

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Губернаторская Куртамышская кадетская школа- интернат»

Принята на заседании
методического совета
от 30.08.2022 г.
протокол № 1

Утверждаю:
Директор ГБОУ «Губернаторская
Куртамышская кадетская школа-
интернат»

/В.В. Скутин/
приказ от 01.09.2022г. № 256



Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая)
программа физкультурно- спортивной направленности
«Стрелковое дело»

Возраст обучающихся: 11 – 17 лет
Срок реализации: 1 год

Автор–составитель:
Шушарин Олег Александрович,
педагог дополнительного образования

г. Куртамыш 2022г.

Раздел №1. Комплекс основных характеристик программы.

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа имеет физкультурно - спортивную направленность. Методика работы по программе строится в направлении личностно-ориентированного взаимодействия с ребёнком. Важный аспект в обучении – индивидуальный подход, удовлетворяющий требованиям познавательной деятельности учащегося. Результатом обучения является развитие разносторонней деятельности учащегося.

Актуальность программы

Патриотическое воспитание молодежи – важнейшая задача государства. Детский возраст является наиболее оптимальным для системы патриотического воспитания, так как это период самоутверждения, активного развития социальных интересов и жизненных идеалов. Нужно дать подросткам альтернативу, заинтересовать их. Этому, способствует занятия пулевой стрельбой. 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.

Отличительные особенности программы: Теоретическая подготовка знакомит кружковцев с правилами соревнований, с элементами производства меткого выстрела, с необходимостью выполнения тренировок; с характеристикой вооружения Российской армии, с историей ее создания. Техническая подготовка ставит задачи: найти для каждого занимающегося рациональную изготровку для производства точного выстрела, научить его правильной работе мышц-сгибателей фаланг указательного пальца, нажимающего на спусковой крючок оружия. Физическая подготовка необходима для повышения функциональных возможностей организма, для всестороннего гармонического развития. Психологическая и тактическая подготовка проходит в процессе всего обучения. Постепенно, от занятия к занятию, обучающиеся проходят все более сложный материал, что развивает мышление, способствует проявлению волевых качеств, помогает добиваться поставленной цели.

Адресат программы

Ребенок 11 - 17 лет, желающий заниматься стрелковым спортом, нацеленный на здоровый образ жизни.

Срок реализации(освоения)программы

Программа рассчитана на 1 год

Объем программы - 144 часа

Форма обучения. Особенности организации образовательного процесса.

Очная. Формы реализации образовательного процесса – традиционная модель; организационные формы обучения: - разновозрастные группы.

Наличие талантливых детей в объединении

К группе одаренных детей относятся те обучающихся, которые:

- имеют более высокий уровень подготовленности по сравнению с большинством остальных школьников-сверстников;
- имеют высокую познавательную потребность в стрелковом спорте;
- используют новые типы деятельности;
- испытывают радость от занятий стрелковом спорте;
- проявляют любопытство ко всем видам стрелкового оружия;
- свободно высказывают своё мнение, настойчиво, энергично отстаивает его;
- имеют высокую скорость мышления и освоения двигательного навыка.
- стремятся к самовыражению, через участие в различных соревнованиях и спортивных конкурсах.

□ имеют реальные достижения в спортивных соревнованиях и конкурсах

Режим занятий:

Продолжительность одного академического часа – 45 мин.

Перерыв между учебными занятиями – 10 мин.

Общее количество часов в неделю – 4 ч.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 ч.

Уровень сложности содержания программы

Стартовый (ознакомительный) – 1 год обучения.

Рекомендуемое количество часов не более 144 часа.

1.2. Цель и задачи программы, планируемые результаты.

Цель – обучить подростков приемам и правилам стрельбы.

- привлечь их активным занятиям стрелковым спортом.

Задачи:

Личностные:

-развитие положительных личностных качеств учащихся (трудолюбия, упорства, настойчивости, умения работать в коллективе, уважение к людям).

Предметные:

– формирование навыков пулевой стрельбы, применения технологий, приемов и методов работы по программе, приобретение опыта физкультурно- спортивной деятельности.

Метапредметные:

Регулятивные УУД:

- понимать задачи, поставленные педагогом;
- знать технологическую последовательность выполнения работы;
- правильно оценивать результаты своей деятельности.

Познавательные УУД:

- научиться проявлять творческие способности;
- развивать сенсорные и моторные навыки.

Коммуникативные УУД:

- учиться работать в коллективе;
- проявлять индивидуальность и самостоятельность.

Планируемые результаты

К концу обучения по данной программе учащиеся должны

Знать:

- историю развития стрелкового оружия;
- физические упражнения, направленные на развитие быстроты, ловкости, координации движений, контроль дыхания и пульса, приемы и правила стрельбы;
- 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; ИЖ-61;
- правила выполнения стрельбы;

- правила обращения с оружием;
- правила соревнований по стрельбе;
- технику стрельбы из пневматических винтовок МР-512, ИЖ-61 по мишени из положения, сидя за столом и лежа с упора, стоя с руки, лежа с руки.

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;
- выполнять специальные действия, способствующие уравниванию дыхания и пульса;

1.3.Рабочая программа.

Учебный план. Содержание программы. Тематическое планирование.

Учебный план для программы сроком реализации 1 год.

№ п/ п	Название раздела программы	Количество часов			Формы промежуточной аттестации
		Всего	теория	практика	
I	Правила поведения в тире и меры безопасности в обращении с оружием. Правила безопасности при проведении стрельб.	4	4	-	зачет
II	Военно-историческая подготовка	2	2	-	зачет
III	Стрелковый спорт	3	3	-	зачет
IV	Основы военного дела.	41	5	36	зачет
V	Специальная подготовка	88	-	88	зачет
VI	Строевые приемы с оружием.	6	-	6	зачет
	Итого	144	14	130	

Содержание учебного плана

Тема 1. Правила поведения в тире и меры безопасности в обращении с оружием. Правила безопасности при проведении стрельб.

Теория: Ознакомление детей с планом и задачами образовательной программы.

Форма занятия: занятие – беседа.

II. Военно-историческая подготовка

Тема 2.1 Стрелковое оружие российской армии.

Теория: Развитие стрелкового оружия и введение его на вооружение русской армией. Роль конструкторов в создании первоклассных образцов вооружения.

Классификация и перспективы развития устройства современного автоматического оружия.

Перспективы развития вооружения мотострелковых подразделений.

Форма занятия: занятие – беседа

Тема 2.2 Стрелковое оружие в годы Великой Отечественной войны.

Теория: Какое стрелковое оружие в годы Великой Отечественной войны было.

Форма занятия: занятие – беседа

III. Стрелковый спорт

Тема 3.1 История стрелкового спорта, достижения Советских и Российских спортсменов.

Теория: Великие спортсмены. С чего началась история спортивной стрельбы.

Форма занятия: занятие – беседа

Тема 3.2 Олимпийские чемпионы мира по стрельбе из стрелкового оружия.

Теория: Великие спортсмены.

Форма занятия: занятие – беседа

Тема 3.3 Правила соревнований. Их организация и проведение

Теория: Как проводятся соревнования.

Форма занятия: занятие – беседа

IV. Основы военного дела

Тема 4.1. Явление выстрела, траектория полета пули. Начальная скорость пули.

Теория: Явление выстрела, траектория полета пули. Начальная скорость пули.

Форма занятия: занятие – беседа

Тема 4.2. Приемы и способы стрельбы из стрелкового оружия.

Практика: Приемы стрельбы из стрелкового оружия включают:

изготовку, прицеливание, спуск курка и организацию дыхания при стрельбе.

Форма занятия: занятие – беседа

Тема 4.3. Устройство и взаимодействие частей пневматической винтовки.

Теория: Работа частей и механизмов.

Форма занятия: занятие – беседа

Тема 4.4. Устройство и взаимодействие частей АК-74.

Теория: Работа частей и механизмов.

Форма занятия: занятие – беседа

Тема 4.5. Назначение, устройство и техническая характеристика пневматической винтовки.

Теория: ТТХ

Форма занятия: занятие – беседа

Тема 4.6. Назначение, устройство и техническая характеристика АК-74.

Теория: ТТХ

Форма занятия: занятие – беседа

Тема 4.7. Разборка и сборка АК-74.

Практика: Порядок выполнения.

Форма занятия: занятие – беседа

Тема 4.8. Техника выполнения выстрела.

Практика: Порядок выполнения.

Форма занятия: занятие – беседа

Тема 4.9. Прицеливание, спуск курка.

Практика: Тренировка.

Форма занятия: занятие – беседа

Тема 4.10. Производство стрельбы.

Практика: Тренировка.

Форма занятия: занятие – беседа

V. Специальная подготовка

Тема 5.1. Тренировка в изготовке к стрельбе стоя.

Практика: Основная задача стрелка — сделать каждый выстрел метким, сумма результатов которых определит итог всей стрельбы.

Форма занятия: занятие – беседа

Тема 5.2. Тренировка в изготовке к стрельбе с колена.

Практика: Основная задача стрелка — сделать каждый выстрел метким, сумма результатов которых определит итог всей стрельбы.

Форма занятия: занятие – беседа

Тема 5.3. Тренировка в изготовке к стрельбе лёжа.

Практика: Основная задача стрелка — сделать каждый выстрел метким, сумма результатов которых определит итог всей стрельбы.

Форма занятия: занятие – беседа

Тема 5.4. Тренировка в однообразии прицеливания стоя.

Практика: Основная задача стрелка — сделать каждый выстрел метким, сумма результатов которых определит итог всей стрельбы.

Форма занятия: занятие – беседа

Тема 5.5. Тренировка в однообразии прицеливания с колена.

Практика: Основная задача стрелка — сделать каждый выстрел метким, сумма результатов которых определит итог всей стрельбы.

Форма занятия: занятие – беседа

Тема 5.6. Тренировка в однообразии прицеливания лежа.

Практика: Основная задача стрелка — сделать каждый выстрел метким, сумма результатов которых определит итог всей стрельбы.

Форма занятия: занятие – беседа

Тема 5.7. Тренировка в стрельбе с упора.

Практика: Основная задача стрелка — сделать каждый выстрел метким, сумма результатов которых определит итог всей стрельбы.

Форма занятия: занятие – беседа

Тема 5.8. Тренировка в стрельбе на кучность.

Практика: Основная задача стрелка — сделать каждый выстрел метким, сумма результатов которых определит итог всей стрельбы.

Форма занятия: занятие – беседа

Тема 5.9. Тренировка в стрельбе на результат.

Практика: Основная задача стрелка — сделать каждый выстрел метким, сумма результатов которых определит итог всей стрельбы.

Форма занятия: занятие – беседа

VI. Строевые приемы с оружием.

Тема 6.1. Выполнение приемов с оружием на месте.

Практика: Изучение.

Форма занятия: занятие – беседа

Тема 6.2. Выполнение приемов с оружием в движении.

Практика: Изучение.

Форма занятия: занятие – беседа

Тема 6.3. Итоговое занятие.

Практика: Сдача нормативов.

Форма занятия: занятие – беседа

Формы подведения итогов: Показательные выступления.

Тематическое планирование на 1 год обучения

№п/п	Название раздела программы	Дата проведения занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма занятия	Форма текущего контроля
I	Основы знаний		4	Правила поведения в тире и меры безопасности в обращении с оружием. Правила безопасности при проведении стрельб.	Беседа, рассказ	
II	Военно-историческая подготовка		2			
2.1			1	Стрелковое оружие российской армии.	Беседа, рассказ	
2.2			1	Стрелковое оружие в годы Великой Отечественной войны.	Беседа, рассказ	
III	Стрелковый спорт		3			
3.1			1	История стрелкового спорта, достижения советских и российских спортсменов.	Беседа, рассказ	
3.2			1	Олимпийские чемпионы мира по стрельбе из стрелкового оружия.	Беседа, рассказ	
3.3			1	Правила соревнований. Их организация и проведение.	Беседа, рассказ	
IV	Основы военного дела.		41			
4.1			1	Явление выстрела, траектория полета пули. Начальная скорость пули.	Беседа, рассказ	
4.2			4	Приемы и способы стрельбы из стрелкового оружия.	Показ. Тренировочные упражнения	
4.3			1	Устройство и взаимодействие частей пневматической винтовки.	Показ. Беседа, рассказ	
4.4			1	Устройство и взаимодействие частей АК-74.	Показ. Беседа, рассказ	
4.5			1	Назначение, устройство и техническая характеристика пневматической винтовки.	Показ. Беседа, рассказ	
4.6			1	Назначение, устройство и техническая характеристика АК-74.	Показ. Беседа, рассказ	
4.7			24	Разборка и сборка АК-74.	Показ. Тренировочные упражнения	

					.	
4.8			2	Техника выполнения выстрела.	Показ.Трен ировочные упражнения .	
4.9			3	Прицеливание, спуск курка.	Показ.Трен ировочные упражнения .	
4.1 0			3	Производство стрельбы.	Показ.Трен ировочные упражнения .	
V	Специал ьная подготов ка		88			
5.1			5	Тренировка в изготовке к стрельбе стоя.	Показ.Трен ировочные упражнения .	
5.2			5	Тренировка в изготовке к стрельбе с колена.	Показ.Трен ировочные упражнения .	
5.3			5	Тренировка в изготовке к стрельбе лёжа.	Показ.Трен ировочные упражнения .	
5.4			5	Тренировка в однообразии прицеливания стоя.	Показ.Трен ировочные упражнения .	
5.5			5	Тренировка в однообразии прицеливания с колена.	Показ.Трен ировочные упражнения .	
5.6			5	Тренировка в однообразии прицеливания лежа.	Показ.Трен ировочные упражнения .	
5.7			2	Тренировка в стрельбе с упора.	Показ.Трен ировочные упражнения .	
5.8			28	Тренировка в стрельбе на кучность.	Тренировоч ные упражнения .	
5.9			28	Тренировка в стрельбе на результат.	Тренировоч ные упражнения .	
VI	Строевы е приемы с оружием .		6			
6.1			2	Выполнение приемов с оружием на	Показ.Трен	

				месте.	ировочные упражнения	
6.2			2	Выполнение приемов с оружием в движении.	Показ. Трен ировочные упражнения	
6.3			2	Итоговое занятие.	Соревнования.	
			144	Всего		

Раздел №2. Комплекс организационно – педагогических условий

Календарный учебный график

Количество учебных недель	40
Первое полугодие	С 01.09.2022 г. по 31.12.2022 г.
Каникулы	С 01.01.2023 г. по 09.01.2023 г.
Второе полугодие	С 10.01.2023 г. по 31.05.2023 г.
Промежуточная аттестация	

Формы текущего контроля/промежуточной аттестации. Для текущего и промежуточного контроля знаний умений и навыков используются следующие формы контроля:

- предварительный контроль (проверка знаний учащихся на начальном этапе освоения Программы) – входное тестирование;
- текущий контроль (в течение всего срока реализации программы);
- промежуточный контроль (в конце первого и второго годов обучения);
- итоговый контроль (заключительная проверка знаний, умений, навыков по итогам реализации Программы в каждом учебном году).

Педагогический контроль в виде аттестации с целью определения уровня освоения программного материала, физической и спортивной подготовленности обучающихся.

В течение учебного года обучающиеся, осваивающие программу проходят тестирования по тактической подготовке. Промежуточная аттестация проводится по всем разделам учебного плана на каждом году обучения, итоговая аттестация проводится после освоения программы.

Формы подведения итогов реализации программы «Юный стрелок»:

1. Сдача нормативов;
2. Зачеты по теории;
3. Участие в соревнованиях по стрельбе;
4. Участие в соревнованиях по военно-прикладному многоборью;
5. Выполнение контрольных упражнений.

Материально-техническое обеспечение

Для реализации программы «Стрелковое дело» занятия проводятся в стрелковом тире, который соответствует всем требованиям и характеристикам, которые необходимы для работы.

В тире имеются в наличии:

- столы, необходимые для работ;
- стулья;
- плакаты по изучению устройства и взаимодействия частей АК, ПМ и пневматической винтовки.
- сборно-разборный макет автомата Калашникова.
- пневматическая винтовка 4,5 мм – 3 штуки.

- стенды для стрельбы — 2 штук.
- мишени бумажные (различные).
- пульки для стрельбы из пневматического оружия.
- электронный тир

Информационное обеспечение. Интернет ресурсы

Кадровое обеспечение

Дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу по курсу спортивной направленности «Стрелковое дело» реализует воспитатель высшей квалификационной категории Шушарин Олег Александрович.

Методические материалы

Словесные методы:

- Описание
- Объяснение
- Рассказ
- Разбор
- Указание
- Команды и распоряжения
- Подсчёт

Наглядные методы:

- показ упражнений и техники стрелковых приёмов
- использование учебных наглядных пособий
- видеofilmы, DVD, слайды
- жестикуляции

Практические методы:

- метод упражнений
- метод разучивания по частям
- метод разучивания в целом
- соревновательный метод
- непосредственная помощь тренера-преподавателя.

Основные средства обучения:

- упражнения для изучения техники, тактики стрельбы и совершенствование в ней
- общефизические упражнения
- специальные физические упражнения

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:

- тестирование
- контрольно-переводные нормативы по этапам подготовки
- соревнования.

Успешная подготовка стрелка высокой квалификации возможна только при условии тесной преемственности каждого этапа обучения спортсмена.

В итоге каждого этапа тренировки проводится отбор, задачей которого является оценка уровня развития тех сторон физической и специальной подготовленности, на совершенствование которых был направлен учебно-тренировочный процесс на этом этапе, а также прогнозирование успеха на следующем этапе многолетней тренировки.

Оценочные материалы

Сдача нормативов по стрельбе, которые включают в себя контрольно – измерительные материалы. (Приложение №1)

Список литературы

Для педагога:

- «Программа для кружков по изучению основ военного дела и овладению военно-техническими знаниями в первичных организациях ДОСААФ», М, 1986 г.
- «Программы допризывной подготовки юношей» 1990 г.
- В.Е. Маркевич «Ручное огнестрельное оружие», изд. «Полигон» С-Пб.
- В.И. Мураховский, С.Л. Федосеев «Оружие пехоты», изд. Арсенал-Пресс», М, 1992 г.
- Д.Н. Болотин «История советского стрелкового оружия и патронов», изд. «Полигон», С-П;
- Д.Н. Болотин «Советское стрелковое оружие», «Военное издательство», М, 1986 г.
- Лелюшенко Д.Д., «Пособие для допризывников», Военное издательство Министерства обороны союза ССР, Москва, 1964.
- Науменко Ю.А., «Начальная военная подготовка», Москва, Просвещение, 1987 г.
- Попов Е.А., «Огневая подготовка», Москва, 2004 г.
- Яковлев Н.П., «Учебник допризывника», Военное издательство Министерства обороны союза ССР, Москва, 1960.
- А. Д. Дворкин «Стрельба из пневматических винтовок».
- А. С. Кузнецов программа кружка «Стрелковые кружки».
- Правила соревнований по пулевой стрельбе.
- Для обучающихся:
1. Методическое пособие «Стрельба из пневматических винтовок» (А.Д. Дворкин, изд. ДОСААФ, 1986г.)
 2. Методическое пособие «Пулевая стрельба. Правила соревнований» (Управление прикладных видов спорта Федерации пулевой стрельбы)

Приложение

Индекс упражнения	Дистанция, м	Положение для стрельбы	Количество выстрелов		Мишени			Время на стрельбу мин.
			пробное	зачётное	№	Кол-во пробных	Колво зачетных	
«Начинающий стрелок»	5	Сидя или стоя с	3	5	4	1	1	Неограниченное
«Юный стрелок»	10	С опорой о стол	6	20	8	2	4	30 мин.
«Меткий»	10	Стоя.	6	20	8	2	4	45мин.
«Снайпер»	10	Стоя. Лежа	6	20	8	2	4	40 мин.

Разрядные нормы по стрельбе пулевой:
Пневматические винтовки, прицел открытый

Индекс упражнения	Положение для стрельбы	Дистанция м	пол	Спортивные разряды			
				переходной	3-й	2-й	1-й
«Начинающий стрелок»	Сидя или стоя с опорой на стол (5выстрелов)	5	М	40			
			Д	34			
«Юный стрелок»	С опорой о стол (20выстрелов)	10	М		130	150	170
			Д		122	142	162
«Меткий стрелок»	Стоя (20выстрелов)	10	М		110	130	150
			Д		100	120	140
«Снайпер»	Стоя. Лежа (40выстрелов 20/20) (40 выстрелов 20 + 20)	10	М		310	330	350
			д		300	320	340

Тестирование по учебным контрольным нормативам проводится в форме соревнований один раз в год на итоговом занятии.

Программа предусматривает промежуточную и итоговую аттестацию результатов обучения детей. В начале года проводится входное тестирование. Промежуточная аттестация проводится в виде текущего контроля в течение всего учебного года. Она предусматривает 1 раз в год зачетное занятие - по общей и специальной физической подготовке при выполнении контрольных упражнений, зачетные стрельбы, а также участие в районных соревнованиях по стрельбе. Итоговая аттестация проводится в конце года обучения и предполагает зачет в форме учебного тестирования по общей и специальной физической подготовке. Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.