


Отдел образования администрации Инжавинского района  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Инжавинская средняя общеобразовательная школа»

Рекомендована к утверждению  
методическим советом  
МБОУ «Инжавинская СОШ»  
протокол № 5  
от «20» мая 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ  
«Инжавинская СОШ»  
И. Ю. Хурцилава  
приказ № 139  
от «18» июня 2021 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
физкультурно – спортивной направленности  
«**Меткий стрелок**»

Возраст учащихся: 12-15 лет  
Срок реализации: 2 года

Составитель:  
Маркин Николай Анатольевич,  
педагог дополнительного образования

Инжавино, 2021

## Информационная карта программы

<b>1. Учреждение</b>	Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Инжавинская средняя общеобразовательная школа»
<b>2. Полноназвание программы</b>	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Меткий стрелок»
<b>3. Сведения об авторах:</b>	
<b>3.1. Ф.И.О., должность</b>	Маркин Николай Анатольевич, преподаватель-организатор ОБЖ, педагог дополнительного образования
<b>4. Сведения о программе:</b>	
<b>4.1. Нормативная база</b>	<p>Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;</p> <p>Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. №1726-р);</p> <p>Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 г. N 196);</p> <p>Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015г.);</p> <p>Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. N 41 г. Москва «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству,</p>

	содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»
<i>4.2. Область применения</i>	дополнительное образование
<i>4.3. Направленность</i>	физкультурно – спортивная
<i>4.4. Уровни освоения программы</i>	базовый
<i>4.5. Вид программы</i>	общеразвивающая
<i>4.6. Возраст учащихся по программе</i>	12-15 лет
<i>4.7. Продолжительность обучения</i>	2 года

## **Блок №1. «Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы»**

### **1.1. Пояснительная записка**

Данная программа имеет социально-педагогическую направленность и предназначена для учащихся 6-9-х классов. Уровень освоения: базовый.

**Актуальность программы** обучения по данной тематике обусловлена тем, что в программе курса «Основы безопасности жизнедеятельности» недостаточно времени уделяется этим темам, а в программу учебно-полевых учебных сборов входит стрельба. Поэтому данная программа используется для стрелковой подготовки допризывной и призывной молодежи.

Программа предназначена для учащихся 12-15 лет. Программа позволяет развить у обучающихся такие качества, как ловкость, выносливость, терпеливость, аккуратность, коммуникативность, самостоятельность. Привлекает учащихся эта программа тем, что у них имеется реальная возможность в изучении современного стрелкового оружия и возможность научиться метко стрелять, что крайне важно для будущих защитников Отечества.

Привлечение учащихся к военно-прикладным видам спорта позволяет отвлечь детей от безнадзорности и вредных привычек.

**Новизна** заключается в том, что в программах стрелковой подготовки, как правило, не предусматриваются создание условий для патриотического воспитания. Данная же программа ставит одной из приоритетных задач воспитательную работу с подростками, направленной на развитие интеллекта, морально-волевых и нравственных качеств. Высшая цель образования – высоконравственный, творческий, компетентный гражданин России, принимающий судьбу Отечества как свою личную, осознающий ответственность за настоящее и будущее своей страны, укорененный в духовных и культурных традициях российского народа.

### **Педагогическая целесообразность программы**

Дополнительная образовательная программа «Меткий стрелок» обеспечивает понимание каждым учащимся своей роли и места в стране и в обществе, в служении Отечеству, основанном на высокой личной ответственности за выполнение требований военной и государственной службы; убежденность в необходимости выполнения функции защиты Отечества в современных условиях; приобретение основных качеств, свойств, навыков, привычек, необходимых для успешного выполнения обязанностей в рядах Вооруженных Сил РФ (ВС РФ), других воинских формирований и органов. Помимо военно-патриотического аспекта, программа «Меткий стрелок» содействует также

физическому, нравственному (в т.ч. морально-волевому) и интеллектуальному совершенствованию обучающихся, поскольку при занятии стрельбой у школьников развиваются внимание, память, эмоциональная устойчивость к стрессовым ситуациям, контроль за эмоциями, волевые качества (целеустремленность, настойчивость, выдержка).

**Отличительная особенность** данной программы заключается в непрерывном дополнительном образовании, которое осуществляется по возрастным ступеням. Программа предусматривает систематическую работу в трех направлениях: знакомство с историей стрелкового дела, развитие памяти, внимания и устойчивости к стрессовым ситуациям.

**Преимущество предлагаемой программы** заключается в том, что учащиеся получают и закрепляют знания ОБЖ, учатся логически мыслить, обобщать, грамотно излагать свои мысли, контролировать свои эмоции; на занятиях у учащихся формируется культура поведения в кругу сверстников и в семье, желание оказывать помощь людям по мере необходимости.

#### **Адресат программы**

Программа адресована учащимся от 12 до 15 лет интересующимся стрелковым спортом. Программа направлена на распространение военных, военно-технических знаний, повышения качества работы по патриотическому воспитанию подрастающего поколения, подготовке их к военной службе, популяризации военно-прикладных и технических видов спорта и оздоровления обучающихся..

#### **Условия набора учащихся**

Для обучения принимаются все желающие без предварительных собеседований

#### **Количество учащихся:**

в группах 1 и 2 года обучения – 10 человек;

Объем и срок освоения программы

Срок обучения по программе составляет 2 года. Объем часов по программе – 144 часа.

#### **Формы и режим занятий:**

1 год обучения – 72 часа;

2 год обучения – 72 часа;

#### *Режим занятий*

На 1-2 году обучения занятия проводятся два раза в неделю по одному учебному часу, длительность учебного часа – 45 минут.

#### **Особенности организации образовательного процесса**

Программа адаптируема для различных возрастных групп.

Первый год обучения направлен на формирование у учащихся твердых знаний и физических навыков стрельбы, второй – на совершенствование стрелковых навыков.

Каждый год имеет законченный цикл, но вместе является логическим продолжением предыдущей, что позволяет решать проблему преемственности обучения по данной программе.

**Формы организации деятельности учащихся:**

групповые занятия;

индивидуальные занятия (с наиболее одаренными детьми, а также занятия с целью ликвидации отставания в освоении программы).

**Формы проведения занятий:** вводное занятие, занятия по углублению знаний, контрольное занятие, комбинированная форма занятий, беседа, решение тестовых заданий, практические упражнения по стрельбе.

## 1.2. Цель и задачи программы

**Цель:** формирование физически и социально активной личности, готовой к выполнению своих гражданских обязанностей по защите Отечества.

**Задачи 1 года обучения:**

*образовательные:*

- научить учащихся разбираться в современном стрелковом и спортивном оружии,
- обучить основам теории стрельбы;
- познакомить с материальной частью современного стрелкового и спортивного оружия;
- познакомить с историей создания и развития стрелкового оружия России;
- обучить мерам безопасности при обращении с оружием и боеприпасами во время учебных стрельб и соревнований;
- обучить основам судейства соревнований по стрельбе.

*развивающие:*

- развивать у учащихся внимание, усидчивость, глазомер, память, внимательность.

*воспитательные:*

- воспитывать любовь к военно-прикладным видам спорта;
- воспитывать уважение к Вооруженным Силам России и их истории;
- воспитывать уважение к Российскому оружию и его истории

### 1.3. Содержание программы

#### Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие.	2	1	1	Опрос, собеседование, педагогическое наблюдение
2	Начальные сведения о стрельбе из личного оружия	9	4	5	Зачёт по теории, контроль качества
3	Пневматическое оружие.	10	2	8	Анализ работ, педагогическое
4	Подготовительные упражнения по стрельбе	12	2	10	Сдача нормативов
5	Вспомогательные упражнения по стрельбе	12	3	9	Сдача нормативов
6	Основные упражнения по стрельбе	25	4	21	Сдача нормативов
7	Заключительное занятие	2	1	1	Зачёт по теории, контроль качества стрельбы
	<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>	<b>17</b>	<b>55</b>	

## Содержание учебного плана

### 1. Вводное занятие

**Теория.** История и задачи развития пулевой стрельбы в России. Пневматическое оружие, его отличительные особенности. Пулевая стрельба как один из видов спорта. Овладение искусством точной стрельбы. Техника безопасности при обращении с оружием и при стрельбе. Входная диагностика.

**Практика.** Упражнения для развития общей выносливости, на владение техникой обращения с оружием.

### 2. Начальные сведения о стрельбе из личного оружия

**Теория.** История развития огнестрельного и пневматического оружия. История вооружения. Понятие о стрельбе и выстреле. Основы устройства оружия и боеприпасов. 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.

**Практика.** Упражнения на заряжение и разряжение оружия. Упражнения для развития силы, по пристрелке оружия.

### 3. Пневматическое оружие

**Теория.** Устройство и подготовка пневматического оружия к стрельбе. Общие данные. Принцип работы. Устройство и назначение основных частей и механизмов оружия. Правила соревнований по пулевой стрельбе. Обязанности и права стрелков при обращении с оружием.

**Практика.** Сборка и разборка оружия. Стрельба. Упражнения по подготовке оружия к стрельбе.

### 4. Подготовительные упражнения по стрельбе

**Теория.** Психологическая подготовка стрелка. Характерные ошибки при подготовке к стрельбе.

**Практика.** Упражнения по подготовке к стрельбе. Упражнение начальное и тренировочное. Соревнования по стрельбе.

### 5. Вспомогательные упражнения по стрельбе

**Теория.** Психологическая подготовка стрелка. Овладение правильной и надежной изготойкой для стрельбы из различных положений.

**Практика.** Упражнения для развития статической выносливости частей тела при стрельбе из различных положений.

Соревнования по стрельбе.



## **6. Основные упражнения по стрельбе**

**7. Теория.** Психологическая подготовка стрелка при выполнении основных упражнений по стрельбе.

**Практика.** Дыхательные упражнения. Упражнения по подготовке к стрельбе.

## **7. Заключительное занятие**

Подведение итогов учебного года. Рефлексия

## **Планируемые результаты**

По окончании 1 года обучения учащиеся должны:

### ***Предметные результаты.***

знать:

меры безопасности при стрельбе из оружия.

адекватную самооценку действий при стрельбе.

уметь: - выбрать наиболее безопасный маршрут;

- применять на практике основные правила перехода проезжей части;

- найти безопасное место перехода железной дороги;

- уметь пользоваться общественным транспортом

### ***Метапредметные результаты***

1. Регулятивные:

определяться с целеполаганием, включая постановку новых целей;

планировать пути достижения целей;

проявлять индивидуальные творческие способности;

самостоятельно контролировать своё время.

2. Коммуникативные универсальные учебные действия:

задавать вопросы для организации собственной деятельности и сотрудничества;

предлагать помощь, работать в группе;

3. Познавательные:

самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, проблемы;

работать с информацией;

выполнять логические операции сравнения, анализа, обобщения.

### ***Личностные результаты***

К концу первого года:

Осознают необходимость соблюдать меры безопасности при стрельбе из оружия.

Вырабатывают способность к адекватной самооценке действий при стрельбе.

Сформируется убежденность в полезности занятий стрельбой.

## Задачи 2 года обучения:

### *образовательные:*

- знать материальную часть современного стрелкового и спортивного оружия;
- знать историю создания и развития стрелкового оружия России;
- применять меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами во время учебных стрельб и соревнований;
- овладеть основам судейства соревнований по стрельбе.

### *развивающие:*

- развивать у воспитанников внимание, усидчивость, глазомер, память, внимательность.

### *воспитательные:*

- воспитывать любовь к военно-прикладным видам спорта;
- воспитывать уважение к Вооруженным Силам России и их истории;
- воспитывать уважение к Российскому оружию и его истории

## Учебный план

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		всего	теория	практика	
1	Вводное занятие	2	2	0	Зачёт
2	Углубленное изучение пневматического оружия	3	1	2	Зачёт, сдача нормативов
3	Общие сведения о пневматическом оружии повышенного качества	3	1	2	сдача нормативов, зачёт
4	Вспомогательные упражнения при стрельбе	26	6	20	сдача нормативов, участие в соревнованиях
5	Основные упражнения при стрельбе	36	0	36	сдача нормативов, участие в соревнованиях
6	Заключительное занятие	2	1	1	Сдача нормативов

	ИТОГО	72	11	61	
--	-------	----	----	----	--

## Содержание учебного плана

### 1. Вводное занятие

**Теория.** Техника безопасности при стрельбе из пневматического оружия. Актуализация умений и знаний первого года обучения. Входная диагностика.

### 2. Углубленное изучение пневматического оружия

**Теория.** Подготовка пневматического оружия к стрельбе. Меры безопасности при стрельбе из пневматического оружия. Правила проведения соревнований.

**Практика.** Физическая и психологическая подготовка стрелка.

### 3. Общие сведения о пневматическом оружии повышенного качества

**Теория.** Технические данные пневматического оружия повышенного качества. Техника безопасности при обращении с оружием. Правила технического ухода за оружием. Обязанности и права стрелков при обращении с оружием.

**Практика.** Физическая подготовка стрелка. Упражнения на развитие ловкости. Подготовка оружия к стрельбе.

### 4. Вспомогательные упражнения по стрельбе

**Теория.** Подготовка стрелка. Значение общей и специальной физической подготовки. Правильная и надежная изготовка для стрельбы из различных положений.

**Практика.** Подвижная спортивная игра на развитие общей выносливости. Стрельба из винтовки по белому листу бумаги для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Анализ действий при выстреле, устранение ошибок.

### 5. Основные упражнения по стрельбе

**Практика.** Стрельба из винтовки по круглой мишени сидя за столом с опорой локтями на стол. Стрельба из пистолета двумя руками. Стрельба из пистолета одной рукой. Стрельба из винтовки с колена. Психологическая подготовка стрелка.

### 6. Заключительное занятие

Подведение итогов учебного года. Награждение. Рефлексия.

## Планируемые результаты 2 года обучения

По окончании 2 года обучения учащиеся должны:

### **Предметные результаты.**

знать :

- технические данные различных видов оружия;

уметь :

- подготовить оружие к стрельбе;
- заряжать и разряжать оружие;
- правильно дышать при стрельбе;

### **Метапредметные результаты**

1. Регулятивные:

*К концу второго года обучения ученик способен:*

- принимать решения в проблемной ситуации;
- адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действий и вносить необходимые коррективы.

2. Коммуникативные:

*К концу второго года обучения ученик способен:*

- учитывать разные мнения и быть готовым к сотрудничеству;
- формулировать собственное мнение, аргументировать свою точку зрения.

3. Познавательные:

*К концу второго года обучения школьник способен*

- знать права и обязанности стрелков
- вести здоровый образ жизни

### **Личностные результаты:**

самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;

осознание ответственности человека за общее благополучие;

этические чувства, прежде всего доброжелательность и эмоционально-нравственная отзывчивость;

способность к самооценке;

начальные навыки сотрудничества в разных ситуациях

## **Блок № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеобразовательной программы»**

### **2.1 Календарный учебный график**

Количество учебных недель – 72

Количество учебных дней – 144.

Начало занятий групп всех годов обучения – с 1 сентября, окончание занятий – 31 мая.

Продолжительность каникул – с 1 июня по 31 августа.

## **2.2 Условия реализации программы**

### **Перечень материально-технического обеспечения (в расчете на 10 учащихся)**

№ п/п	Наименование	I ступень	II ступень
1.	Компьютер	1	1
2.	Стол	15	15
3.	Стул	30	30
4.	Пневматические винтовки	6	6
5.	Пневматический пистолет	2	2
6.	Мишени разного формата	100	100
7.	Видеофильмы	по тематике	по тематике
8.	Лазерный тир	1	1
9.	Опорные конспекты	по тематике	по тематике
10.	Карточки, тесты, плакаты	по тематике	по тематике

### **Информационное обеспечение**

Подключение к сети Интернет.

### ***Кадровое обеспечение***

Педагог, работающий по данной программе, имеет высшее профессиональное образование в области, соответствующей профилю детского объединения без предъявления требований к стажу работы.

### ***Санитарно-гигиенические требования***

Занятия должны проводиться в просторном помещении, соответствующем требованиям техники безопасности, противопожарной безопасности, санитарным нормам. Кабинет должен хорошо освещаться и периодически проветриваться.

## **2.3 Формы аттестации/контроля**

Исходя из поставленных цели и задач, прогнозируемых результатов обучения, разработаны следующие формы отслеживания результативности данной образовательной программы:

- входной контроль;
- использование методов специальной диагностики, тестирования;
- теоретический зачёт;
- тесты;
- практические работы;
- сдача нормативов;
- участие в конкурсах и соревнованиях.

### **Формы контроля и подведения итогов реализации программы.**

Оценка качества реализации программы включает в себя вводный, промежуточный и итоговый контроль учащихся.

*Вводный контроль:* определение исходного уровня знаний и умений учащихся в форме теста, иногда беседы.

Входной контроль осуществляется в начале каждого года обучения.

*Промежуточный контроль:* осуществляется в конце первого года обучения и направлен на определение уровня усвоения изучаемого материала. Проводится в форме сдачи норматива.

*Итоговый контроль:* осуществляется в конце курса освоения программы и направлен на определение результатов работы и степени усвоения теоретических и практических ЗУН, сформированности личностных качеств.

Кроме того, учебно-тематический план каждого года обучения содержит в себе вводное и итоговое занятие. Вводное занятие включает в себя начальную диагностику и введение в программу, итоговое занятие — промежуточную или итоговую диагностику.

Для каждого учащегося важно продемонстрировать свои творческие достижения, получить одобрение и справедливую оценку своих стараний от педагога, родителей и сверстников. Критериями освоения программы служат знания, умения и навыки учащихся.

#### 2.4 Оценочные материалы

В конце каждого учебного года проводится промежуточная аттестация учащихся, а по завершении курса обучения по программе, проходит итоговая аттестация с использованием диагностических методик:

*Развитие познавательных процессов:*

Составление алгоритмов.

*Личностное развитие учащихся:*

«Диагностика личностной креативности» (Е.Е.Туник);

«16-факторный личностный опросник Р. Б. Кеттелла» (детский вариант, адаптированный Э.М. Александровской);

«Методика определения самооценки детей» (Т.В.Дембо, С.Я.Рубинштейн).

#### 2.5 Методические материалы.

### Методическое обеспечение I года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Дидактико-методический материал	Формы, методы, приемы обучения	Формы подведения итогов
	<b>Введение</b>	таблицы, Пневматические винтовка и пистолет	Словесный: рассказ, диалог. Практический: игра ролевая; практикум,	Входной контроль
1.	Начальные сведения о стрельбе из личного оружия	Плакаты, Пневматические винтовка и пистолет	тренинг. Коллективный: Наглядный: показ, анализ	Зачёт, выполнение специальных заданий
2.	Пневматическое	Пневматические	видеоматериалов	Сдача

	оружие	винтовка и пистолет	Частично-поисковый Выполнение	нормативов
3.	Основные упражнения по стрельбе	Пневматические винтовка и пистолет, лазерный тир	специальных упражнений, практическая стрельба. Исследовательский: решение проблемных ситуаций	Тесты, выполнение нормативов
4.	<b>Итоговое занятие</b>			зачёт

### Методическое обеспечение II года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Дидактико-методический материал	Формы, методы, приемы обучения	Формы подведения итогов
	<b>Введение</b>	Пневматические винтовка и пистолет	Словесный: рассказ, диалог. Практический: игра	Входной контроль
1.	Углубленное изучение пневматического оружия	Пневматические винтовка и пистолет, лазерный тир	ролевая; практикум, тренинг Наглядный: показ, анализ	Зачёт, выполнение специальных упражнений
2	Вспомогательные упражнения при стрельбе	Пневматические винтовка и пистолет, лазерный тир	видеоматериалов. Индивидуальная самостоятельная работа	Сдача нормативов
3	Основные упражнения при стрельбе	Пневматические винтовка и пистолет, лазерный тир	Проблемно-поисковые: выполнение специальных упражнений	Сдача нормативов
4.	<b>Итоговое занятие</b>		Исследовательский: решение проблемных ситуаций,	Соревнования

### Алгоритм построения учебного занятия

Каждое занятие по программе содержит вводную часть, основную и заключительные части.

**Вводная часть:** приветствие, сообщение темы занятия.

**Основная часть:** Основная часть включает в себя теорию и практику.

*Теория* предполагает изучение: пневматического оружия, его отличительные особенности. Овладение искусством точной стрельбы. Технике безопасности при обращении с оружием и при стрельбе.

*Практика* закрепляет изученный теоретический материал. Основное место на занятиях отводится практической работе: точная стрельба из пневматического оружия, меры безопасности при обращении с оружием.

использование полученных знаний в соревнованиях и конкурсах.

#### Технологии, формы и методы обучения

В образовательном процессе используются технологии: информационно-коммуникативного обучения, проблемного обучения, разноуровневого обучения, развивающего обучения, дифференцированного обучения, игровые технологии, обучение в сотрудничестве, технология портфолио, здоровьесберегающие технологии.

Формы занятий, методы и приемы обучения и воспитания используются с учетом возрастных особенностей.

Программа предполагает использование различных форм занятий (занятие-игра, занятие-путешествие, и др.) и методов обучения (объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, проблемный, частично-поисковый, исследовательский).

## **2.6 Список используемых источников:**

### **Литература для педагога**

1. Бородаев В. Подготовка спортсменов в стрельбе по движущейся мишени//«Бегущий кабан».-М.,1992.
2. Володина И.С. Физическая подготовка стрелка спортсмена/Лекция для студентов и слушателей РГАФК//Изд.Редакционно-издательского отделаРГАФК.-М,1997.
3. ДжгамадзеТ.А., КорхА.Я., Володина И.С. Подготовка стрелка из пневматического оружия. /Методическая разработка для студентов и слушателей РГАФК. М. Изд. Редакционно-издательскогоотделаРГАФК, 1998.
4. Иткис М.Я, КорхА.Я. Спортивная стрельба. Учебник для институтов физической культуры. -М./Физкультура и спорт,1987.
5. Кинль В.А. Пулевая стрельба.-М./Просвещение,1989.
6. КорхА.Я. Стрелковый спорт и методика преподавания.-М.,1986
7. Потапов А.А. Искусство снайпера.- М./Фаир-Пресс,2005.
8. Пуллэм Б., ХейненкратФ.Т. Спортивнаястрельбаиз винтовки. Руководстводлястрелков и тренеров. -М./Физкультураи спорт,1993.
9. Сологуб С.Л. Методология управления спортивно-тренировочным процессом в пулевой стрельбе.-М.,2010.
10. Стрельба из пневматических винтовок. Методическое пособие. -М., 2011.
11. Федорни В.Н. Общая и специальная физическая подготовка стрелка-спортсмена. Учебное пособие. – Краснодар/ Редакционно-издательского совета Кубинской государственной академии Ф К,1995.



### **Литература для учащихся**

1. Дворкин А. Д. «Стрельба из пневматических винтовок».
2. ДО г.Москвы ЦВП и ГВ методические материалы и нормативные документы «Основы подготовки к военной службе».
3. ДО г.Москвы ЦВП и ГВ «Методические рекомендации по организации учета, хранения и выдачи оружия и боеприпасов».
4. Кузнецов А. С. Программа кружка «Стрелковые кружки».
5. Попов Е.А., «Огневая подготовка», Москва, 2004 г.
6. Правила соревнований по пулевой стрельбе.
7. Сборник руководящих документов по стрелковому спорту.

### **Интернет ресурсы:**

<http://www.drofa.ru> — сайт издательства «Дрофа».

<http://www.gramota.ru>

<http://www.rus.1september.ru> — электронная версия газеты Сайт для учителей.

<http://www.ruscenter.ru> — РОФ «Центр развития».

### Календарный учебный график 1 года обучения

№	месяц	число	Время проведения занятия	Форма занятий	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
					2	<b>Введение</b>		
1				вводное занятие, контроль	1	Пневматическое оружие, его отличительные особенности.	кабинет	Входной контроль
2				показ	1	Техника обращения с оружием.	тир	опрос
					9	<b>Начальные сведения о стрельбе из личного оружия</b>		
3-6				Лекция, беседа	4	Прицеливание. Режим дыхания. Меры безопасности. Правила выполнения стрельбы. Заряжение и разряжение.	кабинет	тестирование
7-11				Практическое занятие	5	Упражнения на заряжение и разряжение оружия	тир	Сдача нормативов
					10	<b>Пневматическое оружие</b>		
12-13				Лекция, беседа	2	Общие данные. Принцип работы.	кабинет	тестирование
14-21				Практическое занятие	8	Сборка и разборка оружия. Стрельба.	тир	Выполнение нормативов
					12	<b>Подготовительные упражнения по стрельбе</b>		
22-23				Объяснение, рассказ	2	Характерные ошибки при подготовке к стрельбе.	кабинет	зачёт
24-33				Комбинированное занятие	10	Упражнения по подготовке к стрельбе. Координация всех действий стрелка	тир	Выполнение

								нормативов
					12	<b>Вспомогательные упражнения по стрельбе</b>		
34-36			лекция	3	Психологическая подготовка стрелка.		кабинет	опрос
37-45			Практическое занятие	9	Стрельба из различных положений		тир	Выполнение нормативов
				25	<b>Основные упражнения по стрельбе</b>			
46-49			Беседа, лекция	4	Психологическая подготовка стрелка при выполнении основных упражнений по стрельбе.		кабинет	Теоретический зачёт
50-70			практикум	21	Стрельба по различным мишеням		тир	Выполнение нормативов
				2	<b>Заключительное занятие</b>			
71-72					Подведение итогов года			
				72	Итого			

Количество часов за год– 72

## Календарный учебный график 2 года обучения

Количество часов за год - 72 часа

№	мес яц	чис ло	Время провед ения заняти й	Форма занятий	Количес т во часов	Тема занятия	Место проведения занятий	Форма контроля
					2	Введение		
1-2				Беседа, лекция	2	Техника безопасности при стрельбе из пневматического оружия. Актуализация умений и знаний первого года обучения.	кабинет	зачёт
					3	<b>Углубленное изучение пневматического оружия</b>		
3				Практичес кое занятие	1	Подготовка пневматического оружия к стрельбе.	тир	тестирован ие
4-5				Комбинир ованное занятие	2	Физическая и психологическая подготовка стрелка.	тир	Выполнен ие нормативо в
					3	<b>Общие сведения о пневматическом оружии по</b>		
6				Объяснени е , рассказ	1	Конструктивные отличия пневматического оружия повышенного уровня.	кабинет	зачёт
7-8				Практичес кое занятие	2	. Подготовка оружия к стрельбе.	тир	тестирован ие
					26	<b>Вспомогательные упражнения по стрельбе</b>		
9- 14				Комбинир ованное занятие	6	Правильная и надежная изготовка для стрельбы из различных положений.	тир	тестирован ие

15-34					20	Стрельба из пневматического оружия по различным мишеням.	тир	Выполнение нормативов
					<b>36</b>	<b>Основные упражнения по стрельбе</b>		
35-50				Объяснение, рассказ	16	Анализ действий при выстреле, устранение ошибок.	кабинет	тестирование
51-70				Комбинированное занятие	20	Стрельба из пневматического оружия по различным мишеням.	тир	Выполнение нормативов
					<b>2</b>	<b>Заключительное занятие</b>		
71-72					2	Подведение итогов учебного года. Награждение. Рефлексия	кабинет	
					72	<b>Итого</b>		