



**Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования  
«Станция детского и юношеского туризма и экскурсий (юных туристов)»  
города Новотроицка Оренбургской области**

**РАССМОТРЕНО  
И СОГЛАСОВАНО**

Методический совет

Протокол № 1 от 02.09 2024 г.



**УТВЕРЖДЕНО**

Приказом директора  
Е.В. Махова

от 02.09.24 № 346/2

**Дополнительная общеобразовательная  
(общеразвивающая) программа  
социально - гуманитарной направленности  
«Спортивная стрельба из пневматического оружия»  
(творческое объединение «Стрелок»)**

*Возраст учащихся – 12 – 18 лет  
Срок реализации программы – 3 года*

Автор составитель: Комароцкий Юрий Иванович,  
педагог дополнительного образования,  
высшей квалификационной категории

**Новотроицк – 2024г.**

## Содержание

Информационная карта	<b>3</b>
<b>Раздел 1</b> Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	<b>4</b>
1.1. Пояснительная записка	<b>4</b>
1.2. Цели и задачи	<b>7</b>
1.3. Содержание Программы	<b>8</b>
Учебный (тематический) план	<b>8</b>
Содержание учебного (тематического) плана	<b>10</b>
1.4. Планируемые результаты реализации программы	<b>17</b>
<b>Раздел 2</b> Комплекс организационно - педагогических условий реализации программы	<b>20</b>
2.1. Календарный учебный график	<b>20</b>
2.2. Организационно-педагогические условия реализации Программы	<b>21</b>
2.3. Формы аттестации	<b>22</b>
2.4. Оценочные материалы	<b>22</b>
2.5. Методические материалы	<b>25</b>
3. Список литературы	<b>28</b>
Приложения к Программе	<b>30</b>

**1. Информационная карта**  
**дополнительной общеобразовательной общеразвивающей**  
**программы**  
**«Спортивная стрельба из пневматического оружия»**

Ф.И.О. педагога	Комароцкий Юрий Иванович
Тип программы	Общеразвивающая
Образовательная область	Спортивная
Направленность деятельности	Социально-гуманитарная.
Способ освоения содержания образования	Практический
Уровень освоения содержания образования	Базовый
Уровень реализации программы	Дополнительное образование
Форма обучения	Очная
Продолжительность реализации программы	3 года

# 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

## 1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивная стрельба из пневматического оружия» является модифицированной, так как составлена на основе ряда программ по пулевой стрельбе, взятых в сети Интернет.

Данная программа социально-гуманитарной направленности. Предназначена для обеспечения базового уровня подготовки детей в области пулевой стрельбы.

Программа направлена на корректировку и развитие психических свойств личности, коммуникативных и интеллектуальных способностей обучающихся, развитие лидерских качеств, организацию социализирующего досуга детей и подростков. Эта деятельность способствует социальной адаптации, гражданскому становлению подрастающего поколения.

Необходимость разработки и внедрения курса стрелковой подготовки в системе дополнительного образования детей обусловлена тем, что в городе Новотроицке ежегодно проводится ряд мероприятий и соревнований, включающих пулевую стрельбу. Однако, школьным курсом «Основы безопасности жизнедеятельности» не достаточно времени уделяется данной теме

### **Направленность программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Спортивная стрельба из пневматического оружия» имеет социально-гуманитарную направленность. В ходе освоения программы обучающиеся осваивают военно-прикладные виды спорта.

**Уровень освоения программы:** базовый.

### **Новизна программы**

Содержание программы учитывает интеграцию со школьными образовательными дисциплинами (ОБЖ, физкультуре, физике) через участие детей в муниципальных соревнованиях и мероприятиях по направлению программы.

### **Актуальность программы**

Программа способствует решению одной из наиболее важных задач современного общества - патриотическому воспитанию подрастающего поколения, подготовке юношей к воинской службе в Российской Армии. Программа позволяет удовлетворить естественную подростковую потребность к риску, романтике, воинской героике, интерес к военно-прикладным видам спорта. Способствует развитию у подростков таких качества, как: ловкость, выносливость, терпеливость, трудолюбие, самостоятельность, целеустремлённость; воспитывает коллективизм, дисциплинированность, дружбу, товарищество; побуждает к проявлению смелости, мужества, решительности, самообладания. Эти ценные качества необходимы и для роста спортсмена, его успешного выступления на соревнованиях.

Привлечение подростков к военно-прикладным видам спорта позволяет отвлечь их от вредных привычек, безнадзорности, криминогенных группировок тем самым снизить уровень детской наркомании и преступности.

## **Педагогическая целесообразность**

Педагогическая целесообразность программы обусловлена возможностью подготовки обучающихся по стрельбе из пневматической винтовки. Программа позволяет развить такие качества, как ловкость, выносливость, терпеливость, аккуратность, коммуникативность, самостоятельность. Привлекает детей эта программа тем, что у них имеется реальная возможность в изучении современного стрелкового оружия и обучиться метко стрелять, что крайне важно для будущих защитников Отечества.

Доступной формой массового обучения обучающихся приемам стрельбы является стрельба из пневматических винтовок.

## **Отличительные особенности**

Доступность приобретения пневматического оружия, хранения, невысокая стоимость пуль к ней; возможность использования школьных помещений для стрельбы; небольшой вес оружия, позволяющий привлекать к обучению стрельбе школьников с 12-летнего возраста. Использование мультимедийного проектора на занятиях. Эти преимущества дают возможность успешно решать задачи развития стрелкового спорта .

Стрельба из пневматического оружия на короткую дистанцию значительно расширяет возможности тренировок стрелков. Отсутствие принципиальных различий в технике производства выстрела из пневматического и огнестрельного оружия позволяет применять навыки и умения, сформированные стрельбой из пневматического оружия, при обучении стрельбе из малокалиберного и боевого оружия.

Начальное обучение стрельбе из пневматической винтовки проводится в следующей последовательности: ознакомление с понятием выстрела, приемами и правилами меткой стрельбы, овладение основами техники производства прицельного выстрела.

Теоретическая подготовка знакомит с правилами соревнований, с элементами производства меткого выстрела, с необходимостью выполнения большого объема тренировок для достижения высоких спортивно-технических результатов.

Техническая подготовка ставит задачи: найти для каждого занимающегося рациональную изготовку для производства точного выстрела научить его правильной работе мышц-сгибателей фаланг указательного пальца, нажимающего на спусковой курок оружия.

Физическая подготовка необходима для повышения функциональных возможностей организма, для всестороннего гармоничного развития стрелка.

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.

Программа «Спортивная стрельба из пневматического оружия» создана с целью военно-патриотического воспитания детей и подростков, пропаганды стрелкового спорта, личного и профессионального самоопределения, творческого досуга.

## **Адресат программы**

Программа «Спортивная стрельба из пневматического оружия» адресована детям от 12 до 18 лет, имеющих интерес к военно-прикладным видам спорта и проявляющих спортивные задатки

### **Условия набора учащихся**

Для обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Спортивная стрельба из пневматического оружия» принимаются все желающие (не имеющие медицинских противопоказаний) без предварительного отбора

**Количество учащихся** – не менее 12 человек

### **Объём и срок освоения программы**

Программа «Спортивная стрельба из пневматического оружия» рассчитана на три года обучения – 648 часов.

### **Формы организации занятий:**

Форма организации теоретических и практических занятий может быть представлена следующим образом:

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.

На *практических занятиях* обучающиеся приобретают умения и навыки в совершенствовании техники стрельбы из пневматического оружия.

Прохождение каждой новой темы и выполнение упражнений по стрельбе предполагает постоянное повторение предыдущих тем и овладение определенными практическими навыками в стрельбе.

К обучающимся предъявляются определенные требования по мерам безопасности при обращении с пневматическим оружием, т.к. при нарушении правил по технике безопасности возможно получение серьезных травм и увечий.

### **Методы и методические приемы:**

*Словесные методы* создают у обучающихся предварительные представления об изучаемом направлении. Для этой цели используется: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания, инструкции.

*Наглядные методы* применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у обучающихся конкретные представления об изучаемых действиях.

*Практические методы* позволяют освоить практические навыки и умения.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

### **Дидактические и демонстрационные материалы:**

Упражнения учебные приборы и оборудование: пневматические винтовки, цветные таблицы, фильмы, презентации.

### **Структура занятия**

- Организационный момент
- Повторение пройденного материала
- Разбор нового материала
- Физкультминутка
- Практическое занятие
- Подведение итогов занятия

## 1.2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

**Цель программы:** обучение подростков основам меткой стрельбы, воспитание патриотизма и гражданственности, удовлетворение интереса к военно-прикладным видам спорта и приобщение к здоровому образу жизни

### **Задачи программы**

#### **Образовательные:**

- обучить детей основам теории стрельбы; материальной части современного стрелкового и спортивного оружия
- познакомить с историей создания и развития стрелкового оружия России; мерам безопасности при обращении с оружием и боеприпасами во время
- научить стрелять по мишеням из пневматической винтовки на различные расстояния и из различных положений учебных стрельб и соревнований; основам судейства соревнований по стрельбе.

#### **Развивающие:**

- закрепить навыки в действиях с оружием, в практическом применении
- развить глазомер, скорость, точность и координацию движений
- развить выносливость, трудолюбие, меткость, умения правильно анализировать свои действия
- расширить кругозор и эрудицию детей в области стрелкового спорта, военного дела
- развить у детей навыки решения коммуникативных задач в условиях подготовки и проведения соревнований по стрельбе
- дать технические сведения о стрелковом оружии и его использовании
- научить детей ориентироваться в сложной ситуации

#### **Воспитательные задачи:**

- воспитать чувства гордости за достижения Российского стрелкового спорта, дисциплины, ответственности за порученное дело
- формировать мотивацию к здоровому образу жизни
- формировать умение работать с партнёром и командой, быть членом коллектива

### 1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### Учебно – тематический план 1 год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			
		Всего	Теория	Практика	Формы аттестации/ контроля
1.	Вводное занятие	2	2	-	
2.	Меры обеспечения безопасности при проведении стрельб	2	2	-	устный опрос
3.	История развития стрелкового спорта	2	2	-	устный опрос
4.	Материальная часть оружия и основы стрельбы	4	2	2	устный опрос
5.	Основы техники стрельбы	22	6	16	устный опрос
6.	Определение расстояния до цели	4	2	2	устный опрос
7.	Изучение и совершенствование техники стрельбы	16	6	10	устный опрос
8.	Тренировка в изготовке к стрельбе из пневматической винтовки с опорой на стол, на стойку. Производство холостого выстрела.	32	12	20	результат по стрельбе
9.	Тренировка в изготовке для стрельбы лежа с упора	16	6	10	результат по стрельбе
10.	История стрелкового оружия времен Великой Отечественной войны	4	4	-	устный опрос
11.	Тренировка в технике для стрельбы стоя	36	8	28	результат по стрельбе
12.	Тренировка стрельбы с колена	36	6	30	результат по стрельбе
13.	Секреты стрелкового мастерства	14	4	10	устный опрос
14.	Правила соревнований	4	2	2	устный опрос



15.	Общая физическая подготовка	12	2	10	Общезфиз. Навыки
16.	Подготовка к соревнованиям, Соревнования	8	-	8	результат по стрельбе
17.	Итоговое занятие	2	-	2	зачет
	<b>ИТОГО:</b>	<b>216</b>	<b>66</b>	<b>150</b>	

### Учебный план 2-й год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			
		Всего	Теория	Практика	Формы аттестации/ контроля
1.	Организационное занятие	2	2	0	
2.	История возникновения стрелкового спорта	4	4	0	тестирован ие
3	Медико-гигиенические требования	4	4	0	тестирован ие
4	Виды спортивного оружия.	4	4	0	тестирован ие
5	Материальная часть оружия	20	6	14	тестирован ие
6	Общие сведения о выстреле	20	10	10	тестирован ие
7	Изготовка к стрельбе из пневматических винтовок	42	2	40	практика
8	Техническое обслуживание, ремонт.	34	14	20	практика
9	Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки	60	4	56	практика
10	Правила соревнований	12	2	10	практика
11	Проведение соревнований к памятным датам	10	0	10	практика
12	Контрольно-переводные испытания	2	0	2	практика
13	Итоговое занятие	2	2	0	тестирован ие
	<b>Итого</b>	<b>216</b>	<b>54</b>	<b>162</b>	

## Учебный план 3-й год обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			
		Всего	Теория	Практика	Формы аттестации/ контроля
1	Организационное занятие	2	2	0	тестирование
2	История стрелкового оружия времен Великой Отечественной войны	6	6	0	тестирование
3	Подвиги стрелков, снайперов в Великой Отечественной войне.	10	8	2	тестирование
4	Меры безопасности при стрельбе	12	12	0	тестирование
5	Восстановительные мероприятия	18	4	14	тестирование
6	Секреты стрелкового мастерства.	24	4	20	тестирование
7	Явление выстрела.	26	10	16	практика
8	Устройство и взаимодействие частей пневматической винтовки.	36	0	36	практика
9	Техника выполнения выстрела.	60	0	60	практика
10	Контрольные стрельбы	10	0	10	практика
11	Проведение соревнований к памятным датам	10	0	10	практика
12	Итоговое занятие	2	0	2	тестирование
	<b>Итого:</b>	<b>216</b>	<b>46</b>	<b>170</b>	

### Содержание учебного плана программы 1 года обучения

#### **Тема № 1 Вводное занятие**

Ознакомление с годовой программой и расписаниями занятий. Ознакомление с местами проведения занятий. Регистрация занимающихся.

**Практика.** Инструктаж по технике безопасности на рабочем месте.

#### **Тема № 2 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 в тирах и на стрельбищах».

### **Тема № 3 История развития стрелкового спорта**

Развитие стрелкового оружия в России.

- тактико-технические данные спортивных винтовок ИЖ-22, ИЖ-32БК, ИЖ – 38, ИЖ-60, МР -513, МР – 512 и их применение в стрелковом спорте;

- тактико-технические данные спортивных пистолетов;

- боеприпасы используемые в стрелковом оружии России и их характеристики.

### **Тема № 4 Материальная часть оружия и основы стрельбы**

Назначение и боевые свойства пневматического оружия. Общее устройство винтовок МР - 512. Понятие о выстреле. Явления, связанные с выстрелом, рассеивание выстрелов, определение средней точки попадания. Расчет поправок

### **Тема № 5 Основы техники стрельбы**

Прицеливание, сущность прицеливания. Показ изготовления стрелка для производства выстрела из положения лежа, сидя с руки с опорой локтями на стол или стоя с опорой на стойку. Спуск курка: условия, обеспечивающие правильный спуск курка. Причины, влияющие на кучность и меткость стрельбы. Определение средней точки попадания на мишени. Расчет и внесение поправок на прицельных приспособлениях. Тренировки.

### **Тема № 6 Определение расстояния до цели**

Определение величины поправок на боковой ветер, температура воздуха, атмосферное давление, установки прицела и выбора точки прицеливания. Умение быстро и точно определять расстояние до неподвижных, движущихся целей.

### **Тема № 7,8,9,10 Изучение и совершенствование техники стрельбы.**

**Тренировка в изготовке к стрельбе из пневматической винтовке с опорой на стол, на стойку. Производство холостого выстрела.**

### **Тренировка в изготовке для стрельбы лежа с упора**

Меры безопасности при обращении с оружием. Тренировки. Изучение изготовления для стрельбы лежа, сидя и с руки с опорой локтями о стол или стоя с опорой на стойку. Прицеливание с открытым прицелом. Техника отработки спуска. Стрельба. Стрельба по белому листу на кучность. Стрельба с корректировкой. Освоение стрельбы из положения стоя. Тренировки.

### **Практика.**

Упражнение 1.	Стрельба по белому листу бумаги для выработки навыков главного нажатия на спусковой крючок.
Упражнение 2	Стрельба по квадрату 10x10см на листе белой бумаги. Задание попасть в квадрат
Упражнение 3	Стрельба по квадрату. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по 5-ти выстрелам и научиться делать вынос точки прицеливания, т.е. делать поправку при паводке винтовки
Упражнение 4	Стрельба по мишени спортивная «№6» из положения сидя за столом. Задание выполнение спортивных нормативов
Упражнение 5	Стрельба по мишени спортивная «№6» из положения лежа с упора. Задание выполнение спортивных нормативов

Упражнение 6	Стрельба по мишени спортивная «№6» из положения лежа без упора. Задание выполнение спортивных нормативов
Упражнение 7	Стрельба по мишени спортивная «№6» из положения стоя. Задание выполнение спортивных нормативов

## **Тема № 10. История стрелкового оружия времен Великой Отечественной войны**

- Стрелковое оружие Красной Армии;
- Стрелковое оружие Германской Армии.

## **Тема № 12 Стрельба из пневматического пистолета**

Меры безопасности при стрельбе из пистолета. Техника стрельбы. Тренировки.

## **Тема № 13 Секреты стрелкового мастерства**

Демаскирующие признаки. Маскировка одежды, оружия, приборов наблюдения. Вариант обучения приемам маскировки.

## **Тема № 14 Правила соревнований**

Допуск участников к соревнованиям. Обязанности и права стрелков. Меры безопасности при обращении с оружием при проведении соревнований.

## **Тема № 15 Общая физическая подготовка**

Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения с партнером в равновесии, в сопротивлении.

## **Тема № 16 Подготовка к соревнованиям, Соревнования**

Тренировки стрельбы из положения лежа, сидя и с руки с опорой локтями о стол или стоя с опорой на стойку. Участие в соревнованиях

## **Тема № 17 Итоговое занятие**

Проверка знаний пройденного теоретического материала. Выполнение на классификационных соревнованиях нормы

## **Содержание учебного плана программы(2-й год обучения)**

### **Тема 1. Организационное занятие**

Теоретическое занятие Знакомство с учебным планом программы. Проведение инструктажей. Меры обеспечения безопасности, правила поведения в тире. Техника безопасности при обращении с оружием и при стрельбе

### **Тема 2. История возникновения стрелкового спорта**

Теоретическое занятие

История развития огнестрельного и пневматического оружия. История вооружения. История и задачи развития пулевой стрельбы в России. Пневматическое оружие, его отличительные особенности. Пулевая стрельба как один из видов спорта. Возникновение и развитие стрелкового спорта в дореволюционной России. Создание стрелкового союза. Первое участие в Олимпийских Играх стрелков России.

### **Тема 3. Медико-гигиенические требования**

Теоретическое занятие

Внимание, его виды, значение для стрелка; восприятия и представления. Костно-связочный аппарат, мышцы, их строение, взаимодействие. Гигиена, закаливание, общий режим стрелка; пагубное действие вредных привычек: курения, алкоголя.

### **Тема 4. Виды спортивного оружия.**

Теоретическое занятие

Что такое спортивное оружие. Стрелковое. Холодное. Метательное. Виды спортивного оружия по способу удержания: Пистолет – это личное оружие, предназначенное для поражения цели на расстоянии от 10 до 70 метров. В спорте применяются пневматические мало- и крупнокалиберные пистолеты. Стрельба ведется из положения «стоя» с вытянутой руки.

Винтовки – тоже оружие личного применения. Используется в положениях «стоя», «с колена», «лежа». Различают пневматические, мало- и крупнокалиберные винтовки. Расстояние до цели может варьироваться от 10 до 300 метров.

Ружья – используется лично каждым спортсменом. Различают два вида – одно- и двуствольное ружья. Стрелять можно из таких же положений, как и из винтовок.

Правила, которым должно соответствовать стрелковое спортивное оружие:

Огнестрельное длинноствольное оружие (винтовки и ружья);

Спортивное нарезное оружие; Гладкоствольное оружие. Прицеливания при стрельбе по неподвижным целям.

### **Тема 5. Материальная часть оружия**

Теоретическое занятие

Устройство и назначение основных частей и механизмов оружия: ствол, прицел, ствольная коробка, поршень, боевая пружина, ложа, спусковой механизм, блокировка спуска. Принцип действия и технические характеристики пневматической винтовки

Техническое обслуживание, ремонт, чистка и смазка винтовки.

Хранение винтовки. Замена основных частей и механизмов винтовки.

Возможные неисправности, задержки при стрельбе и их устранение. Чистка, смазка и хранение винтовки. Изучение докладов о получении боеприпасов, готовности к стрельбе и о завершении стрельбы.

Практическое занятие

Настройка пневматических винтовок. Подготовка пневматического оружия к стрельбе. Выверка открытого прицела. Элементы наводки. Выбор цели и точки

Зарядание винтовки. Отработка докладов о получении боеприпасов, готовности к стрельбе и о завершении стрельбы.

### **Тема 6. Общие сведения о выстреле**

Теоретическое занятие

Тир. Оборудование тира и правила его эксплуатации. Отказы при стрельбе и способы их устранения. Обязанности и права стрелков при обращении с оружием.

Понятие о стрельбе и выстреле. Понятия: «кучность», «разброс», «отрывы», «совмещение», «не совмещение».

Патроны: центрального боя, бокового огня, устройство. Осечки, причины, устранение.

Основные элементы техники выполнения выстрела: изготовка, прицеливание, управление спуском, дыхание.

Понятия: - «колебания», «устойчивость», «район колебаний», «ожидание выстрела», «встреча выстрела», - «ожиданно-неожиданный выстрел» (подготавливаемый), «сохранение рабочего состояния во время и после выстрела»;

Внутренняя и внешняя баллистика. Стабилизация полета пули в воздухе. Средняя точка попадания пули, ее определение. Пристрелка оружия. Прицеливание. Режим

дыхания. Меры безопасности. Правила выполнения стрельбы. Заряжение и разряжение.

Практическое занятие

Сборка и разборка оружия. Упражнения по подготовке оружия к стрельбе.

Упражнения на заряжение и разряжение оружия.

Заряжание винтовки. Изучение докладов о получении боеприпасов, готовности к стрельбе и о завершении стрельбы.

### **Тема 7. Изготовка к стрельбе из пневматических винтовок**

Практическое занятие

Отработка технологии производства выстрела: доклады о получении боеприпасов, заряжание, изготовка к стрельбе, прицеливание, производство выстрела, доклад о завершении стрельбы.

Работа без патронов:

- стрельба из положения сидя, за столом, с опорой на локоть;
- стрельба из положения стоя, без опоры;
- стрельба из положения с колена и лёжа, с опорой и без опоры;

### **Тема 8. Техническое обслуживание, ремонт.**

Практическое занятие

Чистка и смазка винтовки. Хранение винтовки. Замена основных частей и механизмов винтовки.

### **Тема 9. Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки**

Практическое занятие

Пробные выстрелы:

- на укороченных и полной дистанции,
- по белому листу и мишени,
- на «кучность» и совмещение,
- расчет и внесение поправок,
- освоение изготовки и выработка устойчивости для стрельбы «с колена» (укороченные дистанции, выстрелы без патрона и с патроном).
- изготовка для стрельбы «лежа» с применением упора,
- изготовка для стрельбы «лежа»,
- прицеливание с диоптрическим прицелом,
- управление спуском (плавность, «неожиданность»),
- управление дыханием
- Выполнение выстрелов в «районе колебаний» (без патрона и с патроном).

Освоение изготовки и выработка устойчивости для стрельбы «стоя», (укороченные дистанции, выстрелы без патрона и с патроном).

Тренировка в стрельбе по мишени «П» на расстояние 5 метров из положения сидя за столом с опорой на локоть. Совершенствование техники и навыков стрельбы. Тренировка в стрельбе из пневматической винтовки по мишени «П» на расстояние 5 метров из положения стоя и с колена с опорой и без опоры. 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.

Прицеливание и выжима спуска («параллельность работ»).

Координирование удержания системы «стрелок-оружие»,

## **Тема 10. Правила соревнований**

Теоретическое занятие

Обязанности и права участника соревнований. Порядок выполнения упражнений; команды, подаваемые на линии огня;

Общие требования к изготовкам: для стрельбы «лежа», «стоя». Условия выполнения упражнения ВП-20, ВП-30, ВП-40. Обязанности показчика, контролера, помощника судьи на линии мишеней.

Практическое занятие

Инструкторская практика. Выполнение обязанностей инструктора, помощь в исправлении замеченных ошибок в выполнении элементов выстрела.

Судейская практика: шифровка мишеней, работа в качестве показчика и контролера.

## **Тема 11. Проведение соревнований к памятным датам**

Практическое занятие

Соревнование; посвященное Дню проведению парада 7 ноября 1941 года

Соревнование; посвященное 5 декабря 1941 года начало контрнаступления под Москвой.

Соревнования к Дню защитника Отечества. Соревнования к Дню победы в ВОВ

## **Тема 12 Контрольно-переводные испытания**

Практическое занятие

Выполнение контрольных нормативов. Участие в соревнованиях в лично-командном первенстве различного уровня

## **Тема 13. Итоговое занятие**

Теоретическое занятие

Подведение итогов учебного года. Рефлексия.

## **Содержание учебного плана программы 3 год обучения**

### **Раздел 1. Организационное занятие**

Теоретическое занятие

Правила внутреннего распорядка. Правила техники безопасности. Инструктаж по мерам безопасности

### **Раздел 2. История стрелкового оружия времен Великой Отечественной войны.**

Теоретическое занятие

Стрелковое оружие Красной Армии; Стрелковое оружие Германской Армии.

### **Раздел 3. Подвиги стрелков, снайперов в Великой Отечественной войне.**

Теоретическое занятие

Значение снайпера во время войны. Подвиги солдат и офицеров снайперов.

Снайпер – специально обученный солдат, в совершенстве владеющий искусством меткой стрельбы, маскировки и наблюдения, поражающий цели с первого выстрела.

Практическое занятие

Прослушивание докладов о снайперах войны. Просмотр фильмов о снайперах.

### **Раздел 4. Меры безопасности при стрельбе**

Теоретическое занятие

Техника безопасности при зарядке, наводке и выстреле. Порядок обращения с оружием и боеприпасами.

Правила поведения при проведении стрельб. Сигналы и команды, подаваемые при проведении стрельб, и их выполнение. Изучение «Инструкции по обеспечению мер безопасности при проведении стрельб в тирах и на стрельбищах».

## **Раздел 5. Восстановительные мероприятия**

Теоретическое занятие

Утомление и восстановительные мероприятия. Дыхание и газообмен, значение дыхания. Методика дыхания стрелка. Режим питания; вредные привычки. Развитие специальных качеств стрелка

Практическое занятие

Отработка методики дыхания стрелка

Тренировка строго определенных групп мышц, повышение специальной выносливости к длительной статической работе. Устранение недостатков физического развития.

## **Раздел 6. Секреты стрелкового мастерства.**

Теоретическое занятие

Демаскирующие признаки. Маскировка одежды, оружия, приборов наблюдения.

## **Раздел 7. Явление выстрела.**

Теоретическое занятие

Образование траектории. Прямой выстрел Начальная скорость пули. Отдача оружия. Пробивное и убойное действие пули. Прикрытое, поражаемое и мёртвое пространство. Способы определения расстояния до цели. Движение пули в канале ствола и ее вылет

Образование угла вылета, его зависимость от изготовления стрелка. Элементы траектории полета пули. Силы, действующие на пулю при полете. Рассеивание, кучность, меткость.

Практическое занятие

Отработка выстрелов без патронов. Прямой выстрел. Определение при стрельбе: прикрытое, поражаемое и мёртвое пространство. Способы определения расстояния до цели. Устранение неточности при выпуске пули, отработка угла вылета.

## **Раздел 8. Устройство и взаимодействие частей пневматической винтовки.**

Теоретическое занятие

Материальная часть оружия. Наименование, назначение основные технические характеристики. Взаимодействие частей винтовки. Причины неисправности при стрельбе.

Практическое занятие

Осмотр оружия. Подготовка оружия к стрельбе, его зарядание и разрядание. Уход за оружием.

## **Раздел 9. Техника выполнения выстрела.**

Теоретическое занятие

Основные элементы техники выполнения выстрела: изготовление, для стрельбы стоя, прицеливание, управление спуском, дыхание.

Практическое занятие

Внутренний контроль, за статической работой мышц, удерживающих систему «стрелок-оружие».

Автономная работа указательного пальца при управлении спуском.

Проверка понимания сути явлений, уточнения и добавления:

- «колебания», «устойчивость», «район колебаний»;
- «ожидание выстрела», «встреча выстрела»;
- «ожиданно-неожиданный выстрел»;
- «сохранение рабочего состояния во время и после выстрела»;



- координирование удержания позы-изготовки,
- прицеливание и нажим на спусковой крючок.

Выработка устойчивости, совершенствование техники выполнения выстрела в положении «лежа».

Выработка устойчивости, совершенствование техники выполнения выстрела в положении «с колена».

Выработка устойчивости, совершенствование техники выполнения выстрела в положении «стоя».

Координирование работ по удержанию системы «стрелок-оружие», прицеливанию и выжиму спуска («параллельность работ»).

## **Раздел 10. Контрольные стрельбы**

Практическое занятие

Упражнение ВП-20

Упражнение ВП-30

Упражнение ВП-40

Стрельба по мишени из положения сидя за столом, с опорой на локоть. Стрельба по мишени из положения стоя с опорой и без опоры. Стрельба по мишени из положения лёжа с опорой на локоть. Стрельба по мишени из положения с колена.

Скоростная стрельба. Стрельба на результат.

## **Раздел 11. Проведение соревнований к памятным датам**

### **Правила соревнований.**

Допуск участников к соревнованиям. Обязанности и права стрелков. Меры безопасности при обращении с оружием при проведении соревнований.

Практическое занятие

Соревнование; посвященное Дню проведению парада 7 ноября 1941 года

Соревнование; посвященное 5 декабря 1941 года начало контрнаступления под Москвой. Соревнования к Дню защитника Отечества. Соревнования к Дню победы в ВОВ

## **Раздел 12. Итоговое занятие**

Практическое занятие

Подведение итогов учебного года. Награждение. Рефлексия

## **1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ**

По итогам реализации программы «Спортивная стрельба из пневматического оружия» ожидаются следующие результаты:

Ожидаемые результаты первого года обучения

### **Личностные:**

- развитие навыков коммуникативного общения обучающихся со сверстниками и педагогами
- развитие мотивации познавательных интересов
- развитие самооценки собственной творческой деятельности
- рост спортивного мастерства

**Предметные:** формирование базовых компетенций в области военно-прикладных видах спорта

**Обучающиеся должны знать:**

- общие основы теории пулевой стрельбы
- технику безопасности при проведении стрельб
- материальную часть спортивного оружия
- основы техники стрельбы и методики тренировки
- основы общефизической и специальной физической подготовки стрелков
- организационно-методические особенности подготовки стрелков
- правила соревнований по пулевой стрельбе

**Обучающиеся должны уметь:**

- подготавливать оружие к стрельбе
- владеть в совершенстве пневматической винтовкой при выполнении упражнения «лёжа», а также уметь стрелять из положений «стоя», «с колена».
- производить правильный самоанализ после каждого выстрела, корректировать стрельбу и вносить поправки в установку прицела.

**Метопредметные:**

- развитие интеллектуальных, научных и исследовательских навыков
- развитие навыков в области стрелкового спорта и военного дела
- повышение интереса к военно- спортивному воспитанию

Ожидаемые результаты второго года обучения:

**Личностные:**

- Стремление к достижению успешности
- Инициативность;
- Осознание своей социальной роли;
- Объективная самооценка на основе самоанализа;
- Умение работать в коллективе.

**Метапредметные:**

- Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами;
- Осознанный выбор наиболее эффективных способов решения учебных и познавательных задач;
- Соблюдение норм и правил безопасности при выполнении стрельб.

**Предметные:**

В конце второго года обучения учащийся должен **знать:**

- правила поведения в тире;
- меры безопасности при обращении с пневматической винтовкой;
- общее устройство винтовки и предназначение ее частей;
- правила соревнований по стрельбе из пневматической винтовки;
- правила прицеливания и производства выстрела.

**уметь:**

- выполнять стрельбу из положений стоя с опоры, лежа с руки и лежа с упора;
- вести меткий огонь по мишени с кругами и по другим целям;
- уверенно выполнять нормативы с оружием.

Ожидаемые результаты третьего года обучения:

**Личностные:**

- Стремление к достижению успешности
- Инициативность;

- Осознание своей социальной роли;
- Объективная самооценка на основе самоанализа;
- Умение работать в коллективе.

#### **Метапредметные:**

- Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами;
- Осознанный выбор наиболее эффективных способов решения учебных и познавательных задач;
- Соблюдение норм и правил безопасности при выполнении стрельб.

#### **Предметные:**

К концу третьего года обучения учащийся должен **знать:**

- назначение, тактико-технические характеристики, порядок разборки и сборки, правила стрельбы из стрелкового оружия;
- условия и порядок выполнения нормативов с оружием;
- меры безопасности при обращении с оружием;
- правила ухода и сбережения винтовки;
- основные неисправности винтовки и способы их устранения;
- правила поведения на занятиях и соревнованиях;
- порядок обращения с оружием при стрельбе и во время его чистки;
- технику выполнения выстрела.

#### **уметь:**

- выполнять подготовку к стрельбе из положения стоя с опоры, стоя с руки, с колена и лежа;
- вести меткий огонь по спортивной мишени и другим целям из пневматической винтовки;
- производить чистку и смазку винтовки;
- определять результаты стрельбы по спортивной мишени.

## 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### 2.1. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных часов	Зимние каникулы	Летние каникулы	Продолжительность занятий	Время/ периодичность занятий	Кол-во учебных недель
1 год	12.09.2022	31.05.2023	216	30.12.22-08.01.23	31.05.23-31.08.23	45 мин. (1 ак. час)	3 раза в неделю по 2 часа	36

#### Календарный учебный график по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Спортивная стрельба из пневматического оржия» на учебный год.

Учебная группа	1
Год обучения	1
Количество учащихся	15
Продолжительность реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Силовая тренировка»	36 учебных недель
Учебные периоды	1 полугодие: 12.09.2022 – 30.12.2022 2 полугодие: 10.01.2023-31.05.2023
Начало учебного года	12.09.2022
Период комплектования учебной группы (для групп 1 года обучения)	01.09.2022-12.09.2022
Начало занятий	12.09.2022
Конец учебного года	31.05.2023

Зимние каникулы	30.12.22 - 09.01.23
Летние каникулы	31.05.23 - 31.08.23
Нерабочие праздничные дни в течение учебного года	4 ноября, 23 февраля, 8 марта, 1 мая, 9 мая
Учебная нагрузка	6 учебных часов в неделю
Объем программы первого года обучения	216 часов
Режим занятий	3 раза в неделю по 2 учебных часа с переменами по 10 минут, 108 занятий в год
Продолжительность 1 учебного часа	45мин. (1 академический час)
Адрес места осуществления образовательной деятельности	город Новотроицк, ул. Воинов-интернационалистов,5 МОАУ «СОШ №22»
Формы промежуточной аттестации	беседы, учебные игры; тестирование; участие в соревнованиях; - выполнение контрольных нормативов по стрельбе
Сроки проведения аттестации (дата или период)	сентябрь, декабрь, май

## 2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### Материально-техническое обеспечение программы

1. **Кабинет:** соответствующий санитарно-гигиеническим нормам освещения и температурного режима
2. **Оборудование:** столы и стулья для теоретических и практических занятий, шкаф для хранения оружия
3. **Технические ресурсы:**
  - компьютер
  - экран
  - проектор
  - магнитофон
- Внешние условия:**
  1. Сотрудничество с библиотекой
  2. Сотрудничество с военным комиссариатом
4. **Инструменты и приспособления:**

- плакаты по изучению устройства и взаимодействия частей пневматической винтовки
- пневматическая винтовка
- пулеуловитель
- бинокль
- оптический прицел
- мишени бумажные (различные)
- пульки для стрельбы из пневматического оружия

### **Методическое обеспечение**

Методические виды продукции: разработки викторин, игр-викторин, тестов, сценарии военно-патриотических мероприятий.

Рекомендации: памятки, маршрутные листы, рекомендации по разработке и защите проекта, реферата.

Дидактический материал: инструкционные карты, памятки, задания, упражнения по стрельбе из пневматической винтовки.

Лекционный материал: «Бумажное моделирование военной техники», «Воинская дисциплина, ее содержание, сущность и значение в современных условиях», «Воинские ритуалы», «Главные битвы Великой Отечественной войны», «Основы и правила стрельбы», «Автомат Калашникова»

### **Кадровое обеспечение**

Педагоги, организующие образовательный процесс по данной программе должны иметь высшее или среднее профессиональное образование

## **2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ**

Для оценки результативности учебных занятий применяется:

- предварительный контроль - проводится перед началом изучения учебного материала для определения исходного уровня универсальных учебных действий /анкетирование, тесты, беседы с детьми и родителями/;
- текущий - проверка универсальных учебных действий, приобретенных в ходе изучения нового материала, его повторения, закрепления и практического применения /тестирование/;
- тематический - после изучения темы, раздела для систематизации знаний /тесты, соревнования/
- периодический – контроль по целому разделу учебного курса /тесты, соревнования/
- итоговый – контроль в конце учебного года с учетом результатов периодического контроля /соревнование «Юный снайпер»/

## **2.4 ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

### **Вариант контрольных вопросов №1**

1. Меры безопасности при стрельбе из огнестрельного и спортивного оружия.
2. Порядок обращения с пневматическим оружием. Сигналы и команды, подаваемые при проведении стрельб и их выполнение.
3. История развития, назначение и свойства пневматического оружия.
4. Олимпийские чемпионы – россияне в стрелковом спорте.

5. Общее устройство винтовок МР-512. Устройство, назначение и работа основных частей и механизмов оружия: ствол, прицел, ствольная коробка, поршень, боевая пружина, ложа, спусковой механизм, блокировка спуска. Внесение поправок на прицеле.

#### 6. Основы техники стрельбы

Выстрел. Траектория пули. Спуск курка

1. Приемы изготовления к стрельбе стоя, сидя, лежа.
2. Положение корпуса, рук, ног, головы, положение кисти правой руки на шейке приклада и приклада у плеча.
3. Понятие прицеливания.
4. Порядок заряжания и разряжения винтовки.
5. Влияние упражнений на расслабление различных групп мышц на результативность стрельбы. Спортивные и подвижные игры как средство активного отдыха

#### **Зачетные соревнования по стрельбе**

**Квалификационные соревнования. Упражнение выполняется из пневматической винтовки. Дистанция стрельбы – 5м и 10м; Количество выстрелов – 3 пробных, 5 зачетных; Норматив – выбить не менее 40 очков.**

#### **Вариант контрольных вопросов №2**

1. Правила поведения в помещении для проведения стрельбы (спортзале, улице, тире и др.)
2. Сигналы и команды, подаваемые при проведении стрельб и их выполнение
3. Правила проведения соревнований
4. Порядок стрельбы. Перерывы в стрельбе
5. Ошибки и помехи при медленной стрельбе
6. Права и обязанности руководителя команды, тренеров и спортсменов
7. Меры безопасности при обращении с оружием при проведении соревнований
8. Общие обязанности и права членов судейской коллегии

#### **Итоговая аттестация . Зачетные стрельбы.**

**Подготовка стрельбища, мишеней, стрелкового оружия к проведению соревнований. Квалификационные соревнования.**

**Дистанция стрельбы – 5м и 10м;**

**Количество выстрелов – 3 пробных, 5 зачетных;**

**Норматив – выбить не менее 40 очков.**

**Стрельба на результат**

#### **Задание №3**

**ПРАВИЛА безопасного обращения с пневматическим оружием, которое используется в спортивных целях на спортивно-стрелковых объектах Российской Федерации** Настоящие правила устанавливают требования к безопасному обращению с огнестрельным и пневматическим оружием, которое используется в спортивных целях, и направлены на предупреждение действий, которые могут причинить ущерб здоровью как самого стрелка, так и окружающих его людей.

**ПРАВИЛО № 1** При обращении с оружием стрелок должен знать, что оно может оказаться заряженным. **ВЗЯВ В РУКИ ОРУЖИЕ, УБЕДИСЬ, ЧТО ОНО РАЗРЯЖЕНО.**

**ПРАВИЛО № 2** Использование оружия на спортивно-стрелковом объекте может быть разрешено только после проведения инструктажа по правилам безопасного обращения с оружием под роспись инструктируемого в журнале.

**ПРАВИЛО № 3** Вне линии огня на территории стрелково-спортивного объекта оружие всегда должно быть разряжено: гладкоствольное – с открытой казенной частью или открытым затвором, а нарезное – в зачехленном виде.

**ПРАВИЛО № 4** Перед началом стрельбы убедись, что оружие вычищено; в канале ствола и спусковом механизме нет никаких посторонних предметов, способных привести к раздутию ствола или самопроизвольному выстрелу.

**ПРАВИЛО № 5** Ведение стрельбы разрешено только с линии огня и только по команде ответственного лица, уполномоченного дать такую команду.

**ПРАВИЛО № 6** Находясь на линии огня необходимо постоянно следить за тем, чтобы оружие всегда было направлено в сторону мишеней.

**ПРАВИЛО № 7** При стрельбе необходим постоянный визуальный контроль оружия и патронов с целью обнаружения возможных дефектов.

**ПРАВИЛО № 8** При временной остановке стрельбы, оружие немедленно должно быть разряжено и приведено в безопасное состояние: у нарезного оружия затворы должны быть открыты и оружие должно быть положено на стрелковом месте, у гладкоствольного – должна быть открыта казенная часть.

**ПРАВИЛО № 9** Чистка оружия проводится только в специально отведенных для этого местах.

**ПРАВИЛО № 10** По окончании стрельбы оружие должно быть немедленно разряжено и осмотрено стрелком и лицом, уполномоченным руководить стрельбой, чтобы визуально убедиться в отсутствии в патроннике патрона или гильзы; после чего оружие убирается в упаковку, препятствующую свободному доступу.

**ПРАВИЛО № 11** Оружие и патроны транспортируются (переносятся) в отдельных упаковках, препятствующих свободному доступу посторонних лиц, при этом оружие транспортируется в разряженном (разобранном) состоянии.

**ПРАВИЛО № 12** Для допуска к участию в соревнованиях стрелок должен знать Правила соревнований и Правила безопасного обращения с оружием и строго их соблюдать.

**ПРАВИЛО № 13 НЕ БОЙТЕСЬ ПОКАЗАТЬСЯ НЕВЕЖДОЙ; ВСЕГДА ОБРАЩАЙТЕСЬ К ОТВЕТСТВЕННОМУ ЛИЦУ, ЕСЛИ ВЫ НЕ УВЕРЕНЫ В ПРАВИЛЬНОСТИ СВОИХ ДЕЙСТВИЙ.**

**ПРАВИЛО № 14**

**ВСЕГДА НАДО ЗНАТЬ, ЧТО ЗАПРЕЩАЕТСЯ:**

1. Заряжать оружие вне линии огня.
2. Направлять оружие, прицеливаться и стрелять в сторону людей, животных, зданий, сооружений и их элементов.
3. Заряжать оружие и начинать стрельбу без команды ответственного лица, уполномоченного дать такую команду.
4. Вести тренировочную стрельбу без постоянного контроля ответственного лица, уполномоченного осуществлять такой контроль.



5. Покидать линию огня, не разрядив оружие.
6. На линии огня прикасаться к оружию, когда в зоне огня находятся люди.
7. Вести огонь из неисправного оружия или патронами, имеющими видимый дефект.
8. Выбрасывать неиспользованные или дефектные патроны в мусорный ящик.
9. Вести огонь с одного стрелкового места двум и более стрелкам одновременно
10. Прикасаться к чужому оружию без разрешения его владельца.
11. Использовать патроны, не предназначенные для данного типа оружия.
12. При осечке разряжать оружие менее чем через 3- 4 с.
13. Продолжать стрельбу в случае дефектного выстрела (по звуку, отдаче, другим ощущениям), не убедившись в отсутствии посторонних предметов (пыж, дробь, пуля) в канале ствола.
14. Обращаться с оружием в состоянии алкогольного или наркотического опьянения

## 2.5. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

### Методическое обеспечение программы

<b>Название раздела, темы</b>	<b>Формы занятий</b>	<b>Методы и приемы</b>	<b>Материально-техническое оснащение, дидактико-методический материал</b>	<b>Формы подведения итогов</b>
Вводное занятие	Лекция	Развивающее занятие	Компьютер, слайды, таблицы	Проверка полученных знаний, Блиц-опрос, беседа
Меры обеспечения безопасности при проведении стрельб	Лекция	Обучающее занятие	Слайды, таблицы	Проверка полученных знаний
История развития стрелкового спорта	Лекция	Иллюстративный метод объяснения	Слайда, таблицы, демонстрационный материал	Блиц-опрос, беседа
Материальная часть оружия и основы стрельбы	Лекция	Развивающее занятие	Слайды, пневматическая винтовка МР512	Проверка полученных знаний
Основы техники стрельбы	Лекция, практическое занятие	Тренировочные формы занятий	Таблицы, пневматическая винтовка	Зачет
Определение	Познаватель	Иллюстрированн	Дальномер,	Точное

расстояния до цели	но-обучающая игра	ый метод объяснения	рулетка, карточки	определение расстояния
Тренировка в изготовлении к стрельбе из пневматической винтовке с опорой на стол, на стойку. Производство холостого выстрела	Обучающее занятие	Тренировочные формы занятий	Пневматическая винтовка, пули, мишени, пулеуловитель, стол, стойка	Практическая работа
Тренировка в изготовке для стрельбы лежа с упора	Практическое занятие	Тренировочные формы занятий	Винтовка МР512, пули, мишени, маты, упор, пулеуловитель, плакаты	Соревнование
История стрелкового оружия времен Великой Отечественной войны	Беседа	Иллюстративный метод объяснения	Компьютер, мультимедийный проектор, открытки, таблицы	Блиц-опрос
Тренировка в технике для стрельбы стоя.	Практическое занятие	Тренировочные формы занятий	Винтовка МР512, пули, мишени, пулеуловитель	Стрельба на результат
Тренировка стрельбы с колена	Практическое занятие	Тренировочные формы занятий.	Винтовка МР512, пули, мишени, пулеуловитель	Стрельба на результат
Стрельба из пневматического пистолета по мишеням на 5 м	Практическое занятие	Тренировочные формы занятий	Пневматический пистолет, пули, мишени, пулеуловитель	Стрельба на результат
Секреты стрелкового мастерства	Лекция, практическое занятие	Обучающее занятие, ситуационная игра	Компьютер, проектор, маскалматы, маскировочная сетка, бинокль, оптический прицел	Зачет

Правила соревнований	Лекция	Обучающее занятие	Компьютер	Блиц-опрос
Общая физическая подготовка	Беседа, практика	Использование комплекса физических упражнений	Гантели, гири	Выполнение упражнений
Подготовка к соревнованиям. Соревнования	Практическое занятие	Тренировочные формы занятий	Пневматическая винтовка, пистолет, пули, мишени, пулеуловитель	Стрельба на результат
Итоговое занятие	Тестирование	Тренировочные формы занятий	Винтовка, пули, мишени, пулеуловитель	Промежуточный контроль УУД(Выполнение нормы «Юный снайпер»)

### 3. Список литературы для педагога

1. Современная допризывная подготовка молодежи. Учебно-методическое пособие. Под общей редакцией Даурцев К.В. «Учебный центр «Вымпел-Каскад»». – М., 2014
2. Гражданская защита: энциклопедический словарь/Подобщей редакцией С.К. Шойгу. – М.: ДЭКС-ПРЕСС, 2005
3. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. Академический школьный учебник. 5-7 классы. – М.: Просвещение, 2012
4. Программные и методические материалы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности». Под редакцией А.Т. Смирнова. – М.: Издательство «Русский журнал», 2011
5. «Наставление по стрелковому делу». – М.: Издательство Министерства обороны РФ, 2007
6. ОВУ ВС РФ. – М.: Издательство Министерства обороны РФ, 2008
7. Интернет ресурсы:
  - <http://sodpm.ru>
  - <http://обж.рф>
  - [http://www.studmed.ru/maklakov-ag-psihologiya-i-pedagogika-voennaya-psihologiya\\_abc592abec3.html](http://www.studmed.ru/maklakov-ag-psihologiya-i-pedagogika-voennaya-psihologiya_abc592abec3.html)

### Список литературы для обучающихся

1. Бачевский В.И. Система военно-патриотического воспитания несовершеннолетних граждан: Учебно-методическое пособие по разделу «Основы военной службы». – М.: ООО «Редакция журнала «Военные знания», 2001
2. Беспятова Н.К. Военно-патриотическое воспитание детей и подростков как средство социализации / Н. К. Беспятова, Д. Е. Яковлев. – М.: Айрис-пресс, 2006
3. Буторина Т.С. Воспитание патриотизма средствами образования / Т.С. Буторина, Н. П. Овчинникова – СПб: КАРО, 2004
4. Героико-патриотическое воспитание в школе: детские объединения, музеи, клубы, кружки, поисковая деятельность/Авт.-сост. Т.А. Орешкина. – Волгоград: Учитель, 2007
5. Касимова Т.А. Патриотическое воспитание школьников: Методическое пособие / Т.А. Касимова, Д.Е. Яковлев. – М.: Айрис-пресс, 2005
6. Лебедева О.В. Классные часы и беседы по воспитанию гражданственности: 5-10 классы. – М.: ТЦ Сфера, 2005
7. Николаев Г.Г. Воспитание гражданских качеств подростков в детских общественных объединениях. – Екатеринбург: Изд-во Урал. ун-та, 2004
8. Патриотическое воспитание: система работы, планирование, конспекты уроков, разработки занятий /Авт.-сост. И.А. Пашкович. – Волгоград: Учитель, 2006
9. Юности честное зерцало: Программы по нравственному воспитанию школьников, сценарии мероприятий / Авт.-сост. Т.М. Кумицкая, О. Е. Жиренко. – М.: 5 за знания, 2005

## ГЛОССАРИЙ

**Изготовка** — комплекс действий стрелка, в результате которых он принимает положение для стрельбы;

**Исходный рубеж** — место для построения и подготовки очередной смены, которое размещается в тылу на безопасном расстоянии (3-5 м) от огневого рубежа.

**Нерабочая рука** — не выполняющая удержания оружия;

**Огневой рубеж** — место, с которого разрешено ведение огня по условиям выполняемых упражнений.

**Общий центр тяжести тела (ОЦТ)** — точка приложения равнодействующих всех сил тяжести, являющихся центром массы тела.

**Положение для стрельбы** (лежа, стоя, с колена) — наиболее удобное расположение оружия и частей тела при ведении стрельбы с учетом требований правил по пулевой стрельбе;

**Положение для стрельбы лежа** - это положение наиболее устойчивое, т. к. тело спортсмена почти полностью лежит на земле, а оба локтя упираются в грунт.

**Прицеливание** — сложный зрительно-двигательный процесс, во время которого спортсмен должен не только контролировать взаиморасположение мушки и цели, но и соответствующими движениями перемещать оружие, восстанавливая его направление относительно цели.

**Пункт боевого питания** — место учета, выдачи и сдачи неизрасходованных боеприпасов, которое размещается в тылу на удалении 5-10 м от исходного рубежа.

**Рабочий палец** — выполняющий нажим на спусковой крючок;

**Рабочая рука** — выполняющая удержание оружия;

**Рубеж осмотра мишеней** — место для осмотра мишеней и оценки результатов стрельбы, которое размещается на расстоянии 1,5-2 м от линии мишеней

**Техника меткого выстрела** - наиболее целесообразная, эффективная и, в конечном счете, устойчивая поза стрелка, позволяющая выполнить ему целый комплекс сложно-координированных действий, обеспечивающих высокий результат.

**Контрольно-нормативные требования  
Условия выполнения упражнений**

Индекс упражнения	Дистанция, м	Положение для стрельбы	Количество выстрелов		Мишени			Время на стрельбу мин.
			пробное	зачетное	№	Кол-во пробных	Кол-во зачетных	
«Нормативы ГТО»	10	Сидя или стоя с опорой на стол	3	5	8	1	1	15 мин
«Начинающий стрелок»	5	Сидя или стоя с опорой на стол	3	5	4	1	1	Неограниченное
«Юный стрелок»	10	С опорой о стол	6	20	8	2	4	30 мин
«Меткий стрелок» «Стрелок»	10	Стоя	6	20	8	2	4	45 мин
«Снайпер»	10	Стоя. С колена.	6	20	8	2	4	40 мин

**Разрядные нормы по стрельбе пулевой:**  
**Пневматические винтовки, пули ДН или ДЦ, прицел открытый**

Индекс упражнения	Положение для стрельбы	Дистанция м	пол	Спортивные разряды			
				переходной	3-й	2-й	1-й
«Нормативы ГТО»	Сидя или стоя с опорой на стол (5выстрелов)	10	м	10,15,20;15,20, 25			
«Начинающий стрелок»	Сидя или стоя с опорой на стол (5выстрелов)	5	м	40			
«Юный стрелок»	С опорой о стол (20выстрелов)	10	м		130	150	170
«Меткий стрелок»	Стоя (20выстрелов)	10	м		ПО	130	150
«Снайпер»	Стоя. С колена. (40выстрелов 20/20)	10	м		310	330	350

Снайперы времен войны.

**Пассар Максим Александрович  
(30.08.1923 – 22.01.1943)**

Участник Великой Отечественной войны, советский снайпер, за время боев уничтожил 237 солдат и офицеров противника. Большая часть врагов была ликвидирована им в ходе Сталинградской битвы. За уничтожение Пассара германское командование назначило награду в 100 тысяч рейхсмарок. Герой Российской Федерации (посмертно).



**Сурков Михаил Ильич (1921–1953)**

Участник Великой Отечественной войны, снайпер 1-го батальона 39-го стрелкового полка 4-й стрелковой дивизии 12-й армии, старшина, кавалер ордена Ленина и ордена Красной Звезды.

Суркова принято считать лучшим советским снайпером периода Великой Отечественной войны. Согласно советским источникам, его показатель – 702 убитых вражеских солдата и офицера.





**Ковшова Наталья Венедиктовна  
(26.11.1920 – 14.08.1942)**

Участница Великой  
Отечественной войны, Герой  
Советского Союза.

На личном счету снайпера  
Ковшовой 167 убитых фашистских  
солдат и офицеров. Во время  
службы обучала бойцов  
мастерству меткой стрельбы. 14  
августа 1942 года возле деревни  
Сутоки Новгородской области  
погибла в неравном бою с  
фашистами.



**Тулаев Жамбыл Ешеевич  
(02(15).05.1905 – 17.01.1961)**

Участник Великой Отечественной  
войны. Герой Советского Союза.

Снайпер 580-го стрелкового полка  
188-й стрелковой дивизии 27-й  
армии Северо-Западного фронта.  
Старшина Жамбыл Тулаев с мая  
по ноябрь 1942 года истребил 262  
гитлеровца. Подготовил для  
фронта более 30 снайперов.



**Сидоренко Иван Михайлович  
(12.09.1919 – 19.02.1994)**

Участник Великой Отечественной войны, Герой Советского Союза.

Помощник начальника штаба 1122-го стрелкового полка капитан Иван Сидоренко отличился как организатор снайперского движения. К 1944 году лично уничтожил из снайперской винтовки около 500 гитлеровцев.

Иван Сидоренко подготовил для фронта более 250 снайперов, большинство из которых были награждены орденами и медалями.



**Охлопков Фёдор Матвеевич  
(02.03.1908 – 28.05.1968)**

Участник Великой Отечественной войны, Герой Советского Союза.

К 23 июня 1944 года сержант Охлопков уничтожил из снайперской винтовки 429 гитлеровских солдат и офицеров. Был ранен 12 раз. Звание Героя Советского Союза и орден Ленина были присвоены лишь в 1965 году.



**Молдагулова Алия  
Нурмухамбетовна (25.10.1925 –  
14.01.1944)**

Участница Великой  
Отечественной войны, Герой  
Советского Союза (посмертно),  
ефрейтор.

Снайпер 54-й отдельной  
стрелковой бригады 22-й армии 2-  
го Прибалтийского фронта.  
Ефрейтор Молдагулова за первые  
2 месяца участия в боях  
уничтожила несколько десятков  
врагов. 14 января 1944 года  
участвовала в бою за деревню  
Казачиху Псковской области,  
увлекла бойцов в атаку.  
Ворвавшись в оборону врага,  
уничтожила из автомата  
нескольких солдат и офицеров.  
Погибла в этом бою.



**Буденков Михаил Иванович  
(05.12.1919 – 02.08.1995)**

Участник Великой Отечественной  
войны, Герой Советского Союза,  
старший лейтенант.

К сентябрю 1944  
года гвардии старший  
сержант Михаил Буденков был  
снайпером 59-го гвардейского  
стрелкового полка 21-й  
гвардейской стрелковой дивизии  
3-й ударной армии 2-го  
Прибалтийского фронта. К тому  
времени на его счету было 437  
уничтоженных снайперским огнем  
вражеских солдат и офицеров. Он  
вошел в десятку лучших снайперов  
Великой Отечественной войны.



**Етобаев Арсений Михайлович  
(15.09.1903 – 1987)**

Участник Великой Отечественной войны, Гражданской войны 1917–1922 годов и конфликта на Китайско-Восточной железной дороге 1929 года. Кавалер ордена Ленина и ордена Красной Звезды, полный кавалер ордена Отечественной войны.

Снайпер уничтожил 356 немецких захватчиков и сбил два самолета.



**Салбиев Владимир Гаврилович  
(1916–1996)**

Участник Великой Отечественной войны, дважды кавалер орденов Красного Знамени и Отечественной войны II степени.

На снайперском счету Салбиева 601 уничтоженный солдат и офицер противника.



**Пчелинцев Владимир  
Николаевич (30.08.1919 –  
27.07.1997)**

Участник Великой Отечественной войны, снайпер 11-й стрелковой бригады 8-й армии Ленинградского фронта, Герой Советского Союза, сержант.

Один из самых результативных снайперов Второй мировой войны. Уничтожил 456 солдат, унтер-офицеров и офицеров противника.



**Квачантирадзе Василий  
Шалвович (1907–1950)**

Участник Великой Отечественной войны, Герой Советского Союза, старшина.

Снайпер 259-го стрелкового полка 179-й стрелковой дивизии 43-й армии 1-го Прибалтийского фронта.

Один из самых результативных снайперов Великой Отечественной войны. Уничтожил 534 солдата и офицера противника.



**Гончаров Пётр Алексеевич  
(15.01.1903 – 31.01.1944)**

Участник Великой Отечественной войны, Герой Советского Союза, гвардии старший сержант.

На его снайперском счету более 380 убитых солдат и офицеров противника. Погиб 31 января 1944 года при прорыве обороны противника в районе села Водяное.



**Галушкин Николай Иванович  
(01.07.1917 – 22.01.2007)**

Участник Великой Отечественной войны, Герой Российской Федерации, лейтенант.

Проходил службу в 49-м стрелковом полку 50-й стрелковой дивизии. По имеющимся сведениям, уничтожил 418 немецких солдат и офицеров, в том числе 17 снайперов, а также обучил снайперскому делу 148 бойцов. После войны вел активную военно-патриотическую работу.



**Голосов Василий Иванович  
(1911–1943)**

Участник Великой Отечественной войны, командир снайперской роты 81-го гвардейского стрелкового полка, гвардии лейтенант.

К концу июня 1943 года, будучи уже командиром снайперской роты, Голосов лично уничтожил около 420 гитлеровцев, в том числе 70 снайперов. В своей роте он подготовил 170 снайперов, которые в общей сложности уничтожили более 3 500 фашистов.

Погиб 16 августа 1943 года в разгар боев за село Долгенькое Изюмского района Харьковской области.



**Номоконов Семён Данилович  
(12.08.1900 – 15.07.1973)**

Участник Великой Отечественной войны и Советско-японской войны, дважды кавалер ордена Красной Звезды, ордена Ленина, ордена Красного Знамени.

Во время Великой Отечественной войны уничтожил 360 немецких солдат и офицеров, в том числе одного генерал-майора. Во время Советско-японской войны уничтожил 8 солдат и офицеров Квантунской армии. Общий подтвержденный счет – 368 вражеских солдат и офицеров.



**Ильин Николай Яковлевич  
(1922 – 04.08.1943)**

Участник Великой Отечественной войны, Герой Советского Союза, старшина, заместитель политрука.

Всего на счету снайпера было 494 убитых врага. 4 августа 1943 года в бою под селом Ястребово Николай Ильин погиб, сраженный пулеметной очередью.



**Идрисов Абухаджи (Абухажи)  
(17.05.1918 – 22.10.1983)**

Участник Великой Отечественной войны, снайпер 1232-го стрелкового полка 370-й стрелковой дивизии, старший сержант, Герой Советского Союза.

К марту 1944 года на его счету было уже 349 уничтоженных фашистов, и он был представлен к званию Героя. В одном из боев в апреле 1944 года осколком разорвавшейся рядом мины Идрисов был ранен, его засыпало землей. Товарищи откопали его и отправили в госпиталь.





**Дьяченко Фёдор Трофимович**  
**(16.06.1917 – 08.08.1995)**

Участник Великой Отечественной войны, Герой Советского Союза, майор.

К февралю 1944 года Дьяченко снайперским огнем уничтожил 425 солдат и офицеров противника, в их числе несколько снайперов.



**Антонов Иван Петрович**  
**(07.07.1920 – 22.03.1989)**

Участник Великой Отечественной войны, стрелок 160-й отдельной стрелковой роты Ленинградской военно-морской базы Балтийского флота, краснофлотец, Герой Советского Союза.

Иван Антонов стал одним из зачинателей снайперского движения на Балтике.

С 28 декабря 1941 года по 10 ноября 1942 года уничтожил 302 гитлеровца и обучил искусству меткой стрельбы по врагу 80 снайперов.

А как же "Леди смерть"? Она же **Павлюченко Людмила Михайловна**. Уничтожила 307 фашистских солдат и офицеров.

**Алексей Зайцев**. Его заслуги в

ходе Сталинградской битвы ничуть не меньше, чем у всех вышеперечисленных советских героев. уже то, что он уложил 11 снайперов врага и победителем вышел из дуэли с немецким суперснайпером майором Конингсом, прибывшим по его, Зайцева, душу, под Сталинград. уже это заставляет о нем написать, чтобы знали и помнили.

**Кульбертинов Иван Николаевич** За время боёв на фронтах Великой Отечественной войны Кульбертинов уничтожил 487 немецких солдат и офицеров. Дважды был представлен к званию Героя Советского Союза, но так его и не получил.