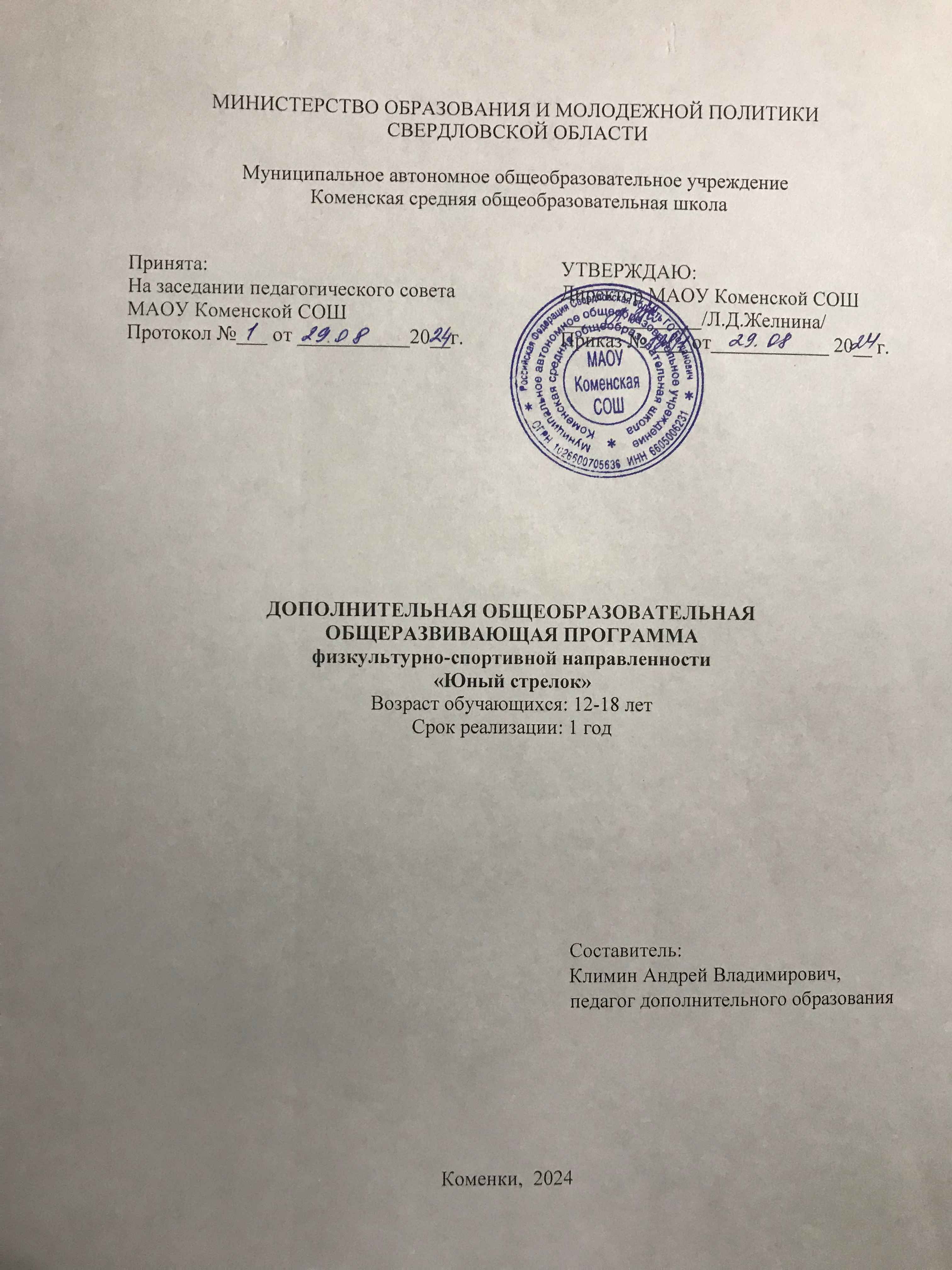
****

1. **КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ**

**1.1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**Направленность программы.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный стрелок» имеет физкультурно- спортивную направленность. В ходе освоения программы учащиеся осваивают военно- прикладные виды спорта.

**Уровень освоения программы:** ознакомительный (краткосрочный).

**Новизна программы.**

Новизна данной дополнительной общеобразовательной программы состоит в привлечение учащихся к военно-прикладным видам спорта позволяет отвлечь детей от безнадзорности и вредных привычек, тем самым снизить уровень детской наркомании и преступности.

**Актуальность программы**

Актуальность программы обусловлено тем, что в программе курса Основы безопасности жизнедеятельности не достаточно времени уделяется этим темам, но в то же самое время в программу ежегодно проводимых районных соревнований и программу учебно-полевых учебных сборов входит стрельба из пневматической винтовки.

**Педагогическая целесообразность**

Педагогическая целесообразность программы обусловлена возможностью подготовки учащихся по стрельбе из пневматической винтовки. Программа позволяет развить у учащихся такие качества, как ловкость, выносливость, терпеливость, аккуратность, коммуникативность, самостоятельность. Привлекает детей эта программа тем, что у них имеется реальная возможность в изучении современного стрелкового оружия и научиться метко стрелять, что крайне важно для будущих защитников Отечества.

Доступной формой массового обучения школьников приемам стрельбы является стрельба из пневматических винтовок.

**Отличительные особенности**

Доступность приобретения пневматического оружия, хранения, невысокая стоимость пулек к ней; возможность использования школьных помещений для стрельбы; небольшой вес оружия, позволяющий привлекать к обучению стрельбе школьников с 10-летнего возраста. Использование мультимедийного проектора на занятиях. Эти преимущества дают возможность успешно решать задачи развития стрелкового спорта .

Желательно, чтобы помещение было длиною не менее 12 метров, а шириной 3 метра.

Стрельба из пневматического оружия на короткую дистанцию значительно расширяет возможности тренировок стрелков. Отсутствие принципиальных различий в технике производства выстрела из пневматического и огнестрельного оружия позволяет применять навыки и умения, сформированные стрельбой из пневматического оружия, при обучении стрельбе из малокалиберного и боевого оружия.

Начальное обучение стрельбе из пневматической винтовки проводится в следующей последовательности: ознакомление с понятием выстрела, приемами и правилами меткой стрельбы, овладение основами техники производства прицельного выстрела.

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

Техническая подготовка ставит задачи: найти для каждого занимающегося рациональную изготовку для производства точного выстрела научить его правильной работе мышц-сгибателей фаланг указательного пальца, нажимающего на спусковой курок оружия.

Физическая подготовка необходима для повышения функциональных возможностей организма, для всестороннего гармоничного развития стрелка.

Психологическая и тактическая подготовка проходит в процессе всего обучения. Постепенно, от занятия к занятию, обучающиеся проходят все более сложный материал, что развивает мышление, способствует проявлению волевых качеств, помогает добиваться поставленной цели.

Программа разработана с учетом:

* использования имеющегося в наличии простейшего спортивного инвентаря, а именно: винтовок МР - 512 и соответствующих боеприпасов к ним;
* освоение простейших упражнений, выполнение которых из школьного оружия в условиях соревнований дает право на присвоение юношеского разряда.

Программа «Юный стрелок» создана с целью военно-патриотического воспитания детей  и подростков, пропаганды стрелкового спорта, личного и профессионального самоопределения, творческого досуга.

**Адресат программы**

Программа «Юный стрелок» адресована детям от 12 до 18 лет, имеющих интерес к военно- прикладным видам спорта и проявляющих спортивные задатки.

**Условия набора учащихся**

Для обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Юный стрелок» принимаются все желающие (не имеющие медицинских противопоказаний) без предварительного отбора.

**Количество учащихся**

В группе первого года обучения -12-15 человек

**Объём и срок освоения программы**

Программа «Юный стрелок» на 1 год обучения – 34 часа.

**Формы и режим занятий**

1 год обучения: 34 часа в год

**Формы организации занятий:**

Формой 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* 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, т.к. при нарушении правил по технике безопасности возможно получение серьезных травм и увечий, по знанию устройства и работы данного вида оружия.

Методы и методические приемы:

*Словесные методы* создают у обучающихся предвари­тельные представления об изучаемом движении. Для этой цели используется: 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, поточная.

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

**1.2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

***Цель программы:*** удовлетворение постоянно возникающего стремления учащихся к овладению военными знаниями и занятию военно-прикладными видами спорта.

***Задачи программы***

***Образовательные:***

-обучить детей основам теории стрельбы; материальной части современного стрелкового и спортивного оружия;

-знакомство с историей создания и развития стрелкового оружия России; мерам безопасности при обращении с оружием и боеприпасами во время учебных стрельб и соревнований; основам судейства соревнований по стрельбе.

-научить учащихся разбираться в современном стрелковом и спортивном оружии; устранять возможные неисправности и задержки при стрельбе;

-метко стрелять по мишеням из пневматической винтовки на различные расстояния и из различных положений;

- корректировать стрельбу и вносить поправки; настраивать прицел;

- обслуживать и ремонтировать пневматическую винтовку;

- определять расстояние до цели глазомерно и по угловым величинам.

***Развивающие :***

- закрепление навыков в действиях с ору­жием, в практическом применении.

- развитие глазомера, скорости, точности и ко­ординации движений.

- развитие выносливости, трудолюбия, меткости, умения правильно анализировать свои действия.

- расширение кругозора  и эрудиции детей в области стрелкового спорта,  военного дела;

-распределять обязанности внутри объединения;

-развитие у детей навыков решения коммуникативных задач в условиях подготовки и проведения соревнований по стрельбе.

-научить детей ориентироваться в сложной ситуации.

- дать технические сведения о стрелковом оружии и его использовании.

***Воспитательные задачи:***

- военно-патриотическое воспитание;

- воспитание чувства гордости за достижения Российского стрелкового спорта, воспитание дисциплины, чувства ответственности  за порученное дело;

- воспитание коллективизма;

- понимание здорового образа жизни.

**-**воспитание навыков межличностного сотрудничества.

**1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**Учебно – тематический план, 1 год обучения.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № **п/п** | **Название раздела, темы** | **Количество часов** | | | |
| **Всего** | **Теория** | **практика** | **Формы аттестации/**  **контроля** |
| 1. | Введение.  Меры обеспечения безопасности при проведении стрельб. | 1 | 1 | - | устный опрос |
| 2. | Правила стрельбы. Материальная часть оружия и основы стрельбы | 2 | 1 | 1 | устный опрос |
| 3. | Основы техники стрельбы. | 2 | 1 | 1 | устный опрос |
| 4. | Определение расстояния до цели | 2 | 1 | 1 | устный опрос |
| 5. | Изучение и совершенствование техники стрельбы: | 2 | 1 | 1 | устный опрос |
| 6. | Подготовка оружия к стрельбе, стрельба из пневматической винтовки . | 2 | 1 | 1 | устный опрос |
| 7. | Тренировка в изготовке к стрельбе из пневматической винтовке с опорой на стол, на стойку. Производство холостого выстрела. | 3 | 1 | 2 | результат по стрельбе |
| 8. | Тренировка в изготовке для стрельбы лежа с упора. | 3 | - | 3 | результат по стрельбе |
| 9. | Тренировка в технике для стрельбы стоя. | 3 | - | 3 | результат по стрельбе |
| 10 | Тренировка стрельбы с колена. | 3 | - | 3 | результат по стрельбе |
| 11. | Стрельба из пневматического пистолета. Секреты стрелкового мастерства | 3 | - | 3 | результат по стрельбе |
| 12. | Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки. | 4 |  | 4 | результат по стрельбе |
| 13. | Правила соревнований. Соревнования. | 3 | - | 3 | устный опрос |
| 14 | Итоговое занятие | 1 |  | 1 |  |
|  | **ИТОГО:** | **34** | **8** | **26** |  |

**Содержание**

**Тема № 1 *Введение. Меры обеспечения безопасности при проведении стрельб***

Ознакомление с годовой программой и расписаниями занятий. Ознакомление с местами проведения занятий. Регистрация занимающихся. Порядок обращения с оружием. Правила поведения в тирах и на стрельбищах при проведении стрельб. Сигналы и команды, подаваемые при проведении стрельб, и их выполнение. Изучение «Инструкции по обеспечению мер безопасности при проведении стрельб в тирах и на стрельбищах».

**Практика.**Инструктаж по технике безопасности на рабочем месте.

**Тема № 2 *Правила стрельбы. Материальная часть оружия и основы стрельбы.***

Рассеивание выстрелов. Кучность и меткость стрельбы. Определение средней точки попадания. Определение поправок.

Правила прицеливания. Ошибки, допускаемые при прицеливании. Внесение поправок на боковой ветер и движение цели.

Назначение и боевые свойства пневматического оружия. Общее устройство винтовок МР - 512. Понятие о выстреле. Явления, связанные с выстрелом, рассеивание выстрелов, определение средней точки попадания. Расчет поправок.

Устройство пневматических винтовок . Осмотр оружия. Уход за оружием. Устройство прицелов. Внесение поправок на прицеле.

**Практика.** Стрельбапо мишени

**Тема № 3 *Основы техники стрельбы.***

Прицеливание, сущность прицеливания. Показ изготовки стрелка для производства выстрела из положения лежа, сидя с руки с опорой локтями на стол или стоя с опорой на стойку. Спуск курка: условия, обеспечивающие правильный спуск курка. Причины, влияющие на кучность и меткость стрельбы. Определение средней точки попадания на мишени. Расчет и внесение поправок на прицельных приспособлениях. Тренировки.

**Практика.**

**Тема № 4 *Определение расстояния до цели.***

Определение величины поправок на боковой ветер, температура воздуха, атмосферное давление, установки прицела и выбора точки прицеливания. Умение быстро и точно определять расстояние до неподвижных, движущихся целей.

**Практика.**

**Тема № 5 *Изучение и совершенствование техники стрельбы.***

Меры безопасности при обращении с оружием. Тренировки. Изучение изготовки для стрельбы лежа, сидя и с руки с опорой локтями о стол или стоя с опорой на стойку. Прицеливание с открытым прицелом. Техника отработки спуска. Стрельба. Стрельба по белому листу на кучность. Стрельба с корректировкой. Освоение стрельбы из положения стоя. Тренировки.

**Практика.**

|  |  |
| --- | --- |
| Упражнение 1.  Упражнение 2  Упражнение 3  Упражнение 4  Упражнение 5  Упражнение 6  Упражнение 7 | Стрельба по белому листу бу­маги для выработки навыков главного нажатия на спусковой крючок.  Стрельба по квадрату 10х10см на листе белой бумаги. Зада­ние попасть в квадрат.  Стрельба по квадрату. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по 5-ти выстрелам и научиться делать вынос точки прицеливания, т.е. делать поправку при павод­ке винтовки.  Стрельба по мишени спортивная «№6» из положения сидя за сто­лом. Задание выполнение спортивных нормативов.  Стрельба по мишени спортивная «№6» из положения лежа с упо­ра. Задание выполнение спортивных нормативов.  Стрельба по мишени спортивная «№6» из положения лежа без упо­ра. Задание выполнение спортивных нормативов.  Стрельба по мишени спортивная «№6» из положения стоя. Задание выполнение спортивных нормативов. |

**Тема № 6 *Подготовка оружия к стрельбе, стрельба из пневматической винтовки .***

Изготовка. Заряжание. Выбор точки прицеливания. Производство выстрела. Доклады о получении боеприпасов, о готовности к стрельбе и о завершении стрельбы.

Изготовка для стрельбы стоя с опорой и без опоры. Стрельба из пневматической винтовки из положения стоя с опорой и без опоры на

расстояние 5 метров по мишени №8 в двух сериях 1-я 3 пробных, 2-я 5 зачётных.

Отработка спуска курка. Ошибки при спуске курка и меры борьбы с ними.

Изготовка к стрельбе из положения лёжа с опорой и без опоры. Стрельба на расстояние 5 и 10 метров по мишени №8 в двух сериях 1-я 3 пробных, 2-я 5 зачётных. Тренировка на длительное удержание винтовки в положении лёжа без опоры.

Стрельба на время из различных положений на результативность с опорой и без опоры. Тренировка на длительное удержание

винтовки в положении стоя и с колена без опоры.

**Практика.**

**Тема № 7  *Тренировка в изготовке к стрельбе из пневматической винтовке с опорой на стол, на стойку. Производство холостого выстрела****.*

**Практика.** Тренировка в стрельбе из положения стоя с опорой и без опоры. Совершенствование техники стрельбы. Приобретение навыков корректировки выстрелов. Стрельба на время и результативность, приобретение навыков кучной стрельбы.

Тренировка в стрельбе из положения с колена с опорой и без опоры на различные расстояния по различным мишеням.

Совершенствование техники стрельбы из данного положения. Приобретение навыков корректирования стрельбы и кучности стрельбы. Тренировка в стрельбе на скорость.

**Тема № 8  *Тренировка в изготовке для стрельбы лежа с упора.***

**Практика.** Тренировка в стрельбе из положения лёжа с опорой и без опоры на различные расстояния. Совершенствование техники и навыков стрельбы из положения лёжа. Техника скоростной стрельбы и её совершенствование.

Дальнейшее совершенствование техники и навыков стрельбы. Подготовка к школьным и районным соревнованиям по стрельбе на личное и командное первенство.

**Тема № 9  *Тренировка в технике для стрельбы стоя.***

**Практика.** Тренировка в технике для стрельбы стоя. Техника скоростной стрельбы и её совершенствование.

Дальнейшее совершенствование техники и навыков стрельбы. Подготовка к школьным и районным соревнованиям по стрельбе на личное и командное первенство.

**Тема № 10  *Тренировка стрельбы с колена.***

**Практика.** Тренировка в технике стрельбы с колена. Техника скоростной стрельбы и её совершенствование.

Дальнейшее совершенствование техники и навыков стрельбы. Подготовка к школьным и районным соревнованиям по стрельбе на личное и командное первенство.

**Тема № 11 *Стрельба из пневматического пистолета. Секреты стрелкового мастерства.***

Меры безопасности при стрельбе из пистолета. Демаскирующие признаки. Маскировка одежды, оружия, приборов наблюдения. Вариант обучения приемам маскировки.

**Практика.** Техника стрельбы. Тренировка.

**Тема № 12** ***Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки.***

**Практика.** Техника стрельбы. Тренировка.

**Тема № 13 *Правила соревнований. Соревнования*.**

Допуск участников к соревнованиям. Обязанности и права стрелков. Меры безопасности при обращении с оружием при проведении соревнований.

**Практика.** Промежуточный контроль УУД. Участие в соревнованиях на личное первенство среди воспитанников объединения.

**Тема № 14.   *Итоговое занятие.***

Проверка знаний пройденного теоретического материала.

**1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ**

По итогам реализации программы «Юный стрелок» ожидаются следующие результаты:

**1.Личностные:**

**-**развитие навыков коммуникативного общения учащихся со сверстниками и педагогами;

- развитие мотивации познавательных интересов;

-развитие самооценки собственной творческой деятельности;

- рост спортивного мастерства;

**2.Предметные:**формирование базовых компетенций в области военно- прикладных видах спорта.

***1. Должны знать:***

1.Общие основы теории пулевой стрельбы.  
2.Материальную часть спортивного оружия.  
3.Основы техники стрельбы и методики тренировки.  
4.Основы общефизической и специальной физической подготовки стрелков.  
5.Организационно-методические особенности подготовки стрелков

6.Правила соревнований по пулевой стрельбе.

7. Технику безопасности при проведении стрельб;

8. Устройство и принцип действия АК;

9.Необходимые действия по обслуживанию АК;

10.Технические приемы, которые наиболее часто и эффективно применяются при стрельбе;

**2.Должны уметь:**1. Уметь подготавливать оружие к стрельбе.

2.Иметь устойчивые навыки ведения стрельбы из пневматической винтовки.

3.Владеть в совершенстве пневматической винтовкой при выполнении упражнения «Лёжа», а также уметь стрелять из положений «Стоя», «С колена».

4. Уметь производить правильный самоанализ после каждого выстрела, корректировать стрельбу и вносить поправки в установку прицела.

5. Осознанно относиться к своему здоровью определять дальность до цели, направление и силу ветра;

6. Анализировать свои действия в процессе работы, сравнивая его с действиями других учащихся;

7.Выполнять упражнения по стрельбе из пневматического оружия из разных положений (сидя, стоя, лежа, с колена) с результатом не ниже 35 очков.

**3.Межпредметные:**

**-** развитие интеллектуальных, научных и исследовательских навыков;

- развитие навыков в области стрелкового спорта и военного дела;

- повышение интереса к военно- спортивному воспитанию.

**2.2.УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

**Материально-технические обеспечение программы:**

1. **Кабинет:** соответствующий санитарно-гигиеническим нормам освещения и температурного режима;
2. **Оборудование**: столы и стулья для теоретических и практических занятий, шкаф для хранения оружия.
3. **Тир**
4. **Технические ресурсы**:

-Компьютер, экран, проектор,

**Инструменты и приспособления**:

-плакаты по изучению устройства и взаимодействия частей АК, ПМ и пневматической винтовки;

- сборно-разборный макет автомата Калашникова;

- пневматическая винтовка

-пулеуловитель

-бинокль

-оптический прицел

-мишени бумажные (различные);

-пульки для стрельбы из пневматического оружия

**Методическое обеспечение**

*Методические виды продукции*: разработки викторин, игр-викторин, тестов, сценарии военно-патриотических мероприятий.

*Рекомендации*: памятки, маршрутные листы, рекомендации по разработке и защите проекта, реферата.

*Дидактический материал*: инструкционные карты, памятки, задания, упражнения по стрельбе из пневматической винтовки.

**2.3.ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ**

Для оценки результативности учебных занятий применяется:

- предварительный контроль - проводится перед началом изучения учебного материала для определения исходного уровня универсальных учебных действий /анкетирование, тесты, беседы с детьми и родителями/;

- текущий - проверка универсальных учебных действий, приобретенных в ходе изучения нового материала, его повторения, закрепления и практического применения /тестирование/;

- тематический - после изучения темы, раздела для систематизации знаний /тесты, соревнования/;

- периодический – контроль по целому разделу учебного курса /тесты, соревнования/;

- промежуточный – контроль в конце учебного года с учетом результатов периодического контроля /соревнование «Меткий стрелок»/

**2.4** **ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ**

Методики, позволяющие определить достижение учащимися планируемых результатов:

⎯ карта личностного роста,

⎯ индивидуальная карточка учета результатов обучения по дополнительной общеразвивающей программе,

⎯ схема самооценки «Мои достижения»

**3.Список литературы**

**Для педагога:**

1. Современная допризывная подготовка молодежи. Учебно-методическое пособие. Под общей редакцией Даурцев К.В. «Учебный центр «Вымпел-Каскад»». – М., 2014

2. Гражданскаязащита: энциклопедическийсловарь/Подобщейредакцией С.К. Шойгу. – М.: ДЭКС-ПРЕСС, 2005

3.СмирновА.Т.Основы безопасности жизнедеятельности. Академический школьный учебник. 5-7 классы. – М.: Просвещение,2012

4. Программные и методические материалы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности». Под редакцией А.Т. Смирнова. – М.: Издательство «Русский журнал», 2011

5. «Наставление по стрелковому делу». – М.: Издательство Министерства обороны РФ, 2007

6. ОВУ ВС РФ. – М.: Издательство Министерстваобороны РФ, 2008

7. Интернет ресурсы:

- http://sodpm.ru

- http://обж.рф

- http://www.studmed.ru/maklakov-ag-psihologiya-i-pedagogika-voennaya-psihologiya\_a6c592abec3.html

**Для обучающихся**

1.     Бачевский В.И. Система военно-патриотического воспитания несовершеннолетних граждан: Учебно-методическое пособие по разделу «Основы военной службы». – М.: ООО «Редакция журнала «Военные знания», 2001

2.     Беспятова Н.К. Военно-патриотическое воспитание детей и подростков как средство социализации / Н. К.Беспятова, Д. Е.Яковлев. – М.: Айрис-пресс, 2006

3.     Буторина Т.С. Воспитание патриотизма средствами образования / Т.С. Буторина, Н. П.Овчинникова – СПб: КАРО, 2004

4.     Героико-патриотическое воспитание в школе: детские объединения, музеи, клубы, кружки, поисковая деятельность/Авт.-сост. Т.А.Орешкина. – Волгоград: Учитель, 2007

5.     Касимова Т.А. Патриотическое воспитание школьников: Методическое пособие / Т.А.Касимова, Д.Е.Яковлев. – М.: Айрис-пресс, 2005

6. Лебедева О.В. Классные часы и беседы по воспитанию гражданственности: 5-10 классы. – М.: ТЦ Сфера, 2005

7. Николаев Г.Г. Воспитание гражданских качеств подростков в детских общественных объединениях. – Екатеринбург: Изд-во Урал.ун-та, 2004

8. Патриотическое воспитание: система работы, планирование, конспекты уроков, разработки занятий /Авт.-сост. И.А.Пашкович. – Волгоград: Учитель, 2006

9. Юности честное зерцало: Программы по нравственному воспитанию школьников, сценарии мероприятий / Авт.-сост. Т.М.Кумицкая, О. Е. Жиренко. – М.: 5 за знания, 2005

**2.1. ГЛОССАРИЙ**

**Изготовка** — комплекс действий стрелка, в результате которых он принимает положение для стрельбы;

**Исходный рубеж** – место для построения и подготовки очередной смены, которое размещается в тылу на безопасном расстоянии (3-5 м) от огневого рубежа.

**Нерабочая рука** — не выполняющая удержания оружия;

**Огневой рубеж** – место, с которого разрешено ведение огня по условиям выполняемых упражнений.

**Общий центр тяжести тела** (ОЦТ) — точка приложения равнодействующих всех сил тяжести, являющихся центром массы тела.

**Положение** для стрельбы (лежа, стоя, с колена) — наиболее удобное расположение оружия и частей тела при ведении стрельбы с учетом требований правил по пулевой стрельбе;

**Положение для стрельбы лежа** - это положение наиболее устойчивое, т. к. тело спортсмена почти полностью лежит на земле, а оба локтя упираются в грунт.

**Прицеливание** – сложный зрительно-двигательный процесс, во время которого спортсмен должен не только контролировать взаиморасположение мушки и цели, но и соответствующими движениями перемещать оружие, восстанавливая его направление относительно цели.

**Пункт боевого питания** – место учета, выдачи и сдачи неизрасходованных боеприпасов, которое размещается в тылу на удалении 5-10 м от исходного рубежа.

**Рабочий палец** — выполняющий нажим на спусковой крючок;

**Рабочая рука** — выполняющая удержание оружия;

**Рубеж осмотра мишеней** – место для осмотра мишеней и оценки результатов стрельбы, которое размещается на расстоянии 1,5-2 м от линии мишеней

**Техника меткого выстрела** - наиболее целесообразная, эффективная и, в конечном счете, устойчивая поза стрелка, позволяющая выполнить ему целый комплекс сложно-координированных действий, обеспечивающих высокий результат.

**Приложение 1**

**Оценочный материал**

**Вариант контрольных вопросов**

1. Меры безопасности при стрельбе из огнестрельного и спортивного оружия.
2. Порядок обращения с пневматическим оружием. Сигналы и команды, подаваемые при проведении стрельб и их выполнение.
3. История развития, назначение и свойства пневматического оружия.
4. Олимпийские чемпионы – россияне в стрелковом спорте.
5. Общее устройство винтовок МР-512. Устройство, назначение и работа основных частей и механизмов оружия: ствол, прицел, ствольная коробка, поршень, боевая пружина, ложа, спусковой механизм, блокировка спуска. Внесение поправок на прицеле.
6. Основы техники стрельбы

Выстрел. Траектория пули. Спуск курка

1. Приемы изготовки к стрельбе стоя, сидя, лежа.
2. Положение корпуса, рук, ног, головы, положение кисти правой руки на шейке приклада и приклада у плеча.
3. Понятие прицеливания.
4. Порядок заряжания и разряжения винтовки.
5. Влияние упражнений на расслабление различных групп мышц на результативность стрельбы. Спортивные и подвижные игры как средство активного отдыха

**Зачетные соревнования по стрельбе**

**Квалификационные соревнования. Упражнение выполняется из пневматической винтовки. Дистанция стрельбы – 5м и 10м;Количество выстрелов – 3 пробных, 5 зачетных; Норматив – выбить не менее 40 очков.**

**Вариант контрольных вопросов**

1. Правила поведения в помещении для проведения стрельбы (спортзале, улице, тире и др.)
2. Сигналы и команды, подаваемые при проведении стрельб и их выполнение.
3. Правила проведения соревнований
4. Порядок стрельбы. Перерывы в стрельбе.
5. Ошибки и помехи при медленной стрельбе.
6. Права и обязанности руководителя команды, тренеров и спортсменов.
7. Меры безопасности при обращении с оружием при проведении соревнований.
8. Общие обязанности и права членов судейской коллегии.

**Итоговая аттестация . Зачетные стрельбы.**

**Подготовка стрельбища, мишеней, стрелкового оружия к проведению соревнований. Квалификационные соревнования.**

**Дистанция стрельбы – 5м и 10м;**

**Количество выстрелов – 3 пробных, 5 зачетных;**

**Норматив – выбить не менее 40 очков.**

**Стрельба на результат.**

**Приложение 2**

ПРАВИЛА безопасного обращения с пневматическим оружием, которое используется в спортивных целях на спортивно-стрелковых объектах Российской Федерации Настоящие правила устанавливают требования к безопасному обращению с огнестрельным и пневматическим оружием, которое используется в спортивных целях, и направлены на предупреждение действий, которые могут причинить ущерб здоровью как самого стрелка, так и окружающих его людях.

ПРАВИЛО № 1 При обращении с оружием стрелок должен знать, что оно может оказаться заряженным. ВЗЯВ В РУКИ ОРУЖИЕ, УБЕДИСЬ, ЧТО ОНО РАЗРЯЖЕНО.

ПРАВИЛО № 2 Использование оружия на спортивно-стрелковом объекте может быть разрешено только после проведения инструктажа по правилам безопасного обращения с оружием под роспись инстуктируемого в журнале.

ПРАВИЛО № 3 Вне линии огня на территории стрелково-спортивного объекта оружие всегда должно быть разряжено: гладкоствольное – с открытой казенной частью или открытым затвором, а нарезное – в зачехленном виде.

ПРАВИЛО № 4 Перед началом стрельбы убедись, что оружие вычищено; в канале ствола и спусковом механизме нет никаких посторонних предметов, способных привести к раздутию ствола или самопроизвольному выстрелу. ПРАВИЛО № 5 Ведение стрельбы разрешено только с линии огня и только по команде ответственного лица, уполномоченного дать такую команду.

ПРАВИЛО № 6 Находясь на линии огня необходимо постоянно следить за тем, чтобы оружие всегда было направлено в сторону мишеней.

ПРАВИЛО № 7 При стрельбе необходим постоянный визуальный контроль оружия и патронов с целью обнаружения возможных дефектов.

ПРАВИЛО № 8 При временной остановке стрельбы, оружие немедленно должно быть разряжено и приведено в безопасное состояние: у нарезного оружия затворы должны быть открыты и оружие должно быть положено на стрелковом месте, у гладкоствольного – должна быть открыта казенная часть.

ПРАВИЛО № 9 Чистка оружия проводится только в специально отведенных для этого местах.

ПРАВИЛО № 10 По окончании стрельбы оружие должно быть немедленно разряжено и осмотрено стрелком и лицом, уполномоченным руководить стрельбой, чтобы визуально убедиться в отсутствии в патроннике патрона или гильзы; после чего оружие убирается в упаковку, препятствующую свободному доступу.

ПРАВИЛО № 11 Оружие и патроны транспортируются (переносятся) в раздельных упаковках, препятствующих свободному доступу посторонних лиц, при этом оружие транспортируется в разряженном (разобранном) состоянии.

ПРАВИЛО № 12 Для допуска к участию в соревнованиях стрелок должен знать Правила соревнований и Правила безопасного обращения с оружием и строго их соблюдать.

ПРАВИЛО № 13 НЕ БОЙТЕСЬ ПОКАЗАТЬСЯ НЕВЕЖДОЙ; ВСЕГДА ОБРАЩАЙТЕСЬ К ОТВЕТСТВЕННОМУ ЛИЦУ, ЕСЛИ ВЫ НЕ УВЕРЕНЫ В ПРАВИЛЬНОСТИ СВОИХ ДЕЙСТВИЙ.

ПРАВИЛО № 14

ВСЕГДА НАДО ЗНАТЬ, ЧТО ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

1. Заряжать оружие вне линии огня.

2. Направлять оружие, прицеливаться и стрелять в сторону людей, животных, зданий, сооружений и их элементов.

3. Заряжать оружие и начинать стрельбу без команды ответственного лица, уполномоченного дать такую команду.

4 .Вести тренировочную стрельбу без постоянного контроля ответственного лица, уполномоченного осуществлять такой контроль.

5. Покидать линию огня, не разрядив оружие.

6. На линии огня прикасаться к оружию, когда в зоне огня находятся люди.

7. Вести огонь из неисправного оружия или патронами, имеющими видимый дефект.

8. Выбрасывать неиспользованные или дефектные патроны в мусорный ящик.

9. Вести огонь с одного стрелкового места двум и более стрелкам одновременно

10. Прикасаться к чужому оружию без разрешения его владельца.

11. Использовать патроны, не предназначенные для данного типа оружия.

12. При осечке разряжать оружие менее чем через 3- 4 с.

13. Продолжать стрельбу в случае дефектного выстрела (по звуку, отдаче, другим ощущениям), не убедившись в отсутствии посторонних предметов (пыж, дробь, пуля) в канале ствола.

14. Обращаться с оружием в состоянии алкогольного или наркотического опьянения