

Принята на заседании
педагогического совета
« 29 » 08 2025г.
Протокол № 1

«Утверждаю»
Директор МБОУ «Ерзовская СШ имени
Героя Советского Союза Гончарова П.А.»

Мединцов В.В.
« 29 » 08 2025г.
Приказ № 160 от « 29 » 08 2025г.

**Дополнительная
общеобразовательная программа
физкультурно-спортивной направленности
«МЕТКИЙ СТРЕЛОК»**

Возраст обучающихся: 12 – 17 лет.

Срок реализации: 1 год (96 часов).

Автор - составитель:
Монастырев Анатолий Викторович
педагог дополнительного образования

2025 год

СОДЕРЖАНИЕ

Вводная часть

1. Пояснительная записка.
2. Учебно-тематический план.
3. Содержание программы.
4. Методическое обеспечение.
5. Условия реализации программы.
6. Календарно-тематическое планирование.
7. Список литературы, используемый при написании программы.
8. Список литературы (фильмы), рекомендуемые для учащихся.

Вводная часть

Рабочая программа ДО «Меткий стрелок» разработана на основе требований следующих документов:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ ст.2 п.9; ст.75;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 8.09.2015 года № 613-н утвержден профессиональный стандарт педагога дополнительного образования;
- Концепция развития дополнительного образования детей– (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ– от 04.07.2014 № 41 «Санитарно - эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О– примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
- Письмо от 18 ноября 2015г. № 09 -3242 Минобрнауки «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;

1. Пояснительная записка

Курс объединения «Меткий стрелок» предназначен для учащихся среднего и старшего школьного возраста. Программа ориентирована на ознакомительный курс для учащихся, которые планируют поступать на факультеты ВУЗов МВД, МЧС, а также для поступления в военные училища. Приобретённые практические навыки позволят подготовить учащихся к сдаче нормативов по ГТО.

Актуальность программы состоит в том, что она направлена на приобретение знаний и начальных навыков обращения с пневматическим оружием, боеприпасами и практическим приёмам стрельбы из него.

Отличительные особенности программы - в том, что она имеет комплексный аспект получения начальных знаний и навыков в области обращения с пневматическим оружием и боеприпасами к нему

Программа позволяет раскрыть как физические способности и возможности учащегося, так и сориентировать на более глубокое изучение вопросов, связанных с пневматическим оружием, правилам стрельбы из него.

Цель программы:

- научить правилам обращения с пневматическим оружием и боеприпасами к нему;
- привить начальные практические навыки стрельбы из пневматического оружия;
- заинтересовать учащихся в систематических занятиях стрелковым спортом.

Задачи программы:

1. Оздоровительная - укрепление здоровья, формирование общей физической выносливости.
2. Образовательная – приобретение теоретических знаний и практических навыков в области обращения с пневматическим оружием.
3. Воспитательная - создание благоприятных условий и возможностей для полноценного развития личности, для охраны здоровья и жизни детей.

Результат освоения программы:

- получить начальные знания в области обращения с пневматическим оружием;
- развить лидерство, инициативу, чувство товарищества, взаимопомощи;
- уверенно выполнять начальные стрельбы из пневматической винтовки в закрытых помещениях.

Условия набора учащихся

В объединение «Меткий стрелок» принимаются все желающие с учетом своих интересов и психофизических возможностей на основании поданного заявления от родителей (законных представителей) или самостоятельно с 14 лет. На занятия допускаются учащиеся сдавшие документы: справка с допуском от врача и пакета документов в соответствии с локальными актами МБОУ «Ерзовская СШ имени Героя Советского Союза Гончарова П.А.».

Набор учащихся проводится до 06 сентября текущего года

Начало занятий первого года обучения – 06 сентября.

Окончание занятий – 28 августа.

Срок реализации программы: 1 год (96 часов).

Режим занятий: 1 раза в неделю по 1 учебному часу.

Возраст учащихся: от 12 до 17 лет

Наполняемость групп: от 10 до 15 человек.

Состав групп – постоянный, смешанный.

Форма реализации программ – очная.

Формы занятий: групповые, индивидуальные.

Виды занятий: лекции, беседы, зачёты, тесты, соревнования, сдача нормативов.

Типы занятий:

- комбинированное (объяснение, демонстрация и практическая часть);
- повторение и закрепление знаний, умений и навыков;
- практические занятия с применением ЗУН;
- открытое занятие;
- контрольное занятие.

Большее количество часов по программе отведено практическим занятиям.

Каждое практическое занятие начинается с инструктажа по технике безопасности. Педагог учитывает возрастные и психофизические особенности детей.

Форма контроля:

- текущий тематический (самостоятельные работы) и сдача нормативов;
- промежуточная аттестация – декабрь;
- итоговая аттестация – август.

В начале и в конце учебного года предусмотрен мониторинг освоения программы и творческого развития учащимися.

КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ

№	ФИ ребёнка	Начало учебного года			Конец учебного года		
		Высокий	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Низкий
1							

Условные обозначения 2 - высокий уровень, 1 - средний, 0 - низкий.

Планируемые результаты учащихся при освоении программы «Меткий стрелок»

Результатом освоения учебного курса обучающимися должны быть знания и практические навыки обращения с пневматическим оружием.

Учащиеся будут знать:

- перечень правил техники безопасности;
- правила обращения с пневматическим оружием;
- типы и назначения боеприпасов (пулек) для стрельбы из пневматического оружия;
- состав, назначение и ТТХ пневматической винтовки;
- условия выполнения упражнений стрельбы из положения сидя и стоя;
- правила соревнований по стрельбе из пневматического оружия;
- правила ухода за оружием и условия его хранения и сбережения.

Учащиеся будут уметь:

- практически выполнять все правила техники безопасности при обращении с пневматической винтовкой;
- правильно подбирать и применять боеприпасы (пульки) для стрельбы из пневматического оружия;
- применять на практике преимущества того или иного пневматического оружия;
- подбирать пневматическое оружие в зависимости от условий стрельбы;
- строго придерживаться правил соревнований, не допуская нарушений и дисквалификации;
- чистить оружие, хранить его и готовить к применению.

Формирование универсальных учебных действий за период обучения

В результате изучения данного курса программы у выпускников будут сформированы: познавательные, личностные, регулятивные, и коммуникативно-универсальные учебные действия как основа умения учиться стрельбе из пневматического оружия.

Личностные.

По окончании обучения обучающиеся будут стремиться

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы;
- принимать активное участие в проведении соревнований;

будут воспитаны морально-волевые и нравственные качества;

будет сформирована активная жизненная позиция.

Метапредметные результаты.

будут сформированы

- убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- навыки применения правила безопасного обращения с оружием в различных ситуациях;

будут уметь

- подготовить оружие для занятий, разбирать и собирать его, обслуживать;
- принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

будут уметь

- ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью педагога;
 - добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя литературу, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятиях;
- будут уметь* выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика);
будут проявлять уважение и готовность выполнять совместно установленные договорённости и правила (как со сверстниками, так и со взрослыми).

Предметные

.

будут знать

- основные правила стрельбы;
- меры безопасности при стрельбе;
- устройство пневматической винтовки;

будут уметь

- метко стрелять;
- организовывать и проводить со сверстниками соревнования, осуществлять их объективное судейство;
- выполнять строевые приемы без оружия.

Взаимодействия с родителями - строятся на основе поданного заявления с необходимым пакетом документов на учащегося и медицинского допуска от врача.

В ходе учебного процесса с родителями проводятся родительские собрания, открытые занятия - позволяющие на практике ознакомиться с процессом обучения детей и уровнем освоения программы.

Проводятся совместные мероприятия (календарные праздники), привлечение родителей к участию в различных конкурсах и мероприятиях разного уровня.

2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ОБУЧЕНИЯ

учебная нагрузка 2 часа в неделю – 96. часов в год.

Раздел	Наименование разделов	Общее количество учебных часов	Количество часов		Формы Контроля / аттестации
			Теория	Практика	
	Вводное занятие	2	2		
1	Основы безопасности стрельбы и обращения с пневматическим оружием	4	2	2	Устный опрос по пройденным темам
2	Физическая и психологическая подготовка стрелка	4	2	2	Устный опрос по пройденным темам
3	Правила прицеливания и приемы стрельбы	22		22	зачёт
	Промежуточная аттестация	2		2	Теоретические и практические навыки по пройденным темам
4	Изучение и совершенствование техники стрельбы	54		54	Практические навыки по технике стрельбы
5	Правила проведения и практическое участие в соревнованиях по стрельбе	6	2	4	
	Итоговая аттестация	2		2	Практические навыки по пройденным темам
	ИТОГО:	96	8 (8%)	88 (92%)	

3. Содержание программы

Раздел 1. Основы безопасности стрельбы и обращения с пневматическим оружием включает 3 учебных занятия на которых учащиеся обучаются: общим понятиям о пневматическом оружии, основным правилам техники безопасности при обращении с пневматической винтовкой и знаниям основ стрельбы из пневматической винтовки, а также практически отрабатывают изученные вопросы по вводным педагога.

Раздел 2. Физическая и психологическая подготовка стрелка включает 2 учебных занятия на которых учащиеся обучаются: основным физическим упражнениям стрелка и общим правилам психологической подготовки стрелка.

Раздел 3. Правила прицеливания и приемы стрельбы включает 11 учебных занятий на которых учащиеся обучаются: общим правилам прицеливания из пневматической винтовки при выполнении различных стрелковых упражнений и различным приёмам стрельбы, в зависимости от условий и обстановки.

Раздел 4. Изучение и совершенствование техники стрельбы включает 27 учебных занятий на которых учащиеся обучаются: теоретическим и практическим основам техники выполнения стрельб из пневматической винтовки.

Раздел 5. Правила проведения и практическое участие в соревнованиях по стрельбе включает 3 учебных занятия на которых учащиеся обучаются: правилам проведения соревнований по стрельбе из пневматической винтовки и принимают участие в соревнованиях на уровне объединения.

4. Методическое обеспечение

Работа по данной программе предполагает единство учебного и воспитательного процессов. Методы и приемы обучения, способствуют развитию самостоятельности обучающихся, их военно-патриотической и творческой активности, физическому укреплению здоровья.

В течение всего обучения проводятся занятия всех типов, в зависимости от изучаемой темы, поставленных целей и задач, стоящих перед педагогом и учащимися.

Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса

Методика обучения предполагает увлекательность подачи и доступность восприятия детьми теоретического материала, находящегося в непосредственной связи с выполнением практического задания, что способствует наиболее эффективному усвоению программы. При этом в конце каждого занятия виден результат как общей, так и индивидуальной работы, что способствует подробному обсуждению итогов.

Важным условием для успешного выполнения программы является организация комфортной творческой атмосферы на всех занятиях, соблюдение обучающимися основ воинской дисциплины, что необходимо для возникновения отношений сотрудничества между педагогом и учащимися.

Создание педагогом психологического комфорта с первых занятий, способствует реализации творческого и физического потенциала детей и их самореализации.

5. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение учебного процесса:

Практические занятия по программе «Меткий стрелок» проходят в МБОУ «Ерзовская СШ имени Героя Советского Союза Гончарова П.А.» в учебном кабинете № 1-9 «Технология» и стрелковом тире оборудованном рабочими местами для стрельбы из положения сидя и стоя на дистанциях 5 и 10 м, оснащенным всем необходимым инвентарём и оборудованием.

Рекомендуемый перечень материалов и инструментов

- мишени, пневматическое оружие и боеприпасы к нему;
- мультимедийное оборудование (экран, проектор, компьютер, ноутбук, акустическая система);
- DVD диски.

Дидактическое обеспечение учебного процесса

- наглядные пособия: учебники, книги, справочники, стенды, плакаты, схемы, карточки, альбомы, фотографии.

6. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

учебная нагрузка 2 часа в неделю – 96 часов в год.

№	Темы и разделы	Содержание	Всего часов	Форма контроля	Дата	
					по плану	по факту
1	2	3	4	5	6	7
1-2	Вводное занятие	Обзор развития стрелкового спорта. Ознакомление с годовой программой и расписанием занятий. Ознакомление с местами проведения занятий. Регистрация занимающихся	2	Устная подготовка (опрос)	04.09	
3-4	Меры обеспечения безопасности при проведении стрельб	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».	2	Устная подготовка (опрос)	11.09	
5	Общие сведения о пневматическом оружии	Назначение и боевые свойства пневматического оружия (ПО). Общее устройство пневматической винтовки. Работа частей и механизмов пневматической винтовки при стрельбе. Уход за оружием и его хранение. Подготовка оружия к стрельбе, его заряжание и разряжение. Пули для стрельбы из ПО	1	Практическое занятие	18.09	
6	Основы стрельбы	Понятие о выстреле. Явления, связанные с выстрелом. Рассеивание выстрелов. Определение средней точки попадания (СТП). Расчет поправок. Пристрелка оружия	1	Практическое занятие	18.09	

№	Темы и разделы	Содержание	Всего часов	Форма контроля	Дата	
					по плану	по факту
1	2	3	4	5	6	7
7-10	Физическая подготовка стрелка Психологическая подготовка стрелка	Значение общей и специальной физической подготовки. Зарядка. Закаливание. Развитие устойчивой позы тела при стрельбе из различных положений, статической выносливости, высокой точности, быстроты и координации. Дыхательные упражнения. Упражнения для повышения мышечно-суставной чувствительности Преодоление. Отключение от внешних и внутренних раздражителей. Создание эмоционального подъема перед стрельбой. Мобилизация сил. Уверенность в себе. Надежность стрельбы в любых условиях. Самостоятельность действий. Анализ ошибок	4	Устная подготовка (опрос)	25.09 02.10	
11-34	Правила прицеливания и приемы стрельбы	Тренировка в удержании винтовки. Сущность прицеливания. Выбор точки прицеливания. Режим дыхания. Спуск курка: отработка изготовления стрелка-спортсмена для производства выстрела из положения сидя с руки с опорой локтями о стол. Изготовка к стрельбе стоя. Изготовка к стрельбе лежа. Практическая стрельба с применением отработанных навыков	24	зачёт	09.10 16.10 23.10 06.11 13.11 20.11 27.11 04.12 11.12 18.12 25.12 15.01	
35-36	Промежуточная аттестация	Практические навыки по пройденным темам	2	Теоретические и практические навыки по пройденным темам	22.01	
37-64	Изучение и совершенствование техники стрельбы	Изучение изготовления для стрельбы сидя с руки с опорой локтями о стол. Тренировка в прицеливании и отработке спуска без действительного выстрела. Тренировка в изготовке без выстрела. Стрельба по	28	зачёт	29.01 05.02 12.02 19.02 26.02 05.03 12.03 19.03	

№	Темы и разделы	Содержание	Всего часов	Форма контроля	Дата	
					по плану	по факту
1	2	3	4	5	6	7
		белому листу на кучность. Стрельба с корректировкой. Стрельба из винтовки по мишени П, дистанция 5 метров, 5 патронами из положения сидя с упора. Стрельба из винтовки по мишени П, дистанция 10 метров, 10 патронами из положения сидя с упора.			02.04 09.04 16.04 23.04 30.04 07.05	
65-66	Правила соревнований	Допуск участников к соревнованиям. Обязанности и права стрелков. Меры безопасности при обращении с оружием при проведении соревнований	2	Блиц-опрос.	14.05	
67-70	Соревнования по стрельбе	Проверка знаний и умений пройденного материала	4	Участие в соревнованиях среди учащихся объединения	21.05 28.05	
71-94	Изучение и совершенствование техники стрельбы	Изучение изготoвки для стрельбы сидя с руки с опорой локтями о стол. Тренировка в прицеливании и отработке спуска без действительного выстрела. Тренировка в изготoвке без выстрела. Стрельба по белому листу на кучность. Стрельба с корректировкой. Стрельба из винтовки по мишени П, дистанция 5 метров, 5 патронами из положения сидя с упора. Стрельба из винтовки по мишени П, дистанция 10 метров, 10 патронами из положения сидя с упора.	24	зачёт	04.06 11.06 18.06 25.06 02.07 09.07 16.07 23.07 30.07 06.08 13.08 20.08	
95-96	Итоговая аттестация	Практические навыки по пройденным темам с контролем времени и порядка выполнения приёмов и нормативов	2	Контрольное занятие	27.08	
ИТОГО:			48 часов.			

7. Список литературы, используемый при написании программы.

1. Наставление по стрелковому делу. М.: Воениздат, 1985.
2. Наставление по физической подготовке. М.: Воениздат, 1987.
3. Пулевая спортивная стрельба. М.: Воениздат, 1976.
4. Стрелок и тренер. Вайншейн Л.Н. М.: Воениздат, 2011.
5. Методическое пособие «Стрельба из пневматических винтовок» М.: Воениздат, 2013.
6. Методические рекомендации для обучения стрельбе М.: Воениздат, 2015
7. Винтовка пневматическая однозарядная модели ИЖ-38С. Паспорт. г. Ижевск, 2000г.
8. Винтовка пневматическая однозарядная модели ИЖ-61. Паспорт. г. Ижевск, 2000 г.
9. Данилов А.П. Современное спортивное оружие. М.: ДОСААФ, 1968.
10. Закон РФ «Об образовании».
11. Закон РФ «О воинской обязанности и военной службе».
12. Наставление по стрелковому делу. Основы стрельбы из стрелкового оружия. М.: Воениздат, 1985.
13. «Положение о подготовке граждан РФ к военной службе».
14. Постановление правительства РФ от 31 декабря 1999 г. №1441.
15. Строевой устав ВС РФ. М.: Воениздат, 1994.
16. Пулевая стрельба. Правила соревнований. М.: Издательство ДОСААФ СССР, 1986.
17. Юрьев А.А. Пулевая спортивная стрельба. М.: «Физкультура и спорт», 1973.
18. Методическая разработка занятия «Стрелковое оружие России»// Кондратенко В.Т.
19. Руководство по 5,45 -мм автомату Калашникова (АК - 74, РПК -74Н)
20. Сборник нормативов по боевой подготовке ВВ МВД России 2004.- 246.

8. Список литературы (фильмы), рекомендуемые для учащихся.

1. Художественный фильм «Снайпер 1-4».
2. Художественный фильм «Точка обстрела».
3. Художественный фильм «Кукушка».
4. Художественный фильм «Ворошиловский стрелок».
5. Художественный фильм «Снайпер. Последний выстрел».
6. Художественный фильм «Снайпер Саха».
7. Художественный фильм «Цель вижу».
8. Художественный фильм «Говорит Москва».
9. Художественный фильм «На безымянной высоте».
10. Художественный фильм «Туман 1,2».
11. Художественный фильм «Мы из будущего 1,2».
12. Художественный фильм «Снайпер. Оружие возмездия».
13. Книга «Снайпер» /Джеймс Хедли Чейз.
14. Книга «Дурманный ветер Афганец. Снайпер» /Александр Тамоников.
15. Книга «Учебник выживания снайпера. «Стреляй редко, но метко!» /Семён Федосеев.
16. Книга «Битва за Севастополь. Одиночный выстрел» /Алла Бегунова.
17. Книга «Сталинград. Я – снайпер» / Владимир Першанин.
18. Книга «Не промахнись, снайпер» / Владимир Першанин
16. Книга «Братство снайперов» / Сергей Зверев
17. Данилов А.П. Современное спортивное оружие. М.: ДОСААФ, 1968.
18. Наставление по стрелковому делу. Основы стрельбы из стрелкового оружия. М.: Воениздат, 1985.
19. Юрьев А.А. Пулевая спортивная стрельба. М.: «Физкультура и спорт», 1973.
20. Миллер Д., Фосс К.Ф. Современные сухопутные войска. Техника, тактика, вооружение. Изд. Русич, 2004г.