

Министерство просвещения Российской Федерации  
Министерство образования и молодежной политики Свердловской области  
Орган местного самоуправления Управление образованием  
Полевского муниципального округа  
МБОУ ПМО СО "СОШ № 14"

РАССМОТРЕНО  
На заседании  
педагогического совета  
Протокол № 18 от  
28.08.2025



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА  
«Юный стрелок-9»

*Направленность: физкультурно-спортивная  
Уровень программы: базовый  
Возраст обучающихся: 15-16 лет  
Срок реализации: 2 года*

Автор-составитель:  
Кочурин Павел Александрович  
учитель физической культуры 1КК

## **Пояснительная записка**

### **Направленность программы кружка «Юный стрелок»**

- физкультурно-спортивная,

**Уровень освоения программы:** базовый.

### **Нормативно-правовые документы:**

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ);
2. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.);
3. Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденный распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022г. № 678-р,
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее – СанПиН);  
СанПиН 1.2.3685-21 Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,
6. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
8. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы));
9. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»);
10. Приказ Министерства общего и профессионального образования Свердловской области от 30.03.2018 г. № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».
11. Приказ Министерства образования и молодежной политики СО № 785-Д от 29.06.2023 года «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания муниципальной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных общеразвивающих программ» в соответствии с социальным сертификатом»

12. Приказ ОМС Управление образованием ПГО №225-Д от 18.09.2023 года «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания муниципальной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных общеразвивающих программ» в ПГО в соответствии с социальным сертификатом»

13. Устав МБОУ ПМО СО «СОШ №14»

14. Положение «О дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах МБОУ ПМО СО «СОШ №14»

### **Новизна программы**

Новизна программы опирается на понимание приоритетности воспитательной работы, направленной на развитие интеллекта, творческих способностей обучающихся: реализации личностно – ориентированного, деятельностного подхода; массовости обучающихся; систематичности образовательно-воспитательного процесса по получению специальных компетенций в стрелковой подготовке на базе образовательного учреждения. Данный подход обеспечит существенную поддержку классных руководителей в воспитательной работе усилением профилактической работы с обучающимися, направленной на сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, развитие морально-волевых и нравственных качеств личности, воспитание устойчивого интереса к познавательной деятельности, высокий уровень саморегуляции, развитие творческих способностей и результативности. Программа «Юный стрелок» способствует реализации Национального приоритетного проекта «Образование», Концепции развития дополнительного образования детей и в первую очередь это внедрением ФГОС второго поколения в учебно-воспитательный процесс основного и дополнительного образования, которые включают в себя не только освоение обучающимися базовых национальных ценностей, основных понятий, относящихся к области знаний, но и формирование универсальных видов учебной деятельности, так необходимых для развития личности, её самореализации, готовности к непрерывному образованию, способной ставить цели, искать и использовать необходимые средства и способы достижения, контролировать и оценивать процесс и результаты деятельности в стрелковой подготовке, гражданско - патриотическом воспитании детей и молодежи.

### **Актуальность программы**

Актуальность предлагаемой программы определяется запросом со стороны детей и их родителей на развитие у ребенка специальных психофизических качеств, выполнение нормативов ГТО. К числу наиболее актуальных проблем относится решение проблемы социальной занятости подростка. Занятость обучающихся во внеурочное время способствует решению комплекса задач, самые значимые из них: профилактика безнадзорности, беспризорности, вредных; привычек, правонарушений; развитие способностей и познавательных интересов; обучение новым видам деятельности; формирование школьного коллектива. В настоящее время довольно противоречиво складываются взаимоотношения школы и окружающей среды. С одной стороны, чтобы подготовить ребенка к реальной жизни, его необходимо как можно чаще включать в эту жизнь, а с другой стороны, учитывая социальную и экономическую нестабильность в обществе, а также негативное влияние на духовное и психическое развитие личности со стороны СМИ, следует достаточно часто ограждать ребенка от негативных явлений. Подростковая преступность имеет тенденцию к ее росту. Появляются различные

неформальные формирования молодежи, отсюда эмоциональные и стрессовые состояния современного подростка выплескиваются наружу в виде драк, воровства, хулиганства, сквернословия, курения, алкоголизма, наркомании, токсикомании, вандализма, жестокости к окружающим и суицида.

### **Педагогическая целесообразность**

Целесообразность реализации программы обусловлена реформированием системы дополнительного образования, направленной на удовлетворение необходимых жизненно важных потребностей учащихся общеобразовательных школ. Доступной формой обучения школьников приемам стрельбы, как раз и является стрельба из пневматических винтовок. Данная программа педагогически целесообразна, так как при ее реализации дополнительные образовательные услуги обеспечат получение специальных физических, психологических и специальных качеств личности, требующихся для адаптации к условиям среды обитания и безопасной жизнедеятельности. Она направлена на воспитание нравственных качеств гражданина, гражданско – патриотического и военно – патриотического воспитания, то есть приобщение учащихся к занятиям военно – прикладными видами спорта социальной занятости подростков и их профориентацию.

Патриотическое воспитание – одно из главных составляющих воспитания человека как личности, как гражданина. Патриотизм – важнейший духовно-нравственный фактор сохранения общественной стабильности, независимости и безопасности государства. Человечество развивается именно потому, что каждое поколение передает следующему свой опыт. В условиях развития гражданского общества и правового государства необходимо осуществлять воспитание патриотического типа личности с активной гражданской жизненной позицией, способной к инновациям, к управлению собственной жизнью и деятельностью, делами общества, готовой рассчитывать на собственные силы, собственным трудом обеспечивать свою материальную независимость, и при этом быть «физически здоровой». В формировании такой гражданской личности, сочетающей в себе развитую нравственную, правовую и политическую культуру, физически готовой к защите Родины, ощутимый вклад может внести дополнительное образование общеобразовательных школ.

Популярность стрелкового спорта среди учащихся школ обусловлена не только интересом детей к стрельбе; умением хорошо стрелять, как жизненно необходимой потребностью, а быть всесторонне развитой личностью, стремлением к активному участию в соревнованиях различного уровня по пулевой стрельбе, военно - прикладной подготовке. Процесс становления юного спортсмена является для учащихся увлекательным не только в плане удовлетворения проявленного интереса, но и укрепления психологического и физического здоровья, воспитанию самостоятельности, самообладания, внимательности, смелости, мужества, решительности, целеустремленности, трудолюбия, выносливости. Педагогическая целесообразность программы обусловлена приоритетностью воспитательной работы, направленной на развитие интеллекта, творческих способностей юного спортсмена: реализации личностно – ориентированного, деятельностного подхода; доступности для школьника любой медицинской группы; массовости обучающихся; систематичности образовательно-воспитательного процесса по получению специальных компетенций в стрелковой подготовке на базе лицея - общеобразовательной школы.

Подростковый возраст является наиболее оптимальным для системы гражданско-патриотического воспитания, так как это период самоутверждения, активного развития социальных интересов и жизненных идеалов. Успешно работающая образовательная система сегодня должна создавать условия, интенсифицирующего развитие учащихся, включающей механизмы саморазвития, саморегуляции личности в быстро меняющихся социальных условиях. Развитие личности обеспечивается в процессе ее собственной деятельности. А воспитание и обучение успешно реализуется в процессе совместной деятельности. Это объясняет необходимость использования современных, интерактивных, проблемно – поисковых, групповых образовательных технологий.

Основные функции педагога при деятельностном подходе обучения:

- создание условий для включения учащихся в самостоятельную познавательную деятельность;
- создание общего позитивного эмоционального фона (это интересно узнать, уметь);
- само – и взаимоконтроля в работе;
- совместное подведение результата проведенной работы.

Проблемно – диалогическая и проблемно-поисковая технологии основаны на развитии у ребенка восприятия, мышления, поиска.

Внедрение групповых форм работы на занятиях способствуют развитию навыков самоорганизации, самоуправления, самоконтроля, самооценки и взаимооценка, у каждого ребенка появляется возможность осуществить индивидуальную траекторию развития. Целенаправленное формирование творческих способностей, развитие нестандартного видения мира, нового мышления. Именно творчество, умение придумывать, создавать новое наилучшим образом формирует личность ребенка, развивает его самостоятельность и познавательный интерес. Создается ситуация успеха, идет взаимообмен результатами деятельности, решение одного ученика активизирует мысль другого, расширяет диапазон воображения, стимулирует его развитие.

Творчество - самый эффективный способ активного развития личности и развития человечества в современном быстро меняющемся мире.

### **Отличительные особенности программы**

Системно - деятельный подход к обучению, по воспитанию и развитию подростков, интеграция теории и практики, активное использование меж предметных связей позволяет одновременно получать комплексные знания, самоопределение личности, развитие её способностей и компетенций, за счет индивидуально – личностного развития – педагогической поддержки.

Формированием универсальных учебных действий (в соответствии с требованиями ФГОС основного образования), обеспечивающих формирование готовности обучаемых к самообучению и самообразованию.

Программа строится на взаимосвязи спортивных секций «Юный стрелок», раздела «Основы военной службы» учебного предмета «ОБЗР» и внеклассной работы школы. Важно отметить, бесплатность предоставляемых услуг, высокую материальную обеспеченностью данной программы, наличием различных марок и типов пневматических винтовок, а также электронного тира.

### **Адресат программы**

Программа адресована учащимся 16 - 17 летнего возраста, для мальчиков и девочек 9-10 классов обучения, всем желающим получить или совершенствовать свои компетенции в стрелковой подготовке, для школьников любой медицинской группы, не имеющие медицинских противопоказаний, но при условии согласия родителей..

Социальная активность школьника среднего возраста в основном обращается на усвоение норм, ценностей и способов поведения. Поэтому важность заключается в реализации всех принципов обучения, инициирующих умственную деятельность подростка: его проблематизацию, диалогизацию, индивидуализацию. Содержание учебной деятельности должно вводиться в современные условия общественно-экономических и социально-бытовых отношений.

При сроке реализации программы 1 год обучения наполняемость группы должна быть от 15 до 25 человек.

### **Объем и срок освоения программы**

Программа «Юный стрелок» рассчитана 1 год обучения, на реализацию данной образовательной программы отводится 68 часов, при периодичности занятий – 2 раза в неделю по 1 часу на каждое занятие.

### **Формы и режим занятий**

Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимает практическая часть. Учебно-тренировочная работа с учащимися строится с учетом режима школьного дня, то есть после завершения основного образовательного процесса. Периодичность занятий – 2 раза в неделю по 1 часу (1 час соответствует 40 минутам).. При реализации программы используются различные формы обучения (проведения занятий): по количеству охваченных учащихся - индивидуальное, парное (взаимообучение в парах постоянного и сменного составов), групповое и фронтальное.

По направления обучающейся деятельности занятия делятся на теоретические и практические формы организации обучения:

- теоретические формы организации обучения (лекция, беседа, заимообучение в парах, группах, фронтальная работа с использованием наглядных пособий, оружия, ТСО и ЭОР, электронного тира «БОЕЦ», зачет);
- теоретическую подготовку рекомендуется проводить также и перед началом практических занятий, отводя для этой цели по 10 -15 минут;
- приступать к изучению новой темы следует только после усвоения материалов предыдущего занятия, последовательность в изучении приемов техники стрельбы является важнейшим условием достижения стабильных результатов;
- необходимо учитывать индивидуальные особенности каждого обучаемого, используя его способности, развивать качества, необходимые при стрельбе – реакцию, находчивость, выдержку, сообразительность;
- в процессе обучения приемам выполнения упражнения преподаватель должен не только выявлять недостатки, но и рекомендовать способы их устранения;

- отработывая приемы стрельбы, целесообразно широко применять учебное оружие, прицельные станки, показные мушки, ортоскопы.

- формы практического обучения (упражнения, тренировки, конкурсы, соревнования;

- на практических занятиях группы делят на подгруппы, учащиеся первой подгруппы тренируются в стрельбе по мишеням, причем один выполняет упражнения, второй готовится к выполнению, а остальные тренируются без патронов;

- вторая подгруппа может изучать вопросы теории стрельбы, правила безопасности или тренироваться в наведении винтовки в точку прицеливания со станка, в середине занятия подгруппы меняются местами;

- на отдельных занятиях желательно применять игровой и соревновательный методы, которые повысят эмоциональный настрой обучаемых;

- постепенное усложнение задач в поражении мишеней сформирует у обучаемых стойкий интерес к занятиям;

Практические занятия следует строить в определенной последовательности:

- подготовка линии огня и мишенного оборудования;

- получение оружия и боеприпасов;

- объяснение темы занятия и постановка задач;

- распределение обучаемых на подгруппы;

- изучение приемов и техники стрельбы без патронов (в холостую);

- практическая стрельба;

- разбор ошибок и способы их устранения;

- разбор проведенного занятия;

- задание на дом;

- чистка и сдача оружия, уборка места занятия.

Такая последовательность дает возможность больше времени уделить непосредственно практической стрельбе.

В целях оценки результатов деятельности в течение учебного года проводятся:

- проверка выполнения нормативов по стрельбе из пневматической винтовки;

- контрольные занятия – зачет по проверке усвоения теоретических знаний;

- соревнования на личное первенство среди воспитанников кружка;

- общешкольные соревнования по стрельбе из пневматического оружия;

- городские соревнования;

- анализ и обсуждение проводимых мероприятий и их результатов учащимися.

### **Цель и задачи программы**

Цель: развить познавательные-творческие и стрелковые способности учащихся в процессе обучения, воспитания и формирования системных знаний о стрелковой подготовке.

Задачи дополнительной образовательной программы:

Образовательные:

- обучить приемам и правилам стрельбы из пневматической винтовки;

- научить метко стрелять.

#### Развивающие:

- развить мотивацию подростков к стрелковому спорту и интерес к систематическим занятиям, познанию и творчеству через его увлечение стрелковым спортом;
- развить познавательную активность в стрелковом спорте, потребности в саморазвитии, самостоятельности, активности, ответственности,
- развить психофизические качества спортсмена, определяющих успешность овладения техникой и тактикой стрельбы на соревнованиях;
- выработать необходимые компетенции в стрелковой подготовке.

#### Воспитывающие:

- сформировать личность ребенка через расширение кругозора;
- воспитать морально - волевые и психологические качества обучающихся;
- формировать гражданско - патриотическое воспитание и профессиональное самоопределение;
- воспитать чувство гордости за достижения Российского стрелкового спорта;
- воспитать дисциплину, чувство ответственности за порученное дело;
- воспитать коллективизм;
- укрепить психическое и физическое здоровья детей через занятия пулевой стрельбой;
- воспитать потребность в ведении здорового образа жизни.

### **Планируемые результаты к концу первого года обучения**

#### **Обучающиеся будут знать:**

- историю развития 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 пневматических винтовок;
- правила выполнения стрельбы;
- правила обращения с оружием;
- правила соревнований по стрельбе;
- технику стрельбы из пневматических винтовок по мишени из положения, сидя за столом и лежа с упора, стоя с руки, лежа с руки.

#### **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;
- осознанно относиться к своему здоровью, наблюдать, анализировать и запоминать.

#### **Личностные результаты.**

**Уметь:** оценивать жизненные ситуации (поступки, явления, события) с точки зрения безопасности;

- объяснять своё отношение к поступкам с позиции общечеловеческих нравственных ценностей;
- в предложенных ситуациях, опираясь на знания приемов и правил стрельбы, делать выбор, как поступить;
- осознавать ответственное отношение к собственному здоровью, к личной безопасности и безопасности окружающих.



*Метапредметными результатами изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий:*

**Регулятивные УУД:**

- определять цель деятельности в стрелковой подготовке; учиться обнаруживать и формулировать проблемы;
- устанавливать причинно-следственные связи результатов стрельбы и требований безопасности;
- вырабатывать навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности в стрелковой подготовке;
- навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера;

**Познавательные УУД:**

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате полученной информации;

**Коммуникативные УУД:**

- высказывать и обосновывать свою точку зрения;
- слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать свою точку зрения;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
- задавать вопросы.

**Выполнение задач, стоящих перед программой позволит**

**знать:** виды стрелкового оружия, устройство и принцип работы пневматической винтовки;

- основы стрельбы;
- правила обращения с оружием;
- меры безопасности при стрельбе;
- правила поведения в тире;

**уметь:** кучно стрелять,

- в совершенстве владеть приемами и правилами стрельбы из пневматического оружия;
- уметь корректировать результаты выстрела;
- уметь метко стрелять.

Подведение итогов реализации дополнительной образовательной программы осуществляется в форме классификационных соревнований.

**Учебный план программы дополнительного образования  
спортивной секции «Юный стрелок».**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование раздела, темы</b>	<b>I год обучения</b>	<b>Теория</b>	<b>Практика</b>	<b>Формы аттестации, контроля</b>
<b>1</b>	Введение. Стрелковый спорт.	<b>1</b>	<b>1</b>		Текущий - взаимооценка
<b>2</b>	Инструктаж по ТБ	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	Текущий - взаимооценка, зачет
<b>3</b>	Пневматическая винтовка.	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	Текущий –взаимооценка
<b>4</b>	Основы и правила стрельбы.	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	Текущий –взаимооценка, зачет
<b>5</b>	Ведение стрельбы с места по неподвижным целям.	<b>52</b>	<b>1</b>	<b>51</b>	Текущий - по результату, периодический - соревнования по результату
<b>6</b>	Классификационные соревнования.	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>4</b>	Итоговый -по результату ДОССАФ России
	<b>Итого:</b>	<b>68</b>	<b>6</b>	<b>62</b>	

# **ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ**

## **Содержание дополнительной образовательной программы «Юный стрелок»**

### **1. Введение.**

Ознакомление со структурой, разделами и темами программы, ее пояснительной запиской и расписанием занятий.

Развитие стрелкового спорта. Виды стрелкового спорта и их особенности.

### **2. Инструктаж по ТБ.**

Меры безопасности при обращении с пневматической винтовкой, ее подготовкой к стрельбе и выполнении стрельб.

Инструкция по охране труда при проведении стрельб в тире и на стрельбищах для пулевой стрельбы из пневматического оружия (ИОТ-023-2013).

### **3. Пневматическая винтовка с открытым прицелом**

Назначение, технические свойства, общее устройство и принцип работы всех типов пневматических винтовок с открытым прицелом. Меры безопасности при обращении с оружием. Понятие о выстреле. Подготовка винтовки к стрельбе и производство выстрела. Чистки и смазки оружия.

### **4. Основы и правила стрельбы.**

Явление выстрела и его периоды. Начальная скорость пули и ее влияние на стрельбу. Отдача оружия и угол вылета. Образование траектории и ее элементы, меткость стрельбы. Выбор цели. Определение расстояний до целей. Выбор прицела и точки прицеливания при стрельбе с места по неподвижным целям. Показ изготовления стрелка для производства выстрела из положения сидя с опорой локтями на стол, стоя или стоя с опорой на стойку, лежа и с упора лежа (отработка положения для стрельбы). 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, корректирование стрельбы.

### **5. Введение стрельбы с места по неподвижным целям.**

Правила поведения в тире и меры безопасности при стрельбе из пневматической винтовки. Изучение приемов техники стрельбы. Тренировки в подготовке для стрельбы с руки сидя за столом, с опорой на стойку, лежа и лежа с упора, спуск курка. Использование учебных приборов при тренировке.

Стрельбы из пневматической винтовки на кучность, расстояние – 10 м, цель - мишень № 8,

#### **нормы и условия ВП – 20;**

Время на стрельбу не ограничено, показ попаданий после каждого выстрела, задача второй серии - не выпустить ни одной пульки из черного круга. Порядок выполнения: обучаемый по команде руководителя стрельбы изготавливается к стрельбе и докладывает о готовности, проверив правильность изготовления, обучающий подает команду «Заряжай», а затем команду «Огонь».

Окончив стрельбу, обучаемый докладывает об этом, получает разрешение и разряжает оружие (пневматическую винтовку) и кладет винтовку на стол или стойку. Рассмотрев мишень после стрельбы, руководитель объясняет ошибки стрелка и отмечает результаты стрельбы.

#### **Овладение техникой стрельбы на кучность**

Упражнения для развития статистической выносливости частей тела при стрельбе из различных положений.

Психологическая подготовка к стрельбе: создание эмоционального подъема при стрельбе; сосредоточение внимания на своих действиях для обеспечения точности всех выстрелов упражнения.

Стрельба из винтовки по белому листу бумаги для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок.

Стрельба из винтовки по квадрату 10 на 10 см на листе белой бумаги. Определение средней точки попадания.

Устранение ошибок, выявленных на предыдущих занятиях. Тренировка без пуль в удержании оружия, наведенного в цель, в сочетании с главным нажимом на спусковой крючок. Беседа с обучаемыми о траектории и совмещение точки попадания с центром мишени, корректировка выстрела. Стрельбы из пневматической винтовки на кучность, расстояние – 10 м, цель - мишень № 8, **нормы и условия ВП – 20**. Сообщение о попадании после каждого выстрела. Задача: не выпустить ни одной пульки из черного круга. Время на стрельбу не ограничено.

#### Овладение техникой меткой стрельбы и ее совершенствование.

Условия психологической подготовки стрелка: создание эмоционального подъема перед стрельбой; сосредоточение внимания на свои действия для обеспечения точных выстрелов; мобилизация своих сил для лучшего выполнения упражнения по стрельбе; уверенность в точных выстрелах. Стрельба из винтовки по белому листу бумаги для выработки навыка

плавного нажатия на спусковой крючок.

Соревнования по стрельбе из винтовки по белому листу бумаги для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок.

Стрелковая игра «Дуэльная» - стрельба по нумерованным квадратам.

Соревнования по скоростной стрельбе по нумерованным квадратам.

Стрельба на меткость, расстояние – 10 м, цель - мишень № 8.

**ВП - 20**, винтовка пневматическая, 10 м, 20 выстрелов с упора лежа.

Мишень - спортивная № 8.

Количество выстрелов – 23(3 пробных и 20 зачетных, 5 мишеней - 1 пробная и 4 зачетных).

**III** взрослый спортивный разряд, норматив – (м /ж) 168 очков.

Анализ действий при выстреле, устранение ошибок.

#### **6. Классификационные соревнования – Главные соревнования**

### Календарный учебный график- 1 год обучения

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-вочасов	Тема	Место проведения	Форма контроля
1				Рассказ, беседа, работа в парах	1	Введение. Стрелковый спорт	Кабинет ОБЖ	Текущий - взаимооценка, зачет по ТБ
					1	Инструктаж по ТБ		
2				Рассказ, беседа, работа в парах	1	Пневматическая винтовка. Назначение, технические свойства, общее устройство и принцип работы.	Кабинет ОБЖ	Текущий – взаимооценка
				Рассказ, беседа, работа в парах	1	Меры безопасности при обращении с пневматической винтовкой. Подготовка к стрельбе	Кабинет ОБЖ	Текущий – взаимооценка, зачет
3				Рассказ, беседа, работа в парах	2	Основы стрельбы.	Кабинет ОБЖ	Текущий – взаимооценка
4				Рассказ, беседа, тренировка, работа в парах	2	Выбор цели, прицела и точки прицеливания. Производство выстрела	Кабинет ОБЖ	Текущий – взаимооценка
5				Тренировка в парах	2	Визуальная стрельба с прицельного станка	Кабинет ОБЖ	Текущий – по результату
6				Тренировка в парах	2	Корректирование стрельбы	Кабинет ОБЖ	Текущий – по результату
7				Рассказ, беседа, выполнение упражнений в парах	1	Правила поведения в тире и меры безопасности при стрельбе из пневматической винтовки.	Кабинет ОБЖ	Текущий - взаимооценка, зачет
8				Тренировка в парах	2	Техника стрельбы на кучность	Спортзал	Текущий – по результату
9				Тренировка	2	Тренировка в стрельбе на кучность из положения сидя с опорой на стол	Спортзал	Текущий – по результату
10				Тренировка	2	Тренировка в стрельбе на кучность из положения сидя с опорой на стол	Спортзал	Текущий – по результату
11				Тренировка	2	Тренировка в стрельбе на кучность из положения сидя с опорой на стол	Спортзал	Текущий – по результату

12				Тренировка	2	Тренировка в стрельбе на кучность из положения сидя с опорой на стол	Спортзал	Текущий – по результату
13				Тренировка	2	Тренировка в стрельбе на кучность из положения стоя с опорой на стойку и без опоры	Спортзал	Текущий – по результату
14				Тренировка	2	Тренировка в стрельбе на кучность из положения стоя с опорой на стойку и без опоры	Спортзал	Текущий – по результату
15				Тренировка	2	Тренировка в стрельбе на кучность из положения стоя с опорой на стойку и без опоры	Спортзал	Текущий – по результату
16				Тренировка	2	Тренировка в стрельбе на кучность из положения стоя с опорой на стойку и без опоры	Спортзал	Текущий – по результату
17				Тренировка в парах	1	Техника меткой стрельбы	Спортзал	Текущий – по результату
18				Тренировка	2	Тренировка в стрельбе на кучность и результат из положения сидя с опорой на стол	Спортзал	Текущий – по результату
19				Соревнования	2	<b>Контрольные соревнования</b>	Спортзал	По результату
20				Тренировка	2	Тренировка в стрельбе на кучность и результат из положения стоя с опорой на стойку и без опоры	Спортзал	Текущий – по результату
21				Соревнования	2	<b>Контрольные соревнования</b>	Спортзал	По результату
22				Тренировка	2	Тренировка в стрельбе на кучность и результат из положения лежа и с упора лежа	Спортзал	Текущий – по результату
23				Тренировка	2	Тренировка в стрельбе на кучность и результат из положения лежа и с упора лежа	Спортзал	Текущий – по результату
24				Соревнования	2	<b>Контрольные соревнования</b>	Спортзал	По результату
25				Тренировка	2	Стрельба на результат из положения сидя с опорой на стол	Спортзал	Текущий – по результату

26				Тренировка	2	Стрельба на результат из положения сидя с опорой на стол	Спортзал	Текущий – по результату
27				Соревнования	2	<b>Подводящие соревнования</b>	Спортзал	Периодический по результату
28				Тренировка	2	Стрельба на результат из положения стоя с опорой на стойку и без опоры	Спортзал	Текущий – по результату
29				Тренировка	2	Стрельба на результат из положения стоя с опорой на стойку и без опоры	Спортзал	Текущий – по результату
30				Соревнования	2	<b>Подводящие соревнования</b>	Спортзал	Периодический по результату
31				Тренировка	2	Стрельба на результат из положения лежа и с упора лежа	Спортзал	Текущий – по результату
32				Тренировка,	2	Стрельба на результат из положения лежа и с упора лежа	Спортзал	Текущий – по результату
33				Соревнования	2	<b>Подводящие соревнования</b>	Спортзал	Периодический по результату
34-35				Соревнования	4	<b>Классификационные соревнования. (Главные соревнования)</b> из положения с упора лежа	ДОССАФ России по г. Мичуринск	Итоговый по результату
<b>Итого</b>					<b>68</b>			

## Условия реализации программы

### *Материально-техническое обеспечение программы*

Учебно – тренировочные занятия кружка «Юный стрелок» проводятся в учебном кабинете ОБЖ (теоретические и практические без стрельбы) и спортивном зале (учебно-тренировочные занятия и соревнования по стрельбе).

Кабинете ОБЖ имеет 26 посадочных мест для учащихся, кладовое (помещение со шкафами для хранения учебно – материальной баз, пирамиду для хранения оружия), шкафы для дидактических пособий и учебных материалов.

1. Кабинет ОБЖ.
2. Спортзал.
3. Компьютер – 1 шт.
4. Проектор – 1 шт.
5. Интерактивная доска - 1 шт.
6. Электронный тир «БОЕЦ» - 1 шт.
7. Сейф для хранения оружия - 1 шт.
8. Пневматическая винтовка - ИЖ-38-2 штуки.
9. Пневматическая винтовка - ИЖ - 60 - 2 штуки.
10. Пневматическая винтовка – «Байкал» ИЖ - 512 – 1 штука.
11. Пневматическая винтовка - ГАМО – 1 штука.
12. Пневматическая спортивная винтовка - ИЖ – 532 – 2 штуки.
13. Станок прицельный - 2 шт.
14. Показная мушка - 2 шт.
15. Указка - мишень - 2 шт.
16. Зрительная труба – 1 шт.
17. Бинокль - 1 шт.
18. Ортоскопы - 1 шт.
19. Электронные образовательные ресурсы.
20. Таблицы по устройству, приемам и правилам стрельбы:  
– пневматическая винтовка – 1 шт.

Спортзал (22м.\*9м.) с подсобными помещениями для хранения учебно - материальной базы физкультуры и кружков по пулевой стрельбе (пылеулавливателей, столов со стульями, гимнастических матов, стоек для проведения практических стрельб и соревнований по стрельбе из положения сидя с опорой рук о стол, стоя и стоя с опорой на стойку, лежа и с упора лежа).

### **Методическое обеспечение**

1. Булыгин Н.А. Стрелковый спорт. Обучение стрельбе и практика. М.: Просвещение, 2007.
2. Вайнштейн Л.М. Психология в пулевой стрельбе. - М., ФиС, 2003г.
3. Жилина М.Я. Методика тренировки стрелка-спортсмена. -М., ФиС, 2007.
4. Кедяров А.П. Методические и тактические рекомендации подготовки стрелков (7-кратный Чемпион мира (1973—75, 1979), серебряный призер XXI летних Олимпийских игр (1976) в личном зачете.
5. Учебно –методическое пособие «Пулевая стрельба» [shooting-Russia.ru](http://shooting-Russia.ru) Глава 11. Пневматическая винтовка: особенности подготовки и элементы техники.
6. Федорин В.Н. Методика обучения стрелков-спортсменов на начальном этапе подготовки. - КГАФК, 2004.
7. Шилин Ю.Н. Спортивная пулевая стрельба: Учеб. пособие / Ю.Н. Шилин, А.А. Насонова. - М.: Дивизион, 2012.



### **Кадровое обеспечение**

Педагог дополнительного образования - преподаватель – организатор ОБЖ высшей квалификационной категории, стаж по специальности 35 лет, имеет **II** взрослый разряд по пулевой стрельбе из пневматической винтовки.

### **Формы аттестации**

Подведение итогов по результатам освоения материала данной программы проводится в форме школьных **контрольных, подводящих соревнований и классификационных – главных** конце учебного года. Школьные соревнования позволяют произвести оценку выполнения норматива **ГТО**, получить предварительный результат выполнения норматива **III** взрослого спортивного разряда.

### **Условия выполнения норматива Всероссийского физкультурно – спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)**

#### **IV. Ступень** (возрастная группа от 13 до 15 лет)

Стрельба из пневматической винтовки сидя или стоя с опором локтей на стол или стойку, дистанция 10м. (очки):

Нормативы					
Мальчики			Девочки		
Бронза	Серебро	Золото	Бронза	Серебро	Золото
15	20	25	15	20	25

### **Условия выполнения норматива III взрослого спортивного разряда.**

Приказ Министерства спорта РФ от 13 ноября 2017 г. N 988 "Об утверждении Единой всероссийской спортивной классификации» Приказ Министерства спорта РФ от 13 ноября 2017 г. N 988 "Об утверждении Единой всероссийской спортивной классификации».

С изменениями, внесенными приказами Минспорта России от 10.02.21. № 71

### **Нормы и условия их выполнения по виду спорта "пулевая стрельба"**

#### **Нормы и условия их выполнения для присвоения званий спортивных разрядов**

**ВП - 20**, винтовка пневматическая, 10 м, 20 выстрелов с упора лежа или сидя.

Мишень - спортивная № 8.

Количество выстрелов – 23(3 пробных и 20 зачетных, 5 мишеней - 1 пробная и 4 зачетных).

**III** взрослый спортивный разряд, норматив – (м /ж) 168 очков.

Для мотивации учащихся по выполнению вышеуказанных нормативов вводится система моральных и материальных стимулов для учащихся, начиная с поощрений и почетных грамот.

Учащимся, продемонстрировавшим неудовлетворительные результаты по выполнению норматива **III** взрослого спортивного разряда предоставляется возможность повторить процесс обучения на следующий учебный год на основе желания подростка заниматься стрелковой подготовкой при согласии родителей или же поступить в кружок «Меткий стрелок» на тех же условиях согласно возраста.

### **Оценочные материалы**

*Перечень диагностических методик и материалов, позволяющих определить достижение учащимися планируемых результатов*

**1. Нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) IV. Ступень 2026г.**  
(возрастная группа от 13 до 15 лет)

Стрельба из пневматической винтовки сидя или стоя с опором локтей на стол или стойку, дистанция 10м. (очки):

Нормативы					
Мальчики			Девочки		
Бронза	Серебро	Золото	Бронза	Серебро	Золото
15	20	25	15	20	25

**2. Нормы и условия их выполнения по виду спорта "пулевая стрельба"**  
**Нормы и условия их выполнения для присвоения званий**  
**и спортивных разрядов**

Приказ Министерства спорта РФ от 13 ноября 2017 г. N 988 "Об утверждении Единой всероссийской спортивной классификации» Приказ Министерства спорта РФ от 13 ноября 2017 г. N 988 "Об утверждении Единой всероссийской спортивной классификации». С изменениями, внесенными приказами Минспорта России от 10.02.21. № 71

**ВП - 20**, винтовка пневматическая, 10 м, 20 выстрелов с упора лежа.

Мишень - спортивная № 8.

Количество выстрелов – 23(3 пробных и 20 зачетных, 5 мишеней - 1 пробная и 4 зачетных).

**III** взрослый спортивный разряд, норматив – (м/ж) 168 очков.

**Методические материалы**  
**Оформление методического обеспечения**

<b>№ п/п</b>	<b>Названия раздела, темы</b>	<b>Материально-техническое оснащение, дидактико-методический материал</b>	<b>Формы, методы, приемы обучения</b>	<b>Формы подведения итогов</b>
<b>1</b>	Введение. Стрелковый спорт.	1. Программа «Юный стрелок». 2. Кинкль В, Пулевая стрельба, М.: Просвещение, 1989, 208с. 3. Шилин Ю.Н. Спортивная пулевая стрельба: Учеб. пособие / Шилин Ю.Н., Насонова А.А. - М.: Дивизион, 2012.	Рассказ, беседа, работа в парах	Взаимооценка
<b>2</b>	Инструктаж по ТБ	Инструкция по охране труд при проведении стрельб в тире и на стрельбищах для пулевой стрельбы из пневматического оружия (ИОТ-023-2013).	Инструктаж, беседа, работа в парах	Взаимооценка, зачет по ТБ
<b>3</b>	Пневматическая винтовка	1 –ИЖ – 38 – 2 шт. 2 - ИЖ – 60 – 2 шт. 3 - ИЖ –512 - 1 шт. 4 - «ГАМО» - 1 шт. 5 – ИЖ –532 -2 шт. 6 –Плакаты – 1 кт. 7 – ЭОР 8 – Инструкции по эксплуатации вышеуказанных винтовок	Практическая работа в парах	Взаимооценка
<b>4</b>	Основы и правила стрельбы	1. Пневматические винтовки. 2. Электронный тир «БОЕЦ». 3. Станок прицельный. 4. Показная мушка. 5. Указка – мишень. 6.Ортоскопы. 1.Дворкин А.Д. Стрельба. Эксплуатация. Ремонт. Оборудование тира.М.: Военные знания, 2001. 2. Учебно-методическое пособие «Пулевая стрельба» shooing-Russia.ruГлава 11.Пневматическая винтовка: особенности подготовки и элементы техники. 3.Федорин В.Н. Методика обучения стрелков-спортсменов на начальном этапе подготовки. - КГАФК, 2004. 4. Шилин Ю.Н. Спортивная пулевая стрельба: Учеб. пособие / ШилинЮ.Н., Насонова А.А. - М.: Дивизион, 2012.	Рассказ, беседа, работа в парах, тренировка	Взаимооценка, зачет
<b>5</b>	Ведение стрельбы с места по неподвижным	Пневматические винтовки, пылеулавливатели, мишени, столы, стулья, маты гимнастические, упоры, прицельный станок, показная мушка, зрительная труба, бинокль.	Учебно – тренировочные занятия,	Соревнования - по результатам выполнения

	целям.	1. Дворкин А.Д. Стрельба из пневматических винтовок. - М., ДОСААФРоссии, 2010. 2. Федорин В.Н. Пулевая стрельба. - КГАФК, 2007. 3. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта пулевая стрельба утвержденного приказом Минспорта России от 27.03.2013 г. N 146. 4. Шилин Ю.Н. Спортивная пулевая стрельба: Учеб. пособие /Шилин Ю.Н., НасоноваА.А.. - М.: Дивизион, 2012.	соревнования - подготовительные, контрольные, подводящие и отборочные	нормативов
6	Классификационные соревнования (выполнение нормативов) Главные соревнования	<b>1.</b> Правила вида спорта "Пулевая стрельба" (утв. приказом Министерства спорта РФ от 29 декабря 2017 г. N 1137) 1.1 (6.1) Общие положения. Подготовка и организация проведениясоревнований <b>2.</b> Пулевая стрельба. Правила соревнований / Е.А. Ромаков и др.; Стрелковый Союз России. П 88 – М.: Советский спорт, 2006. 240	Главные соревнования по выполнению разрядных нормативов	Соревнования - по результатам выполнения нормативов

## Список литературы

### **Список литературы для руководителя кружка:**

1. Вайнштейн Л.М. Психология в пулевой стрельбе. - М., ФиС, 2003г..
2. Дворкин А. Стрельба из пневматических винтовок. М. Изд-во ДОСААФ СССР. 1986г.,
3. Жилина М.Я. Методика тренировки стрелка-спортсмена. -М., ФиС, 2007.
4. Иткис М.А. Специальная подготовка стрелка-спортсмена. -М., ДОСААФ России, 2010.
5. Корх А.Я. Стрелковый спорт и методика преподавания. - М., ФиС, 2003.
6. МС А.А. Насоновой; ЗМС А.В. Митрофанова; МС М.Б. Коликова. «Пулевая стрельба» М. Советский спорт, 2005,
7. Окунь Б.В. Спортивная стрельба из винтовок. - М., ДОСААФ, 2006.
8. Павлов А.В. Подготовка стрелка-спортсмена. - М., ДОСААФ России, 2010.
9. Потапов И.Г. Соревнования по стрельбе. - М., ДОСААФ России, 2010.
10. Федорин В.Н. Методика обучения стрелков-спортсменов на начальном этапе подготовки. - КГАФК, 2004.
11. Федорин В.Н. Пулевая стрельба. - КГАФК, 2007.
12. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта пулевая стрельба утвержденного приказом Минспорта России от 27.03.2013 г. N 146.
13. Шилин Ю.Н. Спортивная пулевая стрельба: Учеб. пособие / Ю.Н. Шилин, А.А. Насонова. - М.: Дивизион, 2012.

### **Электронные образовательные платформы:**

1. **Дневник.ру** - цифровая образовательная платформа.
2. **Google Meet** – платформа для проведения онлайн занятий, которая отвечает потребностям образования и обеспечивает удобный и защищенный доступ пользователей.
3. **«Сферум»** - федеральная учебная платформа

### **Литература для учеников и родителей:**

1. Поляков М.И. Стрельба влет / М.И. Поляков. – М.: Изд-во Грант-Фаир, 2011
2. Дворкин А.Д. Стрельба из пневматических винтовок. - М., ДОСААФ России, 2010.
3. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта пулевая стрельба утвержденного приказом Минспорта России от 27.03.2013 г. N 146.
4. Шилин Ю.Н. Спортивная пулевая стрельба: Учеб. пособие / Ю.Н. Шилин, А.А. Насонова. - М.: Дивизион, 2012.

### **Электронные образовательные платформы**

1. **Дневник.ру** - цифровая образовательная платформа.
2. **Google Meet** – платформа для проведения онлайн занятий, которая отвечает потребностям образования и обеспечивает удобный и защищенный доступ пользователей.
3. **«Сферум»** - федеральная учебная платформа

## 2.7. Глоссарий

1	Введение.	<p>Ознакомление с направленностью программы, ее структурой (пояснительной запиской) особо отмечаются цели и задачи программы, планируемые результаты, условия реализации и требования к уровню безопасности.</p> <p>Стрелковая секция – это курс обучения учащихся в системе огневой подготовки. На занятиях по огневой подготовке учащиеся получают начальные знания и навыки в стрельбе из пневматической винтовки, а в процессе обучения проводятся поэтапные соревнования, которые показывают периодический уровень подготовки юного спортсмена - происходит сдача контрольных нормативов.</p>
2	Ведение стрельбы с места по неподвижным целям.	<p>Спортивная стрельба по неподвижным целям – это стрельба по стационарным мишеням, размещенным на пылеулавливателях, предназначение которых поглощение пуль, исключаящих их рикошет (отражение), чтобы не разлетались.</p> <p>Приемы стрельбы из стрелкового оружия включают: изготовку, прицеливание, спуск курка и организацию дыхания при стрельбе.</p>
3	Инструктаж по ТБ	<p>При проведении занятий особое внимание уделяется на строгое соблюдение правил и мер безопасности при обращении с оружием, а также предусматривается полная безопасность в местах проведения занятий – тирах, стрельбищах и специальных помещениях пригодных для выполнения стрельб. Каждое занятие проводится в определенном порядке: инструктирование или самостоятельное изучение материала по безопасности (инструкции), закрепление взаимопроверкой и зачет.</p>
4	Классификационные соревнования - Главные соревнования.	<p><i>Виды соревнований</i></p> <p><u>Подготовительные соревнования.</u> В этих соревнованиях главными задачами являются: совершенствование рациональной техники и тактики соревновательной деятельности спортсмена, адаптация различных функциональных систем организма к соревновательным нагрузкам. При этом повышается уровень тренированности спортсмена, приобретается соревновательный опыт.</p> <p><u>Контрольные соревнования</u> позволяют оценить уровень подготовленности спортсмена. В них проверяется степень овладения техникой, тактикой, уровень развития двигательных качеств, психологическая готовность к соревновательным нагрузкам. Результаты контрольных соревнований дают возможность корректировать построение процесса подготовки.</p> <p>Контрольными могут быть как специально организованные, так и официальные соревнования различного уровня.</p> <p><u>Подводящие соревнования.</u> Важнейшей задачей этих соревнований является подведение спортсмена к главным соревнованиям периода обучения. Поводящими могут быть как соревнования, специально организованные в системе подготовки спортсмена, так и официальные календарные соревнования. Они должны отвечать требованиям полностью или частично предстоящие главные соревнования.</p> <p><u>Отборочные соревнования</u> с целью выявления сильнейших спортсменов для комплектования сборной команды. Отличительной особенностью таких соревнований являются условия отбора: завоевание определенного места или выполнение контрольного норматива, который позволит выступить в главных соревнованиях.</p> <p><u>Главными соревнованиями - Классификационными соревнованиями</u> являются те, в которых спортсмену</p>

		необходимо показывать наивысший результат на данном этапе спортивного совершенствования. На этих соревнованиях спортсмену необходимо проявить полную мобилизацию имеющихся технико-тактических и функциональных возможностей, максимальную нацеленность на достижение наивысшего результата: <b>сдача обучаемыми норм на звание «Юный стрелок выполнение норматива ГТО и спортсмена – разрядника».</b>
5	Основы и правила стрельбы.	Основы стрельбы включают теоретические положения, которые необходимы для понимания процессов, происходящих при стрельбе, и усвоения приемов и правил стрельбы. Правила стрельбы включают основные положения и рекомендации по подготовке и ведению стрельбы. Ими руководствуются при стрельбе по различным мишеням для выполнения поставленных задач и нормативов. Явление выстрела и его периоды. Начальная скорость пули и ее влияние на стрельбу. Отдача оружия и угол вылета. Образование траектории и ее элементы, меткость стрельбы. Выбор цели. Определение расстояний до целей. Элементы наводки. Выбор прицела и точки прицеливания, производство выстрела при стрельбе с места по неподвижным целям. Корректирование стрельбы.
6	Пневматическая винтовка.	Назначение винтовки, ее виды по принципу работы, техническая характеристика, эксплуатационные требования, меры безопасности при обращении с винтовкой, чистка, смазка винтовки и ее хранение.
7	Стрелковый спорт	Виды и направления стрелкового спорта. Развитие стрелкового спорта по пулевой стрельбе в России, мировые и российские достижения.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 652995314667932372014845887876356063299114658558

Владелец Харланов Игорь Анатольевич

Действителен с 10.01.2025 по 10.01.2026