

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ КАЛИНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
КАЛИНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«ШКОЛА-ИНТЕРНАТ ЛИЦЕЙ-ИНТЕРНАТ»
(ГАУ КО ОО ШИЛИ)

Принята на заседании
педагогического совета
« 31 » августа 2023 г.
Приказ № 299



«Утверждаю»

Директор ГАУ КО ОО ШИЛИ

Данилова М.В.

2023 г

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности**

«Меткий стрелок»

Возраст обучающихся: 12-17 лет

Срок реализации: 1 год (132 часа)

Автор программы: Семенюк С.Д.
педагог дополнительного образования

Калининград, 2023

Раздел 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Описание предмета, дисциплины которому посвящена программа

Программа курса занятий «Пулевая стрельба» для учащихся разработана в соответствии с требованиями Законов РФ «Об образовании», «О воинской обязанности и военной службе», «Об оружии».

Стрельба – это спорт, охота и здоровье. Стрельба насчитывает многовековую историю. Пулевой стрельбой занимаются во многих странах мира сотни миллионов людей: мужчины, женщины, дети. Значит стрельба интересна, полезна и увлекательна, она имеет много малозаметных, но трудных и тонких особенностей. Поэтому ее любят многие и часто посвящают ей свое время.

Для достижения высоких показателей стрелку требуются многие разнообразные и весьма ценные для любого человека качества. Стрельба имеет различные виды упражнений и спортивных нормативов по разным типам оружия: винтовка, пистолет, револьвер, арбалет и лук. Введение норматива времени, а также последовательное увеличение дистанции и смена вида мишеней вызывает у учащихся здоровый интерес к упражнению и спортивный азарт. Кроме того, это способствует постепенному улучшению результатов и выявляет лучших учащихся по способности контролировать свои действия при выполнении упражнения

Занятия по курсу предусматривают первоначальное ознакомление с теоретической частью, проведение инструктажа по технике безопасности при обращении с оружием, выполнение упражнений по стрельбе из пневматической винтовки с их последующим усложнением и выполнение контрольных нормативов.

Жесткие требования соблюдения дисциплины и правил безопасности вплоть до немедленного и безвозвратного отстранения нарушителя от занятий за любой факт нарушения являются обязательным условием при проведении занятий по курсу.

Ведение журнала посещения занятий проводится в обязательном порядке с отметкой о прохождении каждой темы курса. Проведение занятий по темам программы производится последовательно, без нарушения очередности тем занятий и без их пропусков. Допуск учащихся к практическим занятиям может быть произведен только после сдачи ими зачетов по всем темам 2 Раздела и прохождения в установленном порядке инструктажа по ТБ.

Основные направления деятельности:

1. Развитие познавательной активности в области расширения и укрепления теоретических знаний по стрелковому спорту.
2. Совершенствование и укрепление у учащихся практических навыков по стрельбе из пневматической винтовки.
3. Привлечение детей к систематическим занятиям стрелкового спорта.
4. Активизация познавательной деятельности в области стрелкового спорта.

5.Создание благоприятного нравственно-психологического климата в коллективах, основу которого составляет радость общения, радость общего дела, радость победы.

Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа

Идея программы состоит в следующем: с большим увлечением выполняется ребенком только та деятельность, которая выбрана им самим свободно; деятельность строится не в русле отдельного учебного предмета.

Описание ключевых понятий, которыми оперирует автор программы:

- **Линия огня** - передняя кромка стола
- **Кучность** - способность укладывать каждую пулю в одно и то же место на мишени.
- **Пристрелочный** - выстрел, произведенный в пристрелочную часть мишени, чтобы оценить текущие кондиции.
- **Завал** - любое отклонение плоскости, соединяющей прицел с осью канала ствола, от вертикали.
- **ЦТ** - центр тяжести
- **Патронник** - полость в стволе винтовки, в которую помещается патрон, считается до начала пульного входа.
- **Компенсация** - вынос точки прицеливания в разные места на мишени.
- **Возвышение** - регулировка прицела по вертикали

Направленность программы

Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы - физкультурно-спортивная.

Уровень освоения программы

Уровень освоения программы – базовый.

Актуальность образовательной программы

Актуальность. Кружок создан с целью военно-патриотического воспитания детей и подростков, пропаганды стрелкового спорта, личного и профессионального самоопределения, творческого досуга.

Педагогическая целесообразность образовательной программы

В России стрельба из различных видов оружия стала массовым видом спорта и имеет два значительных достоинства для здорового образа жизни: способствует улучшению здоровья, отвлекает людей от вредных привычек, укрепляет обороноспособность нашей Родины.

Практическая значимость образовательной программы.

Обучение в разновозрастных группах позволяет актуализировать ранее изученный материал старшим учащимся, организовать опережающее обучение младших.

Программа позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждению интереса детей к новой

деятельности в области физической культуры и спорта. В условиях современной общеобразовательной школы у учащихся в связи с большими учебными нагрузками и объемами домашнего задания развивается гиподинамия. Решить отчасти, проблему призвана Программа, направленная на удовлетворение потребностей в движении, оздоровлении и поддержании функциональности организма.

Учебный материал программы подобран в соответствии с базовым уровнем реализуется в очной форме в группах постоянного состава.

Принципы отбора содержания образовательной программы.

Осуществляя работу по общефизической подготовке, педагог руководствуется основными методами и принципами обучения. В зависимости от задач предпочтение может быть отдано реализации того или иного принципа.

Принцип всестороннего гармонического развития личности, для осуществления которого необходимо сочетать физическую подготовку с умственной, нравственной, эстетической.

Принцип оздоровительной направленности обязывает при подборе и применении разнообразных средств и методов занятий определять доступную нагрузку, учитывая состояние здоровья, пол и физическую подготовленность учащихся.

Принцип воспитывающего обучения подразумевает проведение любых форм физических занятий в воспитательных целях. Обстановка, в которой проводятся физкультурные мероприятия, должна вызывать положительные эмоции у детей.

Принцип сознательности и активности. Выполнение упражнения должно быть осознано, понятна польза и значение занятий для укрепления здоровья. Сознательное отношение к спортивной деятельности рождает активность.

Принцип доступности. При подборе упражнений их необходимо – подбирать в зависимости от возраста, пола детей и состояния их здоровья. Принцип систематичности и последовательности. В процессе занятий – следует предусматривать такой порядок прохождения учебного материала, при котором вновь изучаемые упражнения опираются на ранее сформированные навыки.

Принцип прочности. На занятиях учащиеся приобретают знания, – формируют двигательные навыки, которые должны сохраниться в течение детского возраста и, доведенные до определенного уровня, становятся основой его общей работоспособности.

Принцип наглядности заключается в показе изучаемого упражнения. – Для реализации этого принципа применяются словесные действия и имитационные упражнения («прыгать, как мячик», «идти, как медведь» и т. д.).

Принцип постепенного повышения требований осуществляется на – последующих годах обучения. В практике физического воспитания этот принцип реализуется путем систематического усложнения структуры изучаемых упражнений и координационной сложности, повышения уровня физической нагрузки.

Принцип комплексности выражен в теснейшей взаимосвязи всех сторон тренировочной деятельности: теоретической, физической, технической, тактической и психологической подготовок, педагогического и медицинского контролей, восстановительных мероприятий.

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 физической подготовки.

Необходимо отметить тесную связь вышеперечисленных принципов между собой и взаимное проникновение друг в друга. Нельзя говорить об одном из них вне связи с другим, а получить наиболее оптимальный результат можно только при применении дидактических принципов и разнообразных методов обучения: словесных, наглядных, практических, объяснительно-иллюстрационных, репродуктивных, частично-поисковых, проблемных, игровых, дискуссионных, сравнения, воспитания (убеждение, поощрение, стимулирование, мотивация).

В ходе реализации программы применяются современные педагогические технологии:

- технология индивидуализации обучения;
- технология группового обучения;
- технология коллективного взаимообучения;
- технология дифференцированного обучения;
- технология игровой деятельности;
- технология коллективной творческой деятельности;
- здоровьесберегающие технологии.

Отличительные особенности программы.

Программа адаптирована под имеющиеся материально-технические условия и предполагает проведение занятий как в стрелковом тире, так и в учебном кабинете. Это позволяет разнообразить процесс обучения, использовать различные формы работы с обучающимися, избежать монотонности, повысить эффективность занятий.

В течение года вместо выбывших обучающихся могут набираться новички.

Новизна данной программы заключается в привлечении детей разного возраста к систематическим занятиям стрельбой, развитии основных физических качеств с помощью специальных упражнений. Она дает возможность пройти обучение с «нуля». На стартовом уровне обучающимся предлагается знакомство с основными представлениями, знаниями, умениями и навыками в избранном виде спорта. Предполагается использование минимальной сложности предлагаемого для освоения содержания программы, развитие мотивации к овладению данным видом спорта.

На базовом уровне предполагается более углубленное изучение избранного вида спорта. Предполагается освоение специализированных знаний.

На продвинутом уровне предполагается углубленное изучение избранного вида спорта и доступ к профессиональным знаниям в рамках содержательно-тематического направления программы.

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель образовательной программы: заинтересовать детей и подростков стрелковым спортом.

Задачи образовательной программы:

Обучающие:

- формирование знаний об основах стрельбы из электронного оружия;
- формирование навыков стрельбы;
- формирование навыков проведения физических упражнений для укрепления общей физической подготовки и для формирования правильной осанки.

Развивающие:

- развитие духовных и физических качеств личности, обеспечивающих правильное поведение в обществе;
- способствовать развитию лидерских качеств;
- развитие умений работать в группе, коллективе.

Воспитательные:

- воспитание у учащихся смелости и мужества, решительности и самообладания, целеустремленности, трудолюбия, внимательности, самостоятельности;
- воспитание ответственного отношения к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности.

Психолого-педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы

Дополнительная общеразвивающая программа разработана для спортивно-оздоровительного этапа подготовки для детей в возрасте от 12 до 17 лет. Срок её реализации – 1 год.

На спортивно-оздоровительном этапе подготовки осуществляется физкультурно-оздоровительная работа, направленная на всестороннюю физическую подготовку и освоение обучающимися выбранного вида спорта.

Спортивно-оздоровительная группа комплектуется из всех желающих заниматься этим видом спорта учащихся, имеющих разрешение врача и на основании заявления родителей.

Особенности организации образовательного процесса.

Программа предусматривает индивидуальные, групповые, фронтальные формы работы с детьми. Минимальная наполняемость учебной группы на спортивно-оздоровительном этапе подготовки – 8-10 человек.

Программа предполагает постепенное расширение и существенное углубление знаний, развитие умений и навыков обучающихся, более глубокое усвоение материала путем последовательного прохождения по годам обучения с учетом возрастных и психологических особенностей детей.

Программой предусматриваются теоретические и практические занятия. При планировании программного материала упражнения подбираются в зависимости от уровня общей и специальной физической подготовленности, пола и возраста учащихся, а также оборудования мест для занятий.

Формы обучения по образовательной программе: очная, очно-заочная, с применением, в случае необходимости, дистанционных образовательных технологий.

Формы проведения занятий:

-Учебно-тренировочные занятия

-соревнования

Формы организации деятельности учащихся на занятиях:

Групповые, индивидуальные, демонстрационные.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий.

Расписание занятий составляется и утверждается директором лицея по представлению педагога доп.образования с учётом наиболее благоприятного режима тренировочных занятий и отдыха обучающихся, их возрастных особенностей, возможностей использования спортивных объектов. Учебный материал рассчитан на 132 часов, Режим занятий – учащиеся первого года обучения 3 часа в неделю по 45 минут с 10 мин перерывом;

Объем и срок освоения образовательной программы.

Срок освоения программы – 1 год.

На полное освоение программы требуется 132 часа.

Основные методы обучения.

Методы и средства:

- словесный (объяснение, рассказ, беседа);

- наглядный (стенды, плакаты, видеофильмы, книги);

- практический (упражнения в стрельбе из пневматической винтовки).

Планируемые результаты.

Личностные результаты:

• ценностные ориентации выпускников основной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции:

- представление о России как о крупнейшей военной державе, ее месте и роли в современном мире;
- патриотизм, любовь к своей местности, своему региону, своей стране;
- уважение к истории, культуре, национальным особенностям, традициям и образу жизни других народов, толерантность;
- образовательные результаты системой знаний о возможностях использования оружия в рамках закона РФ, навыками его применения в различных жизненных ситуациях.
- готовность к осознанному выбору дальнейшей профессиональной траектории в соответствии с собственными интересами и возможностями.

Метапредметные результаты:

- умения организовывать свою деятельность, определять ее цели и задачи, выбирать средства реализации цели и применять их на практике, оценивать достигнутые результаты;
- организация своей жизни в соответствии с общественно значимыми представлениями о здоровом образе жизни, правах и обязанностях гражданина, ценностях бытия и культуры, социального взаимодействия;
- умение оценивать с позиций социальных норм собственные поступки и поступки других людей;

- умения взаимодействовать с людьми, работать в коллективах с выполнением различных социальных ролей, представлять себя, вести дискуссию и т. п.;
- умения ориентироваться в окружающем мире, выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках, принимать решения.

Предметные результаты:

- понимание роли и места армии в стране, ее роли в решении современных практических задач человечества и глобальных проблем;
- представление о современных видах оружия и их разрушительной силе;
- умение работать с разными источниками информации;
- владение элементарными практическими умениями пользоваться различными видами оружия;
- умения соблюдать меры безопасности при использовании и хранении различных видов оружия.

Механизм оценивания образовательных результатов.

Для оценки уровня освоения дополнительной общеразвивающей программы проводится итоговая аттестация обучающихся в форме сдачи контрольных нормативов.

Приём контрольных нормативов проводится в мае педагогом дополнительного образования. В течение учебного года приём контрольных нормативов проводится для перевода на более высокий уровень подготовки.

С целью проверки использования в соревновательных условиях изученных технических приёмов и тактических действий организуется участие обучающихся в соревнованиях различного уровня согласно плану спортивно-массовых мероприятий.

Формы подведения итогов реализации образовательной программы.

По окончании цикла подготовки, обучающиеся должны выполнить нормативные требования физической подготовленности, а также принять участие в соревнованиях.

Участие в соревнованиях: внутришкольные соревнования

Организационно-педагогические условия реализации образовательной программы.

Учебно-методическое обеспечение программы

Основными формами тренировочного процесса являются:

- групповые тренировочные занятия;
- групповые теоретические занятия;
- восстановительные мероприятия;
- участие в соревнованиях;
- зачеты, тестирования.

Основной формой является групповое тренировочное занятие.

Рекомендации по организации образовательного процесса. На время командировок и болезни преподавателя предусматривается самостоятельная работа. На самостоятельное обучение предпочтительнее выносить такие

предметные области, как теория и методика физической культуры и спорта, физическая подготовка. Педагог осуществляет контроль за самостоятельной работой обучающихся на основании ведения дневника самоконтроля, аудио- и видеоматериалов и другими способами (выполнение индивидуального задания, посещение спортивных мероприятий и другие формы).

Расписание занятий должно составляться с учетом создания благоприятных условий и режима тренировок, отдыха занимающихся графика обучения их в общеобразовательных и других учреждениях, характера и графика трудовой деятельности.

Контроль является одной из функций управления тренировочным процессом. Объективная информация о состоянии обучающихся в ходе тренировочной и соревновательной деятельности позволяет педагогу анализировать получаемые данные и вносить соответствующие корректировки в процесс подготовки. Выделяют следующие виды контроля:

- предварительный
- текущий
- итоговый

В ходе реализации программы применяются рефлексивно-аналитические средства оценивания и самооценки, достижений обучающихся: портфолио, карты личностного роста.

Психологическая подготовка.

Достижение высокой физической, технической, тактической подготовленности и успешное выступление на соревнованиях невозможны без высокого уровня развития определенных психологических качеств.

Следует отметить, что неблагоприятные эмоциональные состояния (страх, боязнь, неуверенность, нерешимость) проявляются у редкого количества занимающихся. Для снижения неблагоприятных эмоциональных состояний рекомендуется использовать следующие психолого- педагогические приемы:

- разъяснение и убеждение;
- внушение;
- отвлечение внимания.

Приемы саморегуляции:

- самоприказ;
- самовнушение;
- отвлечение внимания.

Методы психологической подготовки (убеждение, разъяснение, пример, поощрение, самостоятельное выполнение заданий, усложнение условий при выполнении упражнений, самовнушение, введение в тренировку сбивающих факторов, создание соревновательных условий).

Воспитательная работа.

Воспитание – это целенаправленное управление процессом развития личности. Воспитательные задачи связаны с ориентацией обучающихся на критерии добра и зла, постановка их в ситуации нравственного выбора и конкретизация нравственных норм в реальной жизни. Педагог решает поставленные задачи в соответствии со спецификой возраста обучающихся и взаимоотношений внутри

учебной группы, учитывая при этом индивидуальные особенности каждого обучающегося. Основным в воспитательной работе является содействие саморазвитию личности, реализации её творческого потенциала, обеспечение активной социальной защиты ребенка, создание необходимых и достаточных условий для активизации усилий обучающихся по решению собственных проблем.

Функции педагога при построении воспитательной работы в коллективе:

- организация разнообразной деятельности в группе;
- забота о развитии каждого обучающегося;
- помощь в решении возникающих проблем.

Основой формирования коллектива является цель, достижению которой подчинена деятельность его членов. Намеченная цель должна показывать коллективу возможности развития и перспективы. В спорте такой перспективой будет победа в матче, турнире, первенстве. Достижение одной цели должно сопровождаться постановкой другой, более сложной. Только в этом случае возможно поступательное развитие коллектива.

Воспитательная работа осуществляется как в процессе учебно-тренировочных занятий и соревнований, так и во внеурочное время в форме бесед, лекций, экскурсий, участия в различных праздниках, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях. В течение всего года ведется работа по формированию сознательного и добросовестного отношения к учебно-тренировочным занятиям, привитию организованности, трудолюбия и дисциплины.

Содержание сотрудничества педагога с родителями включает три основных направления:

- психолого-педагогическое просвещение родителей (родительские университеты, индивидуальные и тематические консультации);
- вовлечение родителей в учебно-воспитательный процесс (дни творчества детей и их родителей, открытые уроки, укрепление материально-технической базы, шефская помощь, совместные мероприятия детей и родителей);
- участие семей обучающихся в управлении учебно-воспитательным процессом (участие родителей в работе попечительского совета школы, участие в работе общественного совета содействия семье и школе).

В работе с юными спортсменами применяется широкий круг средств и методов воспитания.

Воспитательные средства:

- личный пример и педагогическое мастерство педагога;
- высокая организация тренировочного процесса;
- атмосфера трудолюбия, взаимопомощи, творчества;
- дружный коллектив;
- система морального стимулирования;
- наставничество опытных спортсменов

Воспитательная работа должна создавать условия для самосовершенствования и саморазвития, самоактуализации каждого обучающегося.

Особенно важное значение имеет самовоспитание волевых качеств личности, формирование спортивного характера.

Дидактические материалы:

- видеоматериалы: исторические видеозаписи, записи последних соревнований, учебные фильмы;
- тематическая литература;
- плакаты по тематике

Материально-технические условия. (Обеспечение).

При реализации программы используются учебные пособия (программы, макеты, справочная литература). Для выполнения практической части программы используются пневматические винтовки, лазерные винтовки, автоматы, пистолеты, стандартные мишени типа «П-6», опрокидывающиеся мишени из расчета по 3 шт. на каждое место огневого рубежа. Практические занятия по стрельбе проводятся в учебном кабинете (стрелковом тире школы), оборудованном в соответствии с требованиями Руководящих документов со строгим выполнением правил ТБ.

В ходе реализации программы используются:

- для проведения занятий по теоретической части курса лекционный метод (урок-лекция) и проблемно-поисковый метод проведения занятия;
- для проведения практических занятий по стрельбе из пневматической винтовки используется требования «Методических рекомендаций по ведению военной подготовки в школе», «Правила ТБ при проведении практических стрельб» и Инструкция по охране труда при обращении с оружием на уроках ОБЖ.

При проведении внутрисекционных соревнований с учетом норматива времени вводится ограничение по выполнению серии выстрелов по времени:

На выполнение упражнения по круглой мишени на дистанции 10 метров – 90 секунд.

На выполнение упражнения по опрокидывающимся мишеням на дистанции 10 метров – 60 секунд.

Уровневая дифференциация образовательной программы

К базовому уровню относятся дополнительные общеразвивающие программы, которые предоставляются обучающимся в возрасте от 14 до 18 лет, осваивающим программы основного общего, среднего общего образования, программы среднего профессионального образования, основные программы профессионального обучения. При этом срок освоения программы составляет не менее 1 года, время обучения – от 2 до 6 часов в неделю для программ, формирующих современные умения и навыки для учебы, жизни и труда; от 3 до 5 часов в неделю для иных программ. Результатом обучения является участие в конкурсных мероприятиях, включенных в рекомендуемый Министерством образования Калининградской области перечень, а также региональных, муниципальных и всероссийских олимпиадах не менее 50% обучающихся по дополнительным общеразвивающим программам; включение в число победителей и призёров перечня конкурсных мероприятий, рекомендуемых Министерством образования Калининградской

области, а также региональных, муниципальных и всероссийских олимпиад не менее 10% обучающихся по дополнительным общеразвивающим программам; переход на углублённый уровень не менее 25% обучающихся по дополнительным общеразвивающим программам.

Содержание учебного курса

Тема № 1. Меры безопасности при стрельбе Вводный инструктаж по ТБ. Закон РФ «О всеобщей воинской обязанности». Основы развития стрелкового спорта. Олимпийские чемпионы – россияне в стрелковом спорте.

Тема 2. Меры безопасности при проведении стрельб.

Теория Порядок обращения с оружием. Правила поведения в помещении для проведения стрельбы (спортзале, улице и др.). Сигналы и команды, подаваемые при проведении стрельб и их выполнение. Изучение инструкции по обеспечению мер безопасности при проведении стрельб.

Тема 3. Общие сведения об электронном оружии.

Теория Назначение электронного оружия. Общее устройство. Устройство, назначение и работа основных частей и механизмов оружия. Внесение поправок на прицеле. Осмотр оружия. Подготовка оружия к стрельбе, его заряджение и разряджение.

Явление выстрела. Отдача ружья. Образование траектории и её элементы. Прицеливание. Варианты техники спуска курка. Темп стрельбы, выполнение упражнения в условиях соревнований.

Тема 4. Основы техники стрельбы.

Теория Изготовки при стрельбе из положения стоя, с колена, лёжа. Особенности изготовки с учетом индивидуальных особенностей спортсмена, баланс оружия. Спуск курка.

Порядок стрельбы. Перерывы в стрельбе. Ошибки и помехи при медленной стрельбе. Показ приемов изготовки для стрельбы сидя с опорой локтями о стол или стойку. Положение корпуса, рук, ног, головы, положение кисти правой руки на шейке приклада и приклада у плеча. Положение указательного пальца на спусковом крючке.

Понятие прицеливания. Спуск курка.

Тема 5. Изучение и совершенствование техники стрельбы. Тренировки.

Практика Тренировки

Тема 6. Общая физическая подготовка

Теория Спортивные и подвижные игры как средство активного отдыха.

Практика Упражнения на расслабление различных групп мышц. Упражнения на развитие координации и точности движений. Упражнения на формирование правильной осанки.

Упражнения с партнерами в равновесии, в сопротивлении.

Тема 7. Правила соревнований.

Теория Нарушение правил соревнований. Определение занятых мест. Представители, тренеры и капитаны команд. Допуск участников к соревнованиям.

Практика Участие в соревнованиях.

Поурочный план

№ п/п	Содержание учебного материала	Кол-во часов
1	Вводный инструктаж по ТБ. Закон РФ «О всеобщей воинской обязанности». Стрелковый спорт в России.	4
2	Основы стрельбы из стрелкового оружия.	4
3	Боевые свойства, назначение и устройство пневматической винтовки, изучение приемов стрельбы и правил поведения в тире.	4
4	Общие сведения об электронном оружии	4
5	Общие сведения об электронном оружии	4
6	Овладение техникой кучной стрельбы	4
7	Овладение техникой кучной стрельбы	4
8	Овладение техникой кучной стрельбы	4
9	Овладение техникой кучной стрельбы	4
10	Овладение техникой кучной стрельбы	4
11	Овладение техникой кучной стрельбы по мишеням с черным кругом.	4
12	Овладение техникой кучной стрельбы по мишеням с черным кругом.	4
13	Овладение техникой кучной стрельбы по мишеням с черным кругом.	4
14	Овладение техникой кучной стрельбы по мишеням с черным кругом.	4
15	Овладение техникой кучной стрельбы по мишеням с черным кругом.	4
16	Овладение техникой кучной стрельбы по мишеням с черным кругом.	4
17	Овладение техникой кучной стрельбы по мишеням с черным кругом.	4

18	Овладение техникой меткой стрельбы.	4
19	Овладение техникой меткой стрельбы.	4
20	Овладение техникой меткой стрельбы.	4
21	Овладение техникой меткой стрельбы.	4
22	Овладение техникой меткой стрельбы.	4
23	Овладение техникой меткой стрельбы.	4
24	Изучение и совершенствование техники стрельбы. Тренировки	4
25	Изучение и совершенствование техники стрельбы. Тренировки	4
26	Изучение и совершенствование техники стрельбы. Тренировки	4
27	Изучение и совершенствование техники стрельбы. Тренировки	4
28	Изучение и совершенствование техники стрельбы. Тренировки	4
29	Изучение и совершенствование техники стрельбы. Тренировки	4
30		4
31	Подготовка к соревнованию. Соревнование.	4
32	Подготовка к соревнованию. Соревнование.	4
	Итого	132

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№	Режим деятельности	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая физкультурно-спортивной направленности секция «Меткий стрелок» программа
1.	Начало учебного года	1 сентября 2023 года
2.	Продолжительность учебного периода	68 учебных недель
3.	Продолжительность учебной недели	6 дней
4.	Периодичность учебных занятий	3 раза в неделю
5.	Количество часов	132 часов
6.	Окончание учебного года	31 мая
7.	Период реализации программы	01.09.2023-31.05.2023

Рабочая программа воспитания содержит:

Воспитательный компонент осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

- 1) гражданско-патриотическое
- 2) нравственное и духовное воспитание;
- 3) воспитание положительного отношения к труду и творчеству;
- 4) интеллектуальное воспитание;
- 5) здоровьесберегающее воспитание;
- 6) правовое воспитание и культура безопасности;
- 7) воспитание семейных ценностей;
- 8) формирование коммуникативной культуры;
- 9) экологическое воспитание.

Цель – формирование гармоничной личности с широким мировоззренческим кругозором, с серьезным багажом теоретических знаний и практических навыков, посредством информационно-коммуникативных технологий.

Используемые формы воспитательной работы: викторина, экскурсии, игровые программы, диспуты.

Методы: беседа, мини-викторина, моделирование, наблюдения, столкновения взглядов и позиций, проектный, поисковый.

Планируемый результат: повышение мотивации к изобретательству и созданию собственных конструкций; сформированность настойчивости в достижении цели, стремление к получению качественного законченного результата; умение работать в команде; сформированность нравственного, познавательного и коммуникативного потенциалов личности.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия, события	Направления воспитательной работы	Форма проведения	Сроки проведения
1.	Инструктаж по технике безопасности	Безопасность и здоровый образ жизни	В рамках занятий	Сентябрь
2.	Игры на знакомство и командообразование	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-май
3.	Беседа о сохранении материальных ценностей, бережном отношении к материальной базе	Гражданско-патриотическое воспитание, нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь-май

4.	Работа в группе	Нравственное воспитание, трудовое воспитание	В рамках занятий	Октябрь-май
5.	Участие в соревнованиях различного уровня	Воспитание интеллектуально-познавательных интересов	В рамках занятий	Октябрь-май
6.	Организация турнира	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Февраль
7.	Организация турнира	Гражданско-патриотическое, нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Март
8.	Открытые занятия для родителей	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству; формирование коммуникативной культуры	В рамках занятий	Декабрь, май

ОЦЕНОЧНЫЕ И ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Для отслеживания результативности образовательного процесса по Программе «Юный стрелок» используются следующие виды контроля:

- предварительный контроль (проверка знаний учащихся на начальном этапе освоения Программы) – входное тестирование;
- текущий контроль (в течение всего срока реализации программы);
- промежуточный контроль (в конце первого и второго годов обучения);
- итоговый контроль (заключительная проверка знаний, умений, навыков по итогам реализации Программы в каждом учебном году).

Педагогический контроль в виде аттестации с целью определения уровня освоения программного материала, физической и спортивной подготовленности обучающихся.

В течение учебного года обучающиеся, осваивающие программу проходят тестирования по тактической подготовке.

Промежуточная аттестация проводится по всем разделам учебного плана на каждом году обучения, итоговая аттестация проводится после освоения программы.

Формы подведения итогов реализации программы «Юный стрелок»:

1. Сдача нормативов;
2. Зачеты по теории;
3. Участие в соревнованиях по стрельбе;
4. Участие в соревнованиях по военно-прикладному многоборью;
5. Выполнение контрольных упражнений.

Контрольно- измерительные материалы

- упражнение выполняется из макетов винтовки МР-60 и пистолета Макарова;
- дистанция стрельбы от 5 м до 25 м;
- положение для стрельбы — сидя с опорой локтей о стол или стоя;
- количество выстрелов — 3 пробных, 5 зачётных;
- время на стрельбу — неограниченное.

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	
«Начинающий стрелок»	5	Сидя или стоя с	3	5	4	1	1	Неограниченное
«Юный стрелок»	10	С опорой о стол	6	20	8	2	4	30 мин
«Меткий»	10	Стоя	6	20	8	2	4	45 мин
«Снайпер»	10	Стоя. Лежа	6	20	8	2	4	40 мин

Разрядные нормы по стрельбе пулевой:

Пневматические винтовки, прицел открытый

Индекс упражнения	Положение для стрельбы	Дистанция м	пол	Спортивные разряды			
				переходной	3-й	2-й	1-й
«Начинающий стрелок»	Сидя или стоя с опорой на стол (5выстрелов)	5	м	40			
			д	34			
«Юный стрелок»	С опорой о стол (20выстрелов)	10	м		130	150	170
			д		122	142	162
«Меткий стрелок»	Стоя (20выстрелов)	10	м		ПО	130	150
			д		100	120	140
«Снайпер»	Стоя. Лежа (40выстрелов 20/20) (40 выстрелов 20 + 20)	10	м		310	330	350
			д		300	320	340

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Методическое обеспечение реализации программы

Методика 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 по разборке и сборке автомата Калашникова, 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.

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

К обучающимся по Программе 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.

Материально-технические условия реализации Программы

1. Плакаты по изучению устройства и взаимодействия частей АК, ПМ и пневматической винтовки;
2. Сборно-разборный макет автомата Калашникова;
3. Пневматическая винтовка;
4. Стенды для стрельбы;
5. Мишени бумажные (различные);
6. Пульки для стрельбы из пневматического оружия;
7. Тир, комната для хранения оружия;
8. Пульки 4,5мм,

Важно иметь: матрасы для стрельбы, валики для стрельбы из упора, столы. Количество пуль на одного занимающегося:

На учебные стрельбы – 74 шт. На соревнования – 16 шт. Резерв инструктора – 10 шт.

Кадровое обеспечение Программы

Программу реализует педагог дополнительного образования.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Загайнов Р.М. Психологическое мастерство тренера и спортсмена: Методическое пособие для олимпийцев. - М.: Советский спорт, 2005.
2. Идеомоторные представления и их значение в спортивной тренировке. –М.: Физкультура и спорт, 1967.
3. Королев Г.И. Управление системой подготовки в спорте. - М.: Мир атлетов, 2005.
4. Курс стрельбы из стрелкового оружия, танков и боевых машин КС-2000. - МВД РФ, 2000.
5. Огневая подготовка. Учебник МВД РФ. Авторский коллектив ЦОКРМВД России. - М., 2009.
6. Организация и проведение занятий по огневой подготовке из стрелкового оружия. Методические рекомендации. – М.: Военная академия имени Ф.Э.Дзержинского, 2002.
7. Потапов А.А. Искусство снайпера. - М./Фаир-Пресс, 2005
8. Макарова Г.А. Фармакологическое обеспечение в системе подготовки спортсменов. - М.: Советский спорт, 2004.

9. Никитушкин В.Г. Организационно-методические основы подготовки спортивного резерва. – М.: Советский спорт, 2005.
10. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать/профессия тренер. - М.: АСТ, 2004.
11. Общая теория и ее практические приложения. - М.: Советский спорт, 2005.
12. Полякова Т.Д. Профилактика и реабилитация зрения. Методические рекомендации. - Минск: БТИФК, 1992.
13. Пулевая стрельба. Примерные программы. - М.: Федеральное агентство по физической культуре и спорту, 2005.
14. Роженцов В.В. Утомление при занятиях физической культуры.
15. Федорин В.Н. Общая и специальная физическая подготовка стрелка-спортсмена. Учебное пособие. – Краснодар: Изд-во Редакционно-издательского совета Кубанской государственной академии ФК, 1995.
16. Физиология человека. – М.: Физкультура и спорт, 1970.
17. Филин В.П. Воспитание физических качеств у юных спортсменов. – М.: Физкультура и спорт, 1974.

Интернет-ресурсы:

1. Официальный интернет-сайт Стрелкового Союза России:
<http://shooting-russia.ru>
2. Официальный интернет-сайт Федерация пулевой и стендовой стрельбы города Москвы: <http://www.shooting-moscow.ru/index.htm>