

Администрация  
муниципального образования город Салехард  
муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Центр внешкольной работы»

«Рассмотрено»  
Протокол № 1  
от 30.08. 2016 года  
заседанием методического совета



«Утверждено»  
Приказ № 212-о от 01.09.2016  
Директор МБУ ДО «ЦВР»  
\_\_\_\_\_ А.А. Ильин

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«ПУЛЕВАЯ СТРЕЛЬБА»**

Возраст воспитанников – 18 лет и старше  
Срок реализации образовательной программы – 3 месяца  
Направленность физкультурно-спортивная

**Составитель:**  
педагог дополнительного образования  
**Ильин Андрей Афанасьевич**

Салехард

2016 г.

## Пояснительная записка.

Направленность программы – физкультурно- спортивная. Настоящая программа составлена на основе программы «Оборонно-спортивные кружки» для учреждений дополнительного образования, г. Москва, «Просвещение» 1987 год.

Данная программа отличается от базовой тем, что в ней учитывается использование новых моделей пневматических винтовок, а также винтовки с диоптрическим прицелом. В программу также включены темы по изучению материальной части спортивных винтовок.

Необходимость разработки и внедрения курса стрелковой подготовки в системе дополнительного образования детей обусловлено тем, что в программе курса «Основы безопасности жизнедеятельности» не достаточно времени уделяется этим темам, но в то же самое время в программу ежегодно проводимых соревнований допризывной молодёжи, программу учебно-полевых, учебных сборов входит стрельба из пневматической винтовки. Поэтому данная программа используется для подготовки по стрельбе из пневматической винтовки. Программа предназначена для воспитанников 18 лет и старше. Программа позволяет развить у воспитанников такие качества, как ловкость, выносливость, терпеливость, аккуратность, коммуникативность, самостоятельность. Эта программа привлекает тем, что у них имеется реальная возможность в изучении современного стрелкового оружия и научиться метко стрелять.

**ЦЕЛЬ:** удовлетворение постоянно возникающего стремления людей к овладению навыками пулевой стрельбы.

### **Задачи программы:**

#### *Воспитательные:*

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

#### *Развивающие:*

- 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.

#### *Образовательные:*

- повышение уровня знаний, навыков и умений участников 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; 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;

- Формировать навыки меткой стрельбы из пневматической винтовки на различные расстояния из различных положений

Программа разработана на возрастную группу 18 лет и старше, рассчитанная на 3 месяца обучения. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу

Количество обучающихся в группе: не более 15 обучающихся. Приём по желанию.

### **К концу обучения по программе 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 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 без опоры;
- корректировать огонь товарища;
- оказывать простейшую доврачебную помощь;

*должны владеть:*

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

#### **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 метапредметном 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 долговую 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.

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.

Программа предназначена для тренеров-преподавателей, педагогов дополнительного образования, учителей общеобразовательных учреждений.

#### **Кадровое обеспечение.**

Программа может реализовываться педагогами дополнительного образования, тренерами-преподавателями, учителями физической культуры. Образование – не ниже средне специального, педагогическое.

**Оборудование для проведения занятий:** стрелковый тир, пуле улавливатели, прицельный станок.

В процессе обучения по программе «Пулевая стрельба» необходимо иметь в наличии: пневматические винтовки, пульки для пневматических винтовок, мишени.

#### **Оценка результатов обучения.**

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;
- анализ и обсуждение проводимых мероприятий.

#### Расписание занятий объединения «Пулевая стрельба»

Дни недели	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота
І-ая смена						
ІІ-ая смена					17:55-18:40	

#### Учебно-тематическое планирование.

№ п/п	Темы занятий	Всего	Теория	Практика
1	Тема №1. Организационное занятие. Меры безопасности при стрельбе	1	1	-
2	Тема №2. Теоретические основы стрельбы. Материальная часть оружия	1	1	-
3	Тема №3. Изготовка к стрельбе из пневматических винтовок из положения лёжа с опорой	2	-	2
4	Тема №4 Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки из положения лёжа с опорой.	7		7
5	Тема №5 Участие в соревнованиях по стрельбе из пневматической винтовки на личное и командное первенство.	1	-	1
	<b>ИТОГО</b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>10</b>

#### Содержание программы

Перечень разделов, тем	Кол-во часов	Вид занятий
<b><u>Тема №1. Организационное занятие</u></b> Теория. Ознакомление с годовой программой и расписанием занятий. История и виды российского стрелкового оружия.	<b>0,5</b>	Лекция с демонстрацией слайдов
<b><u>Тема №2. Меры безопасности при стрельбе</u></b> Теория. Техника безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Техника безопасности при зарядании, наводке и выстреле.	<b>0,5</b>	Лекция с демонстрацией слайдов
<b><u>Тема №3. Теоретические основы стрельбы</u></b> Теория. Явление выстрела. Образование траектории. Прямой выстрел. Начальная скорость пули. Отдача оружия. Пробивное и убойное действие пули. Прикрытое, поражаемое и мёртвое пространство. Способы определения расстояния до цели.	<b>0,5</b>	Лекции с демонстрацией слайдов и плакатов

<p>Элементы наводки. Выбор цели и точки прицеливания при стрельбе по неподвижным целям.</p> <p><i>Практика.</i> Способы определения расстояния до цели. Отработка наводки. Отработка точки прицеливания при стрельбе по неподвижным целям.</p>		
<p><b><u>Тема №4. Материальная часть оружия</u></b></p> <p><i>Теория.</i> Назначение, общее устройство, принцип действия и технические характеристики пневматической винтовки ИЖ. Хранение винтовки. Назначение, общее устройство, принцип действия и технические характеристики пневматической винтовки МР. Назначение, общее устройство, принцип действия и технические характеристики малокалиберной винтовки ТОЗ-8. Возможные неисправности, задержки при стрельбе и их устранение.</p> <p><i>Практика.</i> Техническое обслуживание, ремонт, чистка и смазка винтовки ИЖ-38. Замена основных частей и механизмов винтовки. Техобслуживание, ремонт, чистка и смазка. Хранение винтовки МР-512. Установка и выверка оптического прицела на винтовке МР-512. пристрелка пневматических винтовок.</p>	0,5	<p>Лекции с демонстрацией слайдов и плакатов</p> <p>Практические занятия</p>
<p><b><u>Тема №5. Изготовка к стрельбе из пневматических винтовок из положения лёжа с опорой.</u></b></p> <p><i>Теория.</i> Заряжание винтовки. Изучение докладов о получении боеприпасов, готовности к стрельбе и о завершении стрельбы.</p> <p><i>Практика.</i> Заряжание, изготовка к стрельбе из положения лёжа с опорой. Доклады о получении боеприпасов. Прицеливание. Производство выстрела. Доклад о завершении стрельбы.</p>	2	<p>Лекции с демонстрацией слайдов и плакатов</p> <p>Практические занятия</p>
<p><b><u>Тема №6 Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки.</u></b></p> <p><i>Теория.</i> Виды способов и положений стрельбы. Изучение техники стрельбы.</p> <p><i>Практика.</i> Тренировка в стрельбе по мишени №8 на расстояние 10 метров из положения лёжа с упора. Совершенствование техники и навыков стрельбы. Подготовка к соревнованиям по стрельбе из пневматической винтовки.</p>	7	<p>Лекции с демонстрацией слайдов и плакатов</p> <p>Практические занятия</p>
<p><b><u>Тема №7 Участие в соревнованиях по стрельбе из пневматической винтовки на личное первенство.</u></b></p> <p><i>Практика.</i> Участие в соревнованиях на личное первенство среди воспитанников кружка.</p>	1	<p>Практические занятия</p>

### Календарно-тематическое планирование

№ п\п	Темы занятий	Количество часов	Дата	
			По плану	Фактически

1	Тема №1. Организационное занятие. Меры безопасности при стрельбе	1	07.10.2016	
2	Тема №2. Теоретические основы стрельбы. Материальная часть оружия	1	14.10.2016	
3	Тема №3. Изготовка к стрельбе из пневматических винтовок из положения лёжа с опорой	1	21.10.2016	
4	Тема №3. Изготовка к стрельбе из пневматических винтовок из положения лёжа с опорой	1	28.10.2016	
5	Тема №4 Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки из положения лёжа с опорой.	1	04.11.2016	
6	Тема №4 Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки из положения лёжа с опорой.	1	11.11.2016	
7	Тема №4 Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки из положения лёжа с опорой.	1	18.11.2016	
8	Тема №4 Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки из положения лёжа с опорой.	1	25.11.2016	
9	Тема №4 Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки из положения лёжа с опорой.	1	02.12.2016	
10	Тема №4 Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки из положения лёжа с опорой.	1	09.12.2016	
11	Тема №4 Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки из положения лёжа с опорой.	1	16.12.2016	
12	Тема №5 Участие в соревнованиях по стрельбе из	1	23.12.2016	

	пневматической винтовки на личное и командное первенство.			
	<b>ИТОГО</b>	12		

**Этапы педагогического контроля по усвоению программы  
1-й год обучения**

№ п/п	Этапы	Сроки контроля	Какие знания, умения и навыки формируются	Формы контроля
1	Октябрь	После новой темы	Знание материальной части пневматического оружия и Умение его обслуживания и настройки	Зачётный урок
2.	Ноябрь	После приобретения навыков стрельбы по мишеням и изучения правил стрельбы	Знания правил стрельбы, докладов стрелка и команд старшего. Умения изготавливаться, заряжать, прицеливаться, докладывать о готовности к стрельбе, производить выстрел и докладывать о завершении стрельбы	Зачётный урок по проверке полученных знаний и умений
3.	Декабрь	После приобретения навыков меткой стрельбы	Умение корректировать и Само-корректировать стрельбу	Соревнования на личное и командное первенство

**Методическое обеспечение программы.**

Для организации методической работы должен быть план занятий по темам; дидактический материал, методические и наглядные пособия; Должны быть разнообразные методы проведения занятий, а также теоретические и практические рекомендации. Можно использовать периодические издания журналы «Военные знания», «Основы безопасности жизни» и сеть Интернет.

**Используемая и рекомендуемая литература**

1. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Оборонно-спортивные кружки. М.: Просвещение, 1987
2. Аверин А.И., Выдрин И.Ф. Начальная военная подготовка. М.:



Просвещение, 2004.

3. Литвинов Е.Н., Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности 10 кл. М: АСТ, 2006.

4. Стрелковый спорт. Правила соревнований. М., 2007. Юрьев А. Спортивная стрельба. М