

Бюджетное общеобразовательное учреждение
«Кирилловская средняя школа имени Героя Советского Союза А.Г. Обухова»

«ПРИНЯТО»

Педагогический совет
Протокол № 1

от «29» августа 2024 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор БОУ
«Кирилловская СШ»
/В. В. Архипова/
Приказ № 81
от «29» августа 2024г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА
Физкультурно-спортивной направленности
«Тир»
(срок реализации – 1 год, возраст детей -10-16 лет)

Автор-составитель:
Белова О.А., педагог
дополнительного
образования

г. Кириллов,
2024

Пояснительная записка

Настоящая программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.11.2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Минобрнауки РФ от 18 ноября 2015 года № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Устав Учреждения.

Стрелковый спорт в нашей стране является одним из популярных видов спорта. Особенно большой популярностью он пользуется среди молодежи и школьников, которые с увлечением отдают свое свободное время этому замечательному виду спорта. Учащиеся, приступив к занятиям стрелковым спортом, входят в новый для себя детский коллектив. Воспитательная работа способствует развитию у ребят таких необходимых качеств, как ответственное отношение к труду, коллективизм, дисциплинированность, дружба, товарищество. Стрелковый спорт воспитывает смелость, мужество, решительность, самообладание, целеустремленность, трудолюбие, внимательность, самостоятельность.

Цели и задачи программы

Цель данного курса:

- Обучить подростков приемам и правилам стрельбы.
- Привлечь их к активным занятиям стрелковым спортом.

Основные задачи обучения:

Обучающие задачи:

- дать основные теоретические и практические знания в области стрелкового спорта и безопасности при стрельбе из пневматической винтовки.

Воспитательные задачи:

- военно-патриотическое воспитание;
- воспитание чувства гордости за достижения Российского стрелкового спорта, воспитание дисциплины, чувства ответственности за порученное дело;
- воспитание коллективизма;
- формирования здорового образа жизни.

Развивающие задачи:

- расширение кругозора и эрудиции детей в области стрелкового спорта и военного дела;
- дать технические сведения о стрелковом оружии и его использовании.

Содержание программы

Тема 1. Вводное занятие.

История развития стрелкового спорта.

Тема 2. Стрелковый спорт. Теоретические основы стрельбы. Общие понятия о внутренней и внешней баллистике. Явления выстрела. Форма и элементы траектории. Отдача оружия, образование угла вылета, его зависимость от изготовления стрелка. Понятие о кучности и меткости

стрельбы. Силы, действующие на пулю при полёте. Рассеивание, разброс пуль и их устранение. Расчёт и внесение поправок в установку прицела.

Тема 3. Правила поведения в тире. Меры безопасности при обращении с оружием. Инструкция по обеспечению мер безопасности при проведении стрельб в тире. Правила поведения в тире на линии огня. Порядок обращения с оружием во время переноса, стрельбы и чистки оружия. Обязанности дежурного по тире.

Тема 4. Устройство, наименование, назначение, основные технические характеристики. и взаимодействие частей пневматической винтовки. Характерные неисправности, их устранение. Уход за оружием, бережение, хранение.

Тема 5. Основные элементы техники выполнения выстрела. Изготовка, прицеливание, спуск курка, дыхание. Техника стрельбы с упора и с руки, с опорой на стол или стойку. Характерные ошибки, допускаемые при нажиме на спусковой крючок и их устранение.

Тема 6. Тренировка в изготровке к стрельбе. Тренировка в стрельбе без патрона. Тренировка в изготровке к стрельбе из пневматической винтовки стоя, с опорой на стол, с опорой на стойку. Производство холостого выстрела.

Тема 7. Тренировка в стрельбе с упора. Тренировка в изготровке для стрельбы с упора.

Тема 8. Тренировка в стрельбе на кучность и результат. Тренировка в изготровке, наводке, прицеливании и спуске курка. Стрельба на кучность из пневматической винтовки на 5 м по спортивной мишени «П» с опорой на

стол или стойку. Определении средней точки попадания. Стрельба на 10 м или 25 м по заданию. Стрельба на кучность и результат из пневматической винтовки на 5 м с руки, с опорой на стол по спортивной мишени «П».

Тема 9. Правила проведения соревнований.

Тема 10. Подготовка к соревнованиям. Стрельба на 10 м или 25м. Три - пробных, десять - зачётных, стрельба по заданию.

Планируемые результаты

Обучающиеся должны:

Знать:

- 1.Историю развития стрелкового спорта.
2. Развитие стрелкового оружия в России.
3. Меры безопасности при обращении с оружием. Порядок обращения с оружием во время переноса, стрельбы и чистки оружия.
4. Материальная часть пневматической винтовки. Назначение, устройство и взаимодействие частей и механизмов пневматической винтовки.
- 5.Порядок разборки и сборки винтовки.
- 6.Характерные неисправности, их устранение.
- 7.Уход за оружием, хранение.
- 8.Правила поведения в тире и на линии огня. Обязанности дежурного по тире.
9. Основные элементы техники выполнения выстрела: изготовка, прицеливание, спуск курка, дыхание.

Уметь:

1. Правильно вести стрельбу стоя по неподвижной мишени.
2. Правильно вести стрельбу сидя «с колена» по неподвижной.
3. Правильно вести стрельбу лежа по неподвижной мишени.

Оценка эффективности реализации программы.

Воспитательный эффект:

- формирование нравственных, морально-волевых качеств;
- формирование психологической и волевой готовности к патриотическому поведению;
- формирование понимания необходимости вести здоровый образ жизни, систематически заниматься физической культурой и спортом;
- формирование навыков культуры общения, коллективизма.

Социальный эффект:

- отвлечение подростков от антисоциальной деятельности;
- правовое воспитание, профилактика негативного поведения.

Оздоровительный эффект:

- привлечение подростков к систематическим занятиям физической культурой и спортом;

Развивающий эффект:

- активизация познавательной активности в различных областях деятельности человека, связанных с безопасной жизнедеятельностью;
- расширение и углубление знаний, умений и навыков по стрелковой подготовке, здоровому образу жизни;
- формирование чувства осмысления необходимости полученных знаний, эффективности проводимых практических мероприятий.

Календарный график занятий

1 четверть: 02 сентября - 25 октября

Осенние каникулы: 26 октября - 04 ноября (10 дней)

2 четверть: 05 ноября - 27 декабря

Зимние каникулы: 28 декабря-08 января (12 дней)

3 четверть: 09 января-21 марта

Весенние каникулы: 22 марта-30 марта (9 дней)

4 четверть: 31 марта-26 мая

Дополнительные каникулы для 1 класса: 15 февраля-23 февраля (9 дней)

Учебный год в выпускных 9,11 классах завершается в соответствии с расписание государственной итоговой аттестации.

Учебный план

Содержание занятия	Кол-во часов
Вводное занятие.	1
Стрелковый спорт. Теоретические основы стрельбы.	1
Правила поведения в тире. Меры безопасности при обращении с оружием.	1
Устройство и взаимодействие частей электронной винтовки.	1
Техника выполнения выстрела. Изготовка в стрельбе, проверка правильности изготовки, правила дыхания при стрельбе, приемы нажима на спуск.	2
Тренировка в изготовке к стрельбе. Освоение однообразия изготовки с оружием. Постановка дыхания.	2
Тренировка в стрельбе с упора.	4
Тренировка в стрельбе на кучность и результат.	2
Правила соревнований.	1
Контрольные стрельбы.	2
Итого	17

Формы аттестации

Промежуточная аттестация – 1 раз в год (29.05.2020г.) в форме сдачи нормативов.

Оценочные материалы

Раздел, тема	Проверяемые компетенции (из рабочей программы)	Практические работы
Контрольные стрельбы.	Стрельба на 10 м или 25 м по заданию. Стрельба на кучность и результат из пневматической винтовки на 5 м с руки, с опорой на стол по спортивной мишени «П».	Практическая работа- контрольные стрельбы

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки

Мелкими ошибками считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения.

Значительные ошибки – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предлагаемого.

Грубые ошибки – это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

Методические материалы

Курс рассчитан на 34 часа, занятия проводятся один раз в неделю.
Длительность занятий 1 час.

Метод занятий – как индивидуальный, так и групповой.

Программа рассчитана на приобретение теоретических и практических занятий.

Теоретические знания преподаются на тренировочных занятиях порционно в соответствии с подготовленностью обучаемых и разделом обучения, которые они в настоящее время проходят.

Настоящая программа предусматривает следующие формы тренировочных занятий: *тренировку без патрона; тренировку в стрельбе по экрану; тренировку в стрельбе на кучность; тренировку в стрельбе на результат; коллективную тренировку; контрольные стрельбы; соревнования.

Форма и режим занятий:

Рассказ с демонстрацией на материальной части и тренировка.

Условия реализации программы

1. Кабинет
2. Мультимедиа
3. Стрелковый комплекс «Рубин»

Список литературы

1. Физкультура и спорт. Малая энциклопедия. М.:Радуга, 1982 г.
2. Программа полготовки спортсменов-разрядников по пулевой стрельбе в организациях ДОСААФ. М.:ДОСААФ СССР, 1987 г.
3. Стрелковый спорт. Программа для секций коллективов физкультуры. М.: Физкультура и спорт, 1974 г.
4. Сдача норм ГТО по пулевой стрельбе. М.:ДОСААФ СССР, 1977 г.
5. Организация занятий по огневой подготовке. М.:ДОСААФ СССР, 1973г.
6. Пулевая стрельба. Правила соревнований. М.:ДОСААФ СССР, 1986 г.
7. Подготовка общественных тренеров и инструкторов по пулевой стрельбе. М.:ДОСААФ СССР, 1987 г.

8. Гюдко В. В помощь тренеру по стрелковому спорту. М.:ДОСААФ, 1973 г.
9. Вайнштейн Л. М. Учись метко стрелять. М.:ДОСААФ, 1972 г.
- 10.Вайнштейн Л. М., Расс В.П., Микуленко Р. А.. Меткий стрелок и юный стрелок. М: ДОСААФ, 1972 г.
- 11.Дворкин А. Д.. Стрельба из пневмонических винтовок. М.: ДОСААФ, 1986г.
- 12.Пуллэм Билл, Фрэнк Т. Хейненкрат. Спортивная стрельба из винтовки. М.: Физкультура и спорт, 1991 г
- 13.Никитин И. И. Цель – «кабан»». М.:ДОСААФ, 1974 г.
- 14.Мокроцуло И. Ф., Сажин О.И. Тренировка лыжника – биатлониста. М.: Военное издательство Министерства обороны, 1973 г.
- 15.Каширцев Ю., Кузьмин Н.. Пневмоническая винтовка и биатлон. М.: ДОСААФ, 1975 г.
- 16.Пути повышения спортивной работоспособности. М.: ДОСААФ, 1982 г.
17. Федотов Н. Е. Чтобы стать крепким, волевым. М.: ДОСААФ, 1977 г.
18. Теоретическая подготовка юных спортсменов. М.: Физкультура и спорт, 1981 г.
- 19.Харьков Н.Г. Стрелковая подготовка в курсе «Основы безопасности жизнедеятельности» 10-11 классы. М.: Дрофа, 2010 г.