

Автономная некоммерческая организация «Спортивный Центр «Динамо»

УТВЕРЖДЕНО:

директор

Ахметшин Р. А.

Введено в действие

пр. _____ от _____



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«Школа меткости»

Возраст обучающихся: 10-17 лет

Срок реализации: 1 год

Разработчик:
Васюхин Н.Н.,
тренер-преподаватель

г. Казань, 2026

Оглавление

| | |
|--|-------|
| Паспорт программы | 3 |
| Пояснительная записка | |
| Направленность программы | 4 |
| Актуальность программы. | 4 |
| Новизна программы | 5 |
| Педагогическая целесообразность..... | 5 |
| Цель и задачи программы..... | 5 |
| Планируемые результаты..... | 5-6 |
| Адресат программы..... | 6 |
| Объем программы | 6 |
| Форма обучения | 6 |
| Формы организации образовательного процесса..... | 6-7 |
| Режим занятий..... | 7 |
| Виды и формы контроля..... | 7 |
| Учебный план программы | 8 |
| Календарный учебный график | 8 |
| Содержание программы | |
| Образовательный модуль «Ознакомительный»..... | 9 |
| Образовательный модуль «Начальный»..... | 10 |
| Образовательный модуль «Основной»..... | 11 |
| Содержание модулей подготовки обучающихся..... | 12-13 |
| Методическое обеспечение программы | 13-14 |
| Условия реализации программы | 14 |
| Список литературы | 15 |
| Приложение № 1. Критерии оценки результатов..... | 16 |

Паспорт программы

| | |
|-------------------------------------|--|
| Ф.И.О. автора | Васюхин Николай Николаевич |
| Учреждение | Автономная некоммерческая организация «Спортивный Центр «Динамо» |
| Наименование программы | «Школа меткости» |
| Объединение | «Школа меткости» |
| Тип программы | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа |
| Направленность | Физкультурно-спортивная |
| Образовательная область | Пулевая стрельба |
| Вид программы | Модифицированная |
| Возраст учащихся | 10 – 17 лет |
| Срок обучения | 1 год |
| Объём часов по годам обучения | 126 часа |
| Уровень освоения программы | Ознакомительный |
| Цель программы | Привлечение обучающихся к активным занятиям стрелковым спортом посредством обучения техническим приемам пулевой стрельбы, патриотическое воспитание, физическое развитие подростков и молодежи |
| С какого года реализуется программа | 2026 г. |

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа меткости» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая Программа «Школа меткости» (далее - Программа) составлена в соответствии с нормативными документами:

- Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным законом от 04.12.2007 №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- «Стратегией развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2030 года», утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 24.11.2020 №3081-р;
- «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года», утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 01.07.2025 № 1745-р;
- «Концепцией развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года», утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 28.12.2021 №3894-р (ред. от 15.02.2025);
- «Концепцией патриотического воспитания детей и молодежи в Республике Татарстан», утвержденной постановлений Кабинета Министров Республики Татарстан от 28.05.2024 №372
- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 07.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказом Министерства спорта Российской Федерации от 03.08.2022 №634 "Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки";
- Письмом Министерства образования и науки Республики Татарстан от 07.03.2023 № 2749/23 «Методические рекомендациями по проектированию и реализации дополнительных общеобразовательных программ»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Санитарные правила 2.4.3648-20).

Программа актуальна как средство патриотического воспитания, профориентации и физического развития подростков и молодежи.

Основные аспекты актуальности:

- Личностное и физическое и развитие: Стрельба развивает выдержку, самообладание, дисциплинированность, координацию и остроту зрения.
- Патриотическое воспитание: Программа формирует у подростков чувство долга, гражданской ответственности и готовности к защите Отечества.
- Военно-прикладная подготовка: Обучение навыкам стрельбы из пневматической винтовки, что немало важно в современных условиях.
- Профориентация: Знакомство со стрелковым спортом и профессиями, связанными с защитой правопорядка и службой в силовых структурах.
- Безопасность: Программа прививает строгие правила безопасного обращения с оружием, что предотвращает неосторожное поведение.

Пулевая стрельба – увлекательный вид спорта, доступный практически каждому, независимо от пола, возраста, телосложения. Это по плечу каждому, поставившему перед собой цель.

Пулевая стрельба, имеющая важное оборонное значение, входит в всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (далее - ГТО) и обучение по

Программе позволит обучающимся подготовиться и успешно выполнить норматив ГТО.

Новизна программы состоит в том, что она разработана с учётом современных тенденций в образовании и воспитании, основана на модульном принципе освоения материала, что позволяет более вариативно организовать образовательный процесс, оперативно подстраиваясь под интересы и способности обучающихся.

Программа состоит из трех модулей: «Ознакомительный», «Начальный», «Основной», в которых содержание и материал программы соответствует ознакомительному уровню сложности. Программа опирается на понимание приоритетности воспитательной работы, направленной на развитие личности обучающегося, его морально-волевых и нравственных качеств.

Отличительной особенностью Программы является то, что она совмещает специальную (пулевая стрельба), физическую подготовку и патриотическое воспитание. Программа дает возможность получить до профессиональную военную подготовку, совершенствовать знания и навыки по основам воинской службы и специальной подготовке.

Педагогическая целесообразность Программы заключается в комплексном развитии личности ребенка, сочетающем военно-патриотическое воспитание, физическое совершенствование (ловкость, выносливость) и формирование волевых качеств (терпеливость, дисциплинированность, аккуратность) через обучение стрельбе из пневматического оружия.

Пулевая стрельба является одной из наиболее эффективных оздоровительных технологий. **Цель Программы** – привлечение обучающихся к активным занятиям стрелковым спортом посредством обучения техническим приемам пулевой стрельбы, патриотическое воспитание, физическое развитие подростков и молодежи.

Задачи Программы -

Обучающие:

- обучить основным теоретическим и практическим знаниям в области стрелкового спорта;
- ознакомить с общими сведениями о пневматическом оружии, используемом при стрельбе;
- обучить приемам безопасности при стрельбе из пневматического оружия;
- формировать навыки меткой стрельбы из пневматического оружия на различные расстояния из различных положений.

Развивающие:

- развить глазомер, скорость, точность и координацию движений;
- развить выносливость, трудолюбие, меткость, умения правильно анализировать свои действия;
- расширить кругозор и эрудицию обучающихся в области стрелкового спорта;
- развитие у обучающихся навыков решения коммуникативных задач в условиях подготовки и проведения соревнований по стрельбе;
- научить обучающихся ориентироваться в сложной ситуации.

Воспитательные:

- патриотическое воспитание;
- воспитание дисциплины, чувства ответственности;
- развитие навыка группового общения, умения работать в команде;
- мотивация к здоровому образу жизни.

Планируемые результаты

Предметные результаты

К концу обучения, обучающиеся будут знать:

- историю стрелкового оружия;
- теоретические основы стрельбы;
- элементарные теоретические сведения о баллистике;
- меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием;
- назначение, общее устройство и принцип действия пневматического оружия;

- правила выполнения стрельбы;
- правила соревнований по стрельбе;
- технику стрельбы из пневматического оружия.

К концу обучения, обучающиеся будут уметь:

- выполнять специальные действия, способствующие уравниванию дыхания и пульса;
- занимать правильное положение при изготовке к стрельбе и при стрельбе;
- выполнять основные элементы техники выполнения выстрела;
- выполнять стрелковые упражнения из положения стоя, лежа и сидя;
- делать самоанализ стрельбы;
- выполнять упражнения для развития гибкости, координации и точности движения, на расслабление различных групп мышц.
- правильно почистить оружие.

Метапредметные результаты

- ответственность за соблюдение мер безопасности при стрельбе из оружия;
- умение соотносить свои действия с планируемым результатом;
- способность к объективной самооценке своих действий при стрельбе;
- умение находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- умение организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

Личностные результаты

- формирование гражданско-патриотических чувств, дисциплинированности, ответственности, уважительного отношения к оружию и чувства любви к Родине;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи;
- потребность в здоровом образе жизни;
- владение основами самоконтроля, самооценки.

Адресат программы

Программа составлена для обучающихся 10-17 лет, не имеющих медицинских противопоказаний к занятиям стрельбой.

Количество обучающихся в группах не более 15 человек.

Группы смешанные: девочки и мальчики обучаются вместе.

Принцип набора в учебное объединение – свободный. Специального отбора не проводится.

Объем программы

Программа реализуется за 1 учебный год, объем 126 часов (36 учебных недель, 3,5 часа в неделю).

Форма обучения

Форма обучения очная.

Формы организации образовательного процесса

Организация и проведение образовательного процесса предполагает использование комплекса соответствующих методов и форм обучения. В подготовке обучающихся применяются различные методы обучения и тренировки. Однако основными следует считать индивидуальный, групповой, индивидуально-групповой и метод самостоятельной работы.

Индивидуальный метод применяется для углубленной отработки техники стрельбы. Его особенность состоит в том, что педагог работает с каждым занимающимся отдельно. Целесообразно применять этот метод в тренировочной работе.

Групповой метод применяется главным образом на учебных занятиях, когда педагог обучает одновременно несколько занимающихся. Надо иметь в виду, что при таком методе внимание

педагога рассредоточивается и возможность подметить и исправить ошибки у каждого обучающегося уменьшается, а это снижает качество отработки приемов.

Индивидуально-групповой метод на занятиях по стрельбе является основным. Особенность его состоит в том, что педагог часть занятий проводит со всей группой одновременно, а часть - с отдельными обучающимися. В то время как педагог занимается с одним-двумя обучающимися, остальные обучаемые работают самостоятельно над выполнением задания.

Метод самостоятельной работы состоит в том, что обучающиеся, получившие от педагога задание, самостоятельно или попарно отрабатывают приемы стрельбы или тренируются в производстве "холостых" выстрелов.

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

Игровой метод (игры: развивающие, стрелковые; игры на развитие внимания, памяти, глазомера, воображения).

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

Психологический и социологический метод (анкетирование, психологические тесты; создание и решение различных ситуаций).

Дидактические и демонстрационные материалы: учебные приборы и оборудование: пневматическое оружие, макеты оружия, цветные таблицы, фильмы, презентации.

Программой предусматриваются следующие формы занятий: учебно-тренировочное занятие, занятие-зачет, занятие-соревнование, занятие-испытание.

Режим занятий

Занятия проходят 2 раза в неделю по 2 и 1,5 академических часа (продолжительность одного академического часа – 40 минут), перерыв между занятиями 10 минут.

Виды и формы контроля

В Программе предусмотрен предварительный, текущий и итоговый контроль. Диагностика интересов, личностного развития, творческой активности обучающихся, диагностика развития коллектива проводятся периодически в течение учебного года в форме собеседования и анкетирования.

Входной контроль ставит своей целью выявления исходного уровня подготовки обучающихся, чтобы скорректировать учебно-тематический план, определить направление и формы работы учебно-тренировочных занятий (посредством собеседования, педагогического наблюдения).

Текущий контроль проводится с целью определения степени усвоения обучающимися учебного материала и уровня их подготовленности к учебно-тренировочным занятиям. Он позволяет своевременно выявлять отстающих, а также опережающих обучение с целью наиболее эффективного подбора форм, методов и средств обучения.

Промежуточный контроль (выполнение контрольных нормативов) проводится с целью определения степени достижения результатов обучения, закрепления знаний, организацию обучающихся на дальнейшее самостоятельное обучение, выступления в соревнованиях. На каждом занятии педагог использует взаимоконтроль и самоконтроль.

Итоговый контроль проводится с целью оценки изменения уровня развития обучающихся. Определение результатов обучения.

Итогом обучения является выполнение нормативов по стрельбе (Приложение №1 «Критерии оценки результатов освоения программы»). Сдача зачета по теоретической подготовке. Участие в соревнованиях различного уровня, выполнение норм комплекса ГТО.

Формы контроля: собеседование, опрос, тестирование, практические задания, сдача контрольных нормативов, участие в соревнованиях, педагогическое наблюдение.

**Учебный план
дополнительной образовательной общеразвивающей программы
«Школа меткости»**

| № п/п | Наименование модуля | Количество часов | | |
|----------|---------------------|------------------|--------|----------|
| | | Всего | Теория | Практика |
| 1. | «Ознакомительный» | 42 | 11 | 31 |
| 2. | «Начальный» | 42 | 9 | 33 |
| 3. | «Основной» | 42 | 7 | 35 |
| | Итого | 126 | 27 | 99 |

Календарный учебный график

| | |
|---------------------------|--|
| Количество учебных недель | 36 недель |
| Первое полугодие | с 01 сентября по 31 декабря, 17 учебных недель |
| Каникулы | с 01 января по 10 января |
| Второе полугодие | с 11 января по 31 мая, 19 учебных недель |
| Промежуточная аттестация | Вторая половина мая |

Содержание программы

Образовательный модуль «Ознакомительный» (42 часа).

Цели и задачи модуля: обеспечение разносторонней физической подготовленности и формирование специальных качеств, определяющих успехи в пулевой стрельбе: силовой выносливости, статической выносливости, равновесия, координирования движений, ловкости. Знакомство с историей Вооруженных Сил Российской Федерации, с символами воинской славы.

Ожидаемые предметные результаты

Обучающийся должен знать:

- Основные этапы истории Вооруженных Сил Российской Федерации.
- Историю развития пулевой стрельбы.
- Основные устройства оружия и боеприпасов.
- Инструкцию по технике безопасности при проведении стрельбы.
- Тактико-технические характеристики оружия, приемы и правила стрельбы.

Обучающийся должен уметь:

- Выполнять последовательность действий стрелка при стрельбе.
- Выполнять элементы техники стрельбы.
- Анализировать результаты стрельбы.

Учебно-тематический план образовательного модуля «Ознакомительный»

| № п/п | Наименование тем | Количество часов | | | Формы аттестации/контроля |
|-------|---|------------------|--------|----------|---------------------------------------|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| 1 | Знакомство с историей Вооруженных Сил Российской Федерации; с символами воинской славы. Историей стрелкового оружия и стрельбы. | 6 | 6 | 0 | Фронтальный опрос. Зачет. |
| 2 | Стрелковые игры | 6 | 1 | 5 | Наблюдение за деятельностью учащихся. |
| 3 | ОФП | 8 | 1 | 7 | Контрольные упражнения. Тестирование. |
| 4 | СФП | 7 | 1 | 6 | Контрольные упражнения. Тестирование. |
| 5 | Техническая подготовка | 6 | 1 | 5 | Контрольные упражнения. Тестирование. |
| 6 | Тактическая подготовка | 6 | 1 | 5 | Контрольные упражнения. Тестирование. |
| 7 | Календарные соревнования | 1 | 0 | 1 | Соревнования по стрельбе. |
| 8 | Контрольные стрельбы | 1 | 0 | 1 | Тестирование. |
| 9 | Итоговое занятие по освоению модуля программы | 1 | 0 | 1 | Нормативно-контрольные тесты. |
| | ИТОГО: | 42 | 11 | 31 | |

Образовательный модуль «Начальный» (42 часа).

Цели и задачи модуля: повышение уровня физической подготовленности обучающихся, совершенствование специальных качеств: силовой выносливости, статической выносливости, координирования движений, ловкости, равновесия, произвольного расслабления; формирование навыка координировать удержание системы «стрелок-оружие», прицеливание, нажим на спусковой крючок при затаивании дыхания («параллельность работ»). Привить интерес к воспитанию патриотизма и гражданственности, любви к своей Родине и Отечеству.

Ожидаемые предметные результаты

Обучающийся должен знать:

- Технику и тактику стрельбы из винтовки, пистолета.
- Инструкцию по технике безопасности при обращении с оружием и проведении стрельбы.
- Правила соревнований.
- Символы воинской чести.
- Виды стрелкового оружия.

Обучающийся должен уметь:

- Готовить оружие к стрельбе.
- Анализировать результаты стрельбы.

Учебно-тематический план образовательного модуля «Начальный»

| № п/п | Наименование тем | Количество часов | | | Формы аттестации/контроля |
|-------|--|------------------|--------|----------|--|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| 1 | Патриотизм и верность военному долгу - основные качества защитника Отечества. Виды российского стрелкового оружия. | 4 | 4 | 0 | Фронтальный опрос. Зачет. |
| 2 | Стрелковые игры | 5 | 1 | 4 | Наблюдение за деятельностью учащихся. |
| 3 | ОФП | 8 | 1 | 7 | Контрольные упражнения. Тестирование. |
| 4 | СФП | 6 | 1 | 5 | Контрольные упражнения. Тестирование. |
| 5 | Техническая подготовка | 7 | 1 | 6 | Контрольные упражнения. Тестирование. |
| 6 | Тактическая подготовка | 7 | 1 | 6 | Контрольные упражнения. Тестирование. |
| 7 | Календарные соревнования | 2 | 0 | 2 | Соревнования по стрельбе. |
| 8 | Контрольные стрельбы | 2 | 0 | 2 | Тестирование. |
| 9 | Итоговое занятие по освоению модуля программы | 1 | 0 | 1 | Нормативно-контрольные тесты |
| | ИТОГО: | 42 | 9 | 33 | |

Образовательный модуль «Основной» (42 часа).

Цели и задачи модуля: дальнейшее освоение и совершенствование техники выполнения выстрела из пневматического оружия: умение удерживать в устойчивом положении систему «стрелок-оружие», развитие силовой выносливости при выполнении нескольких выстрелов. Повысить мотивацию в готовности служить в рядах Вооружённых сил Российской Федерации.

Ожидаемые предметные результаты

Обучающийся должен знать:

- Хорошо владеть одним из видов оружия.
- Применять технику и тактику стрельбы.
- Изменить стиль и тактику стрельбы (по ходу соревнований).
- Структуру Вооружённых сил Российской Федерации.

Обучающийся должен уметь:

- Выполнять обязанности судьи-показчика, судьи-контролера, судьи линии мишеней, судьи линии огня.
- Различать рода войск Вооружённых сил Российской Федерации и воинские звания.

Учебно-тематический план модуля «Основной» (42 часа)

| № п/п | Наименование тем | Количество часов | | | Формы аттестации/контроля |
|-------|---|------------------|--------|----------|---------------------------------------|
| | | Всего | Теория | Практика | |
| 1 | Общевойские уставы. Военная присяга. | 3 | 3 | 0 | Фронтальный опрос. |
| 2 | Стрелковые игры | 3 | 0 | 3 | Наблюдение за деятельностью учащихся. |
| 3 | ОФП | 7 | 1 | 6 | Контрольные упражнения. Тестирование. |
| 4 | СФП | 7 | 1 | 6 | Контрольные упражнения. Тестирование. |
| 5 | Техническая подготовка | 8 | 1 | 7 | Контрольные упражнения. Тестирование. |
| 6 | Тактическая подготовка | 8 | 1 | 7 | Контрольные упражнения. Тестирование. |
| 7 | Календарные соревнования | 3 | 0 | 3 | Соревнования по стрельбе |
| 8 | Контрольные стрельбы | 2 | 0 | 2 | Тестирование |
| 9 | Итоговое занятие по освоению модуля программы | 1 | 0 | 1 | Нормативно-контрольные тесты |
| | ИТОГО: | 42 | 7 | 35 | |

Содержание модулей подготовки обучающихся

Вводное занятие

История и задачи развития пулевой стрельбы в России. Пневматическое оружие, его отличительные особенности. Пулевая стрельба как один из видов спорта. Овладение искусством точной стрельбы. Инструктаж по технике безопасности.

Физическая подготовка стрелка

Значение общей и специальной физической подготовки. Ежедневная зарядка. Занятия в различных спортивных секциях. Подвижные спортивные игры. Развитие общей выносливости, силы, силовой выносливости, ловкости, гибкости, координации движений тела. Развитие устойчивости позы тела при стрельбе из различных положений, статической выносливости, высокой точности, быстроты и координации движений частей тела при стрельбе, способности выключения и фиксации отдельных мышц и суставов, автономности и плавности различных видов нажатия на спусковой крючок. Дыхательные упражнения для повышения мышечно-суставной чувствительности.

Начальные сведения о стрельбе пневматического оружия

Понятие о стрельбе и выстреле. Основы устройства оружия и боеприпасов. Внутренняя и внешняя баллистика. Стабилизация полета пули в воздухе. Средняя точка попадания пули, ее определение. Пристрелка оружия. Прицеливание. Режим дыхания. Меры безопасности. Правила выполнения стрельбы. Заряжание и разряжение.

Общие сведения о пневматическом оружии

Общие данные. Принцип работы. Устройство, назначение и работа основных частей и механизмов оружия: ствол, прицел, ствольная коробка, поршень, боевая пружина, ложа, спусковой механизм, блокировка спуска. Уход за оружием и пулями, их хранение. Подготовка оружия к стрельбе, его заряжание и разряжение.

Подготовительные упражнения по стрельбе:

- Упражнение 1.* Начальное и тренировочное. Изготовка к стрельбе из винтовки сидя за столом с опорой локтями о стол. Применение удлинителя прицельной линии.
- Упражнение 2.* То же из пистолета двумя руками.
- Упражнение 3.* Контроль однообразия прицеливания из винтовки с использованием прицельных станков и ручных указок контроля прицеливания.
- Упражнение 4.* Прицеливание из винтовки по фигурным мишеням.
- Упражнение 5.* То же из пистолета.
- Упражнение 6.* Принятие устойчивой изготовки для стрельбы из винтовки стоя без опоры длительностью до 5 минут и более. Самоконтроль изготовки.
- Упражнение 7.* То же из пистолета двумя руками.
- Упражнение 8.* То же из пистолета одной рукой.
- Упражнение 9.* Тренировка в стрельбе из винтовки без пуль. Координация всех действий стрелка.
- Упражнение 10.* То же из пистолета двумя руками.
- Упражнение 11.* То же из пистолета одной рукой.

Вспомогательные упражнения:

- Упражнение 12.* Стрельба из винтовки по белому листу бумаги для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок.
- Упражнение 13.* То же из пистолета двумя руками.
- Упражнение 14.* То же из пистолета одной рукой.
- Упражнение 15.* Стрельба из винтовки по квадрату 10x10 см на листе белой бумаги. Определение средней точки попадания.
- Упражнение 16.* То же из пистолета двумя руками.
- Упражнение 17.* То же из пистолета одной рукой.

Основные упражнения по стрельбе:

- Упражнение 18.* Стрельба из винтовки по круглой мишени сидя за столом с опорой локтями на стол. Вынос точки прицеливания.

- Упражнение 19.* Стрельба из винтовки по круглой мишени лежа с упора.
Упражнение 20. Стрельба из винтовки по круглой мишени стоя без опоры.
Упражнение 21. То же из пистолета двумя руками.
Упражнение 22. То же из пистолета одной рукой.

Стрелковые игры:

- «*Дуэльная*» стрельба по круглой мишени на скорость при заданном качестве.
«*Дуэльная*» стрельба по круглой мишени на лучшее качество без ограничения времени.
«*Дуэльная*» стрельба по силуэтным падающим мишеням на скорость.
«*Дуэльная*» с барьерами для развития психической выносливости к длительным напряжениям в условиях повышенного эмоционального возбуждения.
«*Лось и волк*» - аналогичная предыдущей игре.
«*График*» - для тренировки выносливости к длительным напряжениям, развитие умения мобилизации на выполнение каждого выстрела.
«*Турнир*» - для укрепления навыков техники стрельбы, развития решительности и настойчивости, умения полной мобилизации своих сил для точной стрельбы.
«*Выбивание*» - аналогична предыдущей игре.
«*Биатлон*» с бегом. Для развития скоростных навыков точной стрельбы после интенсивного бега.
«*Триатлон*» с бегом и метанием спортивных гранат обеими руками поочередности.

Соревнования по пулевой стрельбе проводятся между обучающимися объединения, а также различного уровня соревнования.

Военно-патриотический модуль направлен на формирование гражданственности, любви к Родине и готовности к защите Отечества. Включает изучение военной истории, историю стрелкового оружия, военно-спортивную подготовку, развитие физических качеств.

История вооруженных сил Российской Федерации. Назначение и организационная структура Вооруженных Сил. Русская Армия VIII-XI веков. Русская Армия XVI-XVII веков. Русская Армия XVIII века. Русская Армия XIX-XX веков. Развитие военной мысли, техники, вооружения этого периода. Техническая революция в военном деле. Армия России на современном этапе. Символы, военная форма, история военных наград, боевое знамя. Руководство и управление Вооруженными Силами.

Виды Вооруженных Сил и рода войск. Сухопутные войска, предназначение, рода войск, входящие в сухопутные войска. Военно-Воздушные Силы, предназначение, состав. Военно-Морской Флот, предназначение, силы и средства флота. Отдельные виды войск: ракетные войска стратегического назначения, военно-космические силы, воздушно-десантные войска их предназначение и боевые возможности. Специальные войска (войсковая разведка, химические, инженерные, войска связи и др.), их предназначение и роль в современном бою. Другие войска: пограничные войска ФПС РФ, внутренние войска МВД РФ, железнодорожные войска РФ, войска гражданской обороны, их состав и предназначение.

Символы воинской чести. Государственная символика. Военная присяга и Боевое Знамя воинской части. Военная присяга – основной и нерушимый закон воинской жизни. Текст военной присяги. Порядок приведения военнослужащих к военной присяге. Значение военной присяги для выполнения каждым военнослужащим воинского долга. Боевое Знамя воинской части (военно-морской флаг РФ) – символ воинской части ее доблести и славы. Порядок вручения, хранения и охраны Боевого Знамени.

Военные профессии. Особенности военных профессий.

Методическое обеспечение программы

Методика организации теоретических и практических занятий может быть представлена следующим образом:

На *теоретических занятиях* сообщаются основные сведения о военной истории и истории стрелкового спорта, стрелкового оружия, его основных технических характеристиках, Вооруженных силах Российской Федерации, технике и методике стрельбы, основные правила

по технике безопасности во время тренировочных занятий, а также особенности стрельбы из различных положений.

Педагог подачу нового теоретического материала осуществляет следующими методами: рассказ, беседа, показ с объяснением и демонстрацией наглядных пособий.

На *практических занятиях* обучающиеся приобретают умения и навыки 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, винтовки и пистолеты, необходимое количество мишеней, пуль, стенды для стрельбы.

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.

Перед выполнением практических упражнений педагог проводит словесное разъяснение техники исполнения.

В течение практической части занятия педагог осуществляет текущий контроль качества и правильности выполнения заданий.

По окончании изучения каждой новой темы педагог проводит фронтальный опрос обучающихся и контрольные стрельбы.

При завершении изучения конкретного раздела курса педагог осуществляет рубежный контроль путем устного опроса обучающихся по всем пройденным темам, проводит квалификационные соревнования.

На каждом занятии, по окончании стрельбы, обучающиеся получают свою мишень с оценкой или замечаниями педагога.

Меры по обеспечению безопасности учебных занятий и соревнований включают:

- контроль освоения занимающимися правил обращения с оружием, боеприпасами и поведения на стрельбище;
- формирование у занимающихся прочных навыков правильного обращения с оружием и патронами и воспитание у них нетерпимого отношения к нарушениям правил окружающими;
- контроль преподавателя за действиями занимающихся и обеспечение страховки при занятиях начинающих;
- исключение самостоятельных тренировок.

Условия реализации программы

Для реализации Программы имеется определенная материальная база.

Материально-технические условия реализации программы:

- оборудованный стрелковый тир;
- комната для хранения оружия;
- учебный кабинет;
- пневматическая винтовка;
- пневматический пистолет;
- стенды для стрельбы;
- мишени бумажные (различные);
- пульки для стрельбы из пневматического оружия;
- плакаты, учебные пособия, зачетные таблицы и протоколы.

Кадровое обеспечение программы:

Программа реализуется педагогом, имеющим профессиональное образование в области, соответствующей профилю программы, и постоянно повышающим уровень профессионального мастерства.

Список литературы:

1. Алексеев А.В. Преодолей себя! - М.: ФиС, 2003.
2. Болотин Д. Н. История советского стрелкового оружия и патронов. СПб.: Полигон, 1995.
3. Болотин Д. Н. Советское стрелковое оружие. М.: Военное издательство, 1986.
4. Вайнштейн Л.М. Стрелок и тренер - М.: Изд. ДОСААФ, 1977.
5. Вайнштейн Л.М. Основы стрелкового мастерства - М.: Изд. ДОСААФ, 1960.
6. Васютин Ю.С. Военно-патриотическое воспитание молодежи. М., 1984.
7. Дыгало В.А. Военная энциклопедия /В.А. Дыгало, И.В. Кудишин, Ю.В. Шокарев.- М.: Росмэн-пресс, 2009.
8. ДжгмадзеТ.А., Корх А.Я., Володина И.С. Подготовка стрелка из пневматического оружия. Методическая разработка для студентов и слушателей РГАФК - М. Изд. Редакционно-издательского отдела РГАФК, 1998.
9. Кубланов, М. М. Теоретические основы пулевой стрельбы: учебное пособие / М. М. Кубланов, В. И. Прошукайло. - Воронеж : ВГАС, 2022
10. Корх А.Я., Комова Е.В. Комплексный контроль в пулевой стрельбе - М., Изд. Редакционно-издательского отдела ГЦОЛИФКа, 1987.
11. Корх А.Я. Стрелковый спорт и методика преподавания. М.,1986.
12. Маркевич В. Е. Ручное огнестрельное оружие. С-Пб.: Полигон, 2005.
13. Мураховский В. П., Федосеев С. Л. Оружие пехоты. М.: АрсеналПресс, 1992.
14. Наумов М. Оружие. Битвы / Марк Наумов, Вячеслав Шпаковский, Иван Кудишин. - М.: ЭКСМО-пресс, 2002.
15. Пуллэм Б., Хейненкрат Ф.Т. Спортивная стрельба из винтовки. Руководство для стрелков и тренеров. М.: Физкультура и спорт, 1993.
16. Программа для кружков по изучению основ военного дела и овладению военно-техническими знаниями в первичных организациях ДОСААФ. М., ДОСААФ 1986.
17. Теоретические основы пулевой стрельбы: учебное пособие / М.М. Кубланов, В.И. Прошукайло. – Воронеж: Издательство. «Элист», 2022.

Критерии оценки результатов освоения программы «Меткий стрелок»

| Название модуля | Норматив | | | | | | Уровень освоения модуля | | |
|-------------------|---------------------|----------------|------------|---------------------|---------------|--------------|-------------------------|---------|--------|
| | оружие | цель | расстояние | кол-во выстрелов | время | положение | Высокий | Средний | Низкий |
| «Ознакомительный» | Винтовка (пистолет) | Мишень «П» | 10 м | 5 (3)+3 (п) | неограниченно | сидя, с руки | 22 (3) | 16 (2) | 12 (1) |
| «Начальный» | Винтовка (пистолет) | Мишень 6г и 8г | 10 м | 3 (3 6г) + 2 (3 8г) | неограниченно | сидя, с руки | 3+1 | 2+1 | 1+1 |
| «Основной» | Винтовка (пистолет) | Мишень № 8 | 10м. | 5 (3)+3 (п) | неограниченно | стоя, с руки | 25 | 20 | 15 |