

муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 33»
(МАОУ СОШ № 33)
«33 №-а Шөр школа» муниципальной асьюралана велөдан учреждение
(«33 №-а ШШ» МАВУ)

Принято
ПЕДСОВЕТ № 1
от « 30 » августа 2023 года



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ № 33

Г.А.Оверина
«1» сентября 2023 года

**Дополнительная общеобразовательная программа —
дополнительная общеразвивающая программа**

«Стрельба»

Направленность – Спортивная

Возраст детей – 13 - 18 лет

Срок реализации – 1 год

Составитель -
Поздеев А.Н.

Сыктывкар , 2023

Раздел 1.Комплекс основных характеристик программы

1.1.Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа- дополнительная общеразвивающая программа «Стрельба» разработана на основе нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (принят ГД ФС РФ 21.12.2012).

2. Приказ Министерства просвещения России от 9 ноября 2018 г. № 196 г. Москва «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. № 1008 г. Москва. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

3. Проект Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года

4.Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи

5.постановление Правительства Республики Коми от 11 апреля 2019 г. № 185 «О стратегии социально – экономического развития Республики Коми на период до 2035 г.»

6.Решение Совета МО ГО «Сыктывкар» от 10.12.2019 – 619 «О внесении изменений в решение Совета МО ГО «Сыктывкар» от 08.07.2011 № 03/2011 -61 «О стратегии социально – экономического развития МО ГО «Сыктывкар» до 2030 года».

Направленность программы – Программа кружка «Стрельба» имеет спортивно-техническую направленность. Она носит учебно-познавательное и прикладное функциональное предназначение. По форме своей ориентированности является, как индивидуальной, так и групповой формой организации занятий.

Актуальность программы

В настоящее время актуальность приобретает возрастающая роль физкультуры и спорта в жизни современного общества. К числу наиболее актуальных проблем относится, прежде всего, доступность, массовость видов спорта, наличие определенной материально-технической базы, для занятия определенным видом спорта. Стрелковый спорт по праву считается одним из самых массовых, доступных и увлекательных военно-прикладных видов спорта.

Оружие и особенно стрельба из него всегда вызывает живой интерес у подростков. Кроме того, в настоящее время большое внимание уделяется сохранению здоровья школьников. Организация военно-спортивного кружка в школе позволяет развивать общефизическую подготовку учащихся, воспитывать у будущих мужчин смелость, мужество, решительность, самообладание, целеустремленность, трудолюбие, внимательность и самостоятельность. Некоторые девушки также с удовольствием занимаются стрелковым спортом.

Отличительные особенности программы

Отличительной **особенностью** программы является то, что знакомство с пневматическим оружием, закрепление знаний и отработка навыков стрельбы. Что позволяет добиться от начинающих стрелков хороших результатов.

Адресат (учащиеся, категории учащихся)

Возрастной диапазон – 13 -18 лет (7-11 класс), в том числе состоящие на профилактических видах учета.

Набор в группу осуществляется на основе письменного заявления родителей (законных представителей) через сайт ПФДО Коми (<https://komi.pfdo.ru>) или самого учащегося, достигшего возраста 14 лет. Число детей, одновременно находящихся в группе от 4 до 8.

Срок освоения программы

Реализация программы рассчитана на 1 год обучения. Общий объем часов., запланированных на весь период обучения, необходимых для усвоения программы составляет 102 ч.

Формы обучения- очная. В период невозможности организации учебного процесса в очной форме: карантин, неблагоприятной эпидемиологической обстановки, активированных дней), может быть организована с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Форма организации образовательного процесса – групповая.

Виды занятий –соревнования по пулевой стрельбе.

Режима занятий- Продолжительность одного академического часа – 40 мин. Перерыв между учебными занятиями – 10 минут. Общее количество часов в неделю - 3 ч. Занятия проводятся три раза в неделю по 1 часу.

Цель и задачи

Цель- создать условия для раскрытия стрелкового потенциала ребёнка, для формирования его нравственно-личностных качеств, дальнейшей профориентации.

Задачи:

Обучающие:

- обучение основам стрельбы из различных положений;
- обучение сборки-разборки автомата Калашникова
- формирование специальных знаний по предмету;
- знание устройства пневматического оружия;

Развивающие:

- развитие навыков стрельбы;
- развитие физического состояния стрелка;
- развитие глазомера, скорости, точности и координации движений.
- развитие памяти и внимания;
- развитие творческого потенциала ребёнка, его познавательно-творческой активности.

Воспитывающие:

- воспитание собранности и дисциплины;
- формирование навыков стрельбы;

- воспитание чувства ответственности за результат;
- воспитание коллектива единомышленников, использующих свои индивидуальные творческие возможности для достижения поставленной цели;
- воспитание у учащихся гражданственности и любви к Родине через изучение истории стрелкового спорта

Учебный план

№ П\п	Название разделов, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Техника безопасности. История стрелкового оружия.	1	1	
2	Теоретические основы стрельбы	6	6	
3	Устройство и назначение винтовки МР - 512, ИЖ -22, ИЖ-38, Устройство и назначение пневматического пистолета ИЖ-40, ИЖ-53	5	5	
4	Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием.	10	10	
5	Подготовка пневматической винтовки к стрельбе	3		3
6	Предварительные упражнения - стрельба без пуль.	5		5
7	Техника стрельбы из пневматической винтовки ИЖ-22, ИЖ-38 и МР - 512 на 5 м. (мишень. №6)	20		20
8	Техника стрельбы из пневматической винтовки МР 512 на 10 м. (мишень. №8)	30		30
9	Стрельба из пневматического пистолета ИЖ-40.	12		12
10.	Стрельба на время	10		10
Итого		102	22	80

Календарно – тематический план

№ п/п		Наименование разделов и тем.	Всего часов	Из них		Формы аттестации/контроля
				аудиторных	внеаудиторных	
1	1	История стрелкового оружия	1	1		Текущий контроль, промежуточная аттестация учащихся
1	1.1	История стрелкового оружия. Развитие стрелкового оружия. Совершенствование составных частей и элементов. Современное стрелковое и спортивное оружие.	1	1		
2	2	Теоретические основы стрельбы теория	6	6		
3	2.1	История развития пулевой стрельбы, ее значение	1	1		
4.	2.2	Траектория полета пули, стабилизация.	1	1		
5	2.3	Определение основы средней точки прицеливания, попадания.	1	1		
6	2.4	Явление выстрела. Отдача винтовки.	1	1		
7	2.5	Факторы, влияющие на траекторию пули и точность выстрела.	1	1		
8	2.6	Отдача винтовки. Правильное положение тела стрелка во время выстрела, правильное дыхание.	1	1		
9	3	Устройство и назначение винтовки ИЖ — 38, ИЖ -22.	5	5		
10	3.1	Общие данные. Назначение и устройство основных частей	2	2		
11	3.2	Работа частей и механизмов. Хранение оружия.	3	3		
12	4	Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием.	10	10		
13	4.1	Общие требования. Правила обращения с оружием.	2	2		
14	4.2	Права и обязанности стрелка.	8	8		
15	5	Подготовка пневматической винтовки к стрельбе. Практические занятия	3		3	
16	5.1	Заряжение винтовки. Принятие положения для стрельбы. Прицеливание.	1		1	
17	5.2	Нажатие на спусковой крючок, режим дыхания. Пристрелка оружия. Отлаживание прицельных приспособлений.	1		1	
18	5.3	Характерные ошибки при стрельбе, возможные неисправности и способы их устранения.	1		1	
19	6	Предварительные упражнения - стрельба без пуль. Практические занятия	5		5	
20	6.1	Упражнение №1 Контроль однообразия прицеливания.	1		1	
21	6.2	Упражнение №2 Тренировка в стрельбе без	2		2	

		пуль.			
22	6.3	Тренировка в удержании винтовки, прицеливании, нажатии на спусковой крючок, соблюдение режима дыхания.	2		2
23	7	Техника стрельбы из пневматической винтовки ИЖ-38 на 5 м. (упр. №6) Практические занятия.	20		20
24	7.1	Упражнение№3. Стрельба по белому листу для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Пули «Диаболо». Количество выстрелов — 3.	3		3
25	7.2	Упражнение№4. Стрельба по квадрату 10*10 на листе белой бумаги. Выстрелов — 3. Задание попасть в квадрат.	3		3
26	7.3	Упражнение№5. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по пяти пробоинам и научиться делать поправку в наводке винтовки.	3		3
27	7.4	Упражнение№6 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов 3*5	4		4
28	7.5	Упражнение№7.Стрельба по спортивной мишени «П», дистанция 5м, Выстрелов 3*5 Задание — набрать наибольшее количество очков.	4		4
29	7.6	Упражнение№8.Мишень «П», сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов — 3*5 Задание — выбить не менее 40 из50.	3		3
30	8	Техника стрельбы из пневматической винтовки ИЖ-38 на 10 м. (мишень. №6). Практические занятия.	30		30
31	8.1	Упражнение№3. Стрельба по белому листу для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Пули «Диаболо». Количество выстрелов — 5.	5		5
32	8.2	Упражнение№4. Стрельба по квадрату 10*10 на листе белой бумаги. Выстрелов — 10. Задание попасть в квадрат.	5		5
33	8.3	Упражнение№5. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по пяти пробоинам и научиться делать поправку в наводке винтовки.	5		5
34	8.4	Упражнение№6 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, лежа с опорой для ствола.	5		5
35	8.5	Упражнение№7 Стрельба по спортивной	5		5

		мишени «П» из положения, лежа с опорой на локоть, дистанция 10м, Выстрелов 3*5 Задание — набрать наибольшее количество очков.				
36	8.6	Упражнение №8. Мишень «П», сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов — 3*5 Задание — выбить не менее 40 из 50.	5		5	
37	9	Стрельба из пневматического пистолета. Практические занятия	12		12	
38	9.1	Прицеливание. Мягкий спуск.	3		3	
39	9.2	Практически выполнить упражнение: расстояние — 5м, мишень №8; Выстрелов — 3*5	9		9	
40	10	Стрельба на время. Практические занятия.	10		10	
41	10.1	Стрельба на время: - сидя за столом с опорой локтями, лежа с упора, стоя с руки; - из пистолета, дистанция 5м, мишень «П», из винтовки дистанция 10м.	9		9	
		Промежуточная аттестация	1		1	
ИТОГ О			102	22	80	

Содержание программы

Тема 1: История стрелкового оружия, теория (1 час) История стрелкового оружия. Развитие стрелкового оружия. Совершенствование составных частей и элементов. Современное стрелковое и спортивное оружие.

Тема 2: Теоретические основы стрельбы теория (6 часов) История развития пулевой стрельбы, ее значение. Траектория полета пули, стабилизация. Определение основы средней точки прицеливания, попадания. Явление выстрела. Отдача винтовки. Факторы, влияющие на траекторию пули и точность выстрела. Правильное положение тела стрелка во время выстрела, правильное дыхание.

Тема 3: Устройство и назначение винтовки МР — 512, ИЖ -22, ИЖ-38. теория (5 часов) Общие данные. Назначение и устройство основных частей. Работа частей и механизмов. Хранение оружия.

Тема 4: Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием. теория. (10 часов.) Общие требования. Правила обращения с оружием. Права и обязанности стрелка.

Тема 5: Подготовка пневматической винтовки к стрельбе. Практические занятия (3 часа) Заряжение винтовки. Принятие положения для стрельбы. Прицеливание. Нажатие на спусковой крючок, режим дыхания. Пристрелка оружия. Отлаживание прицельных приспособлений. Характерные ошибки при стрельбе, возможные неисправности и способы их устранения.

7

Тема 6: Предварительные упражнения — стрельба без пуль. Практические занятия (5 часов) Упражнение №1 Контроль однообразия прицеливания. Упражнение №2 Тренировка в

стрельбе без пуль. Тренировка в удержании винтовки, прицеливании, нажатии на спусковой крючок, соблюдение режима дыхания.

Тема 7: Техника стрельбы из пневматической винтовки ИЖ-22, ИЖ-38 и МР -512 на 5 м. (упр. №6) Практические занятия. (20 часов) Упражнение№3. Стрельба по белому листу для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Пули «Диаболо». Количество выстрелов — 3. Упражнение№4. Стрельба по квадрату 10*10 на листе белой бумаги. Выстрелов — 3. Задание попасть в квадрат. Упражнение№5. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по пяти пробоинам и научиться делать поправку в наводке винтовки. Упражнение№6 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов 3*5 Упражнение№7.Стрельба по спортивной мишени «П», дистанция 5м, Выстрелов 3*5 Задание — набрать наибольшее количество очков. Упражнение№8.Мишень «П», сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов — 3*5 Задание — выбить не менее 40 из50.

Тема 8: Техника стрельбы из пневматической винтовки ИЖ-22 и МР - 512 на 10 м. (мишень. №6) Практические занятия. (30 часов) Упражнение№3. Стрельба по белому листу для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Пули «Диаболо». Количество выстрелов — 5. Упражнение№4. Стрельба по квадрату 10*10 на листе белой бумаги. Выстрелов — 10. Задание попасть в квадрат. Упражнение№5. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по пяти пробоинам и научиться делать поправку в наводке винтовки. Упражнение№6 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, лежа с опорой для ствола. Упражнение№6 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, лежа с опорой на локоть, дистанция 10м, Выстрелов 3*5 Задание — набрать наибольшее количество очков. Упражнение№8.Мишень «П», сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов — 3*5 Задание — выбить не менее 40 из50.

Тема 9: Стрельба из пневматического пистолета. Практические занятия. (12 часов) Правильное положение ног при стрельбе. Прицеливание. Мягкий спуск. Практически выполнить упражнение: расстояние — 5м, мишень №8; Выстрелов — 3*5

Тема 10: Стрельба на время. Практические занятия. (10 часов) Стрельба на время: - сидя за столом с опорой локтями, лежа с упора, стоя с руки; - из пистолета.

Планируемые результаты

Личностные результаты освоения программы.

У обучающегося будут сформированы

- развитие навыков коммуникативного общения учащихся со сверстниками и педагогами;
- развитие мотивации познавательных интересов;
- развитие самооценки собственной творческой деятельности;
- рост спортивного мастерства;

Метапредметные результаты освоения программы.

Обучающийся научится

- Умению самостоятельно ставить новые учебные задачи на основе развития познавательных мотивов и интересов;
- Умению анализировать собственную учебную деятельность, адекватно оценивать правильность или ошибочность выполненной учебной задачи и собственные возможности ее решения, вносить необходимые коррективы для достижения запланированных результатов;
- Умению определять понятия, обобщать, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации; умение устанавливать причинно-следственные связи; размышлять, рассуждать и делать выводы;
- Умению организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками: взаимодействовать и работать в группе;

Предметные результаты освоения программы.

Обучающийся научится

- Приобретение обучающимися знаний по основам стрельбы из различных видов оружия;
- Развитие и усовершенствование навыков участия в военно-прикладных видах спорта;
- Формирование интереса к регулярным занятиям военно-прикладными видами спорта;
- Овладение двигательными умениями и навыками, улучшение физической подготовки, повышение культурного уровня

Раздел 2. Комплекс организационно – педагогических условий

2.1. Условия реализации программы

Материально – техническое обеспечение (оборудование, помещения, материалы, инструменты, используемые при реализации программы)

Для реализации ДОП – ДОП «Стрельба» имеется учебный кабинет ОБЖ.
Оборудование класса: Доска, стулья, парты методический фонд. *Технические средства обучения:* Пневматическая винтовка, пневматический пистолет, ноутбук с выходом в интернет, мишени, плакаты по изучению устройства и взаимодействия частей АК и пневматической винтовки.

2.2. Информационно – методическое обеспечение : электронные образовательные ресурсы (аудио, видео), учебные и методические ресурсы.

- *Дидактический материал:* плакаты по изучению устройства и взаимодействия частей АК и пневматической винтовки
- *Методический материал:* образовательная программа, методическая литература,

2.3. Методы и технологии обучения и воспитания

Методы обучения: словесный, практический

Методы воспитания: убеждение, поощрение, упражнения, стимулирование и др.

Педагогические технологии: групповое обучение, коллективное взаимообучение, разноуровневого обучения, дистанционного обучения.

Использование здоровьесберегающих технологий и др.

Специальные технологии, характерные для предметной области.

теоретическая подготовка знакомит стрелков с правилами соревнований, с элементами производства меткого выстрела, с необходимостью выполнения тренировок; с

характеристикой вооружения Российской армии, с историей ее создания; знакомство с условными знаками.

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

2.4. Формы контроля, промежуточной аттестации

Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации на каждый год обучения

Виды контроля	Цель	Содержание	Форма	Кимы, критерии(приложение)
Зачетные стрельбы.	Определить усвоение материала, и проверка навыков стрельбы	Подготовка стрельбища, мишеней, стрелкового оружия к проведению соревнований.	Дистанция стрельбы – 5м и 10м; Количество выстрелов – 3 пробных, 5 зачетных;	Норматив – выбить не менее 40 очков.

2.5. Список литературы

1. «Программа для кружков по изучению основ военного дела и овладению военно-техническими знаниями в первичных организациях ДОСААФ», М, 1986 г.
2. «Программы допризывной подготовки юношей» 1990 г.
3. В.Е. Маркевич «Ручное огнестрельное оружие», изд. «Полигон» С-Пб.
4. В.И. Мураховский, С.Л. Федосеев «Оружие пехоты», изд. Арсенал-Пресс», М, 1992 г.
5. Д.Н. Болотин «История советского стрелкового оружия и патронов», изд. «Полигон», С-П;
6. Д.Н. Болотин «Советское стрелковое оружие», «Военное издательство», М, 1986 г.
7. Лелюшенко Д.Д., «Пособие для допризывников», Военное издательство Министерства обороны союза ССР, Москва, 1964.
8. Науменко Ю.А., «Начальная военная подготовка», Москва, Просвещение, 1987 г.
9. Попов Е.А., «Огневая подготовка», Москва, 2004 г.
10. Яковлев Н.П., «Учебник допризывника», Военное издательство Министерства обороны союза ССР, Москва, 1960.
11. А. Д. Дворкин «Стрельба из пневматических винтовок».
12. А. С. Кузнецов программа кружка «Стрелковые кружки».
13. Правила соревнований по пулевой стрельбе.

Методические пособия:

- Методическое пособие «Стрельба из пневматических винтовок» (А.Д. Дворкин, изд. ДОСААФ, 1986г.)

- Методическое пособие «Пулевая стрельба. Правила соревнований» (Управление прикладных видов спорта Федерации пулевой стрельбы)

дистанция 5м, мишень «П»