

**Негосударственное образовательное частное учреждение
дополнительного профессионального образования
«РУСИЧЬ»**

«УТВЕРЖДАЮ»



Директор НОЧУ ДПО «РУСИЧЬ»

С.А. Гуленков

2013 г.

**ПРОГРАММА
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ
« Спортивная стрельба »**

(физкультурно-спортивной направленности, срок реализации - 1 год,

форма организации образовательной деятельности – секция,

возрастная категория учащихся: от 10 до 16 лет)

Составитель: заместитель директора

НОЧУ ДПО «РУСИЧЬ»,

преподаватель дополнительного

образования А.И. Милов.

I. Пояснительная записка.

Направленность программы «Спортивная стрельба» - физкультурно-спортивная.

Новизна программы заключается в том, что во всех программах средней школы не предусматриваются стрелковые виды спорта, где бы молодежь могла овладеть навыками и приемами стрельбы из оружия и безопасного обращения с ним, изучить особенности стрельбы из оружия, получить теоретические знания о различных видах оружия и т.д.

Педагогическая целесообразность данной образовательной программы обусловлена тем, что она является важнейшей составляющей практической подготовки граждан к военной службе. Данная программа является наиболее актуальной на сегодняшний момент. Она составлена с учетом тенденций в развитии стрелкового спорта, как одного из востребованных видов спорта нашего времени и соответствует уровню развития современной подростковой аудитории. Актуальность программы также состоит в том, что, формирование здорового образа жизни, проблема сохранения и укрепления здоровья обучающихся, привитие потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями, привитие интереса к спорту и к спортивной стрельбе в частности, являются очень важными задачами в наше время.

Актуальность программы обучения по данной тематике очевидна. Подростковая преступность имеет тенденцию к ее росту. Появляются националистические военизированные формирования молодежи. Эмоциональные и стрессовые состояния учащихся выплескиваются наружу в виде драк, воровства, хулиганства, сквернословия, курения, алкоголизма, наркомании, токсикомании, вандализма и т.п.

Необходимость разработки и внедрения программы стрелковой подготовки в системе дополнительного образования детей обусловлено тем, что в программе курса «Основы безопасности жизнедеятельности» не достаточно времени уделяется этим темам, а в программу учебно-полевых учебных сборов входит стрельба. Поэтому данная программа используется для стрелковой подготовки допризывной и призывной молодежи. Программа предназначена для учащихся 5-11 классов. Возрастной диапазон 10-16 лет. Программа позволяет развить у обучаемых такие качества, как ловкость, выносливость, терпеливость, аккуратность, коммуникативность, самостоятельность. Привлекает воспитанников эта программа тем, что у них имеется реальная возможность в изучении современного стрелкового оружия и возможность научиться метко стрелять, что крайне важно для будущих защитников Отечества.

Привлечение учащихся к стрелковым видам спорта позволяет отвлечь детей от безнадзорности и вредных привычек, занять их свободное время полезными и интересными физкультурно-спортивными занятиями, тем самым снизить уровень детской наркомании и преступности.

Цель программы:

- научить воспитанников разбираться в современном стрелковом и спортивном оружии и метко стрелять.

Задачи программы:

1. Обучающая.

Обучить детей 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.

2. Воспитательная.

Воспитывать любовь к стрелковым видам спорта; стремление к здоровому образу жизни; уважение к Вооружённым Силам России и их истории; уважение к Российскому оружию и его истории. Сформировать у воспитанников целеустремлённость, терпеливость, настойчивость, самоотверженность, коллективизм и коммуникативность и желание заниматься спортом. Формировать навыки меткой стрельбы из пневматической винтовки на различные расстояния из различных положений.

3. Развивающая.

Развивать у воспитанников внимание, усидчивость, глазомер, память, внимательность.

Программа разработана на возрастную группу 10-16 лет.

Программа рассчитана на 1 год обучения.

Приём детей по желанию.

Оборудование для проведения занятий: стрелковый тир (от 10 до 50 метров), пулеулавливатели, пристрелочный станок, пневматические винтовки и пистолеты, мишени.

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

Формы проведения занятий – беседа, семинар, зачет, практическое выполнение упражнений по стрельбе.

Режим занятий – два раза в неделю по одному часу.

Прогнозируемый результат:

- Приобретение обучающимися знаний по основам стрельбы из различных видов оружия;
- Развитие и усовершенствование навыков участия стрелковых видах спорта;
- Формирование интереса к регулярным занятиям стрелковыми видами спорта;
- Овладение двигательными умениями и навыками, улучшение физической подготовки, повышение культурного уровня обращения с оружием.

Критерии оценки:

«Зачтено» - обучаемый правильно ориентируется в современном стрелковом оружии, знает технику безопасности при стрельбе, теоретические основы стрельбы,

умеет правильно занять позицию на стрелковом рубеже, вести прицельную и кучную стрельбу с результатом не ниже 18 очков при 3-х выстрелах, 30 очков при 5-ти выстрелах, 60 очков при 10-ти выстрелах;

«Не зачтено» - а) если обучаемый неправильно ориентируется в современном стрелковом оружии, не знает технику безопасности при стрельбе, теоретические основы стрельбы, не умеет правильно занять позицию на стрелковом рубеже, б) ведет прицельную и кучную стрельбу с результатом ниже 18 очков при 3-х выстрелах, 30 очков при 5-ти выстрелах, 60 очков при 10-ти выстрелах.

Формы подведения итогов результатов обучения детей.

В целях оценки и контроля результатов обучения в течение учебного года проводятся:

- проверка выполнения нормативов по ОФП для допризывной молодежи;
- проверка выполнения нормативов по стрельбе из пневматической винтовки;
- контрольные занятия по проверке усвоения теоретических знаний по темам курса;
- соревнования на личное первенство среди воспитанников учреждения;
- общешкольные соревнования по стрельбе из пневматического оружия;
- анализ и обсуждение проводимых мероприятий с учащимися и их родителями.

II. Учебно-тематический план

Номер занятия	Тема занятия	Кол-во часов	
		Теор.	Практ.
Занятие 1	История и виды российского стрелкового оружия.	2 ч	
Занятие 2	Техника безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Техника безопасности при зарядании, наводке и выстреле.	2 ч	
Занятие 3	Явление выстрела. Образование траектории. Прямой выстрел.	1 ч	
Занятие 4	Начальная скорость пули. Отдача оружия. Пробивное и убойное действие пули.	1 ч	
Занятие 5	Прикрытое, поражаемое и мёртвое пространство. Способы определения расстояния до цели.	1 ч	
Занятие 6	Элементы наводки. Выбор цели и точки прицеливания при стрельбе по неподвижным целям.	1 ч	
Занятие 7	Назначение, общее устройство, принцип действия и технические характеристики пневматической винтовки.	1 ч	1 ч
Занятие 8	Техническое обслуживание, ремонт, чистка и смазка винтовки.	1 ч	1 ч
Занятие 9	Хранение винтовки. Замена основных частей и механизмов винтовки.	1 ч	1 ч
Занятие 10	Возможные неисправности, задержки при стрельбе и их устранение.	1 ч	1 ч
Занятие 11	Настройка пневматических винтовок. Выверка открытого прицела.	1 ч	1 ч
Занятие 12	Зарядание винтовки. Изучение докладов о получении боеприпасов, готовности к стрельбе и о завершении стрельбы.	1 ч	1 ч
Занятие 13	Зарядание, изготовка к стрельбе из положения сидя за столом с опорой на локоть. Доклады о получении боеприпасов. Прицеливание. Производство выстрела. Доклад о завершении стрельбы.		20 ч

Номер занятия	Тема занятия	Кол-во часов	
		Теор.	Практ.
Занятие 14	Заряжание, изготовка, прицеливание, производство выстрела из положения стоя без опоры. Доклады.		20 ч
Занятие 15	Изготовка к стрельбе из положения с колена и лёжа с опорой и без опоры. Прицеливание. Производство выстрела. Доклады.		20 ч
Занятие 16	Тренировка в стрельбе по мишени «П» на расстоянии 5 метров из положения сидя за столом с опорой на локоть. Совершенствование техники и навыков стрельбы.		20 ч
Занятие 17	Тренировка в стрельбе из пневматической винтовки по мишени «П» на расстояние 5 метров из положения стоя и с колена с опорой и без опоры.		20 ч
Занятие 18	Тренировка в стрельбе из пневматической винтовки по мишени «П» на расстояние 5 и 10 метров из положения лёжа с опорой и без опоры. Подготовка к соревнованиям по стрельбе из пневматической винтовки.		20 ч
Занятие 19	Участие в соревнованиях на личное первенство среди воспитанников секции.		2 ч
Занятие 20	Участие в общешкольных соревнованиях по стрельбе из пневматической винтовки. Анализ соревнований.		2 ч
Итого		14 ч	130 ч

III. Содержание программы.

Тема № 1. Вводное занятие (2 часа).

Занятие № 1. Ознакомление с годовой программой и расписанием занятий. История и виды российского стрелкового оружия.

Тема № 2. Меры безопасности при стрельбе (2 часа).

Занятие № 1. Техника безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Техника безопасности при зарядании, наводке и выстреле.

Тема № 3. Теоретические основы стрельбы (4 часа).

Занятие № 1. Явление выстрела. Образование траектории. Прямой выстрел.

Занятие № 2. Начальная скорость пули. Отдача оружия. Пробивное и убойное действие пули.

Занятие № 3. Прикрытое, поражаемое и мёртвое пространство. Способы определения расстояния до цели.

Занятие № 4. Элементы наводки. Выбор цели и точки прицеливания при стрельбе по неподвижным целям.

Тема № 4. Материальная часть оружия (12 часов).

Занятие № 1-2. Назначение, общее устройство, принцип действия и технические характеристики пневматической винтовки.

Занятие № 3-4. Техническое обслуживание, ремонт, чистка и смазка винтовки.

Занятие № 5-6. Хранение винтовки. Замена основных частей и механизмов винтовки.

Занятие № 7-8. Возможные неисправности, задержки при стрельбе и их устранение. Чистка, смазка и хранение винтовки.

Занятие № 9-10. Настройка пневматических винтовок. Выверка открытого прицела.

Занятие № 11-12. Зарядание винтовки. Изучение докладов о получении боеприпасов, готовности к стрельбе и о завершении стрельбы.

Тема № 5. Изготовка к стрельбе из пневматических винтовок (60 часов).

Занятие № 1. Зарядание винтовки. Изучение докладов о получении боеприпасов, готовности к стрельбе и о завершении стрельбы.

Занятие № 2-9. Зарядание, изготовка к стрельбе из положения сидя за столом с опорой на локоть. Доклады о получении боеприпасов. Прицеливание. Производство выстрела. Доклад о завершении стрельбы.

Занятие № 10-20. Зарядание, изготовка, прицеливание, производство выстрела из положения стоя без опоры. Доклады.

Занятие № 21-30. Изготовка к стрельбе из положения с колена и лёжа с опорой и без опоры. Прицеливание. Производство выстрела. Доклады.

Тема № 6. Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки (60 часов).

Занятие № 1-10. Тренировка в стрельбе по мишени «П» на расстояние 5 метров из положения сидя за столом с опорой на локоть. Совершенствование техники и навыков стрельбы.

Занятие № 11-20. Тренировка в стрельбе из пневматической винтовки по мишени «П» на расстояние 5 метров из положения стоя и с колена с опорой и без опоры.

Занятие № 21-30. Тренировка в стрельбе из пневматической винтовки по мишени «П» на расстояние 5 и 10 метров из положения лёжа с опорой и без опоры. Подготовка к соревнованиям по стрельбе из пневматической винтовки.

Тема №7. Участие в соревнованиях по стрельбе из пневматической винтовки на личное и командное первенство (4 часа).

Занятие № 1. Участие в соревнованиях на личное первенство среди воспитанников секции.

Занятие № 2. Участие в общешкольных соревнованиях по стрельбе из пневматической винтовки. Анализ соревнований.

IV. Этапы педагогического контроля по усвоению программы.

№ п/п	Этапы	Сроки контроля	Какие знания, умения и навыки формируются	Формы контроля
1.	Декабрь	После новой темы	Знание материальной части пневматического оружия и умение его обслуживания и настройки	Зачётное упражнение
2.	Февраль	После приобретения навыков стрельбы по мишеням и изучения правил стрельбы	Знания правил стрельбы, докладов стрелка и команд старшего. Умение изготавливаться, заряжать, прицеливаться, докладывать о готовности к стрельбе, производить выстрел и докладывать о завершении стрельбы	Зачётное упражнение по проверке полученных знаний и умений
3.	Март	После приобретения навыков меткой стрельбы	Умение корректировать и самокорректировать стрельбу	Соревнования на личное первенство (школьные)
4.	Апрель	После ознакомления с правилами соревнований	Знание правил соревнований и умение участвовать в них	Соревнования по стрельбе (открытое занятие)
5.	Май	После окончания курса	Знания, полученные за год обучения	Выполнение нормативов по стрельбе

V. Методическое обеспечение программы.

Методическая работа:

- а) разработка планов занятий по темам;
- б) подготовка дидактического материала к новому учебному году;
- в) разработка и оформление методических и наглядных пособий;
- г) использование методических разработок прошлых лет и совершенствование их в процессе практического применения;
- д) разнообразить методы проведения занятий, а также использовать теоретические и практические рекомендации методистов и педагогов, применяя для этого журналы «Военные знания», «Основы безопасности жизни» и сеть Интернет;
- е) помощь в проведении районных соревнований.

VI. Используемая 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, 1984.
3. Латчук В. Н., Марков В. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 кл. М: Дрофа, 2006.
4. Стрелковый спорт. Правила соревнований. М., 1977.
5. Юрьев А. Спортивная стрельба. М., 1967.
6. «Винтовки и автоматы» (авторы А.Б. Жук, военное издательство 2007г.).
7. Журнал «Военные знания» № 2, 2008г.

VII. Рекомендуемая литература

1. Юрьев А. Спортивная стрельба. М., 1967.
2. «Винтовки и автоматы» (авторы А.Б. Жук, военное издательство 2007г.).
3. Журнал «Военные знания» № 2, 2008г.