

Муниципальный орган управления образованием  
Таборинского муниципального района  
Муниципальное казенное образовательное учреждение  
дополнительного образования детей  
Центр детского творчества «Радуга»

СОГЛАСОВАНО:

На заседании совета педагогов  
дополнительного образования

Протокол заседания № 1

От « 30 08 2016»

С.А. Иванова / С.А. Иванова В.А.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МКОУ ДОД

ЦДТ «Радуга»

Т.М. Иванова

« 31 »

2016»



Образовательная программа  
дополнительного образования детей

# Стрельба

## ИЗ ПНЕВМАТИЧЕСКОЙ ВИНТОВКИ

Физкультурно-спортивной направленности  
для детей 11 – 18 лет  
срок реализации - один год.

педагог дополнительного образования  
Чернавский Сергей Александрович

с. Таборы.

2016г.



## Пояснительная записка.

Данная программа составлена на основе программы для внешкольных учреждений под редакцией С.М. Зверева.

Образовательная область « Физическая культура» призвана сформировать у обучающихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, целостном развитии своих физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

**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 топ.

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 позволяет развить у обучающихся 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 обучающихся к военно-прикладным видам спорта позволяет отвлечь детей от безнадзорности и вредных привычек, тем самым снизить уровень детской наркомании и преступности.

### **Цель программы:**

- научить воспитанников разбираться в современном стрелковом и спортивном оружии и метко стрелять, получить устойчивые навыки стрельбы из пневматического оружия.
- совершенствовать уровень физического развития, знать основные элементы атлетической гимнастики и работы с утяжелениями и спортивных тренажерах.

### **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 военно-прикладным видам спорта; 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. Формировать навыки меткой стрельбы из пневматической винтовки на различные расстояния из различных положений.

## **3. Развивающая.**

Развивать у воспитанников внимание, усидчивость, глазомер, память, внимательность, силу. Осуществление данной программы проходит в два этапа: теоретическая подготовка и практическая подготовка.

Данная программа реализуется впервые, аналогов в районе не имеет и актуальна для подросткового поколения в плане воспитании навыков пулевой стрельбы из пневматического оружия.

Данная программа рассчитана для детей в возрасте от 10-18 лет. наполняемость объединения – 10-12 человек. Зачисление в учебные группы проходит на свободной добровольной основе по заявлению от родителей или лиц, их заменяющих.

В течение года будут проводиться родительские собрания, социологические опросы по поводу проводимых занятий, воспитательная работа с обучающимися и родителями.

### **Прогнозируемый результат:**

- Приобретение обучающимися знаний по основам стрельбы из различных видов оружия;
- Развитие и усовершенствование навыков участия в военно-прикладных видах спорта;
- Формирование интереса к регулярным занятиям военно-прикладными видами спорта;
- Овладение двигательными умениями и навыками, улучшение физической подготовки, повышение культурного уровня

### **Критерии оценки:**

**«Зачтено»** - обучающийся 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, либо;

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

### Учебно - тематический план

№п/п	Тема	Кол-во часов			Формы занятий и контроля
		Всего	теория	практика	
1	Вводное занятие. Правила безопасного обращения с оружием	2	1		Лекция
2	История появления и развития стрелкового оружия	2	2		Лекция
3	Теоретические основы пулевой стрельбы	6	3	3	Лекция, пример, практическое задание
4	Устройство пневматической винтовки.	8	4	4	Лекция, Тестирование, практическая работа
5	Алгоритм выполнения стрельбы. Стандартные команды.	8	4	4	Практическая работа
6	Практическая стрельба:	70	28	42	Практическая работа, пример, нормативы
7	Чистка и уход за оружием.	8	2	6	Пример, практическая работа
8	Нормативы (оценки) выполнения упражнений по стрельбе	12	4	8	Лекция, сдача нормативов
9	Соревнования.	14	4	10	Участие в соревнованиях по стрельбе
10	Воспитательная работа	14	4	10	Участие в мероприятиях
Всего часов		144	57	87	



## Содержание программы

### 1. Вводное занятие.

Теория: краткие сведения об истории стрелкового спорта в России. Порядок и содержание работы секции. Правила техники безопасности при работе с пневматическим оружием. Знакомство с правилами поведения на секции.

Результат: формирование учебной группы.

### 2. История появления и развития стрелкового оружия

Теория: история возникновения оружия, пути развития стрелковой промышленности, великие деятели, существующие соревнования по стрелковому спорту, знаменитые русские спортсмены.

Практика: воспитание патриотизма, усвоение знаний об истории стрелкового спорта.

### 3. Теоретические основы пулевой стрельбы

Теория: Явление выстрела. Образование траектории. Прямой выстрел. Начальная скорость пули. Отдача оружия. Пробивное и убойное действие пули. Прикрытое, поражаемое и мёртвое пространство. Способы определения расстояния до цели. Элементы наводки. Выбор цели и точки прицеливания при стрельбе по неподвижным целям.

Практика: прицеливание по неподвижным целям.

Результат: знания по основам теоретической подготовки стрелков.

### 4. Устройство пневматической винтовки.

Теория: теоретические понятия модели пневматических винтовок, виды мишеней, приклад, затвор, ствол, назначение нарезов. Обучающиеся знакомятся с правильными приспособлениями – открытым и диоптрическим прицелом.

Практика: Подготовка винтовки к стрельбе. Элементы наводки — взятие ровной мушки. Точка прицеливания при стрельбе по неподвижной цели. Производство стрельбы— положение приклада, рук, головы, прицеливание. Спуск курка. Прекращение стрельбы

Результат: В ходе проводимых занятий обучающиеся узнают устройство пневматической винтовки.

### 5. Алгоритм выполнения стрельбы. Стандартные команды

Теория: последовательность подготовки и выполнения стрельбы, техника безопасности, порядок исполнения команд судьи

Практика: отработка навыка выполнения судейских команд

Результат: четкое выполнение команд, правильная позиция при стрельбе.

### 6. Практическая стрельба

Теория: характеристика стрельбы из положения лежа с руки, лежа с упора и сидя.

Практика: изучение стрельбы из положения лежа двумя способами и изучение стрельбы из положения сидя, прекращение стрельбы.

Результат: В ходе проводимых занятий дети на практике отработают навык стрельбы.

## **7. Чистка и уход за оружием**

Теория: обучающиеся знакомятся с правилами чистки и ухода за оружием. Приспособления для чистки оружия.

Практика: чистка винтовок шомполом с использованием специальных средств.

Результат: навык ухода за оружием

## **8. Нормативы (оценки) за выполнение упражнений по стрельбе**

Теория: общие положения о нормативах при стрельбе из пневматической винтовки, оценка при стрельбе.

Практика: выполнение стрельбы из пневматической винтовки, общая оценка учеников.

Результат: В ходе проводимых занятий закрепят и отработают нормативы по стрельбе.

## **9. Соревнования.**

Теория: ознакомление с выполнением нормативов. Общие сведения о соревнованиях.

Практика: выполнение нормативов, стрельба из трех положений с набиранием очков для результата

Результат: Выполнили норматива , участие в организации и проведении соревнований.



## Требования к уровню подготовки обучающихся:

По окончании курса обучающиеся должны:

знать:

- историю стрелкового спорта;
- технику безопасности при обращении с оружием;
- модели пневматических винтовок и их технические характеристики, виды мишеней;
- особенности ухода за оружием.

уметь:

- подготовить винтовку к стрельбе;
- производить стрельбу из всех изученных позиций;
- выполнять нормативы по стрельбе.

### Календарно-тематическое планирование

№	тема	Кол-во часов	Планируемая дата	Фактическая дата
<b>1.раздел Введение</b>				
1	Вводное занятие. Правила безопасного обращения с оружием	2	06.09.16	
<b>2.раздел История появления и развития стрелкового оружия</b>				
1	История и виды русского стрелкового оружия. Развитие стрелкового спорта	2	08.09.16	
<b>3.раздел Теоретические основы пулевой стрельбы</b>				
	Явление выстрела. Образование траектории. Прямой выстрел Элементы физической подготовки	2	13.09.16	
	Начальная скорость пули. Отдача оружия. Пробивное и убойное действие пули Элементы физической подготовки.	2	15.09.16	
	Прикрытое, поражаемое и мёртвое пространство. Способы определения расстояния	2	20.09.16	
	Элементы наводки. Выбор цели и точки. Прицеливания при стрельбе по неподвижным целям Элементы физической подготовки.	2	22.09.16	
<b>4.раздел Устройство пневматической винтовки.</b>				
2	Материальная часть и ТТХ пневматической винтовки. Приклад, затвор, ствол, назначение нарезов. Правильное приспособление – открытый прицел, диоптрический прицел.	2	27.09.16	
	Техническое обслуживание, ремонт, чистка и смазка винтовки Элементы физической подготовки.	2	29.09.16	
	Возможные неисправности, задиры и при стрельбе и их устранение. Элементы физической подготовки.	2	4.10.16	
	Настройка пневматических винтовок. Выверка открытого	2	6.10.16	

	прицела Элементы физической подготовки.			
<b>5.раздел Алгоритм выполнения стрельбы. Стандартные команды</b>				
4	Стандартные команды при выполнении стрельбы. Неукоснительное исполнение команд	2	11.10.16	
	Стрельба из положения лежа. Положение, команды. Прицеливание	2	13.10.06	
5	Стрельба из положения на колене. Положение, команды. Прицеливание	2	18.10.16	
6	Стрельба из положения стоя. Положение, команды. Прицеливание	2	20.10.16	
<b>6.раздел Практическая стрельба</b>				
	Общие требования к выполнению стрельбы	2	25.10.16	
7	Обработка техники стрельбы лежа с руки в различных положениях	22	27.10.16 – 01.12.16	
8	Обработка техники стрельбы из положения сидя.	22	6.12.16 – 29.12.16 10.01.17- 17.01.17	
9	Обработка техники стрельбы стоя.	22	19.01.17- 23.02.17	
<b>7.раздел Чистка и уход за оружием</b>				
10	Выполнение чистки винтовки	8	В течение года	
<b>8.раздел Нормативы (оценки) за выполнение упражнений по стрельбе.</b>				
12	Подготовка к выполнению норматива	4	06.04.17- 18.04.17	
13	Экзамен по сдаче нормативов с 10 метров	4	20.04.17- 25.04.17	
14	Экзамен по сдаче нормативов с 5 метров	2	27.04.17	
15	Соревнования между воспитаниками	2	02.05.17	
<b>9.раздел Соревнования.</b>				
16	Организация, проведение и участие в соревнованиях по стрельбе	14	В течение года	



<b>10.раздел Воспитательная работа</b>		
Беседы по развитию патриотизма, внутрисекционные мероприятия, участие в массовых мероприятиях ЦДТ, поселения, района	<b>14</b>	<b>В течение года</b>

**Учебно-методическое обеспечение и оборудование:**

- методическая литература;
- пневматические винтовки, мишени, пули;
- помещение, оборудованное для проведения занятий;
- приспособления и составы для чистки и ухода за оружием.
- Методическая литература

## Список литературы

### Литература для педагога

1. Начальная военная подготовка. Науменко Ю.А. - Москва. : 1987г.
2. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Зверев С.М. – Москва.: 1986г.
3. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Оборонно-спортивные кружки. М.: Просвещение, 1987
4. Аверин А.И., Выдрин И.Ф. Начальная военная подготовка. М.: Просвещение, 1984.
5. Латчук В. Н., Марков В. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 КЛ.М: Дрофа, 2006.
6. Стрелковый спорт. Правила соревнований. М., 1977.
7. Юрьев А. Спортивная стрельба. М., 1967.
8. «Винтовки и автоматы» (авторы А.Б. Жук, военное издательство 2007г.).
9. Журнал «Военные знания» N~а, 2008г.

### Литература для обучающихся

1. Юрьев А. Спортивная стрельба. М., 1967.
2. «Винтовки и автоматы» (авторы А.Б. Жук, военное издательство 2007г.).
3. Журнал «Военные знания» Nsa, 2008г.



**Вопросы к теоретическому разделу курса для контроля знания учащихся**

1. Расскажите об истории развития пулевой стрельбы в России.
2. Расскажите об участии российских спортсменов на чемпионатах.
3. Что называется выстрелом?
4. Что влияет на дальность и точность полета пули?
5. До каких пор действует сила отдачи винтовки?
6. Как называется наука, изучающая движение пули?
7. Что такое траектория полета пули?
  
15. От чего зависит величина силы сопротивления воздуха?
16. Расскажите о способах стабилизации полета пули.
17. Явление естественного рассеивания пуль.
18. Расскажите о причинах рассеивания пуль.
19. Что называется отклонениями пробойн?
20. Для какой цели необходимо определять среднюю точку попадания пуль?
21. Какие способы определения средней точки попадания пуль вы знаете?
22. Расскажите о технических характеристиках винтовки ИЖ38.
23. Какие пули используются для стрельбы из пневматических винтовок?
24. Назначение и устройство основных частей пневматической винтовки.
25. Расскажите о положении частей и механизмов винтовки при хранении и до заряжания.
26. Что происходит с механизмом винтовки при заряжании?
27. Как работают части и механизм винтовки при выстреле?
28. Основные правила ухода за пневматической винтовкой.
29. Какие правила безопасности и правила выполнения стрельб должен знать стрелок?
30. Как производится приведение винтовки к нормальному бою?
31. Что такое точность стрельбы?
32. Что такое кучность стрельбы?
33. Порядок организации и проведение соревнований по стрельбе.

