

Министерство образования и молодежной политики
Свердловской области
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Коменская средняя общеобразовательная школа

Утверждаю
Директор школы: Л. Д. Желнина



Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа

«Юный стрелок»
для учащихся 5-11 классов
на 2021-2022 учебный год

Составил:
руководитель
Климин Андрей
Владимирович, учитель
первой квалификационной
категории

Пояснительная записка

Учащиеся, приступая к занятиям на кружке, входят в новый для себя коллектив. Правильно поставленная в коллективе воспитательная работа способствует развитию у ребят таких необходимых качеств, как отношение к труду, коллективизм, дисциплинированность, дружба, товарищество. На занятиях формируются многие качества: смелость, мужество, решительность, самообладание, целеустремленность, трудолюбие, внимательность, самостоятельность.

Соревнования и сопутствующее им эмоциональное возбуждение является проверкой характера юного спортсмена, его спортивно-технической подготовки и волевых качеств. Доставляя радость или огорчение, они и мобилизуют на дальнейшее совершенствование, на проявление значительных усилий для самовоспитания. Занятия проводятся согласно программе по тематическому плану, с соблюдением основных педагогических принципов обучения: сознательности, активности, индивидуальности, доступности, системности. Занятия строятся по обычной общепринятой схеме: вводная часть, разминка, основная часть и заключительная часть, где подводятся итоги занятий и даются рекомендации по спортивному совершенствованию.

Теоретическая подготовка. Знакомить учащихся с правилами соревнований, с элементами меткого выстрела, с необходимостью выполнения большого объема тренировок для достижения высоких спортивно-технических результатов.

Техническая подготовка. Ставит задачи: найти для каждого занимающегося рациональную нагрузку для совершенствования его физических качеств, для производства точного выстрела.

Физическая подготовка необходима для повышения функциональных возможностей организма, для всестороннего гармонического развития спортсмена. Общая физическая подготовка должна служить средством активного отдыха занимающихся. Могут быть рекомендованы: подвижные игры, умеренный бег по пересеченной местности, турпоходы и обязательные регулярные занятия утренней гимнастикой.

Программа разработана с учетом:

- использование имеющихся в наличии школы простейшего спортивного инвентаря;
- многолетнего опыта работы различных кружков и секций района; освоение простейших
- спортивных и стрелковых упражнений.

Программа разработана на основе программы «Оборонно-спортивные кружки» для учреждений дополнительного образования. Москва «Просвещение», 2010 год.

Цель программы:

развитие у ребят таких необходимых качеств, как отношение к труду, коллективизм, дисциплинированность, дружба, товарищество, воспитание смелости, мужества, решительности, самообладания, целеустремленности, трудолюбия, внимательности, самостоятельности.

Задачи программы:

- воспитывать у обучающихся положительного отношения к труду, чувство ответственности перед коллективом;
- формировать сознательное и добросовестное отношение к своим обязанностям,

Возраст обучающихся: 11-17 лет

Материально-техническое обеспечение:

1. Тир школьный
2. Винтовки пневматические в количестве /4 штуки
3. Пистолет пневматический / 1 штука
4. Макет автомата АК -74/1 штука
5. Сейф для хранения оружия
6. Модули с металлическими мишенями / 1 штука
7. Пульки для стрельбы из пневматического оружия
8. Мишени бумажные
9. Общевоинская полоса препятствий

Ожидаемые результаты:

- сформированное отношение у обучающихся к труду и общественной собственности, чувство ответственности перед коллективом,
- сформированное у обучающихся сознательное и добросовестное отношение к своим обязанностям, уважение к старшим, организованность и дисциплина,
- соблюдение норм поведения на занятиях, в школе и в быту.

Учебно-тематическое планирование

Название темы	№ занятия	Содержание занятия
1. Введение	1	Физическая культура и спорт в РФ. Ознакомление с программой и расписанием занятий. Ознакомление с местами проведения занятий. Регистрация учащихся.
2. Меры обеспечения при проведении на занятиях.	2	Порядок обращения с оружием. Правила поведения в тирах, на стрельбище, на полосе препятствий. Изучение инструкции по обеспечению мер безопасности на занятиях.
3. Материальная часть оружия и основы стрельбы	3	Назначение и боевые свойства пневматического оружия, общее устройство винтовки ИЖ-38, автомата АК-74
	4	Понятие о выстреле, явления, связанные с выстрелом. Расценивание выстрелов, расчет поправок.
4. Основы техники стрельбы	5	Прицеливание, сущность прицеливания. Показ изготовления стрелка-спортсмена из положения сидя с руки с опорой локтя на стол.
	6	Спуск курка, условия обеспечивающие правильный спуск курка.
	7	Причины, влияющие на кучность и меткость стрельбы, определение средней точки попадания на мишень.
	8	Тренировки.
5. Изучение совершенствование техники стрельбы.	9	Изучение изготовления стрелка-спортсмена из положения сидя с руки с опорой локтя на стол.
	10	Тренировка в стрельбе.
	11	Тренировка в стрельбе.
	12	Тренировка в стрельбе.
	13	Тренировка в стрельбе.
	14	Тренировка в стрельбе.
	15	Прицеливание, техника отработки спуска (производство выстрела).
	16	Тренировка в стрельбе.
	17	Тренировка в стрельбе.
	18	Стрельба по белому листу на кучность.
	19	Стрельба по белому листу на кучность.
	20	Стрельба по белому листу на кучность.

	21	Стрельба по белому листу на кучность.
	22	Тренировка в стрельбе.
	23	Тренировка в стрельбе.
	24	Стрельба с корректировкой.
	25	Тренировка в стрельбе.
	26	Тренировка в стрельбе.
	27	Освоение стрельбы из положения стоя.
	28	Тренировка в стрельбе.
	29	Тренировка в стрельбе.
	30	Тренировка в стрельбе.
6. Общая физическая подготовка.	31	Упражнения на координацию движений.
	32	Упражнения на координацию движений.
	33	Полоса препятствий.
	34	Полоса препятствий.
	35	Полоса препятствий.

Список литературы

1. Дворкин А.Д. Стрельба из пневматических винтовок.- М., ДОСААФ, 2006.
2. Жилина М.Я. Методика тренировки стрелка-спортсмена. - М., Ф и С, 2006.
3. История винтовки от пищали до автомата, издание журнала "Техника-молодежи", 1993.- 11 с.;
4. Наставления по стрелковому делу, Воениздат, 1985.- 111с.;
5. Основы стрельбы из стрелкового оружия;
6. Правила соревнований по стрелковому спорту. - М.: ДОСААФ, 1986