

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 50
г. Нижний Тагил



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 50

С.В. Головин

Приказ № 209 от 13.06.2023

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа физкультурно-спортивной направленности
«Стрельба из пневматического оружия»

Срок реализации программы – 2 года

Возраст учащихся 12-17 лет

Составитель программы:

Исаков Сергей Анатольевич

Педагог дополнительного образования

Нижний Тагил

2023

Содержание дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Физкультурно-спортивной направленности «Стрельба из пневматического оружия»

Раздел 1. Комплекс основных характеристик Программы	
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Адресат Программы.....	5
1.3. Объем и срок освоения Программы.....	5
1.4. Особенности организации образовательного процесса.....	6
1.5. Форма обучения.....	6
1.6. Режим занятий.....	6
1.7. Цель и задачи Программы	7
1.8. Учебный план.....	10
1.9. Планируемые результаты реализации Программы.....	6
Раздел 2. Комплекс организационно – педагогических условий	
2.1. Календарный учебный график.....	10
2.2. Условия реализации Программы.....	10
2.3. Формы аттестации/контроля.....	11
2.4. Оценочные материалы.....	11
2.5. Методическое обеспечение.....	13
Приложение 1. Рабочая программа модуля 1. «Первый год обучения»	15
Приложение 2. Рабочая программа модуля 2. «Второй год обучения»	17

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Стрельба из пневматического оружия» разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

Нормативно-правовая основа программы

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее - ФЗ);
 2. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее - СанПиН);
 3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
 4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее - Порядок);
 5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020 года № 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. N 196»;
 6. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»);
 7. Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»);
 8. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологическим возможностям здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»);
 9. Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года»;
 10. Устав МБОУ СОШ № 50;
 11. Положение о дополнительных общеразвивающих программах МБОУ СОШ № 50.
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р).

Направленность программы

Физкультурно-спортивная (военно-прикладная) направленность.

Программа направлена на развитие и поддержку детей, проявивших интерес и определенные способности к военно-прикладному виду спорта.

Она носит учебно-познавательное и прикладное функциональное предназначение. По форме своей ориентированности является, как индивидуальной, так и групповой формой организации занятий.

Новизна программы.

Главное в модифицированной образовательной программе – системный подход к формированию гражданской позиции ребёнка, создание условий для его самосознания и самовоспитания.

Данная программа позволяет решать задачи воспитания всесторонне развитой личности и имеет спортивно-оздоровительную направленность.

Актуальность программы

Стрельба насчитывает многовековую историю. Спортивной стрельбой занимаются во многих странах мира сотни миллионов людей: мужчин, женщин, детей.

Стрельба из пневматического оружия, имеющая важное оборонное значение, - наиболее развитое и массовое направление. Она входит составной частью и в другие комплексные виды спорта: спортивное пятиборье, биатлон, военно-спортивное многоборье, служебное многоборье, снайперский спорт. Значит, стрельба полезна, интересна и увлекательна.

Необходимость создания данной программы обусловлена отсутствием разработанных программ, позволяющим обучать подростков военно-прикладным видам спорта внутри образовательного учреждения, и призвана содействовать заинтересованности детей к ведению здорового образа жизни.

Программа создаёт необходимые условия для личностного развития обучающихся, позитивной социализации и профессионального самоопределения.

Подростковая преступность имеет тенденцию к ее росту. Появляются националистические военизированные формирования молодежи. Эмоциональные и стрессовые состояния учащихся, выплескиваются наружу в виде драк, воровства, хулиганства, сквернословия, курения, алкоголизма, наркомании, токсикомании, вандализма и т.п. Необходимость разработки и внедрения программы стрелковой подготовки в системе дополнительного образования детей обусловлено тем, что в программе курса «Основы безопасности жизнедеятельности» не достаточно времени

уделяется этим темам, а в программу учебно-полевых учебных сборов входит стрельба. Поэтому данная программа используется для стрелковой подготовки допризывной и призывной молодежи. Программа предназначена для учащихся 6-11 классов. Возрастной диапазон 12-17 лет. Программа позволяет развить у обучаемых такие качества, как ловкость, выносливость, терпеливость, аккуратность, коммуникативность, самостоятельность. 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. Привлечение учащихся к военно-прикладным видам спорта позволяет отвлечь детей от безнадзорности и вредных привычек, тем самым снизить уровень детской наркомании и преступности.

Актуальность программы определяется: - потребностью общества в специалистах, владеющих профессиональными навыками и умением в военно-прикладных видах деятельности определением и выбором учащимися (ещё на стадии школьного обучения) дальнейшего профессионального развития, обучения и освоения конкретных военных специальностей. Программа позволяет более лёгкой адаптацией «во взрослой» жизни.

Адресат программы

Программа предназначена для детей 12 – 17 лет

Период созревания может принести множество проблем, стрессов самому подростку и его родителям. Реально воспринимая взрослых, подростки хотят, чтобы их тоже считали взрослыми, независимыми и самостоятельными, разрешали участвовать в принятии семейных решений.

Усиливается потребность во взаимоуважении. Это возраст формирования нравственных убеждений, принципов, идеалов, мировоззрения, которыми молодые люди начинают руководствоваться в своем поведении. В то же самое время они остаются ориентированы на свою группу, ценности и влияние которой на поведение еще значительно, поэтому некоторые моральные понятия могут быть искаженными и способствовать развитию уязвимых личностных особенностей (упрямство нередко принимается за волю, жесткость, жестокость за мужество и т.д.).

Появляется потребность осознать себя как личность. У подростка появляется интерес к себе, своей внутренней жизни, потребность в собственной самооценке, сопоставлении себя с другими людьми, оценке своих возможностей и способностей, личностных особенностей. На этой основе нередко возникают конфликты: противоречие между уровнем притязаний подростка и его реальным положением в группе, между отношением к самому себе и отношением к нему со стороны взрослых, ровесников.

Как следствие - высокое самоуважение или неуверенность в себе. Стремление к самовоспитанию (целенаправленное развитие у себя желаемых качеств), настойчивость, упорство в достижении цели при самоуважении помогают преодолевать трудности, более эффективно разрешать проблемы. Сложность этого периода в жизни самих молодых людей и их родителей породила мифы о подростках, на которые зачастую, списывают собственные воспитательные огрехи и несостоятельность взрослых.

Объем и срок освоения программы

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Стрельба из пневматического оружия» разработана на два года обучения. Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения и необходимых для освоения программы -204 часов. В первом году обучения - 102 часов, на второй год обучения – 102 часа.

Формы обучения - образовательная деятельность по программе осуществляется на русском языке, по очной форме обучения.

Особенности организации образовательного процесса

Расписание занятий и наполняемость группы составляется с учетом требований мер безопасности при проведении стрельб и извлечения из правил соревнований «Стрельба из пневматического оружия». Исходя из размеров тира и минимального времени, отведенного на выполнение упражнений, состав обучающейся группы не более 10 человек.

Сформированные в группы учащиеся разных возрастных категорий (разновозрастные группы), являющиеся основным составом объединения, состав группы постоянный. Возраст детей, участвующих в освоении данной дополнительной общеобразовательной программы 12-17 лет.

Условия набора детей в коллектив: принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

При наличии мест в группе второго года обучения допускается дополнительный набор обучающихся на второй год обучения на основании результатов собеседования.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Занятия проводятся согласно расписанию 3 раза в неделю по 1 часу. Продолжительность одного занятия 40 минут. Между занятиями предусматривается 10 минутный перерыв.

Педагогическая целесообразность.

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 в изучении современного стрелкового оружия и научиться стрелять метко, что крайне важно для будущих защитников Отечества.

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

Доступность приобретения пневматического оружия, хранения, невысокая стоимость пуль к ней; возможность установки и использования помещений для стрельбы; небольшой вес оружия, позволяющий привлекать к обучению стрельбе школьников с 12-летнего возраста. Использование мультимедийного проектора на занятиях. Эти преимущества дают возможность успешно решать задачи развития стрелкового спорта.

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

Желательно, чтобы помещение было длиной не менее 12 метров, а шириной 3 метра. Отсутствие принципиальных различий в технике производства выстрела из пневматического и огнестрельного оружия позволяет применять навыки и умения, сформированные стрельбой из пневматического оружия, 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.

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

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.

Цель программы

Обеспечение личностного развития учащихся, позитивной социализации и профессионального самоопределения.

Воспитательные задачи:

- воспитание чувства патриотизма и индивидуальной ответственности за общее дело;
- приобщение к здоровому образу жизни, повышение двигательной активности, развитие физических качеств: скоростных, выносливости, ловкости и гибкости;
- формирование социальной значимости и активной жизненной позиции;

Развивающие задачи:

- развитие инициативы и самостоятельности на основе игровой деятельности;
- развитие морально-волевых качеств, необходимых при действиях в чрезвычайных ситуациях, экстремальных условиях, в период службы в Вооруженных силах Российской Федерации и других силовых ведомствах: самостоятельности, ответственности, активности, аккуратности, требовательности, дисциплинированности;
- формирование социальной значимости и активной жизненной позиции;
- формирование команды для участия в окружных и во всероссийских военно-спортивных играх.

Образовательные (предметные) задачи:

- повышение уровня знаний, навыков и умений по основам теории стрельбы; материальной части современного стрелкового и спортивного оружия; истории создания и развития стрелкового оружия России; мерам безопасности при обращении с оружием и боеприпасами во время учебных стрельб и соревнований; основам судейства соревнований по стрельбе.
- научить воспитанников разбираться в современном стрелковом и спортивном оружии; а также осуществлять его чистку, смазку, подготовку к бою и постановку на хранение; устранять возможные неисправности и задержки при стрельбе; метко стрелять по мишеням из пневматической винтовки на различные расстояния и из различных положений; корректировать стрельбу и вносить поправки; настраивать прицел; обслуживать и ремонтировать пневматическую винтовку; определять расстояние до цели глазомерно и по угловым величинам; готовить ручную осколочную гранату к броску; метать ручные осколочные гранаты по горизонтальным целям из различных положений и из укрытий.
- формировать навыки меткой стрельбы из пневматической винтовки на различные расстояния из различных положений

К концу I года обучения обучающиеся на предметном уровне должны знать:

- правила безопасного поведения при обращении с оружием и боеприпасами во время стрельбы; историю, виды и типы российского стрелкового и спортивного оружия;
- теорию основ стрельбы;
- материальную часть оружия;

- возможные неисправности, задержки при стрельбе и их устранение.
- доклады о получении боеприпасов, готовности к стрельбе и о завершении стрельбы;
- технику безопасности при зарядании, наводке и выстреле
- историю, виды и типы российского стрелкового и спортивного оружия;
- правила безопасного поведения при обращении с оружием и боеприпасами во время стрельбы;
- основные правила стрельбы;

материальную часть пневматического и малокалиберного оружия;

должны уметь:

- производить техническое обслуживание, ремонт, чистку и смазку винтовки;
- проводить замену основных частей и механизмов винтовки;
- настраивать пневматическую винтовку, выверять открытый прицел.
- уметь стрелять лежа с опорой, без опоры и из положения стоя
- корректировать огонь товарища;
- оказывать простейшую доврачебную помощь;

должен владеть:

- способами определения расстояния до цели;
- способами отработки наводки;
- техникой зарядание винтовки;
- способами отработки точки прицеливания при стрельбе по неподвижным целям;
- методикой аутогенной тренировки по само-регуляции эмоционального состояния;
- командным голосом.

на личностном уровне:

- способность управлять своими эмоциями;
- проявлять культуру общения и взаимодействия;
- проявлять умения предупреждать конфликтные ситуации, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим;
- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;
- умение достаточно полно и точно формулировать цель и задачи занятий и военно-прикладной деятельностью, излагать их содержание;
- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;

на мета предметном уровне

- понимания военно-прикладных видов спорта как явления военной культуры, способствующей развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;
- понимания важности здоровья, как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности;
- бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;
- добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий;
- рациональное планирование учебной деятельности, умение организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность;
- восприятие красоты телосложения с позиции укрепления и сохранения здоровья;

- владение культурой речи, ведения диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;
- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий военно-прикладными видами спорта, их планирование и содержательное наполнение;

К концу II года обучения, обучающиеся должны знать:

на предметном уровне

- о развитии стрелкового спорта в России;
- разрядные нормы по стрельбе из пневматического оружия;
- технику безопасности при зарядании, изготовке и стрельбе;
- правила поведения в тире, команды, подаваемые при проведении стрельб и их выполнение;
- материальную часть автомата Калашникова;
- основные правила стрельбы.
- материальную часть стрелкового оружия ВС РФ
- технику безопасности при обращении с оружием и боеприпасами.
- технику безопасности при зарядании, наводке и выстреле.

должны уметь:

- вести стрельбу лежа, сидя, стоя;
- подготовить место для стрельбы;
- вести стрельбу сходу из пневматической винтовки по падающей мишени;
- производить неполную разборку и разборку автомата с завязанными глазами;
- ремонтировать, обслуживать, чистить, смазывать и ставить на хранение пневматическую и малокалиберную винтовки;
- стрелять по мишеням из различных положений, корректировать и само-корректировать стрельбу;
- анализировать результаты своей стрельбы;
- участвовать в соревнованиях по стрельбе.
- производить неполную разборку и сборку автомата на время;
- снаряжать магазин автомата патронами;
- готовить оружие к бою и устранять возможные задержки при стрельбе;
- чистить, смазывать и ставить на хранение автомат;
- кучно и метко стрелять по мишеням из пневматической винтовки;
- вносить поправки при стрельбе;
- осуществлять корректировку и самокорректировку при стрельбе;
- участвовать в соревнованиях по стрельбе на уровне района, города, округа

должны владеть:

- техникой прицеливания и стрельбы;
- техникой выполнения элементов КСУ;

на личностном уровне

- проявлять умения предупреждать конфликтные ситуации, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим;
- умение содержать инвентарь, снаряжение, оружие, обмундирование в порядке и осуществлять их подготовку;
- проявлять заботу об окружающих во время проведения занятий или во время соревнований;

- желание поддерживать телосложение в рамках принятых норм и представлений посредством физических нагрузок;
- умение осуществлять поиск информации по вопросам стратегии, тактики военно-прикладных действий, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях;
- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнером во время учебной и соревновательной деятельности;
- владение навыками выполнения разнообразных упражнений различной функциональной направленности, технических действий прикладных видов, а так же, применять их в учебной и соревновательной деятельности;

на мета предметном уровне

- понимания культуры военно-прикладных видов спорта, как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и отклоняющегося поведения;
- уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;
- ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности;
- понимание культуры движений человека, постижение жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью и эстетической привлекательности;
- владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;
- владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить её до собеседника;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий военно-прикладными видами спорта;

Учебный план

1-й год обучения

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Организационное занятие	1	1	0	
2	История возникновения стрелкового спорта	3	3	0	тестирование
3	Медико-гигиенические требования	2	2	0	тестирование
4	Виды спортивного оружия.	4	4	0	тестирование
5	Материальная часть оружия	8	4	4	тестирование

6	Общие сведения о выстреле	13	3	10	тестирование
7	Изготовка к стрельбе из пневматических винтовок	20	0	20	практика
8	Техническое обслуживание, ремонт.	4	0	4	практика
9	Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки	34	0	34	практика
10	Правила соревнований	1	1	0	практика
11	Проведение соревнований к памятным датам	10	0	10	практика
12	Контрольно-переводные испытания	2	0	2	практика
13	Итоговое занятие	1	1	0	тестирование
	Итого	102	18	84	

Содержание учебного плана программы (1-й год обучения)

Раздел 1. Организационное занятие

Теоретическое занятие

Знакомство с учебным планом программы. Проведение инструктажей.

Меры обеспечения безопасности, правила поведения в тире.

Техника безопасности при обращении с оружием и при стрельбе

Раздел 2. История возникновения стрелкового спорта

Теоретическое занятие

История развития огнестрельного и пневматического оружия. История вооружения.

История и задачи развития пулевой стрельбы в России. Пневматическое оружие, его отличительные особенности. Пулевая стрельба как один из видов спорта. Возникновение и развитие стрелкового спорта в дореволюционной России. Создание стрелкового союза. Первое участие в Олимпийских Играх стрелков России.

Раздел 3. Медико-гигиенические требования

Теоретическое занятие

Внимание, его виды, значение для стрелка; восприятия и представления.

Костно-связочный аппарат, мышцы, их строение, взаимодействие.

Гигиена, закаливание, общий режим стрелка; пагубное действие вредных привычек: курения, алкоголя.

Раздел 4. Виды спортивного оружия.

Теоретическое занятие

Что такое спортивное оружие

Стрелковое.

Холодное.

Метательное.

Виды спортивного оружия по способу удержания:

Пистолет – это личное оружие, предназначенное для поражения цели на расстоянии от 10 до 70 метров. В спорте применяются пневматические мало- и крупнокалиберные пистолеты. Стрельба ведется из положения «стоя» с вытянутой руки.

Винтовки – тоже оружие личного применения. Используется в положениях «стоя», «с колена», «лежа». Различают пневматические, мало- и крупнокалиберные винтовки. Расстояние до цели может варьироваться от 10 до 300 метров.

Ружья – используется лично каждым спортсменом. Различают два вида – одно- и двуствольное ружья. Стрелять можно из таких же положений, как и из винтовок.

Правила, которым должно соответствовать стрелковое спортивное оружие:

Огнестрельное длинноствольное оружие (винтовки и ружья);

Спортивное нарезное оружие;

Гладкоствольное оружие;

прицеливания при стрельбе по

неподвижным целям.

Лекция с демонстрацией

Виды лазерного интерактивного оружия.

Раздел 5. Материальная часть оружия

Теоретическое занятие

Устройство и назначение основных частей и механизмов оружия: ствол, прицел, ствольная коробка, поршень, боевая пружина, ложа, спусковой механизм, блокировка спуска. Принцип действия и технические характеристики пневматической винтовки

Техническое обслуживание, ремонт, чистка и смазка винтовки.

Хранение винтовки. Замена основных частей и механизмов винтовки.

Возможные неисправности, задержки при стрельбе и их устранение. Чистка, смазка

и хранение винтовки. Изучение докладов о получении боеприпасов, готовности к стрельбе и о завершении стрельбы.

Практическое занятие

Настройка пневматических винтовок. Подготовка пневматического оружия к стрельбе. Выверка открытого прицела. Элементы наводки. Выбор цели и точки

Заряжание винтовки. Отработка докладов о получении боеприпасов, готовности к

стрельбе и о завершении стрельбы.

Раздел 6. Общие сведения о выстреле

Теоретическое занятие

Тир. Оборудование тира и правила его эксплуатации. Отказы при стрельбе и способы их устранения. Обязанности и права стрелков при обращении с оружием.

Понятие о стрельбе и выстреле. Понятия: «кучность», «разброс», «отрывы», «совмещение», «не совмещение».

Патроны: центрального боя, бокового огня, устройство. Осечки, причины, устранение.

Основные элементы техники выполнения выстрела: изготовление, прицеливание, управление спуском, дыхание.

Понятия: - «колебания», «устойчивость», «район колебаний», «ожидание выстрела», «встреча выстрела», - «ожиданно-неожиданный выстрел» (подготавливаемый), «сохранение рабочего состояния во время и после выстрела»;

Внутренняя и внешняя баллистика. Стабилизация полета пули в воздухе. Средняя точка попадания пули, ее определение. Пристрелка оружия. Прицеливание. Режим дыхания. Меры безопасности. Правила выполнения стрельбы. Заряжение и разряжение.

Практическое занятие

Сборка и разборка оружия. Упражнения по подготовке оружия к стрельбе.

Упражнения на заряжение и разряжение оружия.

Заряжание винтовки. Изучение докладов о получении боеприпасов, готовности к стрельбе и о завершении стрельбы.

Раздел 7. Изготовка к стрельбе из пневматических винтовок

Практическое занятие

Отработка технологии произведения выстрела: доклады о получении боеприпасов, заряжание, изготовка к стрельбе, прицеливание, производство выстрела, доклад о завершении стрельбы.

Работа без патронов:

-стрельба из положения сидя, за столом, с опорой на локоть;

-стрельба из положения стоя, без опоры;

-стрельба из положения с колена и лёжа, с опорой и без опоры;

Раздел 8. Техническое обслуживание, ремонт.

Практическое занятие

Чистка и смазка винтовки

Хранение винтовки. Замена основных частей и механизмов винтовки.

Раздел 9. Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки

Практическое занятие

Пробные выстрелы:

-на укороченных и полной дистанции,

-по белому листу и мишени,

-на «кучность» и совмещение,

-расчет и внесение поправок,

-освоение изготовки и выработка устойчивости для стрельбы «с колена» (укороченные дистанции, выстрелы без патрона и с патроном).

- изготовка для стрельбы «лежа» с применением упора,

- изготовка для стрельбы «лежа»,

- прицеливание с диоптрическим прицелом,

- управление спуском (плавность, «неожиданность»),

- управление дыханием

- Выполнение выстрелов в «районе колебаний» (без патрона и с патроном).

Освоение изготовки и выработка устойчивости для стрельбы «стоя», (укороченные дистанции, выстрелы без патрона и с патроном).

Тренировка в стрельбе по мишени «П» на расстояние 5 метров из положения сидя за столом с опорой на локоть. Совершенствование техники и навыков стрельбы. Тренировка в стрельбе из пневматической винтовки по мишени «П» на расстояние 5 метров из положения стоя и с колена с опорой и без опоры. Тренировка в стрельбе из пневматической винтовки по мишени «П» на расстояние 5 и 10 метров из положения лёжа с опорой и без опоры.

Подготовка к соревнованиям по стрельбе из пневматической винтовки.

Прицеливание и выжима спуска («параллельность работ»).

Координирование удержания системы «стрелок-оружие»,

Раздел 10. Правила соревнований

Теоретическое занятие

Обязанности и права участника соревнований,
 Порядок выполнения упражнений; команды, подаваемые на линии огня;
 Общие требования к изготовкам: для стрельбы «лежа», «стоя».
 Условия выполнения упражнения ВП-20, ВП-30, ВП-40.
 Обязанности показчика, контролера, помощника судьи на линии мишеней.
 Практическое занятие
 Инструкторская практика:
 Выполнение обязанностей инструктора, помощь в исправлении замеченных ошибок в выполнении элементов выстрела.
 Судейская практика:
 Шифровка мишеней, работа в качестве показчика и контролера.
 Раздел 11. Проведение соревнований к памятным датам
 Практическое занятие
 Соревнование; посвященное Дню проведению парада 7 ноября 1941 года
 Соревнование; посвященное 5 декабря 1941 года начало контрнаступления под Москвой.
 Соревнования к Дню защитника Отечества
 Соревнования к Дню победы в ВОВ
 Раздел 12 Контрольно-переводные испытания
 Практическое занятие
 Выполнение контрольных нормативов.
 Участие в соревнованиях в лично-командном первенстве различного уровня
 Раздел 9. Итоговое занятие
 Теоретическое занятие
 Подведение итогов учебного года. Рефлексия.

Учебный план

2-й год обучения

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Организационное занятие	1	1	0	тестирование
2	История стрелкового оружия времен Великой Отечественной войны	4	4	0	тестирование
3	Подвиги стрелков, снайперов в Великой Отечественной войне.	10	8	2	тестирование
4	Меры безопасности при стрельбе	5	5	0	тестирование
5	Восстановительные мероприятия	4	2	2	тестирование

6	Секреты стрелкового мастерства.	4	4	0	тестирование
7	Явление выстрела.	10	4	6	практика
8	Устройство и взаимодействие частей пневматической винтовки.	20	0	20	практика
9	Техника выполнения выстрела.	30	0	30	практика
10	Контрольные стрельбы	6	0	6	практика
11	Проведение соревнований к памятным датам	10	0	10	практика
12	Итоговое занятие	1	0	1	тестирование
	Итого	102	25	77	

Содержание учебного плана программы
2 год обучения

Раздел 1. Организационное занятие

Теоретическое занятие

Правила внутреннего распорядка. Правила техники безопасности

Инструктаж по мерам безопасности

Раздел 2. История стрелкового оружия времен Великой Отечественной войны.

Теоретическое занятие

Стрелковое оружие Красной Армии;

Стрелковое оружие Германской Армии.

Раздел 3. Подвиги стрелков, снайперов в Великой Отечественной войне.

Теоретическое занятие

Значение снайпера во время войны. Подвиги солдат и офицеров снайперов.

Снайпер – специально обученный солдат, в совершенстве владеющий искусством меткой стрельбы, маскировки и наблюдения, поражающий цели с первого выстрела.

Практическое занятие

Прослушивание докладов о снайперах войны.

Просмотр фильмов о снайперов.

Раздел 4. Меры безопасности при стрельбе

Теоретическое занятие

Техника безопасности при зарядке, наводке и выстреле

Порядок обращения с оружием и боеприпасами.

Правила поведения 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».

Раздел 5. Восстановительные мероприятия

Теоретическое занятие

Утомление и восстановительные мероприятия. Дыхание и газообмен, значение дыхания. Методика дыхания стрелка

Режим питания; вредные привычки

Развитие специальных качеств стрелка

Практическое занятие

Отработка методики дыхания стрелка

Тренировка строго определенных групп мышц, повышение специальной выносливости к длительной статической работе. Устранение недостатков физического развития.

Раздел 6. Секреты стрелкового мастерства.

Теоретическое занятие

Демаскирующие признаки. Маскировка одежды, оружия, приборов наблюдения.

Раздел 7. Явление выстрела.

Теоретическое занятие

Образование траектории. Прямой выстрел Начальная скорость пули. Отдача оружия. Пробивное и убойное действие пули. Прикрытое, поражаемое и мёртвое пространство. Способы определения расстояния до цели. Движение пули в канале ствола и ее вылет

Образование угла вылета, его зависимость от изготовления стрелка. Элементы траектории полета пули. Силы, действующие на пулю при полете. Рассеивание, кучность, меткость.

Практическое занятие

Отработка выстрелов без патронов. Прямой выстрел. Определение при стрельбе: прикрытое, поражаемое и мёртвое пространство. Способы определения расстояния до цели. Устранение неточности при выпуске пули, отработка угла вылета.

Раздел 8. Устройство и взаимодействие частей пневматической винтовки.

Теоретическое занятие

Материальная часть оружия. Наименование, назначение основные технические характеристики. Взаимодействие частей винтовки. Причины неисправности при стрельбе.

Практическое занятие

Осмотр оружия. Подготовка оружия к стрельбе, его заряджение и разряджение. Уход за оружием.

Раздел 9. Техника выполнения выстрела.

Теоретическое занятие

Основные элементы техники выполнения выстрела: подготовка, для стрельбы стоя, прицеливание, управление спуском, дыхание.

Практическое занятие

Внутренний контроль, за статической работой мышц, удерживающих систему «стрелок-оружие».

Автономная работа указательного пальца при управлении спуском.

Проверка понимания сути явлений, уточнения и добавления:

- «колебания», «устойчивость», «район колебаний»;
- «ожидание выстрела», «встреча выстрела»;
- «ожиданно-неожиданный выстрел»;
- «сохранение рабочего состояния во время и после выстрела»;
- координирование удержания позы-изготовки,
- прицеливание и нажим на спусковой крючок.

Выработка устойчивости, совершенствование техники выполнения выстрела в положении «лежа».

Выработка устойчивости, совершенствование техники выполнения выстрела в положении «с колена».

Выработка устойчивости, совершенствование техники выполнения выстрела в положении «стоя».

Координирование работ по удержанию системы «стрелок-оружие», прицеливанию и выжиму спуска («параллельность работ»).

Раздел 10. Контрольные стрельбы

Практическое занятие

Упражнение ВП-20

Упражнение ВП-30

Упражнение ВП-40

Стрельба по мишени из положения сидя за столом, с опорой на локоть.

Стрельба по мишени из положения стоя с опорой и без опоры

Стрельба по мишени из положения лёжа с опорой на локоть

Стрельба по мишени из положения с колена.

Скоростная стрельба.

Стрельба на результат.

Раздел 11. Проведение соревнований к памятным датам

Правила соревнований.

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

Практическое занятие

Соревнование; посвященное Дню проведению парада 7 ноября 1941 года

Соревнование; посвященное 5 декабря 1941 года начало контрнаступления под Москвой.

Соревнования к Дню защитника Отечества

Соревнования к Дню победы в ВОВ

Раздел 12. Итоговое занятие

Практическое занятие

Подведение итогов учебного года. Награждение. Рефлексия

Ожидаемые результаты обучения

Ожидаемые результаты первого года обучения:

Личностные:

- Стремление к достижению успешности
- Инициативность;
- Осознание своей социальной роли;
- Объективная самооценка на основе самоанализа;
- Умение работать в коллективе.

Метапредметные:

- Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами;
- Осознанный выбор наиболее эффективных способов решения учебных и познавательных задач;
- Соблюдение норм и правил безопасности при выполнении стрельб.

Предметные:

В конце первого года обучения учащийся должен:
знать:

- правила поведения в тире;
- меры безопасности при обращении с пневматической винтовкой;
- общее устройство винтовки и предназначение ее частей;
- правила соревнований по стрельбе из пневматической винтовки;
- правила прицеливания и производства выстрела.

уметь:

- выполнять стрельбу из положений стоя с опоры, лежа с руки и лежа с упора;
- вести меткий огонь по мишени с кругами и по другим целям;
- уверенно выполнять нормативы с оружием.

Ожидаемые результаты второго года обучения:

Личностные:

- Стремление к достижению успешности
- Инициативность;
- Осознание своей социальной роли;
- Объективная самооценка на основе самоанализа;
- Умение работать в коллективе.

Метапредметные:

- Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами;
- Осознанный выбор наиболее эффективных способов решения учебных и познавательных задач;
- Соблюдение норм и правил безопасности при выполнении стрельб.

Предметные:

К концу второго года обучения учащийся должен:

знать:

- назначение, тактико-технические характеристики, порядок разборки и сборки, правила стрельбы из стрелкового оружия;
- условия и порядок выполнения нормативов с оружием;
- меры безопасности при обращении с оружием;
- правила ухода и сбережения винтовки;
- основные неисправности винтовки и способы их устранения;
- правила поведения на занятиях и соревнованиях;
- порядок обращения с оружием при стрельбе и во время его чистки;
- технику выполнения выстрела.

уметь:

- выполнять подготовку к стрельбе из положения стоя с опоры, стоя с руки, с колена и лежа;
- вести меткий огонь по спортивной мишени и другим целям из пневматической винтовки;
- производить чистку и смазку винтовки;
- определять результаты стрельбы по спортивной мишени.

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение;

Оборудование учебного класса:

классная доска

учительский стол со стулом 1 шт.;

стол учительский с тумбой 1 шт.;

стулья ученика 16 шт.;

столы ученика 8 шт.;

шкафы для хранения учебников, оборудования, дидактических материалов, пособий 9 шт.;

Оборудование тира:

1. Шкафы 6
2. Сейфы 3

Характеристика помещения для занятий по программе

Кабинет для теоретических занятий, представляет собой
Учебный класс

Стрелковый тир оборудованный на 5 огневых рубежей.
Длинна 12 метров
Ширина 5 метров

Перечень оборудования, инструментов и материалов, необходимых для реализации программы

- пулеулавливатели 5 шт.;
- прицельный станок 1 шт.;
- пневматические винтовки МР – 512: 10 шт.; МР – 532: 2 шт.; СН 2009 Crosman РСР: 5 шт.; ИЖ – 38 с: 2 шт.
- пистолет пневматический: МР – 53м, 3 шт.
- падающие мишени 20шт.,
- Расходные материалы: пульки для пневматических винтовок
- мишени шт. №8 8 000 шт.; №7 8 000 шт.,
- пневматические пульки (калибр 4,5): 8 000 шт.

Информационное обеспечение – аудио-1, видео-1, фото-1, интернет источники;

Определение результативности

В целях оценки и контроля результатов обучения в течение учебного года проводятся:

- проверка выполнения нормативов по стрельбе из пневматической винтовки;
- контрольные занятия по проверке усвоения теоретических знаний по темам курса;
- соревнования на личное первенство среди воспитанников объединения;
- командные соревнования по стрельбе из пневматического оружия;
- спартакиада допризывной молодежи;
- анализ и обсуждение проводимых мероприятий с учащимися и их родителями.

Критерии оценки:

«Зачтено»

- обучаемый 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 3-х выстрелах, 30 очков при 5-ти выстрелах, 60 очков при 10-ти выстрелах;

«Не зачтено» -

а) если обучаемый неправильно ориентируется в современном стрелковом оружии, не знает технику безопасности при стрельбе, теоретические основы стрельбы, не умеет правильно занять позицию на стрелковом рубеже;

б) ведет прицельную и кучную стрельбу с результатом ниже 18 очков при 3-х выстрелах, 30 очков при 5-ти выстрелах, 60 очков при 10-ти выстрелах, либо;

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:

В качестве процедур оценивания и отслеживания результатов обучения по программе, используются:

- учет знаний и умений в ходе проведения тестирования, осуществление анализа результатов диагностики уровня учебной мотивации, уровня воспитанности, уровня развития;
- анкетирование воспитанников и анализ его результатов;
- оценка личностных качеств воспитанников;
- анализ результатов участия обучающихся в соревнованиях разного уровня;
- количественные параметры занятых призовых мест на мероприятиях, соревнованиях;
- сдача контрольных нормативов данные диагностик заносятся в таблицы.

Уровень технической, тактической и психологической подготовки отслеживается методом педагогического наблюдения во время тренировок и на соревнованиях, уровень физической подготовки - путем сдачи контрольных нормативов.

Результаты педагогического наблюдения позволяют проанализировать уровень обученности, воспитанности и развития личности учащихся.

На основании анализа итогов реализации программы вносятся необходимые коррективы в ход, методику и содержание образовательного процесса. При сравнении результатов за несколько лет разрабатывается система действий, необходимых для достижения оптимального результата.

Рекомендуется ведение личной зачетной книжки воспитанника, в которой фиксируются все его результаты и достижения за весь курс обучения по данной программе.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: аналитический материал по итогам проведения психологической диагностики, аналитическая справка, диагностическая карта, защита творческих работ, конкурс, контрольная работа, научно-практическая конференция, олимпиада, открытое занятие, отчет итоговый, портфолио, поступление выпускников в профессиональные образовательные организации по профилю, праздник, слет, соревнование.

Перечень (пакет) диагностических методик

Краткое описание методики работы по программе

Особенности организации образовательного процесса – очная организация.

Методы обучения

приёмы и методы организации учебно-воспитательного процесса

а) методы по источнику познания:

- словесный (объяснение, разъяснение, рассказ, беседа, инструктаж, дискуссия и т.д.);
- практический (отработка техники стрельбы, составление технологических карт по сборке, разборке винтовки, занимательные упражнения: викторины, загадки др.);
- наглядный (демонстрация, иллюстрирование и др.);
- видеометод.

б) методы по степени продуктивности, по типу (характеру познавательной деятельности): - объяснительно-иллюстративный;

-репродуктивный;

-проблемный.

в) методы на основе структуры личности:

- методы формирования сознания, понятий, взглядов, идеалов, убеждений (рассказ, беседа, показ иллюстраций, индивидуальная работа и т.д.);

-методы формирования опыта общественного поведения (упражнения, тренировки, игра, поручение и т.д.);

-методы стимулирования и мотивации деятельности и поведения (одобрение, похвала, порицание, поощрение, игровые эмоциональные ситуации, использование общественного мнения, примера и т.д.).

Формы организации образовательного процесса

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Формы организации учебного занятия

формы занятий, планируемые по разделам и темам: встреча с интересными людьми; лекция; мастер-класс; практическое занятие

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

На теоретических занятиях сообщаются основные сведения об отечественном стрелковом оружии, его основных технических характеристиках, по истории стрелкового спорта, технике и методике стрельбы, основные правила по технике безопасности во время тренировочных занятий, а также особенности стрельбы из различных положений, история войн и роль снайперов на войне.

На практических занятиях учащиеся приобретают умения и навыки по разборке и сборке пневматической винтовки, 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.

Беседа встреча с интересными людьми, защита проектов, лекция, мастер-класс, наблюдение, олимпиада, открытое занятие поход, праздник, практическое занятие, представление, презентация, семинар, соревнование, тренинг, турнир, чемпионат, экскурсия, экзамен, экспедиция, эксперимент, эстафета.

Педагогические технологии

Технология индивидуализации обучения, технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология программированного обучения, технология модульного обучения, технология блочного модульного обучения, технология дифференцированного обучения, технология разно уровневое обучения, технология развивающего обучения, технология проблемного обучения, здоровье сберегающая технология.

Алгоритм учебного занятия

Структура занятия

- Организационный момент (1-2 мин)
- Повторение пройденного материала (5 мин)
- Разбор нового материала (10 мин)
- Физкультминутка (3 мин)
- Практическое занятие (15-20 мин)
- Подведение итогов занятия (5 мин)

Дидактические материалы

Упражнения учебные приборы и оборудование: пневматические винтовки, цветные таблицы, фильмы, презентации.

Демонстрационные материалы:

Раздаточные материалы, инструкционные, технологические карты, задания, упражнения.

Наглядный материал: альбомы, таблицы.

Используемая и рекомендуемая литература.

1. Алексеев А.В. Преодолей себя! - М.: ФиС, 2003.
2. Артамонов М. ... Как научиться метко стрелять – М.: ОГИЗ, 1934.
3. Белкин А.А. Идеомоторная подготовка в спорте – М.: ФиС, 1983.
4. Вайнштейн Л.М. Стрелок и тренер – М.: Изд. ДОСААФ, 1977.
5. Вайнштейн Л.М. Основы стрелкового мастерства – М.: Изд. ДОСААФ, 1960.
6. Володина И.С. Физическая подготовка стрелка-спортсмена. Лекция для студентов и слушателей РГАФК – М., Изд. Редакционно-издательского отдела РГАФК, 1997.
7. Вопросы подготовки молодых стрелков. Методические рекомендации. Комитет по физической культуре и спорту при совете министров СССР. М. 1977.
8. Джгамадзе Т.А., Корх А.Я., Володина И.С. Подготовка стрелка из пневматического оружия. Методическая разработка для студентов и слушателей РГАФК – М. Изд. Редакционно-издательского отдела РГАФК, 1998.
9. Жаров К.П. Волевая подготовка спортсмена – М.: ФиС, 1976.
10. Идеомоторные представления и их значение в спортивной тренировке М., ФИИС, 1967.
11. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Оборонно-спортивные кружки. М.: Просвещение, 1987
12. Аверин А.И., Выдрин И.Ф. Начальная военная подготовка. М.: Просвещение, 1984.
13. Литвинов Е.Н., Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности 10 кл. М: АСТ, 1996.
14. Стрелковый спорт. Правила соревнований. М., 1977. Юрьев А. Спортивная стрельба. М