

МКУ «УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ»  
ОКТЯБРЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СТРУГОВСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА  
ОКТЯБРЬСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА**

Рассмотрена  
методическим объединением  
МОБУ Струговская ООШ  
от 27.05.2024 г.  
Протокол № 5

Принята на заседании  
педагогического совета  
МОБУ Струговская ООШ  
от 27.05.2024 г.  
Протокол № 5

Утверждаю

Директор МОБУ Струговская ООШ

Вештемова Е.Н.

Приказ № 43-О от 27.05.2024 г.



## Юный стрелок

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности

Возраст учащихся: 10 - 13 лет  
Срок реализации программы – 1 год

Онопко Валентина Николаевна,  
педагог дополнительного образования

с.Струговка  
2024 г.

## **Основные характеристики программы**

### **1.1 Пояснительная записка**

**Актуальность программы:** Патриотическое воспитание молодежи – важнейшая задача государства. Актуальность данного направления в воспитании в наше время очевидна. Появляются националистические формирования молодежи, растет детская и подростковая преступность, алкоголизм и наркомания, популярность в ВС России падает. Нужно дать подросткам альтернативу, заинтересовать их. Этому, способствует занятия пулевой стрельбой. Программа носит военно-спортивную направленность. В настоящее время большое внимание уделяется сохранению здоровья школьников, развитию спорта. Организация военно-спортивного кружка в школе позволит развить общефизическую подготовку учащихся, они познакомятся с историей и традициями ВС. Основную часть занятий составляет стрелковый спорт. Стрелковый спорт воспитывает смелость, мужество, решительность, самообладание, целеустремленность, трудолюбие, внимательность, самостоятельность. Доступной формой обучения школьников приемам стрельбы является стрельба из пневматических винтовок.

**Направление программы:** физкультурно-спортивная.

**Язык реализации программы:** - Государственный язык РФ - русский

**Уровень освоения:** базовый

**Отличительные особенности программы:** с целью определения результатов образовательной деятельности, эффективности реализации ДООП и повышения качества предоставляемых образовательных услуг, педагогом дополнительного образования ежегодно проводятся промежуточные мониторинговые исследования по определению уровня обученности и физического развития учащихся в каждой группе при помощи разработанных диагностических методик (см. Приложение №1).

#### **Адресат программы**

Программа рассчитана на детей 10-13 лет Струговской школы.

Состав учебной группы - постоянный.

В объединение принимаются дети без конкурсного отбора.

#### **Особенности организации образовательного процесса**

Объем и срок освоения программы

Программа рассчитана на 1 год обучения (34 недели).

Формы обучения – очная. Совместное взаимодействие педагога, ребенка и семьи, направленно на создание условий для более успешной реализации способностей ребёнка.

Режим занятий

Занятия по общеобразовательной программе дополнительного образования Юный стрелок на протяжении всего курса обучения проводятся: для детей 10-13 лет – 1 раз в неделю по 45 минут; в год – 34 часа.

**1.2. Цель программы:** формирование навыков приемов и правил стрельбы обучающихся 10-13 лет МОБУ Струговская ООШ Октябрьского муниципального округа, посредством порядка разборки и сборки автомата Калашникова.

#### **Задачи:**

##### **Воспитательные задачи:**

- военно-патриотическое воспитание;
- воспитание чувства гордости за достижения Российского стрелкового спорта, воспитание дисциплины, чувства ответственности за порученное дело;
- воспитание коллективизма;

- формирования здорового образа жизни.

**Развивающие задачи:**

- расширение кругозора и эрудиции детей в области стрелкового спорта, военного дела;
- дать технические сведения о стрелковом оружии и его использовании

**Обучающие задачи:** дать основные теоретические и практические знания в области стрелкового спорта и военно-прикладных видах, меры безопасности при стрельбе (пневматические винтовки.)

**1.3. Содержание программы  
Учебный план**

№ п\п	Разделы и темы	Кол-во часов	Сроки проведения	Примечания
	Раздел 1. Введение.	<b>1</b>		
1.	Ознакомление с программой и расписанием занятий.	1		
	Раздел 2. Меры безопасности при проведении стрельб из ПВ.	<b>2</b>		
2.	Порядок обращения с оружием. Правила поведения при стрельбе.	1		
3.	Команды, подаваемые при проведении стрельб и их выполнение.	1		
	Раздел 3. Основы техники стрельбы.	<b>4</b>		
4.	Назначение и боевые свойства пневматического оружия. Общее устройство пневматической винтовки.	1		
5.	Виды прицелов и их устройство. Осмотр оружия. Уход за оружием.	1		
6.	Явление выстрела. Отдача оружия.	1		
7.	Прицеливание. Техника спуска курка.	1		
	Раздел 4. Правила соревнований.	<b>2</b>		
8.	Порядок стрельбы. Мишени.	1		
9.	Допуск участников к соревнованиям	1		
	Раздел 5. Изучение и совершенствование техники стрельбы.	<b>19</b>		
10.	Приемы изготовления для стрельбы стоя. Положение корпуса, рук, ног, головы.	2		

11.	Приемы изготовления для стрельбы сидя. Положение корпуса, рук, ног, головы.	2		
12.	Приемы изготовления для стрельбы лежа. Положение корпуса, рук, ног, головы.	2		
13.	Понятие прицеливания. Спуск курка.	2		
14.	Тренировка в однообразии прицеливания. Соревнования по стрельбе.	11		
	Раздел 6. Общая физическая подготовка. Соревнования.	8		
15.	Упражнения на развитие и расслабление различных групп мышц.	2		
16.	Упражнения на формирование координации движения.	2		
17.	Упражнения на формирование правильной осанки.	2		
18.	Спортивные, подвижные игры и соревнования.	2		
	Всего:	36 часов		

## СОДЕРЖАНИЕ ИЗУЧАЕМОГО КУРСА

### **Раздел № 1 Введение.**

#### **Темы:**

Ознакомление с годовой программой и расписаниями занятий.

Ознакомление с местами проведения занятий.

Регистрация занимающихся.

**Практика.** Инструктаж по технике безопасности на рабочем месте.

### **Раздел № 2 Меры обеспечения безопасности при проведении стрельб из ПВ.**

#### **Темы:**

Порядок обращения с оружием.

Правила поведения в тирах и на стрельбищах при проведении стрельб.

Сигналы и команды, подаваемые при проведении стрельб, и их выполнение.

Изучение «Инструкции по обеспечению мер безопасности при проведении стрельб в тирах и на стрельбищах».

**Практика.**

### **Раздел № 3 Основы техники стрельбы.**

#### **Темы:**

Развитие стрелкового оружия в России.

- тактико-технические данные спортивных винтовок ИЖ-22, , МР -513, МР – 512 и их применение в стрелковом спорте

- тактико-технические данные спортивных пистолетов;

- боеприпасы используемые в стрелковом оружии России и их характеристики.

**Практика.**

**Раздел № 4 Правила соревнований.**

**Темы:**

Допуск участников к соревнованиям.

Обязанности и права стрелков.

Меры безопасности при обращении с оружием при проведении соревнований.

**Практика.**

**Раздел № 5 Изучение и совершенствование техники стрельбы.**

**Темы:**

Меры безопасности при обращении с оружием.

Тренировки.

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. Стрельба.

по белому листу на кучность.

Стрельба с корректировкой.

Освоение стрельбы из положения стоя.

Тренировки.

**Практика.**

Упражнение 1.	Стрельба по белому листу бумаги для выработки навыков главного нажатия на спусковой крючок.
Упражнение 2	Стрельба по квадрату 10x10см на листе белой бумаги. Задание попасть в квадрат.
Упражнение 3	Стрельба по квадрату. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по 5-ти 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 лежа без упора. Задание выполнение спортивных нормативов.

	Стрельба по мишени спортивная «№6» из положения стоя. Задание выполнение спортивных нормативов.
--	---

## **Раздел № 6 *Общая физическая подготовка, соревнования***

### **Темы:**

Упражнения для формирования правильной осанки.

Упражнения с партнером в равновесии, в сопротивлении.

Упражнения на формирование координации движения

**Практика:** спортивные упражнения на освоения осанки, равновесии и координации движения

### **1.4. Планируемые результаты**

#### **Личностные результаты:**

1) усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду,

- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности

#### **Метапредметные результаты:**

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач; обучающиеся приобретут понимание взаимосвязи между занятиями спортом и улучшением показателей успеваемости.

- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

#### **Предметные результаты:**

- знание правил вида спорта баскетбола;

- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности

## **Раздел №2. Организационно-педагогические условия**

### **2.1 Условия реализации программы**

#### **Материально-техническое обеспечение программы:**

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

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

3. **Технические ресурсы:**

-Компьютер

- экран,

-проектор.

4. **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

#### **Материально техническое сооружение**

Место проведения учебных занятий и тренировок и хранения оружия: Основной учебной базой для проведения занятий является спортивный зал, спортивная площадка.

### **2.2 Оценочные материалы и формы аттестации**

1. Меры безопасности при стрельбе из огнестрельного и спортивного оружия.

2. Порядок обращения с пневматическим оружием. Сигналы и команды, подаваемые при проведении стрельб и их выполнение.

3. История развития, назначение и свойства пневматического оружия.

4. Олимпийские чемпионы – россияне в стрелковом спорте.

5. Общее устройство винтовок МР-512. Устройство, назначение и работа основных частей и механизмов оружия: ствол, прицел, ствольная коробка, поршень, боевая пружина, ложа, спусковой механизм, блокировка спуска. Внесение поправок на прицеле.

6. Основы техники стрельбы

Выстрел. Траектория пули. Спуск курка

1. Приемы изготовления к стрельбе стоя, сидя, лежа.
2. Положение корпуса, рук, ног, головы, положение кисти правой руки на шейке приклада и приклада у плеча.
3. Понятие прицеливания.
4. Порядок заряжания и разряжения винтовки.
5. Влияние упражнений на расслабление различных групп мышц на результативность стрельбы. Спортивные и подвижные игры как средство активного отдыха

**Зачетные соревнования по стрельбе**

**Квалификационные соревнования. Упражнение выполняется из пневматической винтовки. Дистанция стрельбы – 5м и 10м; Количество выстрелов – 3 пробных, 5 зачетных; Норматив – выбить не менее 40 очков.**

**2.3 Методические материалы**

№ п/п	Название раздела, темы	Формы занятий	Методы и приемы	Материально-техническое оснащение, дидактико-методический материал	Формы подведения итогов
1	Введение	Лекция.	Развивающее занятие.	Компьютер, слайды, таблицы.	Проверка полученных знаний, Блиц-опрос, беседа.
2	Меры обеспечения безопасности при проведении стрельб.	Лекция.	Обучающее занятие.	Слайды, таблицы.	Проверка полученных знаний.
3	История развития стрелкового спорта.	Лекция.	Иллюстративный метод объяснения.	Слайда, таблицы, демонстрационный материал.	Блиц-опрос, беседа.
4	Материальная часть оружия и основы стрельбы.	Лекция.	Развивающее занятие.	Слайды, пневматическая винтовка МР512.	Проверка полученных знаний.
5	Основы техники стрельбы.	Лекция, практическое занятие.	Тренировочные формы занятий.	Таблицы, пневматическая винтовка.	Зачет.
6	Определение расстояния до цели.	Познавательная обучающая игра.	Иллюстрированный метод объяснения.	Дальномер, рулетка, карточки	Точное определение расстояния.

7	Тренировка в изготовлении к стрельбе из пневматической винтовки с опорой на стол, на стойку. Производство холостого выстрела.	Обучающее занятие	Тренировочные формы занятий.	Пневматическая винтовка, пули, мишени, пулеуловитель, стол, стойка.	Практическая работа.
8	Тренировка в изготовке для стрельбы лежа с упора.	Практическое занятие	Тренировочные формы занятий.	Винтовка МР512, пули, мишени, маты, упор, пулеуловитель, плакаты.	Соревнование .
9	История стрелкового оружия времен Великой Отечественной войны.	Беседа.	Иллюстративный метод объяснения.	Компьютер, мультимедийный проектор, открытки , таблицы.	Блиц-опрос.
10	Тренировка в технике для стрельбы стоя.	Практическое занятие.	Тренировочные формы занятий.	Винтовка МР512, пули, мишени, пулеуловитель.	Стрельба на результат.
11	Тренировка стрельбы с колена.	Практическое занятие.	Тренировочные формы занятий.	Винтовка МР512, пули, мишени, пулеуловитель.	Стрельба на результат.
12	Стрельба из пневматического пистолета по мишеням на 5 м.	Практическое занятие.	Тренировочные формы занятий.	Пневматический пистолет, пули, мишени, пулеуловитель.	Стрельба на результат.
13	Секреты стрелкового мастерства.	Лекция, практическое занятие.	Обучающее занятие, ситуационная игра.	Компьютер, проектор, маск-халаты, маскировочная сетка, бинокль, оптический прицел.	Зачет.
14	Правила соревнований.	Лекция.	Обучающее занятие.	Компьютер.	Блиц-опрос.
15	Общая физическая подготовка.	Беседа, практика.	Использование комплекса физических упражнений.	Гантели, гири.	Выполнение упражнений.
16.	Подготовка к соревнованиям.	Практическое занятие.	Тренировочные формы занятий.	Пневматическая винтовка, пистолет, пули, мишени, пулеуловитель.	Стрельба на результат.
17	Итоговое занятие	Тестирование	Тренировочные формы занятий.	Винтовка, пули, мишени, пулеуловитель.	Промежуточный контроль УУД(Выполнение нормы «Юный стрелок»).

## 2.4 Календарный учебный график

<b>Этапы образовательного процесса</b>		<b>1 год</b>
<b>Продолжительность учебного года, неделя</b>		34
<b>Количество учебных дней</b>		34
<b>Продолжительность учебных периодов</b>	<b>1 полугодие</b>	16.09.2024-28.12.2024
	<b>2 полугодие</b>	11.01.2024-25.05.2025
<b>Возраст детей, лет</b>		10-13
<b>Продолжительность занятия, час</b>		1
<b>Режим занятия</b>		1 раз\нед
<b>Годовая учебная нагрузка, час</b>		24

## 2.5 Календарный план воспитательной работы

№	Дата проведения	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1.		Введение	1	Беседа, лекция демонстрация	Учебный кабинет	Опрос, наблюдение
2.		Меры обеспечения безопасности при проведении стрельб.	1	Беседа, демонстрация	Учебный кабинет	Опрос, наблюдение
3.		История развития стрелкового спорта.	1	Беседа, демонстрация	Учебный кабинет	Опрос, наблюдение, тестирование
4.		Материальная часть оружия и основы стрельбы	2	Беседа, демонстрация	Учебный кабинет	Собеседование, упражнение, самостоятельная работа
5.		Основы техники стрельбы.	2	Беседа, демонстрация, практическая работа	Учебный кабинет, место для стрельбы	Опрос, наблюдение, тестирование
6.		Определение расстояния до цели	2	Беседа, демонстрация, практическая работа	Учебный кабинет, место для стрельбы	Собеседование, наблюдение, упражнение.

Изучение и совершенствование техники стрельбы:

7.		Тренировка в изготовке к стрельбе из пневматической винтовки с опорой на стол, на стойку. Производство холостого выстрела.	3	Беседа, демонстрация, практическая работа	Учебный кабинет, место для стрельбы	Опрос, наблюдение, зачетные стрельбы
8.		Тренировка в изготовке для стрельбы лежа с упора.	2	Беседа, демонстрация, практическая работа	Учебный кабинет, место для стрельбы	Упражнения, зачетные стрельбы
9.		История стрелкового оружия времен Великой Отечественной войны.	1	Беседа, демонстрация	Учебный кабинет	Опрос, тестирование
10.		Тренировка в технике для стрельбы стоя.	3	Беседа, демонстрация, практическая работа	Учебный кабинет, место для стрельбы	Упражнения, зачетные стрельбы
11.		Тренировка стрельбы с колена.	3	Беседа, демонстрация, практическая работа	Учебный кабинет, место для стрельбы	Упражнения, зачетные стрельбы
12.		Стрельба из пневматического пистолета по мишеням на 5 м.	2	Беседа, демонстрация, практическая работа	Учебный кабинет, место для стрельбы	Упражнения, зачетные стрельбы
13.		Секреты стрелкового мастерства	4	Беседа, демонстрация, практическая работа	Учебный кабинет	Зачет, тестирование
14.		Правила соревнований.	1	Беседа, демонстрация, практическая работа	Учебный кабинет	Опрос
15.		Общая физическая подготовка.	1	Беседа, демонстрация, практическая работа	Учебный кабинет	Опрос, упражнение, самостоятельная работа.
16.		Подготовка к соревнованиям.	3	Беседа, практическая работа	место для стрельбы	Упражнения, наблюдения.
17.		Итоговое занятие	2	Практическая работа	место для стрельбы	Зачётные стрельбы
		<b>ИТОГО:</b>	<b>34</b>			

### Список использованной литературы:

1. Бачевский В.И. Система военно-патриотического воспитания несовершеннолетних граждан: Учебно-методическое пособие по разделу «Основы военной службы». – М.: ООО «Редакция журнала «Военные знания», 2022
2. Беспятова Н.К. Военно-патриотическое воспитание детей и подростков как средство социализации / Н. К.Беспятова, Д. Е.Яковлев. – М.: Айрис-пресс, 2023
- 3.Буторина Т.С. Воспитание патриотизма средствами образования / Т.С. Буторина, Н. П.Овчинникова – СПб: КАРО, 2021
4. Героико-патриотическое воспитание в школе: детские объединения, музеи, клубы, кружки, поисковая деятельность/Авт.-сост. Т.А.Орешкина. – Волгоград: Учитель, 2021
- 5.Касимова Т.А. Патриотическое воспитание школьников: Методическое пособие / Т.А.Касимова, Д.Е.Яковлев. – М.: Айрис-пресс, 2022