержке товарищей по команде. Перед ним педагогом должна быть поставлена реальная цель. Воспитанник должен владеть алгоритмом навыков и умений по достижению этой цели. Мотивация на успех, поддержка воспитанника в критический момент товарищами и педагогом является благодатной почвой для саморазвития личности каждого обучающегося.

3. *Условия реализации программы.*

Для методического обеспечения образовательной программы дополнительного образования имеется:

- тир;
- комплект столов и стульев на 15 посадочных мест;
- стол для педагога;
- раздаточный материал (дидактические пособия, распечатки занятия, технологические карты);

Техническое и материальное обеспечение:

1. Электронный тир
- пистолет Макарова-1 шт.
2. макеты автомата Калашникова АК-74М 3 - шт;
3. Настенный тир:
- винтовка пневматическая 2 шт.;
- стол и стул для стрельбы из пневматической винтовки

Приложение № 1

ИНСТРУКЦИЯ

по пулевой стрельбе из пневматического оружия

1. Меры безопасности и правила выполнения стрельбы из пневматического оружия

Линия мишеней оборудуется **только на глухой стене помещения, где нет дверей. На входной двери тира обязательно надо сделать прочный внутренний запор.**

Недопустимо пренебрежительное, легкомысленное обращение с пневматическим оружием. Это может привести к трагическим последствиям. Пули выбрасываются из ствола винтовок повышенного качества со скоростью до 170 м/с и летят на расстояние до 150 м. Поэтому необходимо строго соблюдать все меры безопасности, как и при стрельбе из огнестрельного оружия. Перед каждой стрельбой надо обязательно проводить наружный осмотр оружия и подтягивать крепежные винты.

Для проверки отсутствия пули в канале ствола необходимо открыть ствол и повернуть его вниз на угол около 30°, преодолев упругость боевой пружины, но не ставить боевой взвод поршня на шептало. Затем, удерживая ствол в повернутом на 30° положении, посмотреть на свет в канал ствола и убедиться, что пули нет. Медленно опустить ствол и положить оружие на стол или поставить в пирамиду.

2. Меры безопасности при стрельбе в тире

ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

1. Брать и заряжать оружие без команды руководителя стрельбы.
2. Прицеливаться и направлять даже незаряженное оружие на людей, в стороны и в тыл.
3. Трогать спусковой крючок во время заряжения до прицеливания и после стрельбы.
4. Оставлять заряженное оружие без присмотра.
5. Выносить заряженное оружие с огневого рубежа.
6. Хранить оружие в заряженном состоянии.
7. Шуметь и отвлекаться от стрельбы.
8. Находиться на огневом рубеже посторонним.
9. Трогать чужое оружие.

СТРЕЛОК ОБЯЗАН:

1. Выполнять все команды руководителя стрельбы.

1. Держать даже незаряженное оружие **только стволом в направлении стрельбы, а при переходах – стволом вверх**, удерживая его около мушки.
2. Стрелять только после команды «СТАРТ» и до команды «СТОП».
3. О неисправности оружия докладывать руководителю стрельбы.
4. Прекратить стрельбу при появлении в огневой зоне человека.
5. После стрельбы убедиться, что оружие разряжено.
6. Бережно относиться к оружию.

3. Правила выполнения стрельбы в пневматическом тире

Действия и команды руководителя стрельбы и дежурных по тире	Действия стрелков стреляющей смены
1. Руководитель стрельбы проверяет подготовку тира. Командует: «ОЧНРЕДНАЯ СМЕНА, ЗАХОДИ». Дежурный у входа выпускает очередную смену.	Стрелки очередной смены заходят в тир и становятся напротив указанного оружия на линии предварительного старта.
2. Объясняет упражнение и напоминает меры безопасности. Командует: «НА ОГНЕВОЙ РУБЕЖ ШАГОМ МАРШ!»	Подходят на огневой рубеж. Проверяют целостность контровки прицела краской или лейкопластырем.
3. Командует «РАЗДАТЬ ПУЛИ». Раздатчик пуль выдает пули согласно упражнению	Проверяют количество пуль и качество пуль, дефектные заменяют
4. Командует «ПРИГОТОВИТЬСЯ». Проверяет готовность к стрельбе и помогает устранить ошибки изготовления	Изготавливаются к стрельбе согласно упражнению и устраняют ошибки
5. Командует «ЗАРЯЖАЙ». «СТАРТ». Все время следит за правильностью стрельбы и соблюдением мер безопасности при стрельбе. Устраняет ошибки стрелков	Отстреливаются полученными пулями. Открывают ствол на 30 (но не ставят боевой взвод на шептало!), проверяют на свет отсутствие пули в канале ствола, осторожно кладут оружие в направлении стрельбы. При отказе оружия – докладывают руководителю стрельбы
6. Командует «СТОП» - при необходимости прервать стрельбу, «РАЗРЯДИТЬ ОРУЖИЕ» - если надо окончить стрельбу	Прекращают стрельбу и, если будет команда, разряжают оружие и ждут последующих команд
7. После окончания стрельбы всей смены и проверки открытия стволов всего оружия командует: «К МИШЕНЯМ ШАГОМ МАРШ!»	Подходят к своей мишени, не трогая ее, находят свои пробоины
8. Проверяет мишени, объясняет результат стрельбы	При подходе руководителя стрельбы докладывают: «СТРЕЛОК... (фамилия)». Выясняют ошибки
9. Командует: «КРУГОМ, ИЗ ТИРА ШАГОМ МАРШ!». Дежурный у входа выпускает отстрелявших	Поворачиваются и выходят из тира

Учащимся необходимо помнить, что пули свинцовые, и поэтому нельзя после стрельбы, трогать руками лицо, протирать глаза, а также дотрагиваться до одежды и мебели, так как свинец вреден и оставляет следы. После стрельбы надо тщательно вымыть руки.

Условия выполнения упражнений:

Индекс упражнения	Дистанция, м	Положение для стрельбы	Количество выстрелов		Мишени	
			пробные	зачетное	№	Кол-во пробных
«Начинающий стрелок»	5	Сидя или стоя с опорой на стол	3	5	4	1
«Юный стрелок»	10	С опорой о стол	6	20	8	2
«Меткий стрелок»	10	Стоя	6	20	8	2
«Снайпер»	10	Стоя. С колена	6	20	8	2

Разрядные нормы по стрельбе пулевой:

Пневматические винтовки, пули ДН или ДЦ, прицел открытый

Индекс упражнения	Положение для стрельбы	Дистанция м	пол	Спортивные разряды	
				переходной	3-й
«Начинающий стрелок»	Сидя или стоя с опорой на стол (5выстрелов)	5	м	40	
			д	34	
«Юный стрелок»	С опорой о стол (20выстрелов)	10	м		130
			д		122
«Меткий стрелок»	Стоя (20выстрелов)	10	м		ПО
			д		100
«Снайпер»	Стоя. С колена. (40выстрелов 20/20)	10	м		310
			д		300