

Муниципальное общеобразовательное учреждение –
средняя общеобразовательная школа №3 им. Л.Г. Венедиктовой
г. Маркса Саратовской области

Центр образования естественнонаучного и технологического профилей
«Точка роста»

ПРИНЯТО на заседании педагогического совета «30» июня 2023 г. Протокол № 19	УТВЕРЖДАЮ Директор МОУ СОШ №3 Хорина О.В. Приказ № 111 2023 г.
--	--

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Меткий стрелок»

Направленность программы: физкультурно-спортивная
Возраст обучающихся: 14-17 лет
Срок реализации программы: 16 часов

Автор-составитель:
педагог дополнительного
образования
Терентьев Константин
Сергеевич

Маркс
2023 год

І. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Меткий стрелок» физкультурно-спортивной направленности.

Актуальность: Необходимость разработки и внедрения курса стрелковой подготовки в системе дополнительного образования детей обусловлено тем, что в программе курса Основы безопасности жизнедеятельности не достаточно времени уделяется этим темам, но в то же самое время в программу ежегодно проводимых соревнований допризывной молодёжи и программу учебно-полевых учебных сборов входит стрельба из пневматической винтовки.

Программа «Меткий стрелок» ориентирована на развитие у школьников таких качеств, как ответственное отношение к труду, дисциплинированность, дружба и товарищество. Соревнования и сопутствующее им эмоциональное возбуждение являются проверкой характера юного спортсмена, его волевых качеств. Доставляя радость или огорчение, они мобилизуют стрелка на дальнейшее совершенствование, на проявление значительных усилий для самовоспитания. В содержание программы «Меткий стрелок» входит обучение школьников основам стрельбы из пневматической винтовки.

Педагогическая целесообразность: «Дух соревнования», защита Отечества как смысл самоопределения, отражены в главной идее программы. Материал, изучение которого предусмотрено программой, изложен так, чтобы обучающиеся впоследствии смогли воспитать в себе лучшие качества человеческого характера: ловкость, выносливость, силу духа, стойкость, аккуратность, коммуникативность, самостоятельность. Привлекает воспитанников эта программа тем, что у них имеется реальная возможность научиться метко стрелять, что крайне важно для будущих защитников Отечества.

Отличительные особенности программы: Данная программа отличается от базовой тем, что она дает возможность обучающемуся попробовать свои силы одновременно в разных видах военно-спортивной направленности. Позволяет раскрыть как физические способности и возможности учащегося, так и сориентировать на более глубокое изучение вопросов, связанных с изучением новых моделей пневматических винтовок.

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Меткий стрелок» разработана согласно Положению о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе педагога МОУ-СОШ №3 г. Маркса.

Адресат программы: программа предназначена для детей с 14 до 17 лет.

Возрастные особенности: В этом возрасте складываются собственные моральные установки и требования, которые определяют характер взаимоотношений со старшими и сверстниками. Появляется способность противостоять влиянию окружающих, отвергать те или иные требования и утверждать то, что они сами считают несомненным и правильным. Они начинают обращать эти требования и к самим себе. Они способны сознательно добиваться поставленной цели, готовы к сложной деятельности, включающей

в себя и малоинтересную подготовительную работу, упорно преодолевая препятствия. Чем насыщеннее, энергичнее, напряженнее их жизнь, тем более она им нравится.

Количество учащихся в группе – 10-15 человек.

Условия набора учащихся: принимаются все желающие.

Сроки реализации программы. Программа «Меткий стрелок» относится к краткосрочным программам. Группа детей, осваивает разделы программы объемом 16 часов.

Режим занятий. Учебные занятия проводятся в групповой форме четыре раза в неделю, содержат теоретическую и практическую части. Продолжительность занятий для группы детей составляет 40 минут.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: - развитие у школьников таких качеств, которые будут обеспечивать не только достижения результатов в стрелковом спорте (самообладание, внимательность и самостоятельность), но и сформируют социальный опыт школьника: готовность к защите Отечества, коллективизм, дружбу.

Задачи программы:

Обучающие:

- обучение основам стрельбы,
- обучение навыкам меткой стрельбы из пневматической винтовки,
- обучение навыкам проведения физических упражнений для укрепления общей физической подготовки и для формирования правильной осанки.

Развивающие:

- развитие духовных и физических качеств личности, обеспечивающих правильное поведение в обществе;
- способствовать развитию лидерских качеств подростков;
- развитие умений работать в группе, коллективе.

Воспитательные:

- воспитать у школьников смелость и мужество, решительность и самообладание, ответственное отношение к личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

1.3. Планируемые результаты освоения.

Предметные результаты:

- знает основы стрельбы,
- обучен меткой стрельбе из пневматической винтовки,

- знает навыки проведения физических упражнений для укрепления общей физической подготовки и для формирования правильной осанки.

Метапредметные результаты:

- воспитана смелость и мужество, решительность и самообладание, ответственное отношение к личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Личностные результаты:

- развиты духовные и физические качества личности, обеспечивающие правильное поведение в обществе;

- развиты лидерские качества подростков;

- развито умение работать в группе, коллективе.

1.4. Содержание программы. Учебный план

Учебный план

№ П/П	Название разделов, тем	Общее количество часов	В том числе		Форма аттестации/ контроля
			Теория	Практика	
1.	Введение. Устройство пневматического оружия. Правила стрельбы по различным целям. Прицеливание. Выстрел. Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием	1	1		Беседа, обсуждение
2.	Выполнение стрельбы сидя за столом. Прицеливание. Выстрел.	4		4	Сдача нормативов
3.	Выполнение стрельбы лежа. Прицеливание. Выстрел.	3		3	Сдача нормативов
4.	Выполнение	3		3	Сдача

	стрельбы с колена. Прицеливание. Выстрел.				нормативов
5.	Выполнение стрельбы стоя. Прицеливание. Выстрел.	3		3	Сдача нормативов
6.	Участие в соревнованиях по стрельбе из пневматической винтовки на личное и командное первенство	2		2	Соревнования на личное и командное первенство
7.	Итого	16	1	15	

Содержание программы.

Введение.

Теория: Меры обеспечения безопасности при проведении стрельбы из пневматической винтовки. Правила соревнований. Основы развития стрелкового спорта. Олимпийские чемпионы – россияне в стрелковом спорте. Ознакомление с программой и расписанием занятий. Ознакомление с методами местами проведения занятий. Закон «О всеобщей воинской обязанности». Обязанности дежурного по поддержанию порядка при проведении стрельб. Назначение и боевые свойства пневматического оружия. Общее устройство пневматических винтовок. Виды прицелов и их устройство. Внесение поправок на прицеле. Осмотр оружия. Уход за оружием.

Выполнение стрельбы сидя за столом

Практика: Показ приемов изготовления 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 изготовления. Тренировка. Соревнования.

Выполнение стрельбы лёжа

Практика: Показ приемов изготовления для стрельбы лёжа. 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 изготовления. Тренировка. Соревнования.

Выполнение стрельбы с колена

Практика: Показ приемов изготовления для стрельбы с колена. 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 изготовления. Тренировка. Соревнования.

Выполнение стрельбы стоя

Практика: Показ приемов изготовления для стрельбы стоя. 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 изготовления. Тренировка. Соревнования.

Соревнования

Практика: Личное и командное первенство.

1.5. Формы аттестации и их периодичность

В процессе реализации программы педагог отслеживает предметные, результаты и формирование метапредметных качеств личности учащихся. Для определения результативности освоения программы используются следующие виды контроля:

входной контроль – оценка исходного уровня знаний перед– началом образовательного процесса (форма проведения – беседа).

промежуточный контроль – оценка качества усвоения учащимися– материала (формы проведения – викторины, ситуативные задачи, вопросы, тесты, мультимедийные дидактические игры);

итоговый контроль – оценка уровня достижений учащихся по– завершении освоения программы. Форма подведения итогов реализации программы – соревнования.

II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Методическое обеспечение программы

- набор нормативно-правовых документов;
- наличие утвержденной программы;
- календарно-тематический план;
- необходимая методическая литература;
- учебный и дидактический материал;
- методические разработки;
- раздаточный материал;
- наглядные пособия и т.д.

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, чтобы

учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения.

Для повышения интереса обучающихся к занятиям и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач на уроках рекомендуется применять разнообразные формы и методы их проведения. **Форма организации** учебно-воспитательного процесса — групповая, индивидуальная.

Словесные методы создают у обучающихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели учитель использует: 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. Дидактические и демонстрационные материалы: упражнения учебные приборы и оборудование: пневматические винтовки, цветные таблицы.

Педагогические технологии

1.Здоровьесберегающая технология - оздоравливающая технология средствами двигательной направленности.

Цель: профилактика отрицательных воздействий значительных физических нагрузок статического характера, снятия напряжения с глаз, снятие психологического напряжения, испытываемого стрелками.

2. Личностно-ориентированное обучение:

Предусматривает диагностику личностного роста, стимулирует ученика к психологическому и социально-нравственному развитию, создаёт условия для самодвижения. Целью этой технологии является обучение каждого на уровне его возможностей и способностей. Поэтому каждый ученик имеет право выбора, поиска и проявления своей индивидуальности.

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Место проведения учебных занятий и тренировок и хранения оружия: школьные помещения: спортивный зал, учебный кабинет.

Кадровое обеспечение: Реализацию программы осуществляет педагог, прошедший подготовку по образовательным программам среднего или высшего образования по специальности и направлению подготовки, соответствующим направленности дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ.

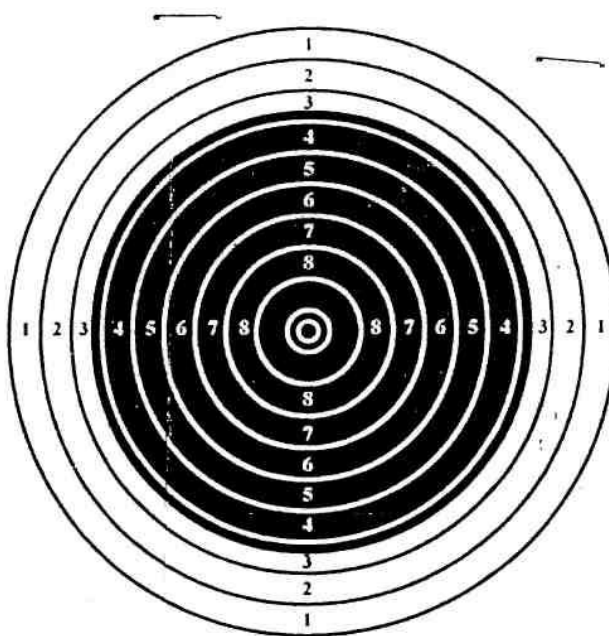
2.3. Оценочный материал

«Зачтено» - обучающийся правильно ориентируется в современном стрелковом оружии, знает технику безопасности при стрельбе, теоретические основы стрельбы, умеет

правильно занять позицию на стрелковом рубеже, вести прицельную и кучную стрельбу с результатом не ниже 18 очков при трех выстрелах, 30 очков при пяти выстрелах, 60 очков при десяти выстрелах;

«Не зачтено» - а) если обучающийся неправильно ориентируется в современном стрелковом оружии, не знает технику безопасности при стрельбе, теоретические основы стрельбы, не умеет правильно занять позицию на огневом рубеже. б) ведет прицельную и кучную стрельбу с результатом ниже 18 очков при трех, 30-ти при пяти и 60-ти при десяти выстрелах.

№ п/п	Наименование норматива	Условия(порядок)выполнения норматива	Оценка
1.	Выполнение упражнений контрольных стрельб из пневматической винтовки	Получив пульки, спортсмен заряжает винтовку, следует в исходное положение, по команде выполняет выстрел по мишени.	«Зачет» - не ниже 18 очков при трех выстрелах, 30 очков при пяти выстрелах, 60 очков при десяти выстрелах «Незачет» - ниже 18 очков при трех, 30-ти при пяти и 60-ти при десяти выстрелах.



2.4. Список литературы

Литература для педагога:

1. Основы стрельбы из стрелкового оружия; М., ДОСААФ, 2005.
2. Наставления по стрелковому делу, Воениздат, 1985.- 111с.;

3. Дворкин А.Д. Стрельба из пневматических винтовок.- М., ДОСААФ, 1986.
4. Вайнштейн Л.М. Психология в пулевой стрельбе.- М., ФиС, 1969.
5. Гачачиладзе Л.В., Орлов В.А. Физическая подготовка стрелка.- М., ДОСААФ, 1986.
6. История винтовки от пищаля до автомата, издание журнала "Техникамолодежи", 1993.- 11с.;
7. Жилина М.Я. Методика тренировки стрелка-спортсмена. –М., ФиС, 1986.
8. Программа для кружков по изучению основ военного дела и овладению военно-техническими знаниями в первичных организациях ДОСААФ», М, 2005

Литература для обучающихся:

1. В.Е. Маркевич « Ручное огнестрельное оружие», изд. «Полигон», С-П
2. В.И. Мураховский, С.Л. Федосеев «Оружие пехоты», изд. АрсеналПресс», М, 1992 г.
3. Д.Н. Болотин « История советского стрелкового оружия и патронов», изд. «Полигон», С- П;
4. Д.Н, Болотин «Советское стрелковое оружие», «Военно издательство», М, 1986 г.
5. Дворкин А.Д. Стрельба из пневматических винтовок.- М., ДОСААФ, 1986.
6. Пулевая стрельба. Правила соревнований. –М., Россвет, 1995.
7. Федорин В.Н. Методика обучения стрелков-спортсменов на начальном этапе подготовки. – КГАФК, 1996.

Литература для родителей:

1. Блюм М.А. Спортивное оружие.- М., ДОСААФ, 1954. Данилов А.П. Современное спортивное оружие и его отладка.- М., ДОСААФ, 1964
2. Потапов И.Г. Соревнования по стрельбе. – М., ДОСААФ, 1972.

Интернет-ресурсы

1. [www. mchs. gov. ru](http://www.mchs.gov.ru) (сайт МЧС РФ).
2. [www. mvd. ru](http://www.mvd.ru) (сайт МВД РФ).
3. [www. mil. ru](http://www.mil.ru) (сайт Минобороны)
4. [www. fsb. ru](http://www.fsb.ru) (сайт ФСБ РФ).
5. [www. dic. academic. ru](http://www.dic.academic.ru) (Академик. Словари и энциклопедии).
6. [www. ru/book](http://www.ru/book) (Электронная библиотечная система).
7. [www. militera. lib. ru](http://www.militera.lib.ru) (Военная литература).[www. mvd. ru](http://www.mvd.ru) (сайт МВД РФ).

2.5. Календарный учебный график

№ П/П	Мес яц	Чис ло	Время провед ения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведе ния	Форма контроля
1.				Беседа, демонстрация	1	Введение. Устройство пневматического оружия. Правила стрельбы по различным целям. Прицеливание. Выстрел. Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием	Учебный кабинет, место для стрельбы (спортивный зал)	Опрос, наблюдение
2.				Беседа, демонстрация, практическая работа	4	Выполнение стрельбы сидя за столом. Прицеливание. Выстрел.	Место для стрельбы (спортивный зал)	Упражнения, зачетные стрельбы
3.				Беседа, демонстрация, практическая работа	3	Выполнение стрельбы лежа. Прицеливание. Выстрел.	Место для стрельбы (спортивный зал)	Упражнения, зачетные стрельбы
4.				Беседа, демонстрация, практическая работа	3	Выполнение стрельбы с колена. Прицеливание. Выстрел.	Место для стрельбы (спортивный зал)	Упражнения, зачетные стрельбы
5.				Беседа, демонстрация, практическая работа	3	Выполнение стрельбы стоя. Прицеливание. Выстрел.	Место для стрельбы (спортивный зал)	Упражнения, зачетные стрельбы
6.				Беседа, практическая работа	2	Участие в соревнованиях по стрельбе из пневматической винтовки на личное и командное первенство	Место для стрельбы (спортивный зал)	Упражнения, зачетные стрельбы, анализ стрельбы, самооценка

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.

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

Действия и команды руководителя стрельбы и дежурного по тиру	Действия стрелков
1. Руководитель стрельбы проверяет подготовку тира. Командует: «ОЧЕРЕДНАЯ СМЕНА, ЗАХОДИ» . Дежурный у входа впускает 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	Стрелки проверяют количество и качество пуль, дефектные пули заменяют. Докладывают: «Стрелок... (фамилия) получил... (количество пуль».
4. Проверить изготровку к стрельбе и помочь устранить ошибки изготровки	Устранить указанные руководителем стрельбы ошибки изготровки к стрельбе
5. «ЗАРЯЖАЙ» . «ОГОНЬ» . Следить за правильностью заряжания винтовок и соблюдением мер безопасности	Зарядить винтовку, изготовиться к стрельбе согласно упражнению и самостоятельно начать стрелять, если нет других дополнительных условий выполнения упражнения. Отстреляться всеми полученными пулями, доложить: «Стрелок... (фамилия) стрельбу окончил» и ждать, пока все не отстреляются. При отказе винтовки — доложить руководителю стрельбы
6. «ОТБОЙ»	Всем открыть стволы (но не ставить на боевой взвод!), проверить на свет отсутствие пули в канале ствола, осторожно положить винтовки на левую сторону в направлении стрельбы
7. После окончания стрельбы всей смены и проверки открытия стволов всех винтовок — «К МИШЕНЯМ ШАГОМ — МАРШ»	Подойти к своей мишени и, не трогая ее, найти свои пробойны
8. «КРУ-ГОМ, ИЗ ТИРА ШАГОМ — МАРШ» . Дежурный у входа выпускает смену отстрелявшихся стрелков	Повернуться и выйти из тира