

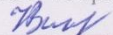
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«Образовательный центр №5 имени Героя Советского Союза З.И.Маресевой  
с. Черкасское Вольского района Саратовской области»

*Согласовано*

Заместитель руководителя по

УВР

МАОУ «Образовательный центр №5»

 /Викулова Н.А./

« 5 » августа 2024 г.

*Рассмотрено*

на заседании

педагогического совета


протокол № 1

от « 5 » августа 2024 г.

*Утверждаю*

Директор

МАОУ «Образовательный центр №5»

 Мочалова И.Л./

Приказ № 153  
от « 5 » августа 2024 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
Физкультурно-спортивной направленности  
«Меткий стрелок»  
Уровень обучения базовый

Возраст детей 11-15 лет

Срок реализации – 1 год

Автор-составитель:

Ильин Юрий Николаевич, педагог дополнительного образования

Черкасское, 2024

# I. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной программы

## Пояснительная записка

Нормативно-правовое обеспечение программы:

- Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ № 273);
- Национальный проект «Образование» (утв. Президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 03.09.2018г № 10);
- «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», утвержденный приказом Минпросвещения России от 09.11.2018г № 196, с изменениями от 30.09.2020г;
- «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)» (утв. письмом Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015г №09-3242;
- Правила персонифицированного финансирования дополнительного образования в Саратовской области, утверждены приказом министерства образования Саратовской области от 21.05.2019г № 1077, с изменениями от 14.02.2020г, от 12.08.2020г;
- «Санитарные правила 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28).

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа **физкультурно-спортивной направленности «Меткий стрелок»** имеет стартовый уровень освоения и разработана в рамках Государственной программы «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации».

**Актуальность программы.** 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 позволяет развить у обучаемых такие качества, как ловкость, выносливость, терпеливость, аккуратность, коммуникативность, самостоятельность. Привлекательность программы в том, что у обучающихся появляется 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.

**Отличительные особенности программы.** Данная программа составлена на основе существующих программ данного вида деятельности и имеет следующие особенности:

- срок обучения 1 год;
- объем программы 72 часа;
- учтено наличие простейшего спортивного инвентаря, а именно: винтовок МР - 512 и соответствующих боеприпасов к ним;
- программа составлена с учетом графика соревнований по стрельбе в Вольском муниципальном районе;
- программа предусматривает освоение простейших упражнений, выполнение которых из школьного оружия в условиях соревнований дает право на присвоение юношеского разряда.

**Педагогическая целесообразность** программы заключается в том, что в процессе её реализации, у обучающихся формируется психологическая устойчивость. Соревнования по стрельбе эмоционально напряжены, поэтому у стрелков развиваются устойчивость к стрессовым ситуациям, контроль над эмоциями. Практическая стрельба является одной из наиболее эффективных оздоровительных технологий. При занятии стрельбой из пневматического оружия идет развитие физических и морально-волевых качеств, совершенствуются специальные психологические качества, умственные и интеллектуальные способности обучающихся.

Занятия стрельбой имеют большое значение для укрепления обороноспособности нашей Родины; подготовки молодежи к службе в Вооруженных Силах России, к защите Отечества. Выпускник объединения, пройдя подготовку по программе «стрельба», приходит в армию готовым специалистом по стрельбе, он сразу включается в боевую работу, такой военнослужащий и морально лучше подготовлен к военной службе, так как уже познакомился с основами военной службы и боевым оружием.

**Адресат программы.** Дети в возрасте 11 – 15 лет.

**Срок реализации и объем программы.** Программа рассчитана на 1 год обучения, 72 часа.

**Режим занятий:** 2 раза по 1 часу в неделю продолжительностью 45 минут.

### **Цель и задачи программы**

**Цель:** воспитание патриотизма и гражданственности посредством обучения техническим приемам пулевой стрельбы.

#### **Задачи**

##### **Обучающие:**

- познакомить детей основам теории стрельбы;
- дать представление о материальной части современного стрелкового и спортивного оружия;
- познакомить с историей создания и развития стрелкового оружия России; познакомить с мерами безопасности при обращении с оружием и боеприпасами во время учебных стрельб и соревнований;
- познакомить с основами судейства соревнований по стрельбе.

##### **Развивающие:**

- развивать обучающихся внимание, усидчивость, глазомер, память;
- развивать коммуникативные навыки;
- формировать навыки здорового образа жизни;

##### **Воспитательные:**

- воспитывать уважение к Вооружённым Силам России, к Российскому оружию и их истории;
- формировать у обучающихся целеустремлённость, терпеливость, настойчивость, коллективизм.

### **Планируемые результаты**

#### **Личностные:**

- формирование волевых качеств, сдержанности и рассудительности;
- рост спортивного мастерства;
- владение основами самоконтроля и самооценки.

#### **Метапредметные:**

- развитие навыков коммуникативного общения учащихся со сверстниками и педагогами;
- развитие мотивации познавательных интересов;
- формирование потребности в здоровом образе жизни;

#### **Предметные.**

К концу обучения обучающиеся будут знать:

- историю стрелкового оружия;
- теоретические основы стрельбы;
- элементарные теоретические сведения о баллистике;
- меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием;
- назначение, общее устройство и принцип действия пневматической винтовки МР-512;
- правила выполнения стрельбы;
- правила соревнований по стрельбе;
- технику стрельбы из пневматической винтовки МР-512 по мишени из положения, сидя за столом и лежа с упора, стоя с руки, лежа с руки.

К концу обучения обучающиеся будут уметь:

- выполнять специальные действия, способствующие уравниванию дыхания и пульса;
- занимать правильное положение при изготовке к стрельбе и при стрельбе;
- выполнять основные элементы техники выполнения выстрела;

- выполнять стрелковые упражнения из положения стоя, лежа и сидя;
- делать самоанализ стрельбы;
- выполнять упражнения для развития гибкости, координации и точности движения, на расслабление различных групп мышц;
- правильно почистить оружие.

### Содержание программы

#### Учебный план

| №  | Наименование раздела   | Количество часов |        |          | Формы аттестации/ контроля |
|----|--|------------------|--------|----------|----------------------------|
|    |  | Всего            | Теория | Практика |                            |
| 1  | Введение   | 1                | 1      | -        |                            |
| 2  | Меры обеспечения безопасности при проведении стрельб.  | 2                | 2      | -        | Устный опрос               |
| 3  | История развития стрелкового спорта.   | 1                | 1      | -        | Устный опрос               |
| 4  | Материальная часть оружия и основы стрельбы  | 4                | 4      | -        | Устный опрос               |
| 5  | Основы техники стрельбы.   | 4                | 2      | 2        | Устный опрос               |
| 6  | Определение расстояния до цели   | 2                | 1      | 1        | Устный опрос               |
| 7  | Изучение и совершенствование техники стрельбы  | 2                | 2      | -        | Устный опрос               |
| 8  | Тренировка в изготовке к стрельбе из пневматической винтовки с опорой на стол, на стойку. Производство холостого выстрела. | 6                | -      | 6        | Результат по стрельбе      |
| 9  | Тренировка в изготовке для стрельбы лежа с упора.  | 6                | -      | 6        | Результат по стрельбе      |
| 10 | История стрелкового оружия времен Великой Отечественной войны.   | 2                | 2      | 2        | Устный опрос               |
| 11 | Тренировка в технике для стрельбы стоя.  | 6                | -      | 6        | Результат по стрельбе      |
| 12 | Тренировка стрельбы с колена.  | 6                | -      | 6        | Результат по стрельбе      |
| 13 | Стрельба из пневматического пистолета по мишеням на 5 м.   | 6                | -      | 6        | Результат по стрельбе      |
| 14 | Секреты стрелкового мастерства   | 6                | 3      | 3        | Устный опрос               |
| 15 | Правила соревнований.  | 2                | 2      | -        | Устный опрос               |
| 16 | Общая физическая подготовка.   | 6                | 6      | -        | Выполнение нормативов      |
| 17 | Подготовка к соревнованиям.  | 4                | -      | 4        | Результат по стрельбе      |
| 18 | Итоговое занятие   | 4                | -      | 4        | зачет                      |
|    | Итого:   | 72               | 26     | 46       |                            |

#### Содержание учебного плана

Тема № 1 Введение.

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

Практика. Инструктаж по технике безопасности на рабочем месте.

Тема № 2 Меры обеспечения безопасности при проведении стрельб.

Теория. 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».

Тема № 3 История развития стрелкового спорта.

Теория. Развитие стрелкового оружия в России.

Тактико-технические данные спортивных винтовок ИЖ-22, ИЖ-32БК, ИЖ – 38, ИЖ-60, МР -513, МР – 512 и их применение в стрелковом спорте;

тактико-технические данные спортивных пистолетов;

боеприпасы используемые в стрелковом оружии России и их характеристики.

Тема № 4 Материальная часть оружия и основы стрельбы.

Теория. Назначение и боевые свойства пневматического оружия. Общее устройство винтовок МР - 512. Понятие о выстреле. Явления, связанные с выстрелом, рассеивание выстрелов, определение средней точки попадания. Расчет поправок

Тема № 5 Основы техники стрельбы.

Теория. Прицеливание, сущность прицеливания. Показ изготовления 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.

Практика. Тренировки.

Тема № 6 Определение расстояния до цели.

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

Практика. Тренировки точно определять расстояние.

Тема № 7,8,10,11 Изучение и совершенствование техники стрельбы.

Теория. Меры безопасности при обращении с оружием. Изучение изготовления 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.

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

|              |  |
|--------------|--|
| 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 выстрелам и научиться делать вынос точки прицеливания, т.е. делать поправку при паводке винтовки. |
| Упражнение 4 | Стрельба по мишени спортивная «№6» из положения сидя за столом. Задание: выполнение спортивных нормативов.   |
| Упражнение 5 | Стрельба по мишени спортивная «№6» из положения лежа с упора. Задание: выполнение спортивных нормативов.   |
| Упражнение 6 | Стрельба по мишени спортивная «№6» из положения лежа без упора. Задание: выполнение спортивных нормативов.   |
| Упражнение 7 | Стрельба по мишени спортивная «№6» из положения стоя. Задание: выполнение спортивных нормативов.   |

Тема № 9 История стрелкового оружия времен Великой Отечественной войны.

Теория. Стрелковое оружие Красной Армии. Стрелковое оружие Германской Армии.

Тема № 12 Стрельба из пневматического пистолета.

Теория. Меры безопасности при стрельбе из пистолета. Техника стрельбы.

Практика. Тренировки.

Тема № 13 Секреты стрелкового мастерства.

Теория. Демаскирующие признаки. Маскировка одежды, оружия, приборов наблюдения.

Вариант обучения приемам маскировки.

Практика. Тренировки .Стрельба по мишени

Тема № 14 Правила соревнований.

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

Тема № 15 Общая физическая подготовка.

Практика. Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения с партнером в равновесии, в сопротивлении.

Тема № 16 Подготовка к соревнованиям.

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

Тема № 17 Итоговое занятие.

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

### **Формы аттестации и контроля**

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»/.

### **Методическое обеспечение программы**

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и ученика. Занятия необходимо строить так, что 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 6 оборудование: пневматические винтовки, цветные таблицы.

## Условия реализации программы

### Материально-техническое обеспечение

- Кабинет, соответствующий санитарно-гигиеническим нормам освещения и температурного режима;
- Оборудование: столы и стулья для теоретических и практических занятий, шкаф для хранения оружия.
- Технические ресурсы:
  - компьютер,
  - экран,
  - проектор,
  - магнитофон.
- Инструменты и приспособления:
  - плакаты по изучению устройства и взаимодействия частей АК, ПМ и пневматической винтовки;
  - сборно-разборный макет автомата Калашникова;
  - пневматическая винтовка;
  - пулеуловитель;
  - бинокль
  - оптический прицел
  - мишени бумажные (различные);
  - пульки для стрельбы из пневматического оружия.

### Дидактические материалы

Методические виды продукции: разработки викторин, игр-викторин, тестов, сценарии военно-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.

Лекционный материал: «Военная организация восточных славян», «Военная организация монгольского войска», «Воинская дисциплина, ее содержание, сущность и значение в современных условиях», «Воинские ритуалы», «Война с Наполеоном 1812г», «Главные битвы Великой Отечественной войны», «Основы и правила стрельбы», «Автомат Калашникова».

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования, имеющий специальное образование или опыт работы по направлению программы.

## Оценочные материалы

### *Критерии оценки результативности.*

Отследить уровень усвоения обучающимися содержания программы можно по следующим показателям: умение выполнить работу по образцу; умение анализировать; стабильность практических достижений обучающихся.

Показателями устойчивости интереса к деятельности, коллективу являются: текущая и перспективная сохранность контингента; наполняемость, положительные мотивы посещения занятий; осознание социальной значимости и нужности деятельности для себя.

Уровень воспитательных воздействий проявляется в характере отношений между педагогом и обучающимися, между членами коллектива, в том или ином состоянии микроклимата в группе, в культуре поведения обучающихся.

Критериями оценки *результативности обучения* являются: выполнение нормативов по стрельбе из пневматической винтовки; проверка усвоения теоретических знаний по темам, уровень развития памяти, уровень строевой подготовки, уровень разборки сборки АКМ, а также результаты участия воспитанников в конкурсах, соревнованиях.

Приобретённые детьми знания, умения и навыки оцениваются по трем позициям: *высокий, средний и низкий* уровень усвоения.

## Список литературы

### Для педагога

1. Аверин А.И., Выдрин И.Ф. Начальная военная подготовка. М.: Просвещение, 1984.
2. «Винтовки и автоматы» (авторы А.Б. Жук, военное издательство 2007г.).
3. Журнал «Военные знания» №2, 2008г.
4. Латчук В. Н., Марков В. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 кл. М: Дрофа, 2006.
5. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Оборонно-спортивные кружки. М.: Просвещение, 1987Стрелковый спорт.
6. Правила соревнований. М., 1977.

### Для обучающихся

1. Дворкин А.Д. Стрельба из пневматических винтовок.- М., ДОСААФ России, 2010.
2. Корх А.Я. Спортивная стрельба. -М., ФиС,2003г. .
- 3.Окунь Б.В. Спортивная стрельба из винтовок. - М., ДОСААФ, 2006.
- 4.Потапов И.Г. Соревнования по стрельбе. - М., ДОСААФ России, 2010.
- 5.Федорин В.Н. Пулевая стрельба. - КГАФК, 2007.
- 6.ЮрьевА.А. Пулевая спортивная стрельба, М.: Физкультура и спорт, 2008 (3-е изд.).