Управление образования администрации Каменского района

Муниципальное автономное образовательное учреждение

дополнительного образования

Центр развития творчества детей и юношества

Каменского района Пензенской области

|  |  |
| --- | --- |
| Принята:  на педагогическом совете  МАОУ ДО ЦРТДиЮ  от 30.08.2022 г.  Протокол №1 | Утверждаю:  Директор МАОУ ДО ЦРТДиЮ  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В. Валуева  Приказ № 61 от 30.08.2022 г. |

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ**

**ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**физкультурно-спортивной направленности**

***«СТРЕЛОК»***

***Возраст учащихся:*** 11-17 лет

***Срок реализации:*** 16 часов

Автор - составитель:

### педагог дополнительного образования

Васильев Александр Борисович

г. Каменка, 2021 г.

**Содержание**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 | Пояснительная записка | 3 стр |
| 2 | Предполагаемые результаты | 7 стр |
| 3 | Формы и методы контроля, система отслеживания результатов освоения программы | 8 стр |
| 4 | Учебно - тематический план | 10 стр |
| 5 | Содержание программы | 11 стр |
| 6 | Календарный график | 13стр |
| 7 | Организационно-педагогические условия реализации программы | 14 стр |
| 8 | Литература для педагога | 17 стр |
| 9 | Литература для учащихся | 17 стр |
| 10 | Словарь | 19 стр |
| 11 | Приложение | 20 стр |

**Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Стрелок» по содержанию является физкультурно-спортивной, по уровню освоения ознакомительной, по степени авторства – модифицированная.

Общеобразовательная общеразвивающая программа «Стрелок» направлена на познавательную деятельность и предполагает общекультурный уровень освоения.

Программа краткосрочная (4 недели обучения) и рассчитана на учащихся в возрасте от 11 до17 лет, реализуется на базе Муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования Центра развития творчества детей и юношества Каменского района.

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. 273-ФЗ Об образовании в Российской Федерации;

## -Приказ Министерства спорта РФ от 1 июня 2021 г. N 375 "Об утверждении программы развития вида спорта "Практическая стрельба" в Российской Федерации"

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» (утвержден протоколом заседания комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. №3;

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года;

- Письмо от 18.11.2015 г. № 09-32-42 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных образовательных программ»

- Устав и локальные акты МАОУ ДО ЦРТД и Ю Каменского района:

-Положение о дополнительных общеразвивающих программах, реализуемых в объединениях дополнительного образования детей МАОУ ДО ЦРТД и Ю Каменского района: Приказ № 61 от 30.08.2022г.

- Положение о промежуточной аттестации и аттестации по завершению программы: Приказ № 61 от 30.08.2022г.

В настоящее время большое внимание уделяется сохранению здоровья учащихся, развитию спорта. Стрелковый спорт является одним из самых массовых видов спорта: он воспитывает мужество, решительность, самообладание, трудолюбие, внимательность. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по пулевой стрельбе

«Стрелок» позволит развить общефизическую подготовку учащихся повысить самостоятельность, целеустремленность и смелость.

**Актуальность программы в** том, что она содействует формированию жизненных ценностей, овладению опытом самоорганизации, самоконтроля и помогает в профессиональном самоопределении. Актуальность предлагаемой образовательной программы определяется запросом со стороны учащихся и их родителей на программы развития физических и морально-волевых качеств. Программа помогает укрепить здоровье, способствует удовлетворению потребности учащихся в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

**Новизна программы**заключается в принципиально новом способе организации жизнедеятельности коллектива как команды: во время занятий каждый из учащихся занимается достижением личностного результата и в то же время работает на общий результат.

**Педагогическая целесообразность** программы обусловлена возможностью развить у учащихся такие качества, как ловкость, выносливость, терпеливость и аккуратность. Программа даёт возможность изучить современное стрелковое оружие и научиться метко стрелять, что крайне важно для будущих защитников Отечества.

**Отличительной чертой** от других программ является то, что её содержание

предусматривает формирование у учащихся специальных предметных знаний и учебных умений, способствует получению учащимися новых знаний, расширению и углублению тех знаний, которые они получают в рамках стандарта общего образования.

Программа составлена на основе «Программ для кружков по изучению военного дела»; 1986г., стр. 95-105; программа кружка «Стрелковые кружки», автор А.С. Кузнецов, 1987г. и имеет модифицированную структуру.

**Предметные области или виды деятельности, по которым структурировано содержание программы**

Программа содержит в себе такие предметные области, как теория и

методика физической культуры и спорта, общая и специальная физическая

подготовка, избранный вид спорта – пулевая стрельба, другие виды спорта,

технико-тактическая и психологическая подготовка, самостоятельная работа.

**Принципы программы**

В основу отбора и систематизации материала программы положены принципы комплексности, преемственности и вариативности.

*Принцип комплексности* выражен в теснейшей взаимосвязи всех сторон образовательной и тренировочной деятельности: теоретической, физической, технической, тактической и психологической подготовок.

*Принцип преемственности* прослеживается в последовательности изложения теоретического материала, в постепенном усложнении содержания тренировок, в единстве задач, средств и методов подготовки.

*Принцип вариативности* дает определенную свободу выбора средств и методов.

**Воспитательный потенциал.**

Воспитательная работа в объединении направлена на формирование личности учащегося. Главная задача – воспитание высоких моральных качеств: патриотизма, преданности своей стране, сознательности, чувства ответственности за свои поступки и порученное дело. Не менее важно воспитание уважения, любви к труду и настойчивости в достижении поставленной цели, добросовестности, организованности, умения преодолевать трудности, что особенно важно в деятельности учащихся, так как успехи в современном мире зависят во многом от трудолюбия. Столь же велико значение воспитания дружелюбия, взаимного уважения, способности сопереживать, стремления приди на помощь, коллективизма, когда только совместные усилия приводят к достижению общей намеченной цели. Одним из главных качеств является дисциплинированность. Ее воспитание следует

начинать с первых занятий, строго требуя четкое исполнение указаний

педагога, соблюдения правил поведения на тренировках и соревнованиях. Воспитание ответственности определяется способностью педагога сочетать в тренировочной деятельности задачи спортивной подготовки и общего воспитании.

Широко используются многообразные воспитательные средства:

* личный пример и педагогическое мастерство педагога
* высокая организованность тренировочной деятельности
* дружный коллектив, сплоченный единством цели
* атмосфера трудолюбия, творчества, взаимопомощи
* бережное, вдумчивое отношение к традициям

**Цель:** Формирование социально-значимых качеств личности гражданина России и защитника Отечества через занятия пулевой стрельбой.

**Задачи:**

* научить навыкам меткой стрельбы из пневматической винтовки на различные расстояния из различных положений
* развивать внимание, усидчивость, глазомер, память, внимательность
* воспитывать любовь к военно-прикладным видам спорта, чувства патриотизма, уважение к Российскому оружию и его истории

**Адресат программы**

Программа адресована учащимся от 11 до 17 лет, имеющих интерес к военно- прикладным видам спорта и проявляющих спортивные задатки.

Учащимся в возрасте 11-14 лет нравятся подвижные игры, которые содержат в себе элемент соревнования. В этих играх на первый план выступает смекалка, ориентировка, смелость, ловкость, быстрота.

А в возрасте 15-17 лет формируются нравственные убеждения, принципы, идеалы, мировоззрение, которыми учащиеся начинают руководствоваться в своем поведении. На занятиях стрельбой вырабатываются такие волевые качества, как целеустремлённость, настойчивость, выдержка, самообладание. Стрельба развивает память, способствует развитию вестибулярного аппарата, зрительного анализатора, ассоциативного мышления. Соревнования по стрельбе эмоционально напряжены, поэтому у стрелков развиваются устойчивость к стрессовым ситуациям, контроль над эмоциями. Поэтому стрельба является одной из наиболее эффективных оздоровительных технологий.

**Условия набора учащихся**

Для обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Стрелок» принимаются все желающие (не имеющие медицинских противопоказаний) без предварительного отбора.

**Формы обучения:** очная.

**Объем учебного времени и режим занятий**

Объем учебного времени16 часов. Занятия проводятся в соответствии с расписанием, 2 раза в неделю по 2 учебных часа (по 45 минут) с 1 десятиминутным перерывом.

**Особенности организации образовательного процесса**

Программа рассчитана на 16 часов и включает один уровень освоения умений и навыков: ознакомительный.

**Ознакомительный** уровеньобучения предполагает овладение понятиями и терминологией, у учащихся сформируются навыки точной стрельбы. На данном уровне предполагается выполнение нормативов ГТО.

**Содержание программы** включает теорию и практику способов ведения стрельбы, разборку и сборку оружия, проведение практических стрельб. Изучение тем программы позволит учащимся получить теоретические и практические знания обращения с оружием.

**Раздел «Теоретические основы стрельбы»** содержитосновы теории стрельбы; историю создания и развития стрелкового оружия России; меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами во время учебных стрельб и соревнований.

**Раздел «Устройство пневматической винтовки»** знакомит с устройством пневматического оружия, учит принципу действия механизма.

**Раздел «Техника стрельбы»** даёт теоретические и практические знания о порядке и последовательности выполнения действий меткого выстрела, учит основе и техники стрельбы из пневматической винтовки.

**Планируемые результаты**

**Предметные результаты**

***учащийся должен знать:***

• правила безопасного поведения при обращении с оружием и боеприпасами во время стрельбы;

• теорию основ стрельбы;

• технику безопасности при заряжании, наводке и выстреле

• историю, виды и типы российского стрелкового оружия;

• основные правила стрельбы;

***учащийся должен уметь:***

• настраивать винтовку, выверять открытый прицел;

• уметь стрелять лежа с опорой, без опоры и из положения стоя;

• корректировать огонь;

• оказывать простейшую доврачебную помощь.

**Метапредметные результаты**

• добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий;

• умение достаточно полно и точно формулировать цель и задачи занятий и военно-прикладной деятельностью, излагать их содержание;

• владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях.

**Личностные результаты**

***Учащийся должен владеть:***

• способами определения расстояния до цели;

• способами отработки наводки;

• техникой заряжание винтовки;

• способами отработки точки прицеливания при стрельбе по неподвижным целям.

**Формы и методы контроля, система оценки результатов освоения программы.**

*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;
* *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 по окончании обучения по программе с учетом результатов периодического контроля (соревнование «Юный снайпер»)

**Критерии оценки:**

**Высокий уровень -**учащийся 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 25 очков при 3-х выстрелах, 40 очков при 5-ти выстрелах;

**Средний уровень -** учащийся 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 20 очков при 3-х выстрелах, 30 очков при 5-ти выстрелах;

**Низкий уровень** - учащийся знает теоретические основы стрельбы, неправильно ориентируется в современном стрелковом оружии, не умеет правильно занять позицию на стрелковом рубеже, ведет прицельную и кучную стрельбу с результатом ниже 15 очков при 3-х выстрелах, 20 очков при 5-ти выстрелах.

**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.

**Аттестация по завершению программы.**

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.

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Название раздела/темы | | Количество часов | | | Форма/способы контроля |
| Всего | Теория | Практика |
| **Раздел «Теоретические основы стрельбы»** | | | | | | |
| 1.1 | | Введение. Физическая культура и спорт. | 2 | 1 | 1 | Анкетирование. |
| 1.2 | | Развитие стрелкового спорта в России. | 2 | 1 | 1 | Опрос. |
| 1.3 | | Правила обращения с оружием и меры безопасности при ведении стрельб. | 2 | 1 | 1 | Тестирование. |
| **Раздел «Устройство пневматической винтовки»** | | | | | | |
| 2.1 | Устройствопневматической винтовки. | | 2 | 1 | 1 | Опрос. |
| 2.2 | Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием. | | 2 | 1 | 1 | Тестирование. |
| 2.3 | Подготовка винтовки к стрельбе | | 2 | 1 | 1 | Наблюдение. |
| **Раздел «Техника стрельбы»** | | | | | | |
| 3.1 | Техника стрельбы изпневматической винтовки. | | 2 | 1 | 1 | Наблюдение. |
| 3.2 | Итоговое занятие. | | 2 | 1 | 1 | Соревнование. |
|  | Итого: | | 16 | 8 | 8 |  |

**Содержание**

**Раздел «Теоретические основы стрельбы»**

**Тема 1.** **Введение. Физическая культура и спорт.**

**Теория.** Цели и задачи программы. Значение физической культуры. Задачи физической культуры в развитии массового спорта. Разрядные нормы и требования по стрелковому спорту.

**Практика.** Порядок и организация тренировок.

**Контроль.** Анкетирование.

**Тема 2.** **Развитие стрелкового спорта в России.**

**Теория.** История, задачи и значение пулевой стрельбы.

**Практика.** Прицеливание, сущность прицеливания. Показ изготовки стрелка для производства выстрела из положения лежа, сидя с руки с опорой локтями на стол или стоя с опорой на стойку.

**Контроль.** Опрос.

**Тема 3.** **Правила обращения с оружием и меры безопасности при ведении стрельб.**

**Теория.** Правила и обязанности стрелка. Правила переноса оружия и обращения с ним. Правила транспортировки оружия.

**Практика.** Изучение и совершенствование техники стрельбы. Ошибки, допускаемые при прицеливании.

**Контроль.** Тестирование.

**Раздел «Устройство пневматической винтовки»**

**Тема 1.** **Устройство пневматической винтовки.**

**Теория.** Назначение и устройство основных частейпневматической винтовки.

**Практика.** Работа частей и механизмов. Регулировка прицела, поправки при стрельбе. Заряжание.

**Контроль.** Опрос.

**Тема 2.** **Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием.**

**Теория.** Правила выполнения стрельбы и обращения с оружием.

**Практика.** Регулировка длины хода и усилия спуска. Типовые ошибки, допускаемые при нажиме на спусковой крючок.

**Контроль.** Разборка и сборка оружия.

**Тема 3.** **Подготовка винтовки к стрельбе.**

**Теория.** Техника безопасности обращения с оружием.

**Практика.** Проверка боя винтовки. Регулировка прицела по вертикали и горизонтали. Контровка прицела.

**Контроль.** Наблюдение.

**Раздел «Техника стрельбы»**

**Тема 1.** **Техника стрельбы из пневматической винтовки.**

**Теория.** Техника выполнения выстрела (изготовка, прицеливание, управление спуском, дыхание). Способы развития быстроты, ловкости, общей и статической выносливости.

**Практика.** Выполнение упр. № 2.( Стрельба по мишени №8 из положения сидя и стоя с опорой, дистанция 5-10 метров, 3 пробные, 5 зачётных пуль).

**Контроль.** Наблюдение.

**Тема 2.** **Итоговое занятие.**

**Теория.** Подведение итогов. Награждение.

**Практика.** Выполнение нормативов ГТО.

**Контроль.** Соревнование.

**Календарный график образовательного процесса**

дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

Физкультурно-спортивной направленности

**«Стрелок»**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Календарный график образовательного процесса** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Раздел** |  | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** | **13** | **14** | **15** | **16** | **17** | **18** | **19** | **20** | **21** | **22** | **23** | **24** | **25** | **26** | **27** | **28** | **29** | **30** | **31** | **32** | **33** | **34** | **35** | **36** |
| «Теоретические основы стрельбы» | 4 | 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| «Устройство пневматической винтовки» |  | 2 | 2 | 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| «Техника стрельбы» |  |  | 2 | 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Организационно-педагогические условия реализации программы**

**Методическое обеспечение образовательной программы**

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

***Рекомендации*:** памятки, маршрутные листы, рекомендации.

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

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

**Методы обучения**

Педагог подачу нового теоретического материала осуществляет следующими методами:

* рассказ
* беседы
* показ с объяснением и демонстрацией наглядных пособий

**Формы организации учебного занятия**

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

* Теоретические занятия
* Практические занятия
* Комбинированные занятия
* Проведение и участие в соревнованиях по пулевой стрельбе

*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* учащиеся приобретают умения и навыки по разборке и сборке пневматической винтовки, 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 занимающимся 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, по знанию устройства и работы данного вида оружия.

Перед выполнением практических упражнений педагог проводит словесное разъяснение техники исполнения. В течение практической части занятия педагог осуществляет текущий контроль качества и правильности выполнения заданий. По окончании изучения каждой новой темы педагог проводит фронтальный опрос обучающихся и контрольные стрельбы. При завершении изучения конкретного раздела педагог осуществляет контроль путем устного опроса учащихся по всем пройденным темам, проводит соревнование. На каждом занятии, по окончании стрельбы, учащиеся получают свою мишень с оценкой или замечаниями педагога.

Таким образом, всегда можно познакомиться с успехами на занятиях. *Обеспечение безопасности учебных занятий и соревнований*.

Обеспечение безопасности в процессе проведения учебно-тренировочных занятий является первостепенной задачей преподавателя.

*Самостоятельная работа* : Самостоятельное изучение учебных фильмов, литературы , выполнение упражнений по заданию преподавателя. Занятия разными видами спорта (велосипед, кросс, плавание и т.д.). Восстановительные мероприятия, не требующие участия педагога.

**Педагогические технологии:**

* технология индивидуального обучения
* технология группового обучения
* технология дифференцированного обучения
* технология развивающего обучения
* технология проблемного обучения
* здоровье сберегающая технология

**Алгоритм учебного занятия**

**Структура занятия**

* Организационный момент (1-2 мин)
* Повторение пройденного материала (5 мин)
* Разбор нового материала (10 мин)
* Физкультминутка (3 мин)
* Практическое занятие (15-20 мин)
* Подведение итогов занятия (5 мин)

**Материально-технические обеспечение программы**

**Кабинет:** соответствующий санитарно-гигиеническим нормам освещения и температурного режима

**Оборудование** для теоретических и практических занятий:

* стол для чистки оружия
* стол для практических занятий начинающих стрелков
* стулья, табуреты, скамья
* огнетушитель
* подсобное помещение
* вывешены инструкции по правилам безопасности
* винтовки пневматические
* пули для стрельбы из пневматических винтовок
* шкаф для хранения оружия

**Технические ресурсы**:

* компьютер
* экран
* проектор

**Внешние условия:**

* Сотрудничество с библиотекой
* Сотрудничество с вооенным комиссариатом

**Инструменты и приспособления**:

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

**Кадровое обеспечение**

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

**Список литературы для педагога**

* 1. Гражданская защита: энциклопедический словарь/Под общей редакцией С.К. Шойгу. – М.: ДЭКС-ПРЕСС, 2005
  2. Современная допризывная подготовка молодежи. Учебно-методическое пособие. Под общей редакцией Даурцев К.В. «Учебный центр «Вымпел-Каскад»». – М., 2014
  3. «Наставление по стрелковому делу». – М.: Издательство Министерства обороны РФ, 2007
  4. ОВУ ВС РФ. – М.: Издательство Министерства обороны РФ, 2008
  5. Программные и методические материалы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности». Под редакцией А.Т. Смирнова. – М.: Издательство «Русский журнал», 2011
  6. СмирновА.Т.Основы безопасности жизнедеятельности. Академический школьный учебник. 5-7 классы. – М.: Просвещение,2012

**Интернет ресурсы:**

- http://sodpm.ru

- http://обж.рф

- http://www.studmed.ru/maklakov-ag-psihologiya-i-pedagogika-voennaya-psihologiya\_a6c592abec3.html

**Список литературы для учащихся**

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

**Интернет-ресурсы**

1. Официальный сайт Стрелкового союза России - <http://shooting-russia.ru/>

2. Пулевая спортивная стрельба- <https://dvhard.ru/raznoe/82-pulevaya-sportivnaya-strelba.html>

3. Стрельба пулевая. Универсальная энциклопедия Кирилла и Мефодия -

http://megabook.ru/article/%D0%A1%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%BB%D1

%8C%D0%B1%D0%B0%20%D0%BF%D1%83%D0%BB%D0%B5%D0%B2%

D0%B0%D1%8F

**Словарь**

**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.

**Приложение**

**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.

**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

**Выстрел. Траектория пули. Спуск курка.**

1. Приемы изготовки 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

**Меры по обеспечению безопасности включают**:

• контроль освоения занимающимися правил обращения с оружием, боеприпасами и поведения на стрельбище;

• формирование у занимающихся прочных навыков правильного обращения с оружием и патронами и воспитание у них нетерпимого отношения к нарушениям правил окружающими;

• контроль преподавателя за действиями занимающихся и обеспечение страховки при занятиях начинающих;

• исключение самостоятельных тренировок начинающих и неквалифицированных стрелков;

• оформление тира плакатом с правилами поведения и безопасного обращения с оружием.

Обращение с пневматическим оружием требует такой же внимательности, как и любое другое. Следует помнить, что выстрелом из пневматического оружия можно не только ранить человека, но и лишить его жизни. Поэтому необходимо четко усвоить и выполнять следующие основные

* Правила обращения с оружием
* Правила поведения на стрельбище.

Все перечисленные пункты правил требуют детального разъяснения с приведением конкретных примеров из практики стрельбы. Начинающие стрелки должны четко осознать, что неумелое обращение с оружием представляет крайнюю опасность не только для самого обучающегося, но и для окружающих его людей, и что несоблюдение элементарных правил безопасного обращения с оружием рано или поздно приводит к непроизвольному выстрелу и несчастному случаю.

**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 людях.

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 раздельных 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.