

муниципальное казённое общеобразовательное учреждение  
«Коммунарковская средняя общеобразовательная школа»  
Беловского района Курской области

Рассмотрена  
на заседании МС  
Протокол № 1 от  
31.08.2022г.

Принята на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 1от 31.08.2022г.

«УТВЕРЖДАЮ»  
Приказ № 278  
от «31» августа 2023г.  
Коммунарковская  
Директор школы  
Е.А. Малеева



**Дополнительная общеразвивающая программа**  
**физкультурно-спортивной направленности**  
**«Освоение навыков стрелковой культуры. Стрелковая**  
**подготовка»**  
**(модифицированная)**

Уровень программы: стартовый

Возраст обучающихся: 7-17 лет

Срок реализации: 1 год

Форма обучения: очная с возможностью применения дистанционной

Программу составил педагог  
дополнительного образования  
Зозулин Александр Александрович,  
первая квалификационная категория

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ</b>	
1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель программы .....	5
1.3. Задачи программы.....	5
1.4. Планируемые результаты.....	6
1.5. Содержание программы.....	8
<b>II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ</b>	
2.1 Календарный учебный график.....	17
2.2 Оценочные материалы.....	17
2.3 Формы аттестации.....	18
2.4 Методические материалы.....	19
2.5 Рабочая программа воспитания.....	23
2.6 Список литературы.....	27
2.7 Приложения.....	28

## 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

### **Пояснительная записка**

Дополнительное образование детей является важнейшей составляющей образовательного пространства, которое формирует и развивает творческие способности у детей, удовлетворяет их индивидуальные потребности в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формирует культуру здорового и безопасного образа жизни, укрепляет здоровье.

Одним из изменений системы дополнительного образования является переход к новым принципам управления, заложенным в федеральном проекте «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование».

В рамках регионального проекта «Успех каждого ребёнка» в муниципальном казенном общеобразовательном учреждении «Коммунарковская средняя общеобразовательная школа» Беловского района Курской области созданы новые места для занятий по дополнительной общеразвивающей программе «Стрелковая подготовка» физкультурно-спортивной направленности.

Программа разработана в соответствии с *нормативными документами*:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ “О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся”.
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. Приказ Министерства Просвещения России от 30.09.2020 № 533 \_ О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по ДОО.

5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 "Об утверждении Порядка применения организациями осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ".
6. Постановление Правительства РФ «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей молодежи» от 28.09.2020 г. №28».
7. Постановление Правительства РФ «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.36.85-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» от 28.01.2021 г. №2».
8. Письмо Минобрнауки от 18.11.2015 г. №09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)».
9. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014г. № 1726-р.
10. Закон Курской области от 09.12.2013 №121-ЗКО (с изм. От 01.12.2014) «Об образовании в Курской области (принят Курской областной Думой 04.12.2013).
11. Приказ Комитета образования и науки Курской области от 12.02.2021 г. №1-114 «Об организации и проведении независимой оценки качества дополнительных общеобразовательных программ»
12. Устав муниципального казенного общеобразовательного учреждения «Коммунарковская средняя общеобразовательная школа», утвержденный приказом директора Коммунарковской средней общеобразовательной школы от № \_\_\_\_)

13. Положение о дополнительной общеразвивающей программе муниципального казенного общеобразовательного учреждения «Коммунарковская средняя общеобразовательная школа»

Программа имеет **физкультурно-спортивную направленность**. Позволяет развить у учащихся такие качества, как ловкость, выносливость, терпеливость. Привлекает воспитанников эта программа тем, что у них имеется реальная возможность в изучении современного стрелкового оружия и возможность научиться метко стрелять, что крайне важно для будущих защитников Отечества.

**Актуальность.** Оружие и особенно стрельба из него всегда вызывает живой интерес у подростков. Кроме того, в настоящее время большое внимание уделяется сохранению здоровья учащихся. Детское объединение физкультурно-спортивной направленности в школе позволяет развивать общефизическую подготовку обучающихся, воспитывать смелость, мужество, решительность, самообладание, целеустремленность, трудолюбие, внимательность и самостоятельность.

В настоящее время актуальность приобретает возрастающая роль физкультуры и спорта в жизни современного общества. К числу наиболее актуальных проблем относится, прежде всего, доступность, массовость видов спорта, наличие определенной материально-технической базы, для занятия определенным видом спорта. Стрелковый спорт по праву считается одним из самых массовых, доступных и увлекательных военно-прикладных видов спорта. Занятия стрельбой способствуют подготовке ребят к службе в вооруженных силах России, помогает получить им специальные знания, умения и навыки необходимые будущим защитникам Родины.

#### **Отличительные особенности программы:**

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 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.

К занимающимся предъявляются определенные требования по мерам безопасности при обращении с пневматическим оружием, так как при нарушении правил по технике безопасности возможно получение серьезных травм и увечий и по знанию устройства и работы данного вида оружия.

### **Организация образовательного процесса.**

Программа рассчитана на 1 год обучения:

- общее количество часов в год – 108 ч;
- количество учебных недель – 18;
- количество часов в неделю – 6 ч;
- периодичность – 3 раза в неделю продолжительностью 2 часа
- адресат программы: дети школьного возраста от 7 до 17 лет;
- состав группы – постоянный в количестве 15 человек.
- уровень сложности программы – стартовый;
- форма обучения по программе – очная.

### **Формы организации образовательного процесса:**

В зависимости от уровня подготовки учащихся занятия могут проводиться в форме групповых и индивидуально – групповых. Основными формами занятий являются учебно-тренировочные занятия, теоретические и

практические занятия, спортивные игры и соревнования. Каждое занятие делится на 3 части:

подготовительная – организационные моменты, разминка;

основная – обучение технике и тактике стрельбы, развитие физических, специальных психических качеств, повышение уровня функциональной подготовленности;

заключительная - занятия способствуют приведению занимающихся в относительно спокойное состояние путем снижения нагрузок и создания хорошего эмоционального фона.

### **Цель и задачи программы**

*Цель:* привлечение детей к систематическим занятиям спортом через овладение навыками стрелковой подготовки, общей физической подготовки.

#### ***Задачи программы:***

##### ***Предметные (Образовательные)***

- познакомить с историей развития стрелкового спорта;
- теоретическое знакомство с основными видами отечественного стрелкового оружия их характеристиками и устройством;
- познакомить с прикладным и оборонным значением стрелкового спорта;
- познакомить с характеристиками моделей пневматического оружия;
- познакомить с устройством и взаимодействием частей пневматического оружия; автомата Калашникова
- обучить технике безопасности при пользовании пневматическим оружием, автоматом Калашникова;
- обучить основам производства меткого выстрела;
- обучить технике стрельбы;
- обучить специальным стрелковым упражнениям;
- обучить организацией соревнований по стрельбе и их проведение.

##### ***Метапредметные (Развивающие)***

- формирование установки на активное приобщение учащихся к занятиям спортом и физической культурой;

- развить физические и морально-волевые качества;
- совершенствовать специальные психологические качества, умственные и интеллектуальные способности.

**Личностные (Воспитательные)**

- привить учащимся трудолюбие, упорство, терпение, желание заниматься спортом и вести здоровый образ жизни;
- профилактика вредных привычек и правовых правонарушений;
- содействие взаимопониманию между различными национальными, религиозными и социальными группами, гуманному отношению ко всему живому.

**Учебный план**

№	Наименование раздела	Всего	Теория	Практика	Форма контроля
1	Введение. Техника безопасности	2	2	-	Беседа, тестирование Тестирование на знание теоретического материала, сдача контрольных нормативов
2	История стрелкового оружия.	2	2	-	
3	Основы техники стрельбы	10	5	5 Тестирование	
4					
	Правила соревнований	2	1	1 Тестирование	
5					
	Изучение и совершенствование техники	42	-	42 Тестирование на знание теоретичес	
6					

## Содержание программы

### **Раздел 1: Введение – 2 ч.**

Теория. Вводное занятие. Цель и задачи курса.

Общие требования. Правила обращения с оружием.

Права и обязанности стрелка. 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.

Оборудование: пневматическая винтовка,

### **Раздел 2: История стрелкового оружия – 2 ч.**

Теория. История стрелкового оружия. Развитие стрелкового оружия.

Совершенствование составных частей и элементов. Современное стрелковое и спортивное оружие. Основы развития стрелкового спорта. Олимпийские чемпионы – россияне в стрелковом спорте. Закон «О всеобщей воинской обязанности».

### **Раздел 3: Основы техники стрельбы - 10 ч.**

#### **Материальная часть ПВ.**

Теория. Назначение и боевые свойства пневматического оружия. Общее устройство пневматических винтовок. Виды прицелов и их устройство.

Практика. Внесение поправок на прицеле. Осмотр оружия. Уход за оружием.

#### **Основы стрельбы..**

Теория. Явление выстрела. Движение пули по каналу ствола. Начальная скорость. Отдача ружья, полет пули в воздухе. Образование траектории и её элементы. Прицеливание. Варианты техники спуска курка. Подбор пулек.

Темп стрельбы, выполнение упражнения в условиях соревнований.

#### **Основы техники стрельбы.**

Практика. Изготовки при стрельбе из положения стоя, с колена, лёжа.

Особенности изготовки с учетом индивидуальных особенностей спортсмена, баланс оружия. Спуск курка.

#### **Раздел 4: Правила соревнований - 2 ч.**

Теория. Порядок стрельбы. Перерывы в стрельбе. Ошибки и помехи при медленной стрельбе. Нарушение правил соревнований. Определение занятых мест.

Представители, тренеры и капитаны команд. Допуск участников к соревнованиям. Меры безопасности при обращении с оружием при проведении соревнований. Общие обязанности и права членов судейской коллегии.

Практика. Выполнение обязанностей судьи линии огня, судьи линии мишеней, судьи контролера, судьи показчика.

Тренировка в прицеливании.

#### **Раздел 5: Изучение и совершенствование техники стрельбы. Тренировки**

##### **Приемы изготовления. Прицеливание. Спуск курка – 42 ч.**

Практика. Показ приемов изготовления 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. Порядок заряжания и разряжения винтовки.

Изучение и освоение приемов изготовления. Тренировка.

Оборудование. Пневматическая винтовка. Тир. Автомат Калашникова.

Пневматический пистолет.

#### **Раздел 6: Общая физическая подготовка - 40 ч.**

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

Спортивные и подвижные игры как средство активного отдыха. Упражнения с партнерами в равновесии, в сопротивлении.

Оборудование: мячи, скакалки, обручи.

#### **Раздел 7: Разборка-сборка автомата Калашникова – 7 ч.**

Практика. Устройство автомата Калашникова. Методика выполнения неполной разборки автомата Калашникова.

Оборудование: автомат Калашникова

### **Раздел 8: Контрольные соревнования - 3 ч.**

Оборудование: пневматическая винтовка, пневматический пистолет, автомат Калашникова.

#### **Ожидаемые результаты.**

После освоения стрелковой программы 1 года обучения обучающийся должен **знать**:

Предметные результаты:

- физические упражнения, направленные на развитие быстроты, ловкости, координации движений, контроль дыхания и пульса, приемы и правилам стрельбы;
- устройство и принцип действия пневматического оружия, технику безопасности при обращении и стрельбе из пневматического оружия;
- элементарные теоретические сведения о баллистике;
- историю стрелкового оружия;
- команды, подаваемые инструктором при проведении учебных стрельб из пневматического оружия.
- технику безопасности при проведении стрельб;
- устройство и принцип действия АК;
- необходимые действия по обслуживанию АК;
- способы развития быстроты, ловкости, общей и статической выносливости
- технические приемы, которые наиболее часто и эффективно применяются при стрельбе;
- знать технику безопасности при выполнении стрельб.

В процессе занятий обучающиеся должны **уметь**:

- выполнять стрелковые упражнения из положения, лежа и сидя;
- занимать правильное положение при изготовке к стрельбе и при стрельбе;

- выполнять специальные действия способствующие уравниванию дыхания и пульса;
- осознанно относиться к своему здоровью, наблюдать, анализировать и запоминать;

#### Личностные:

- применять полученные знания и умения в самостоятельной работе;
- анализировать свои действия в процессе работы, сравнивая его с действиями других учащихся.
- осознанно относиться к своему здоровью определять дальность до цели, направление и силу ветра;
- применять полученные знания и умения в самостоятельной работе;
- анализировать свои действия в процессе работы, сравнивая его с действиями других учащихся;
- проявлять волевые качества спортсмена;
- выполнять упражнения по стрельбе из пневматического оружия из разных положений (сидя, стоя, лежа, с колена) с результатом не ниже 35 очков.

#### **Критерии оценивания.**

**Контроль и оценка** результатов освоения стрельбы из пневматического оружия осуществляется руководителем объединения в процессе проведения теоретических занятий, выполнения контрольных упражнений, а также соревнований по стрельбе.

Формой итогового контроля является:

- наблюдение за деятельностью учащихся;
- соревнования по стрельбе;
- соревнования по военно-прикладному многоборью;
- выполнение контрольных упражнений.

Формой итогового контроля является:

- наблюдение за деятельностью учащихся;
- соревнования по стрельбе;

- соревнования по военно-прикладному многоборью;
- выполнение контрольных упражнений..

### **Методическое обеспечение программы**

Реализация программы требует наличия кабинета и тира.

Оборудование кабинета и тира:

- посадочные места по количеству обучающихся, рабочее место преподавателя;
- основная учебная литература, нормативный материал;
- плакаты по изучению устройства и взаимодействия частей АК, ПМ и пневматической винтовки;
- сборно-разборный макет автомата Калашникова;
- пневматические винтовки 4,5 мм;
- тир;
- мишени бумажные (различные);
- пульки для стрельбы из пневматического оружия.

Для повышения интереса обучающихся к занятиям и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач на занятиях рекомендуется применять разнообразные формы и методы их проведения.

Словесные методы создают у обучающихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели педагог использует: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания, инструкции.

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

Практические методы позволяют освоить практические навыки и умения.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, индивидуальная.

Дидактические и демонстрационные материалы: Упражнения учебные приборы и оборудование: пневматические винтовки, цветные таблицы, видеофильмы.

Место проведения учебных занятий и тренировок и хранения оружия: тир, учебный кабинет.

**Кадровое обеспечение программы :** реализация программы и подготовка занятий осуществляются учителем физической культуры. В рамках его должностных обязанностей. Педагог осуществляет дополнительное образование учащихся в соответствии со своей образовательной программой. В ходе реализации программы возможна консультативная помощь психолога для выявления скрытых способностей детей.

### **Календарный учебный график**

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов
Стартовый	01.09.2021	15.01.2022	18	54	108

### **План воспитательной работы**

Воспитательная работа в объединении строится в соответствии с рабочей программой воспитания и календарным планом воспитательной работы МКОУ «Коммунарская СОШ». Общая цель воспитания МКОУ «Коммунарская СОШ» Беловского района Курской области личностное развитие школьников, проявляющееся:

- 1) в усвоении ими знаний основных норм, которые общество выработало на основе этих ценностей (то есть, в усвоении ими социально значимых знаний);
- 2) в развитии их позитивных отношений к ценностям (то есть в развитии их социально- значимых этим общественным отношений);
- 3) В приобретении ими соответствующего этим ценностям опыта поведения, опыта применения сформированных знаний и отношений на практике (то есть в приобретении ими опыта осуществления социально -значимой деятельности.)

Воспитание на занятиях дополнительного образования преимущественно осуществляется через:

вовлечение учащихся в интересную и полезную для них деятельность, которая предоставит им возможность самореализоваться в ней, приобрести социально значимые знания, развить в себе важные для своего личностного развития социально значимые отношения, получить опыт участия в социально значимых делах;

создание в детских объединениях традиций, задающих их членам определенные социально значимые формы поведения;

- поддержку в детских объединениях школьников с ярко выраженной лидерской позицией и установкой на сохранение и поддержание накопленных социально значимых традиций ;

- поощрение педагогами детских инициатив и детского самоуправления

№ п/п	Мероприятие	Сроки проведения
1	Беседа «Здоровым быть модно»	Сентябрь
2	Фотоконкурс «Хобби и увлечение моей семьи»	октябрь
3	Беседа «Берегите этот вечный свет»	ноябрь
4	Час общения «Я помню! Я горжусь!»	декабрь
5	Информационный час «Блокадный хлеб»	Январь
6	Участие в соревнованиях на различных уровнях.	В течение учебного года.

### Список литературы

#### Нормативно-правовая база

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ “О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся”.

3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. Приказ Министерства Просвещения России от 30.09.2020 № 533 \_ О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по ДОО.
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 "Об утверждении Порядка применения организациями осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ".
6. Постановление Правительства РФ «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей молодежи» от 28.09.2020 г. №28».
7. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014г. № 1726-р.
10. Закон Курской области от 09.12.2013 №121-ЗКО (с изм. От 01.12.2014) «Об образовании в Курской области (принят Курской областной Думой 04.12.2013).

#### **Литература для родителей и обучающихся**

1. Попов Е.А., «Огневая подготовка», Москва, 2004 г.
2. Методическое пособие «начальное обучение пулевой стрельбе из пневматического оружия», составитель Д. П. Кисилев, Ульяновск, 2011г.

#### **Литература для педагога**

1. Методическое пособие «Организаторам работы по военно-патриотическому воспитанию детей и молодежи», составители Н.Н. Голева,

Н.В. Дубровская, Р.А. Бородин, А.А. Пальчиков, Е.С. Свиридов, С.А Ковалев,  
Воронеж. 2013 г.

2.Методическое пособие «Приемы стрельбы из пистолета. Практика СМЕРШа». А.  
Потапов. Москва. 2001 г.

3. Учебно-методическое пособие «Пулевая стрельба», Издательство «Стрелковый  
Союз России», 2011г.

### **Интернет-ресурсы:**

1. <http://pwpn.ru/obuchenie/strelba-vintovka.html>

2. <https://sport-51.ru/article/useful-information/4163-tehnika-strelby-iz-pnevmaticheskoy-vintovki.html>

3. <https://ru.wikihow.com/целиться-из-пневматического-оружия>

4. <https://sportyfi.ru/strelkoviy-sport/pnev-m-pistolet/>

5. <https://lastday.club/kak-tselitsya-iz-pistoleta/>

И КТП