

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
Коменская средняя общеобразовательная школа  
городского округа Богданович Свердловской области



2016 г.

ВР

Н.Г. Обошина

Утверждаю

Приказ № 90/п от 23.08.2016

Директор школы

Л.Д. Желнина

Программа  
дополнительного образования  
«Юный стрелок»  
для учащихся 5-11 классов  
на 2016-2017 учебный год

Составила:

руководитель кружка

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, чувство уважения к старшим, организованность и дисциплинированность.

### **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. Тирные 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.

| 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. Рассеивание 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 и 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., ФиС, 2006.
3. История винтовки отпищали до автомата, издание журнала "Техника-молодежи", 1993.- 11с.;
4. Наставления по стрелковому делу, Воениздат, 1985.- 111с.;
5. Основы стрельбы из стрелкового оружия;
6. Правила соревнований по стрелковому спорту. - М.: ДОСААФ, 1986