

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение «Нижневская средняя общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНО

Педсовет № 1

от «30» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО



Тюлюбаева О.М.

№ 152 от «30» августа 2023 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ

(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ)

программа физкультурно-спортивной направленности

«Юный стрелок»

Возраст обучающихся: 13-17 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель: Соколов И.В.,
учитель технологии, осуществляющий
образовательную деятельность
по дополнительной образовательной программе

I. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа направлена на корректировку и развитие психических свойств личности, коммуникативных и интеллектуальных способностей обучающихся, развитие лидерских качеств, организацию социализирующего досуга детей и подростков. Эта деятельность способствует социальной адаптации, гражданскому становлению подрастающего поколения.

Направленность программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный стрелок» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Уровень освоения программы: ознакомительный (краткосрочный).

Новизна программы.

Новизна данной дополнительной общеобразовательной программы состоит в привлечение учащихся к спорту позволяет отвлечь детей от безнадзорности и вредных привычек, тем самым снизить уровень детской наркомании и преступности.

Актуальность программы

Актуальность программы обусловлена тем, что в программу ежегодно проводимых районных соревнований входит стрельба из пневматической винтовки.

Педагогическая целесообразность

Педагогическая целесообразность программы обусловлена возможностью подготовки учащихся по стрельбе из пневматической винтовки. Программа позволяет развить у учащихся такие качества, как ловкость, выносливость, терпеливость, аккуратность, коммуникативность, самостоятельность. Привлекает детей эта программа тем, что у них имеется реальная возможность научиться метко стрелять, что крайне важно для будущих защитников Отечества.

Доступной формой массового обучения школьников приемам стрельбы является стрельба из пневматических винтовок.

Отличительные особенности

Доступность приобретения пневматического оружия, хранения, невысокая стоимость пульков к ней; возможность использования школьных помещений для стрельбы; небольшой вес оружия, позволяющий привлекать к обучению стрельбе школьников с 13-летнего возраста. Эти преимущества дают возможность успешно решать задачи развития стрелкового спорта.

Для стрельбы из пневматического оружия можно приспособить и использовать любое свободное помещение, школьный класс, спортивный зал, не превращая их в специальный тир. Все оборудование, включая пулеуловитель, может быть переносным и убираться по окончании стрельбы.

Желательно, чтобы помещение было длиной не менее 12 метров, а шириной 3 метра.

Стрельба из пневматического оружия на короткую дистанцию значительно расширяет возможности тренировок стрелков. Отсутствие принципиальных различий в технике производства выстрела из пневматического оружия позволяет применять навыки и умения, сформированные стрельбой, при обучении стрельбе из малокалиберного и боевого оружия.

Начальное обучение стрельбе из пневматической винтовки проводится в следующей последовательности: ознакомление с понятием выстрела, приемами и правилами меткой стрельбы, овладение основами техники производства прицельного выстрела.

Теоретическая подготовка знакомит с правилами соревнований, с элементами производства меткого выстрела, с необходимостью выполнения большого объема тренировок для достижения высоких спортивно-технических результатов.

Техническая подготовка ставит задачи: найти для каждого занимающегося рациональную изготровку для производства точного выстрела научить его правильной работе мышц-сгибателей фаланг указательного пальца, нажимающего на спусковой курок оружия.

Для повышения функциональных возможностей организма, для всестороннего гармоничного развития стрелка необходима физическая подготовка.

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

Программа разработана с учетом:

- использования имеющегося в наличии простейшего спортивного инвентаря, а именно: винтовок на базе МР – 61 и соответствующих боеприпасов к ним;
- освоение простейших упражнений, выполнение которых готовит школьника к условиям соревнований.

Программа «Юный стрелок» создана с целью патриотического воспитания детей и подростков, пропаганды стрелкового спорта, личного и профессионального самоопределения, творческого досуга.

Адресат программы

Программа «Юный стрелок» адресована детям от 13 до 17 лет, имеющих интерес к стрельбе и проявляющих спортивные задатки.

Условия набора учащихся

Для обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Юный стрелок» принимаются все желающие (не имеющие медицинских противопоказаний) без предварительного отбора.

Количество учащихся

В группе: 20 человек

Объем и срок освоения программы

Программа «Юный стрелок» рассчитана на один год обучения – 34 часа.

Формы и режим занятий

Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей.

Технология программы предусматривает проведение занятий по группам (8-10 человек), подгрупповые занятия (4-5 человек).

Схема возрастного и количественного распределения детей по группам, количество занятий в неделю, их продолжительность.

Подгруппы	Количество детей в группах	Общее количество занятий в неделю	Продолжительность занятия, час.	Общее количество часов неделю	Общее количество часов в год
1	10	1	1x1(40 мин)	1	34
2.	10	1	1x1(40 мин)	1	34

Формы организации занятий:

Формой организации теоретических и практических занятий может быть представлена следующим образом:

На *теоретических занятиях* сообщаются основные сведения об пневматическом оружии, технике и методике стрельбы, основные правила по технике безопасности во время тренировочных занятий, а также особенности стрельбы из различных положений.

На *практических занятиях* учащиеся приобретают умения и навыки в совершенствовании техники стрельбы из пневматического оружия.

Прохождение каждой новой темы и выполнение упражнений по стрельбе предполагает постоянное повторение предыдущих тем и овладение определенными практическими навыками в стрельбе.

К занимающимся предъявляются определенные требования по мерам безопасности при обращении с пневматическим оружием, т.к. при нарушении правил по технике безопасности возможно получение серьезных травм и увечий, по знанию устройства и работы данного вида оружия.

Методы и методические приемы:

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

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

Практические методы позволяют освоить практические навыки и умения.

Формы обучения: индивидуальная, групповая, поточная.

Дидактические и демонстрационные материалы: сборники упражнений, учебные приборы и оборудование: пневматические винтовки, биатлонные мишени, бумажные мишени (разные), наглядный материал на электронных носителях.

Структура занятия

- Организационный момент (1 мин)
- Повторение пройденного материала (5 мин)
- Разбор нового материала (10 мин)
- Физкультминутка (3 мин)
- Практическое занятие (15-20 мин)
- Подведение итогов занятия (1 мин)

1.2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы: удовлетворение постоянно возникающего стремления учащихся к овладению знаниями и занятию стрельбой из пневматической винтовки стремлению к участию в спортивных соревнованиях.

Задачи программы

Образовательные:

- обучить детей основам теории стрельбы; материальной части спортивного оружия;
- знакомство с мерами безопасности при обращении с оружием во время учебных стрельб и соревнований по стрельбе;
- научить учащихся разбираться в спортивном оружии;
- устранять возможные незначительные неисправности и задержки при стрельбе;
- метко стрелять по мишеням из пневматической винтовки на расстояние 10 метров и из различных положений;
- корректировать стрельбу и вносить поправки, настраивать прицел;
- обслуживать пневматическую винтовку.

Развивающие:

- закрепление навыков в действиях с оружием, в практическом применении.
- развитие глазомера, скорости, точности и координации движений.
- развитие выносливости, трудолюбия, меткости, умения правильно анализировать свои действия.
- расширение кругозора детей в области стрелкового спорта;
- дать технические сведения о стрелковом оружии и его использовании;
- развитие у детей навыков решения коммуникативных задач в условиях подготовки и проведения соревнований по стрельбе.
- научить детей ориентироваться в сложной ситуации.

Воспитательные задачи:

- патриотическое воспитание;
- воспитание чувства гордости за достижения Российского стрелкового спорта, воспитание дисциплины, чувства ответственности за порученное дело;
- воспитание коллективизма;
- понимание здорового образа жизни;
- воспитание навыков межличностного сотрудничества;
- умение быть членом коллектива;
- умение работать с партнёром и командой.

1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебно – тематический план I год обучения.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов				Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	практика		
1.	Введение. Меры обеспечения безопасности при проведении стрельб.	1	1	-		
2.	Правила стрельбы.	1	1	-	устный опрос	
3.	Подготовка оружия к стрельбе, стрельба из пневматической винтовки.	1	1	-	устный опрос	
4.	Материальная часть оружия и основы стрельбы	1	1	-	устный опрос	
5.	Основы техники стрельбы.	3	1	2	устный опрос, результат по стрельбе	
6.	Изучение и совершенствование техники стрельбы:	3	1	2	устный опрос, результат по стрельбе	
7.	Тренировка в изготовке к стрельбе из пневматической винтовке с опорой на стол.	3	-	3	результат по стрельбе	
8.	Тренировка в изготовке для стрельбы лежа с упора и без упора (с упором на локти)	2	-	2	результат по стрельбе	
9.	Тренировка в технике для стрельбы стоя.	5	-	5	результат по стрельбе	
10.	Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки.	5	-	5	результат по стрельбе	
11.	Секреты стрелкового мастерства	3	1	2	устный опрос, результат по стрельбе	
12.	Правила соревнований.	1	1	-	устный опрос	
13.	Подготовка к соревнованиям.	3	-	3	результат по стрельбе	
14.	Итоговое занятие	2	-	2	зачет	
	ИТОГО:	34	8	26		

СОДЕРЖАНИЕ ИЗУЧАЕМОГО КУРСА

Тема № 1 Введение. Меры обеспечения безопасности при проведении стрельб.

Ознакомление с годовой программой и расписаниями занятий. Ознакомление с местами проведения занятий. Регистрация занимающихся.

Практика. Инструктаж по технике безопасности на рабочем месте.

Тема № 2 Правила стрельбы. Порядок обращения с оружием. Правила поведения в тирах и на стрельбищах при проведении стрельб. Сигналы и команды, подаваемые при проведении стрельб, и их выполнение. Изучение «Инструкции по обеспечению мер безопасности при проведении стрельб в тирах и на стрельбищах».

Практика.

Тема № 3 Подготовка оружия к стрельбе, стрельба из пневматической винтовки.

Изготовка. Заряжание. Выбор точки прицеливания. Производство выстрела. Доклады о получении боеприпасов, о готовности к стрельбе и о завершении стрельбы.

Изготовка для стрельбы стоя с опорой и без опоры. Стрельба из пневматической винтовки из положения стоя с опорой и без опоры на расстояние 10 метров по мишени №8 в двух сериях 1-я 3 пробных, 2-я 5 зачётных.

Отработка спуска курка. Ошибки при спуске курка и меры борьбы с ними.

Изготовка к стрельбе из положения лёжа с опорой и без опоры. Стрельба на расстояние 10 метров по мишени №8 в двух сериях 1-я 3 пробных, 2-я 5 зачётных. Тренировка на длительное удержание винтовки в положении лёжа без опоры.

Стрельба на время из различных положений на результативность с опорой и без опоры. Тренировка на длительное удержание винтовки в положении стоя и с колена без опоры.

Практика.

Тема № 4 Материальная часть оружия и основы стрельбы.

Назначение и свойства пневматического оружия. Общее устройство винтовок МР - 61. Понятие о выстреле. Явления, связанные с выстрелом, рассеивание выстрелов, определение средней точки попадания. Расчет поправок

Практика.

Тема № 5 Основы техники стрельбы.

Прицеливание, сущность прицеливания. Показ изготовки стрелка для производства выстрела из положения лежа, сидя с руки с опорой локтями на стол или стоя с опорой на стойку. Спуск курка: условия, обеспечивающие правильный спуск курка. Причины, влияющие на кучность и меткость стрельбы. Определение средней точки попадания на мишени. Расчет и внесение поправок на прицельных приспособлениях. Тренировки.

Практика.

Тема № 6 Определение расстояния до цели.

Определение величины поправок на боковой ветер, установки прицела и выбора точки прицеливания. Умение быстро и точно определять расстояние до неподвижных, движущихся целей.

Практика.

Тема № 7 Изучение и совершенствование техники стрельбы.

Меры безопасности при обращении с оружием. Тренировки. Изучение изготовки для стрельбы лежа, сидя и с руки с опорой локтями о стол или стоя с опорой на стойку. Прицеливание с открытым прицелом. Техника отработки спуска. Стрельба. Стрельба по

белому листу на кучность. Стрельба с корректировкой. Освоение стрельбы из положения стоя. Тренировки.

Практика.

Упражнение 1.	Стрельба по белому листу бумаги для выработки навыков главного нажатия на спусковой крючок.
Упражнение 2	Стрельба по квадрату 10x10см на листе белой бумаги. Задание попасть в квадрат.
Упражнение 3	Стрельба по квадрату. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по 5-ти выстрелов и научиться делать вынос точки прицеливания, т.е. делать поправку при наводке винтовки.
Упражнение 4	Стрельба по мишени спортивная «№8» из положения сидя за столом. Задание выполнение спортивных нормативов.
Упражнение 5	Стрельба по мишени спортивная «№8» из положения лежа с упора. Задание выполнение спортивных нормативов.
Упражнение 6	Стрельба по мишени спортивная «№8» из положения лежа без упора. Задание выполнение спортивных нормативов.
Упражнение 7	Стрельба по мишени спортивная «№8» из положения стоя. Задание выполнение спортивных нормативов.

Тема № 8 Тренировка в изготовке к стрельбе из пневматической винтовке с опорой на стол, на стойку. Производство холостого выстрела.

Тема № 9 Тренировка в изготовке для стрельбы лежа с упора.

Тема 10 Тренировка в технике для стрельбы стоя.

Тема 11 Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки.

Тренировка в стрельбе из положения стоя с опорой и без опоры. Совершенствование техники стрельбы. Приобретение навыков корректировки выстрелов. Стрельба на время и результативность, приобретение навыков кучной стрельбы.

Тренировка в стрельбе из положения с колена с опорой и без опоры на различные расстояния по различным мишеням.

Совершенствование техники стрельбы из данного положения. Приобретение навыков корректирования стрельбы и кучности стрельбы. Тренировка в стрельбе на скорость.

Тренировка в стрельбе из положения лёжа с опорой и без опоры на различные расстояния. Совершенствование техники и навыков стрельбы из положения лёжа. Техника скоростной стрельбы и её совершенствование.

Дальнейшее совершенствование техники и навыков стрельбы. Подготовка к школьным и районным соревнованиям по стрельбе на личное и командное первенство.

Тема 12 Секреты стрелкового мастерства.

Определение доминирующего глаза. Прицеливание двумя глазами

Практика.

Тема № 13 Правила соревнований.

Допуск участников к соревнованиям. Обязанности и права стрелков. Меры безопасности при обращении с оружием при проведении соревнований.

Практика.

Тема № 14 Подготовка к соревнованиям.

Тренировки стрельбы из положения лежа, сидя и с руки с опорой локтями о стол или стоя с опорой на стойку

Практика.

Тема № 15 Итоговое занятие.

Проверка знаний пройденного теоретического материала. Выполнение на классификационных соревнованиях нормы «Юный стрелок».

1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

По итогам реализации программы «Юный стрелок» ожидаются следующие результаты:

1. Личностные:

- развитие навыков коммуникативного общения учащихся со сверстниками и педагогами;

- развитие мотивации познавательных интересов;

- развитие самооценки собственной творческой деятельности;

- рост спортивного мастерства;

2. Предметные: формирование базовых компетенций в области пулевой стрельбы как спорта.

По окончании обучения учащиеся:

Должны знать:

1. Общие основы теории пулевой стрельбы.

2. Материальную часть спортивного оружия.

3. Основы техники стрельбы и методики тренировки.

4. Основы общефизической и специальной физической подготовки стрелков.

5. Организационно-методические особенности подготовки стрелков

6. Правила соревнований по пулевой стрельбе.

Должны уметь:

1. Уметь подготавливать оружие к стрельбе.

2. Иметь устойчивые навыки ведения стрельбы из пневматической винтовки.

3. Владеть в совершенстве пневматической винтовкой при выполнении упражнения «Лёжа», а также уметь стрелять из положений «Стоя».

4. Уметь производить правильный самоанализ после каждого выстрела, корректировать стрельбу и вносить поправки в установку прицела.

3. Межпредметные:

- развитие интеллектуальных, научных и исследовательских навыков;

- развитие навыков в области стрелкового спорта и военного дела;

- повышение интереса к спортивному воспитанию.

1. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Учебный год по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе стартового уровня «Юный стрелок» для учащихся начинается 1 сентября и заканчивается 25 мая.

Продолжительность учебных занятий по четвертям

	Начало четверти	Окончание четверти	Количество учебных недель
1 четверть	01.09.2023	27.10.2023	8
2 четверть	06.11.2023	29.12.2023	8
3 четверть	08.01.2024	23.03.2024	10
4 четверть	02.04.2024	25.05.2024	8

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юный стрелок»

№	Дата проведения	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1.		Введение. Меры обеспечения безопасности при проведении стрельб.	1	Беседа, лекция, демонстрация	Учебный кабинет	Опрос, наблюдение
2.		Правила стрельбы.	1	Беседа, демонстрация	Учебный кабинет	Опрос, наблюдение
3.		История развития стрелкового спорта.	1	Беседа, демонстрация	Учебный кабинет	Опрос.
4.		Материальная часть оружия и основы стрельбы	1	Беседа, демонстрация	Учебный кабинет	Собеседование, упражнение, самостоятельная работа
5.		Основы техники стрельбы.	3	Беседа, демонстрация, практическая работа	Учебный кабинет, место для стрельбы	Опрос, наблюдение, самостоятельная стрельба
Изучение и совершенствование техники стрельбы:						
6.		Тренировка в изготовке к стрельбе из пневматической винтовки с опорой на стол.	3	Беседа, демонстрация, практическая работа	Учебный кабинет, место для стрельбы	Опрос, наблюдение, зачетные стрельбы
7.		Тренировка в изготовке для	1	Беседа, демонстрация,	Учебный кабинет,	Упражнения, зачетные стрельбы

		стрельбы лежа с упором.		практическая работа	место для стрельбы	
8.		Тренировка в изготовке для стрельбы лежа без упора (с упором на локти).	1	Беседа, демонстрация	Учебный кабинет, место для стрельбы	Упражнения, зачетные стрельбы
9.		Тренировка в технике для стрельбы стоя.	5	Беседа, демонстрация, практическая работа	Учебный кабинет, место для стрельбы	Упражнения, зачетные стрельбы
10.		Изучение техники стрельбы. Совершенствование техники стрельбы Стрельба из пневматической винтовки по различным бумажным мишеням	4	Беседа, демонстрация, практическая работа	Учебный кабинет, место для стрельбы	Опрос. Упражнения, зачетные стрельбы
11.		Совершенствование техники стрельбы Стрельба из пневматической винтовки по биатлонным мишеням	2	Беседа, демонстрация, практическая работа	Учебный кабинет, место для стрельбы	Упражнения, зачетные стрельбы
12.		Секреты стрелкового мастерства	3	Беседа, демонстрация, практическая работа	Учебный кабинет, место для стрельбы	Упражнения, зачетные стрельбы,
13.		Правила соревнований.	1	Беседа, демонстрация, практическая работа	Учебный кабинет, место для стрельбы	Опрос
14.		Совершенствование техники стрельбы (мишень №8)	2	Беседа, демонстрация, практическая работа	Учебный кабинет, место для стрельбы	Опрос, упражнение, зачетные стрельбы, рефлексия (самостоятельное выявление ошибок)
15.		Подготовка к соревнованиям.	3	Беседа, практическая работа	Учебный кабинет, место для стрельбы	Упражнения, наблюдения, зачетные стрельбы
16.		Итоговое занятие	2	Практическая работа	Учебный кабинет, место для стрельбы	Зачётные стрельбы
		ИТОГО:	34			

2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение программы:

1. **Кабинет:** соответствующий санитарно-гигиеническим нормам освещения и температурного режима;

2. **Оборудование:** столы и стулья для теоретических и практических занятий, шкаф для хранения оружия.

3. **Технические ресурсы:**

-ноутбук;

4. **Инструменты и приспособления:**

- пневматическая винтовка

-пулеуловитель

-биатлонные мишени

-мишени бумажные (различные);

-пульки для стрельбы из пневматического оружия

Методическое обеспечение

Методические виды продукции: разработки игровых форм тренировок по стрельбе различные бумажные мишени к ним, тестов, сценарии патриотических мероприятий.

Рекомендации: памятки, маршрутные листы, рекомендации по разработке и защите проекта, реферата.

Дидактический материал: инструкционные карты, памятки, задания, упражнения по стрельбе из пневматической винтовки.

Кадровое обеспечение:

Педагоги, организующие образовательный процесс по данной программе должны иметь высшее или среднее профессиональное образование.

2.3 ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

Для оценки результативности учебных занятий применяется:

- предварительный контроль - проводится перед началом изучения учебного материала для определения исходного уровня универсальных учебных действий /анкетирование, тесты, беседы с детьми и родителями/;

- текущий - проверка универсальных учебных действий, приобретенных в ходе изучения нового материала, его повторения, закрепления и практического применения /тестирование/;

- тематический - после изучения темы, раздела для систематизации знаний /тесты, соревнования/;

- периодический – контроль по целому разделу учебного курса /тесты, соревнования/;

- промежуточный – контроль в конце учебного года с учетом результатов периодического контроля /соревнование «Меткий стрелок»/

2.4 ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Методики, позволяющие определить достижение учащимися планируемых результатов:

— карта личностного роста,

— индивидуальная карточка учета результатов обучения по дополнительной общеразвивающей программе,

— схема самооценки «Мои достижения»

— см. Приложение 1

— см. Приложение 2

2.5. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Методическое обеспечение программы.

№ п/п	Название раздела, темы	Формы занятий	Методы и приемы	Материально-техническое оснащение, дидактико-методический материал	Формы подведения итогов
1	Введение	Лекция.	Развивающее занятие.	Компьютер, слайды, таблицы.	Проверка полученных знаний, Блиц-опрос, беседа.
2	Меры обеспечения безопасности при проведении стрельб.	Лекция.	Обучающее занятие.	Слайды, таблицы.	Проверка полученных знаний.
3	История развития стрелкового спорта.	Лекция.	Иллюстративный метод объяснения.	Слайды, таблицы, демонстрационный материал.	Блиц-опрос, беседа.
4	Материальная часть оружия и основы стрельбы.	Лекция.	Развивающее занятие.	Слайды, пневматическая винтовка МР61.	Проверка полученных знаний.
5	Основы техники стрельбы.	Лекция, практическое занятие.	Тренировочные формы занятий.	Таблицы, пневматическая винтовка.	Зачет.
6	Тренировка в изготовлении к стрельбе из пневматической винтовки с опорой на стол. Производство холостого выстрела.	Обучающее занятие	Тренировочные формы занятий.	Пневматическая винтовка, пули, мишени, пулеуловитель, стол.	Практическая работа.
7	Тренировка в изготовке для стрельбы лежа с упором.	Практическое занятие	Тренировочные формы занятий.	Винтовка МР61, пули, мишени, резиновый коврик, упор, пулеуловитель, плакаты.	Соревнование.
8	Тренировка в изготовке для стрельбы лежа без упора.	Практическое занятие	Тренировочные формы занятий.	Винтовка МР-61, пули, мишени, резиновый коврик, упор, пулеуловитель, плакаты.	Соревнование.
9	Тренировка в	Практическое	Тренировочные	Винтовка МР-61,	Стрельба на

	технике для стрельбы стоя.	занятие.	формы занятий.	пули, мишени, пулеуловитель.	результат.
10	Тренировка стрельбы лёжа с упором и без упора.	Практическое занятие.	Тренировочные формы занятий.	Винтовка МР-61, пули, мишени, пулеуловитель.	Стрельба на результат.
11	Стрельба из пневматической винтовки по мишеням	Практическое занятие.	Тренировочные формы занятий.	Пневматическая винтовка, пули, мишени, пулеуловитель.	Стрельба на результат.
12	Секреты стрелкового мастерства.	Лекция, практическое занятие.	Обучающее занятие, ситуационная игра.	Пневматическая винтовка, пули, мишени, пулеуловитель.	Зачет.
13	Правила соревнований.	Лекция.	Обучающее занятие.	Компьютер.	Блиц-опрос.
14	Совершенствование техники стрельбы	Беседа, практика.	Использование комплекса физических упражнений.	Пневматическая винтовка, пули, мишени, пулеуловитель.	Выполнение упражнений.
15	Подготовка к соревнованиям.	Практическое занятие.	Тренировочные формы занятий.	Пневматическая винтовка, пули, мишени, пулеуловитель.	Стрельба на результат.
16	Итоговое занятие	Тестирование	Тренировочные формы занятий.	Винтовка, пули, мишени, пулеуловитель.	Промежуточный контроль УУД(Выполнение нормы «Юный стрелок»).

2.6. Список литературы для педагога.

1. Современная допризывная подготовка молодежи. Учебно-методическое пособие. Под общей редакцией Даурцев К.В. «Учебный центр «Вымпел-Каскад»». – М., 2014
2. Гражданская защита: энциклопедический словарь/Под общей редакцией С.К. Шойгу. – М.: ДЭКС-ПРЕСС, 2005
3. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. Академический школьный учебник. 5-7 классы. – М.: Просвещение, 2012
4. Программные и методические материалы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности». Под редакцией А.Т. Смирнова. – М.: Издательство «Русский журнал», 2011
5. «Наставление по стрелковому делу». – М.: Издательство Министерства обороны РФ, 2007
6. ОВУ ВС РФ. – М.: Издательство Министерства обороны РФ, 2008
7. Интернет ресурсы:
 - <http://sodpm.ru>
 - <http://обж.рф>
 - http://www.studmed.ru/maklakov-ag-psiologiya-i-pedagogika-voennaya-psiologiya_abс592abec3.html

7. Список литературы для обучающихся

1. Бачевский В.И. Система военно-патриотического воспитания несовершеннолетних граждан: Учебно-методическое пособие по разделу «Основы военной службы». – М.: ООО «Редакция журнала «Военные знания», 2001
2. Беспятова Н.К. Военно-патриотическое воспитание детей и подростков как средство социализации / Н. К.Беспятова, Д. Е.Яковлев. – М.: Айрис-пресс, 2006
3. Буторина Т.С. Воспитание патриотизма средствами образования / Т.С. Буторина, Н. П.Овчинникова – СПб: КАРО, 2004
4. Героико-патриотическое воспитание в школе: детские объединения, музеи, клубы, кружки, поисковая деятельность/Авт.-сост. Т.А.Орешкина. – Волгоград: Учитель, 2007
5. Касимова Т.А. Патриотическое воспитание школьников: Методическое пособие / Т.А.Касимова, Д.Е.Яковлев. – М.: Айрис-пресс, 2005
6. Лебедева О.В. Классные часы и беседы по воспитанию гражданственности: 5-10 классы. – М.: ТЦ Сфера, 2005
7. Николаев Г.Г. Воспитание гражданских качеств подростков в детских общественных объединениях. – Екатеринбург: Изд-во Урал.ун-та, 2004
8. Патриотическое воспитание: система работы, планирование, конспекты уроков, разработки занятий /Авт.-сост. И.А.Пашкович. – Волгоград: Учитель, 2006
9. Юности честное зеркало: Программы по нравственному воспитанию школьников, сценарии мероприятий / Авт.-сост. Т.М.Кумицкая, О. Е. Жиренко. – М.: 5 за знания, 2005

2.7. ГЛОССАРИЙ

Изготовка — комплекс действий стрелка, в результате которых он принимает положение для стрельбы;

Исходный рубеж — место для построения и подготовки очередной смены, которое размещается в тылу на безопасном расстоянии (3-5 м) от огневого рубежа.

Нерабочая рука — не выполняющая удержания оружия;

Огневой рубеж — место, с которого разрешено ведение огня по условиям выполняемых упражнений.

Общий центр тяжести тела (ОЦТ) — точка приложения равнодействующих всех сил тяжести, являющихся центром массы тела.

Положение для стрельбы (лежа, стоя, с колена) — наиболее удобное расположение оружия и частей тела при ведении стрельбы с учетом требований правил по пулевой стрельбе;

Положение для стрельбы лежа - это положение наиболее устойчивое, т. к. тело спортсмена почти полностью лежит на земле, а оба локтя упираются в грунт.

Прицеливание — сложный зрительно-двигательный процесс, во время которого спортсмен должен не только контролировать взаиморасположение мушки и цели, но и соответствующими движениями перемещать оружие, восстанавливая его направление относительно цели.

Пункт боевого питания — место учета, выдачи и сдачи неизрасходованных боеприпасов, которое размещается в тылу на удалении 5-10 м от исходного рубежа.

Рабочий палец — выполняющий нажим на спусковой крючок;

Рабочая рука — выполняющая удержание оружия;

Рубеж осмотра мишеней — место для осмотра мишеней и оценки результатов стрельбы, которое размещается на расстоянии 1,5-2 м от линии мишеней

Техника меткого выстрела - наиболее целесообразная, эффективная и, в конечном счете, устойчивая поза стрелка, позволяющая выполнить ему целый комплекс сложно-координированных действий, обеспечивающих высокий результат.

Оценочный материал

Вариант контрольных вопросов

1. Меры безопасности при стрельбе из пневматического оружия.
2. Порядок обращения с пневматическим оружием. Сигналы и команды, подаваемые при проведении стрельб и их выполнение.
3. История развития, назначение и свойства пневматического оружия.
4. Олимпийские чемпионы – россияне в стрелковом спорте.
5. Общее устройство винтовок МР-61. Устройство, назначение и работа основных частей и механизмов оружия: ствол, прицел, ствольная коробка, поршень, боевая пружина, ложа, спусковой механизм, блокировка спуска. Внесение поправок на прицеле.
6. Основы техники стрельбы
Выстрел. Траектория пули. Спуск курка
 1. Приемы изготровки к стрельбе стоя, сидя, лежа.
 2. Положение корпуса, рук, ног, головы, положение кисти правой руки на шейке приклада и приклада у плеча.
 3. Понятие прицеливания.
 4. Порядок заряжания и разряжения винтовки.
 5. Влияние упражнений на расслабление различных групп мышц на результативность стрельбы. Спортивные и подвижные игры как средство активного отдыха

Зачетные соревнования по стрельбе

Квалификационные соревнования.

Упражнение выполняется из пневматической винтовки.

Дистанция стрельбы – 10м;

Количество выстрелов – 3 пробных, 5 зачетных;

Норматив – выбить не менее 35 очков.

ПРАВИЛА

безопасного обращения с пневматическим оружием, которое используется в спортивных целях на спортивно-стрелковых объектах Российской Федерации

Настоящие правила устанавливают требования к безопасному обращению с огнестрельным и пневматическим оружием, которое используется в спортивных целях, и направлены на предупреждение действий, которые могут причинить ущерб здоровью как самого стрелка, так и окружающих его людей.

ПРАВИЛО № 1 При обращении с оружием стрелок должен знать, что оно может оказаться заряженным. **ВЗЯВ В РУКИ ОРУЖИЕ, УБЕДИСЬ, ЧТО ОНО РАЗРЯЖЕНО.**

ПРАВИЛО № 2 Использование оружия на спортивно-стрелковом объекте может быть разрешено только после проведения инструктажа по правилам безопасного обращения с оружием под роспись инструктируемого в журнале.

ПРАВИЛО № 3 Вне линии огня на территории стрелково-спортивного объекта оружие всегда должно быть разряжено: гладкоствольное – с открытой казенной частью или открытым затвором, а нарезное – в зачехленном виде.

ПРАВИЛО № 4 Перед началом стрельбы убедись, что оружие вычищено; в канале ствола и спусковом механизме нет никаких посторонних предметов, способных привести к раздутию ствола или самопроизвольному выстрелу.

ПРАВИЛО № 5 Ведение стрельбы разрешено только с линии огня и только по команде ответственного лица, уполномоченного дать такую команду.

ПРАВИЛО № 6 Находясь на линии огня необходимо постоянно следить за тем, чтобы оружие всегда было направлено в сторону мишеней.

ПРАВИЛО № 7 При стрельбе необходим постоянный визуальный контроль оружия и патронов с целью обнаружения возможных дефектов.

ПРАВИЛО № 8 При временной остановке стрельбы, оружие немедленно должно быть разряжено и приведено в безопасное состояние: у нарезного оружия затворы должны быть открыты и оружие должно быть положено на стрелковом месте, у гладкоствольного – должна быть открыта казенная часть.

ПРАВИЛО № 9 Чистка оружия проводится только в специально отведенных для этого местах.

ПРАВИЛО № 10 По окончании стрельбы оружие должно быть немедленно разряжено и осмотрено стрелком и лицом, уполномоченным руководить стрельбой, чтобы визуально убедиться в отсутствии в патроннике патрона или гильзы; после чего оружие убирается в упаковку, препятствующую свободному доступу.

ПРАВИЛО № 11 Оружие и патроны транспортируются (переносятся) в отдельных упаковках, препятствующих свободному доступу посторонних лиц, при этом оружие транспортируется в разряженном (разобранном) состоянии.

ПРАВИЛО № 12 Для допуска к участию в соревнованиях стрелок должен знать Правила соревнований и Правила безопасного обращения с оружием и строго их соблюдать.

ПРАВИЛО № 13

ВСЕГДА НАДО ЗНАТЬ, ЧТО ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

1. Заряжать оружие вне линии огня.
2. Направлять оружие, прицеливаться и стрелять в сторону людей, животных, зданий, сооружений и их элементов.
3. Заряжать оружие и начинать стрельбу без команды ответственного лица, уполномоченного дать такую команду.
4. Вести тренировочную стрельбу без постоянного контроля ответственного лица, уполномоченного осуществлять такой контроль.
5. Покидать линию огня, не разрядив оружие.

6. На линии огня прикасаться к оружию, когда в зоне огня находятся люди.
7. Вести огонь из неисправного оружия или патронами, имеющими видимый дефект.
8. Выбрасывать неиспользованные или дефектные патроны в мусорный ящик.
9. Вести огонь с одного стрелкового места двум и более стрелкам одновременно
10. Прикасаться к чужому оружию без разрешения его владельца.
11. Использовать патроны, не предназначенные для данного типа оружия.
12. При осечке разряжать оружие менее чем через 3- 4 с.
13. Продолжать стрельбу в случае дефектного выстрела (по звуку, отдаче, другим ощущениям), не убедившись в отсутствии посторонних предметов (пыж, дробь, пуля) в канале ствола.
14. Обращаться с оружием в состоянии алкогольного или наркотического опьянения

Индивидуальный образовательный маршрут

Для детей ОВЗ и детей - инвалидов

Фамилия Имя ребёнка: _____

Возраст: _____

Группа: _____

Руководитель кружка: _____

Учреждение: _____

Организация работы:

1. Разработать систему мониторинга и развития предпосылок у детей инвалидов и детей с ОВЗ.
2. Выявить детей с предпосылками затруднений реализации мероприятий программы.
4. Составить индивидуальные маршруты для детей данных категорий
3. Скоординировать и интегрировать деятельность специалистов и родителей в этом направлении.
5. Разработать план мероприятий для развития творческих способностей детей инвалидов и детей с ОВЗ

Задачи:

1. Развивать способности ребёнка в (дописать по задачам программы)
2. Создать условия для поддержания интереса к мероприятиям кружка
3. Воспитывать (дописать по задачам программы)

Мероприятия	сроки

В данной таблице указываются темы (блоки тем), которые обучающийся не усвоил или вызывают затруднения. Так же, намеченная работа с родителями и обучающимся.

Реализация плана работы

Срок	Тема	Формы работы	Дата контроля	Результат (не усвоил, усвоил, оценка, подпись)

Индивидуальный образовательный маршрут

Для одаренных детей

Фамилия Имя ребёнка: _____

Возраст: _____

Группа: _____

Руководитель кружка: _____

Учреждение: _____

Организация работы:

1. Разработать систему мониторинга и развития предпосылок у одаренных детей.
2. Выявить одаренных детей.
3. Составить индивидуальные маршруты для детей данной категории
4. Скоординировать и интегрировать деятельность специалистов и родителей в этом направлении.
5. Разработать план мероприятий для развития ребенка

Задачи:

1. Развивать способности ребёнка в (дописать по задачам программы)
2. Создать условия для поддержания интереса к мероприятиям кружка
3. Воспитывать (дописать по задачам программы)

Мероприятия	сроки

В данной таблице указываются темы (блоки тем), усвоили или вызывают наибольший интерес. Так же, намеченная работа с родителями и обучающимся.

Реализация плана работы

Срок	Тема	Формы работы	Дата контроля	Результат