Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №3

Принято
на заседании педагогического совета
Протокол от « 29»08.2024 г.№ 1

Утверждаю
Директор школы
_____О.Д. Лаптева-Галкина
Приказ от «29» 08.2024 № 42-д

О.Д Лаптева-Галкина

Подписано цифровой подписью: О.Д Лаптева-Галкина
Дата: 2024.09.27 09:46:52 +03'00'

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно - спортивной направленности «Юный стрелок»

Уровень освоения: базовый
Возраст учащихся – 13 – 15 лет
Срок реализации – 1 год
Количество часов - 72

Автор –составитель:
Гуренков Юрий Вячеславович,
преподаватель ОБЖ,
высшей квалификационной категории

г. Узловая, 2024

Содержание программы:.

1.	Пояснительная записка	4
2.	Учебно-тематический план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юный стрелок»	9
3.	Содержание учебно- тематического плана дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юный стрелок»	9
4.	Планируемые результаты освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юный стрелок»	14
5.	Способы и формы проверки результатов дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юный стрелок»	15
6.	Воспитательная работа	15
7.	Комплекс организационно-педагогических условий	17
8.	Список литературы	20
9.	Электронные образовательные ресурсы	21
10.	Приложение № 1	22

Раздел № 1. Комплекс основных характеристик программы

Пояснительная записка

Рабочая программа кружка «Юный стрелок» разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с последующими редакциями;
2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
3. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685- 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (рзд.VI.Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07. 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
8. 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»;
9. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых";
10. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам».
11. Постановление администрации МО Узловский район № 1000 от 27 мая 2022 года "Об утверждении административного регламента предоставления муниципальной услуги "Запись на обучение по дополнительным общеобразовательным программам";
12. Устав учреждения.

Актуальность и педагогическая целесообразность программы Проблема патриотического воспитания молодежи в настоящее время актуальна как никогда. В условиях утраты нашим обществом традиционного российского патриотического сознания, широкого распространения равнодушия, цинизма, агрессивности и падения престижа в военной

службы формируется комплекс ущербности и неполноценности нации. У значительной части призывников отсутствует позитивная мотивация к добросовестной военной службе. Многие из них воспринимают ее как неприятную неизбежность и неблагодарную повинность, которую следует выполнять лишь во избежание уголовной ответственности. Причастность к защите Родины, гордость за принадлежность к Вооруженным силам, воинская честь и достоинство–эти понятия утрачивают в глазах призывной молодежи свою значимость. Поэтому очевидна неотложность решения острейших проблем воспитания патриотизму, как основы консолидации общества и укрепления государства.

Цели:

- формирование у учащихся наиболее полных знаний и представлений об истории и возникновении стрелкового спорта;
- обучение учащихся владением пневматического оружия;
- совершенствование разностороннему развитию учащихся для их готовности к службе в Вооруженных Силах Российской Федерации;
- организованное проведение свободного времени, досуга;
- пропаганда здорового образа жизни.

Задачи:

Образовательные: получение знаний об основах стрельбы, получение навыков стрельбы из пневматической винтовки, получение навыков проведения физических упражнений для укрепления общей физической подготовки и для формирования правильной осанки;

Развивающие: развитие духовных и физических качеств личности, обеспечивающих правильное поведение в обществе; способствовать развитию лидерских качеств подростков; развитие умений работать в группе, коллективе;

Воспитательные: воспитание у школьников смелости и мужества, решительности и самообладания, ответственного отношения к личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Программа кружка имеет теоретическую и практическую направленность.

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.

Практическая подготовка направлена на обучение учащихся не бояться оружия и самой стрельбы, обучить правилам и приёмам стрельбы из пневматического оружия в различных позах.

Формы работы:

1. Индивидуальные.
2. Работа в парах.
3. Групповые.

Методы реализации программы:

1. Рассказ.
2. Беседа.
3. Практические работы.

В соответствии с учебным планом школы, программа кружка рассчитана на 72 часа. Периодичность занятий 1 раз в неделю. Наполняемость группы 15 человек. 2 группы.

Требования к уровню подготовки учащихся

По окончании учащийся

должен знать:

- физические упражнения, направленные на развитие быстроты, ловкости, координации движений, контроль дыхания и пульса, приемы и правилам стрельбы;
- устройство и принцип действия пневматического оружия, технику безопасности при обращении и стрельбе из пневматического оружия;
- элементарные теоретические сведения о баллистике;
- историю стрелкового оружия;
- команды, подаваемые инструктором при проведении учебных стрельб из пневматического оружия.

должен уметь:

- выполнять стрелковые упражнения из положения, лежа и сидя;
- занимать правильное положение при изготовке к стрельбе и при стрельбе;
- выполнять специальные действия способствующие уравновешиванию дыхания и пульса;
- осознанно относиться к своему здоровью, наблюдать, анализировать и запоминать;
- применять полученные знания и умения в самостоятельной работе;
- анализировать свои действия в процессе работы, сравнивая его с действиями других учащихся.

Тематическое планирование
(1 час в неделю, всего 72 часа)

№ темы	Название темы	Кол-во часов
1	Введение.	4
2	Меры обеспечения безопасности при проведении стрельбы из пневматической винтовки.	2
3	Основы техники стрельбы.	8
4	Подготовка пневматической винтовки к стрельбе. Практические занятия.	8
5	Предварительные упражнения – стрельба без пуль. Практические занятия.	8
6	Техника стрельбы из пневматической винтовки ИЖ-38 на 5 м. Практические занятия.	20
7	Техника стрельбы из пневматической винтовки ИЖ-38 на 10 м.	10
8	Стрельба на время. Практические занятия.	10
	Всего	**72**

Содержание программы

Тема 1: Введение (4 часа)

История стрелкового оружия. История и задачи развития пулевой стрельбы в России. Пневматическое оружие, его отличительные особенности. Пулевая стрельба как один из видов спорта. Овладение искусством точной стрельбы.

Общие сведения о пневматическом оружии. Общие данные. Принцип работы. Устройство, назначение и работа основных частей и механизмов оружия: ствол, прицел, ствольная коробка, поршень, боевая пружина, ложа, спусковой механизм, блокировка спуска. Уход за оружием и пулями, их хранение. Подготовка оружия к стрельбе, его заряжение и разряжение.

Тема2: М**еры обеспечения безопасности при проведении стрельбы из пневматической винтовки (2час)**

Правила обращения с оружием. Правила поведения в помещении для проведения стрельбы (спортзале, улице, мастерской), сигналы и команды, подаваемые при проведении стрельб и их выполнение. Изучение инструкции по обеспечению мер безопасности при проведении стрельб. Права и обязанности стрелка.

Тема 3: Основы техники стрельбы (8 часа)

Назначение и боевые свойства пневматического оружия. Общее устройство винтовок ИЖ -22, ПЖ- 38. Виды прицелов и их устройство. Внесение поправок на прицеле. Осмотр оружия. Уход за оружием.

Основы стрельбы.

Явление выстрела. Движение пули по каналу ствола. Начальная скорость. Отдача ружья, полет пули в воздухе. Образование траектории и её элементы. Прицеливание. Варианты техники спуска курка. Подбор пулек. Темп стрельбы, выполнение упражнения в условиях соревнований.

Основы техники стрельбы.

Показ приемов изготовки для стрельбы, сидя с опорой локтями о стол или стойку. Положение корпуса, рук, ног, головы, положение кисти правой руки на шейке приклада и приклада у плеча. Положение указательного пальца на спусковом крючке. Изготовки при стрельбе из положения стоя, с колена, лёжа.

Понятие прицеливания. Спуск курка. Порядок заряжания и разряжения винтовки.

Тема 4: Подготовка пневматической винтовки к стрельбе. Практические занятия (8 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.

Тема 5: Предварительные упражнения - стрельба без пуль. Практические занятия (8 часа)

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

Тема 6: Техника стрельбы из пневматической винтовкиИЖ-38 на 5 м. Практические занятия (20 часов)

Стрельба по белому листу для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Стрельба по квадрату 10*10 на листе белой бумаги. Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, сидя за столом с опорой локтями. Стрельба по спортивной мишени «П», дистанция 5м. Стрельба по спортивной мишени «П», сидя за столом с опорой локтями.

Тема 7: Техника стрельбы из пневматической винтовки ИЖ-38 на 10 м. (мишень. №6). Практические занятия (10 часов)

Стрельба по белому листу для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Стрельба по квадрату 10*10 на листе белой бумаги. Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, лежа с опорой для ствола. Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, лежа с опорой на локоть, дистанция 10м. Стрельба по спортивной мишени «П», сидя за столом с опорой локтями.

Тема 8:Стрельба на время. Практические занятия (10часов)

Стрельба на время: - сидя за столом с опорой локтями, лежа с упора, стоя с руки; - из пистолета, дистанция 5м, мишень «П».

Литература

1. Д.Н. Болотин «Советское стрелковое оружие», «Военное издательство», М, 1986 г.
2. А. Д. Дворкин «Стрельба из пневматических винтовок».
3. История винтовки от пищали до автомата, издание журнала "Техника-молодежи", 1993,11с.
4. Жилина М.Я. Методика тренировки стрелка-спортсмена. –М., ФиС, 1986.
5. Интернет – ресурсы.