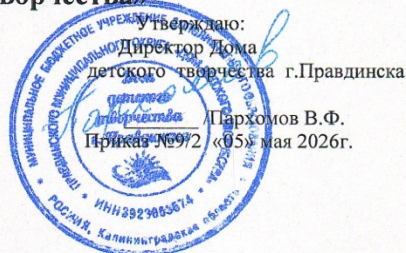


**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного
образования Правдинского муниципального округа
«Дом детского творчества»**

Принята на заседании
педагогического совета Дома
детского творчества
г. Правдинска
от «04» мая 2026г.

м.п.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Выстрел»**

Возраст детей: 10-17 лет
Срок реализации: 3 года

Составитель программы:
Соловьёв Сергей Васильевич,
педагог дополнительного образования

г. Правдинск
2026

Пояснительная записка

Описание предмета, дисциплины которому посвящена программа

В нашей стране сформирована и активно функционирует обязательная и добровольная системы подготовки населения к личной, общественной и государственной безопасности. Они действуют на всех уровнях: от федерального до объектового. Обучение населения организовано и проводится в соответствии с необходимыми требованиями, учитывая возрастные и половые признаки, максимально используя материально-техническую базу и местные условия.

Одним из приоритетов государственной политики по обеспечению национальной безопасности страны является повышение престижа военной службы, поскольку главным условием качественного комплектования Вооруженных Сил солдатами, матросами, сержантами, старшинами и офицерами является подготовка граждан Российской Федерации к военной службе.

В 1998 году с принятием Федерального закона «О воинской обязанности и военной службе» началось официальное возрождение обязательной подготовки граждан к военной службе. Постановление Правительства Российской Федерации от 31 декабря 1999 года №1441 «Об утверждении Положения о подготовке граждан Российской Федерации к военной службе» раскрыло механизм реализации данного закона и определило порядок деятельности федеральных органов исполнительной власти, образовательных учреждений и общественных организаций по патриотическому воспитанию граждан и подготовке их к выполнению конституционного долга по защите Родины.

Данная же программа ставит одной из приоритетных задач воспитательную работу с подростками, направленной на развитие интеллекта, морально-волевых и нравственных качеств.

На занятиях по огневой подготовке учащиеся получают начальные знания и навыки в стрельбе из пневматической винтовки, а в конце занятий сдают контрольные нормативы. При проведении занятий особое внимание уделяется строгому соблюдению правил и мер безопасности при обращении с оружием, боеприпасами.

Умение обращаться с оружием, навыки стрельбы играют большую роль в подготовке учащихся к службе в рядах Вооруженных Сил Российской Федерации. Занятия огневой подготовкой вырабатывают выдержку, хладнокровие, прививают любовь к оружию, технике. Учащиеся могут на этих занятиях приобрести умение метко стрелять – умение поражать цель из стрелкового оружия на основе навыков, приобретенных в результате многократных повторений.

Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа

Работа кружка «Выстрел» организуется и проводится на основе устава Вооруженных Сил Российской Федерации. Он предусматривает

обучение правилам безопасного обращения с оружием, боеприпасами и имитационными средствами; обучение материально-технической части стрелкового оружия; основам и правилам стрельбы; выполнению контрольных нормативов.

Данная программа ставит одной из приоритетных задач воспитательную работу с подростками, направленной на развитие интеллекта, морально-волевых и нравственных качеств.

Описание ключевых понятий, которыми оперирует автор программы

Выносливость – способность организма к продолжительному выполнению какой-либо работы без заметного снижения работоспособности, а также его восстановлению. Уровень выносливости определяется временем, в течение которого человек может выполнять заданное физическое упражнение.

Специальная физическая подготовка. Необходима для развития и дальнейшего совершенствования двигательных навыков, лежащих в основе технико-тактической подготовки.

Технико-тактическая подготовка. Включает изучение элементов техники выполнения выстрела из спортивного оружия (винтовки, пистолета): изготовка, прицеливание, управление спуском, дыхание, выполнение выстрела.

Теоретическая подготовка. Теоретические знания в пулевой стрельбе способствуют целенаправленности подготовки, конкретизации ставящихся тренировочных задач, методической грамотности их решения. Позволяют определить причины неудач, стимулируют усилия на их преодоление. Создавая убежденность в правильности методов подготовки, раскрывают видение высокой спортивной перспективы.

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «**Выстрел**» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Актуальность разработки и внедрения курса стрелковой подготовки в системе дополнительного образования обусловлено тем, что в программе курса Основы безопасности жизнедеятельности недостаточно времени уделяется этим темам. Поэтому данная программа используется для подготовки стрелков (разрядников) по стрельбе из пневматической винтовки.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что занятия стрельбой рассматривается как наиболее эффективное средство военно-патриотического воспитания подрастающего поколения, не только физическом, но и духовно нравственном аспекте. Важной моментом, является достижения социального эффекта, формирование развитой социально

активной личности, воспитание гражданственности, патриотизма. Регулярные занятия по данному направлению в рамках данной программы позволят повысить занятость детей и подростков в свободное время.

Снизить подростковую преступности и обеспечит успешную социализацию в обществе, развитие творческих, спортивных способностей, лидерских качеств, повысить уверенность в себе при подготовке к службе в армии. Одним из социальных эффектов реализации настоящей программы является улучшение качества физического здоровья подрастающего поколения, а также повышение уровня физического развития и физической подготовленности занимающихся.

Практическая значимость образовательной программы

У обучающихся будет заложено стремление к здоровому образу жизни и самосовершенствованию. Теоретические сведения, полученные в ходе освоения программы, сформируют у них сознательное отношение к тому, чем они занимаются, а также к самому себе, своему телу и своему здоровью.

Принципы отбора содержания:

- принцип единства развития, обучения и воспитания;
- принцип систематичности и последовательности;
- принцип доступности;
- принцип наглядности;
- принцип взаимодействия и сотрудничества;
- принцип комплексного подхода.

Отличительные особенности программы:

В основу программы положено развитие морально-психологические и физические качества, а также специальные профессиональные знания и умения, необходимые будущему защитнику Отечества, гражданину, патриоту через включение информационных, игровых и лично –ориентированных технологий на занятиях, что заметно отличает её от типовых. Ребята на занятиях в объединении учатся, как правильно обращаться с оружием, как оказывать первую медицинскую помощь, и овладевают основами выживания в экстремальных ситуациях.

Отличительные особенности программы:

- системно - деятельный подход к воспитанию и развитию подростков;
- интеграция теории и практики, активное использование меж предметных связей позволяет одновременно получать комплексные знания;
- индивидуально - личностное развитие – педагогическая поддержка самоопределения личности, развитие её способностей, компетенций.
- формирование универсальных учебных действий (в соответствии с требованиями Федеральных государственных образовательных стандартов общего образования), обеспечивающих формирование

готовности обучаемых к самообучению и самообразованию. обучение происходит по спирали (т. е. возврат к тем же темам, что и в первый год обучения, но с более широким и углубленным изучением), с учетом индивидуальных способностей детей (физических, морально-волевых).

Цель и задачи

Цель: создать условия для реализации учебно-тренировочного процесса на спортивно-оздоровительном этапе, успешного обучения детей широкому арсеналу тренировочных средств, способствующих дальнейшему совершенствованию в избранном виде спорта.

Задачи:

- сформировать и развить установки активного, экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни;
- развить уровень физической подготовленности;
- научить технике и тактике стрельбы в избранном виде оружия; мерам безопасности при обращении с оружием и правилам поведения в местах проведения стрельб;
- привить интерес к военным профессиям;
- воспитать чувство гордости и уважения к истории и современности Вооруженных сил Российской Федерации.
 - воспитание любви к военно-прикладным видам спорта;
 - воспитание уважения к Российскому оружию и его истории.
 - формирование у обучающихся целеустремленности, терпеливости, настойчивости, самоотверженности, коллективизма и коммуникативности.

Психолого-педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для обучающихся в возрасте 10-17 лет.

Особенности организации образовательного процесса

Программа предусматривает групповые, фронтальные формы работы с детьми. Состав группы: 15 человек. Для зачисления на программу необходима медицинская справка.

Формы обучения по образовательной программе

Форма обучения – очная.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий

Общее количество часов в год – 144 часа. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 45 минут. Между занятиями установлены 15-минутные перерывы. Недельная нагрузка на группу – 2 часа. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академического часа.

Объем и срок освоения образовательной программы

Срок освоения программы – 3 года. На полное освоение программы требуется 432 часа, включая входную диагностику и проведение открытых спортивных мероприятий.

Основные формы и методы

Формы реализации программы:

- Рассказ-объяснение (беседы, сообщения);
- тренировочные упражнения;
- соревнования;
- работа с наглядным материалом;
- практические занятия.

Каждое занятие условно разбивается на 3 части, которые составляют в

комплексе целостное занятие:

1 часть включает в себя организационные моменты, изложение нового

материала, инструктаж, планирование и распределение работы для каждого учащегося на данное занятие;

2 часть – практическая работа учащихся (индивидуальная или групповая, самостоятельная или совместно с педагогом, под контролем

педагога). Здесь происходит закрепление теоретического материала,

отрабатываются навыки и приемы; формируются успешные способы

профессиональной деятельности;

3 часть – посвящена анализу проделанной работы и подведению итогов.

Это коллективная деятельность, состоящая из аналитической деятельности каждого обучающегося, педагога и всех вместе.

Основные методы обучения

Словесный – рассказ, беседа, устное изложение, объяснение последовательности действий и содержания, инструктаж.

Наглядный – показ учителем приемов выполнения упражнений, в том числе с использованием пневматической винтовки.

Практический – выполнение упражнений с использованием пневматической винтовки.

Объяснительно-иллюстративный – объяснение учебного материала сопровождается различными визуальными средствами.

Репродуктивный – организация учебной деятельности по определенной инструкции, плану с применением (или воспроизведением) полученных ранее знаний и последовательности практических действий.

Планируемые результаты

Личностные результаты:

- проявлять уважение к истории и современности Вооруженных сил Российской Федерации, желание проходить службу в ВС РФ, интерес к военным профессиям;

Метапредметные результаты:

- уметь решать учебную задачу: выстраивать последовательность необходимых операций (алгоритм действий); осуществлять итоговый контроль деятельности; оценивать уровень владения учебным действием;

Предметные результаты:

- владеть техникой и тактикой стрельбы в избранном виде оружия, применение правил безопасности при обращении с оружием и поведения в местах проведения стрельб;
- развить уровень физической подготовленности.

Механизм оценивания образовательных результатов

1. Уровень теоретических знаний.

- Низкий уровень. Обучающийся знает фрагментарно изученный материал. Изложение материала сбивчивое, требующее корректировки наводящими вопросами.

- Средний уровень. Обучающийся знает изученный материал, но для полного раскрытия темы требуются дополнительные вопросы.

- Высокий уровень. Обучающийся знает изученный материал. Может дать логически выдержанный ответ, демонстрирующий полное владение материалом.

2. Уровень практических навыков и умений.

Работа с оружием, техника безопасности.

- Низкий уровень. Требуется контроль педагога за выполнением правил по технике безопасности.

- Средний уровень. Требуется периодическое напоминание о том, как работать с оружием.

- Высокий уровень. Четко и безопасно работает с оружием.

Формы подведения итогов реализации программы

Для выявления уровня усвоения содержания программы и своевременного внесения коррекции в образовательный процесс, проводится

текущий контроль в виде контрольного среза знаний освоения программы в конце освоения модуля. Итоговый контроль проводится в виде промежуточной (по окончанию каждого года обучения) или итоговой аттестации (по окончанию освоения программы).

Организационно-педагогические условия реализации программы

Образовательный процесс осуществляется на основе учебного плана, рабочей программы и регламентируется расписанием занятий

Научно-методическое обеспечение реализации программы направлено на обеспечение широкого, постоянного и устойчивого доступа для всех участников образовательного процесса к любой информации, связанной с реализацией общеразвивающей программы, планируемыми

результатами, организацией образовательного процесса и условиями его осуществления.

Социально-психологические условия реализации образовательной программы обеспечивают:

- учет специфики возрастного психофизического развития обучающихся;
- вариативность направлений сопровождения участников образовательного процесса (сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся);
- формирование ценности здоровья и безопасного образа жизни; дифференциация и индивидуализация обучения; мониторинг возможностей и способностей обучающихся, выявление и поддержка одаренных детей, детей с ограниченными возможностями здоровья;
- формирование коммуникативных навыков в разновозрастной среде и среде сверстников.

Формы подведения итогов реализации образовательной программы

Для подведения итогов реализации программы используются методы педагогического наблюдения, опроса, соревнования по стрельбе.

Организационно-педагогические условия реализации программы.

Материально-технические условия.

Кабинет (тир), соответствующий санитарным нормам СанПин.

Материально-техническое обеспечение:

- Тир;
- Учебный класс;
- Пневматические винтовки;
- Пули для пневматической винтовки;
- Мишени для стрельбы;
- Наглядные пособия и плакаты по технике безопасности и внутреннему устройству пневматической винтовки;

Информационное обеспечение:

Видео файлы с демонстрацией соревнований по стрельбе из пневматической винтовки.

Условия реализации программы

Для реализации Программы «Выстрел» необходимы помещения и оборудование:

- Стандартно оборудованная аудитория
- Проектор

- Ноутбук, колонки
- Пневматическая винтовка
- Установка для стрельбы
- Тир
- Макет автомата Калашникова

Кадровое обеспечение реализации программы.

Педагог дополнительного образования, реализующий данную программу, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы.

Формы контроля

В целях оценки и контроля результатов обучения в течение учебного года проводятся:

- проверка выполнения нормативов по ОФП;
- проверка выполнения нормативов по стрельбе из пневматической винтовки;
- контрольные занятия по проверке усвоения теоретических знаний по темам курса;
- соревнования на личное первенство среди обучающихся объединения;
- общешкольные соревнования по стрельбе из пневматического оружия;
- анализ и обсуждение проводимых мероприятий с обучающимися и их родителями
- анкетирование по вопросам проявления желания проходить службу в ВС РФ и проявления интереса к военным профессиям;

Оценочные материалы

С целью анализа качества реализации программ принята система оценки.

По стрельбе из пневматической винтовки:

Год обучения	оценка		
	5	4	3
1	25	20	15
2	30	25	20
3	35	30	25

Общая физическая подготовка

Виды испытания	оценка		
	5	4	3
1 год обучения			
Бег 60 м (м)	10,0	10,1	10,4
(д)	10,2	10,3	10,6
Бег 100 м	16,3	16,5	17

Кросс 500 м	2,0	2,05	2,10
Кросс 1000 м	4,20	4,30	4,40
Подтягивание (м)	10	8	7
Отжимание (д)	10	8	6
2 год обучения			
Бег 60 м (м)	9,2	9,4	9,6
(д)	10	10,2	10,4
Бег 100 м	14,8	15	15,2
Кросс 500 м	-	-	-
Кросс 1000 м	3,55	4,05	4,05
Подтягивание (м)	12	10	8
Отжимание (д)	15	13	11
3 год обучения			
Бег 60 м (м)	-	-	-
(д)	-	-	-
Бег 100 м	14,2	14,4	14,6
Кросс 500 м	-	-	-
Кросс 1000 м	3,30	3,40	3,50
Подтягивание (м)	14	12	10
Отжимание (д)	30	25	20

Оценки показателей по огневой подготовке разборке -сборке автомата Калашникова:

1. «Отлично» разборка - 15 сек. Сборка – 30 сек.
2. «Хорошо» разборка - 20 сек. Сборка – 35 сек.
3. «Удовлетворительно» разборка - 25 сек. Сборка – 40 сек.

Нарушения правил неполной разборки и сборки автомата:

- нарушение последовательности;
- не проверяется отсутствие патрона в казённой части ствола;
- ствол автомата направляется на окружающих;
- части автомата раскладываются беспорядочно;
- допускаются удары деталей одна о другую;
- применяется сила при соединении частей и сборке;
- после окончания сборки не производится спуск курка;
- после окончания сборки автомат не ставится на предохранитель;

**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК
на 2025-2028год (432 часа)**

№ п/п	Режим деятельности	Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа «Выстрел»
1	Начало учебного периода	1 сентября каждого учебного года
2	Продолжительность учебного периода	108 учебных недель 432 часа)– 10-17 лет (4-11 кл.)
3	Продолжительность учебной недели	5 дней
4	Периодичность учебных	2 раза в неделю по 2 часа

	занятий	
5	Продолжительность учебных занятий	Продолжительность учебного часа – 45 минут
6	Время проведения учебных занятий	Пн. 15-00 – 17-00 Пт. 15-00 – 17-00
7	Продолжительность перемен	15 минут
8	Окончание учебного года	31 мая каждого учебного года
9	Каникулярное время: осенние, зимние, весенние	Работа по расписанию
10	Летнее время	-
11	Аттестация обучающихся	Промежуточная – в конце каждой четверти Итоговая – май каждого учебного года
12	Комплектование групп	31мая – 31августа
13	Дополнительный прием обучающихся	В течении учебного года согласно заявлениям (при наличие свободных мест)

1 год обучения

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК на 2025/2026 учебный год

№ п/п	Режим деятельности	Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа «Выстрел»
1.	Начало учебного периода	01.09.2025г.
2.	Продолжительность учебного периода	36 учебных недель (144 час.)– 10-12 лет (4-6кл.)
3.	Продолжительность учебной недели	5 дней
4.	Периодичность учебных занятий	2 раза в неделю по 2 часа
5.	Продолжительность учебных занятий	Продолжительность учебного часа – 45 минут
6.	Время проведения учебных занятий	Пн. 15-00 – 17-00 Пт. 15-00 – 17-00
7.	Продолжительность перемен	15минут
8.	Окончание учебного года	31 мая 2026г.
9.	Каникулярное время: осенние, зимние, весенние	Работа по расписанию
10.	Летнее время	-
11.	Аттестация	Промежуточная – в конце

	обучающихся	каждой четверти Итоговая – май 2026г.
12. 1 1 .	Комплектование групп	31.05.2025г. – 31.08.2025г.
13.	Дополнительный прием обучающихся	В течении учебного года согласно заявлениям (при наличии свободных мест)

Учебный план 1 года обучения

	Раздел Название темы	Количество часов			Форма аттестации/к онтроля
		Теория	Практи ка	Всего	
	Вводное занятие Техника безопасности на занятиях.	2		2	Беседа.
	Гигиена спортсмена	2		2	Беседа
	Материальная часть оружия	2	25	27	Презентация
	Техника безопасности	4		4	Опрос
	Техника стрельбы.	8	24	32	Практика
	Специальная стрелковая подготовка.	4	28	32	Беседа.
	Практическая стрельба	4	33	37	Опрос. Практически е занятия.
	Выполнение контрольных упражнений	4	4	8	Практически е занятия.
	Итого	30	114	144	

Содержание программы

1-й год обучения

Тема 1. Вводное занятие.

1.1 Физическая культура и спорт в РФ. Ознакомление с годовой программой. 1.2. Краткий обзор развития и состояния пулевой стрельбы в РФ. Разрядные нормы.

Тема 2 Гигиена спортсмена.

2.1 Гигиена, закаливание, режим и питание стрелков.

2.2. Значение водных процедур Кровообращение.

Остановка кровотечения.

Тема 3 Материальная часть оружия.

3.1 Оружие, боеприпасы, снаряжение стрелков.

3.2. Устройство пневматических винтовок. Устройство прицелов.

Чистка, смазка оружия.

Тема 4 Техника безопасности.

4.1. Меры безопасности при проведении стрельб, при обращении с оружием.

4.2 Техника безопасности при зарядании, наводке и выстреле.

Общие основы техники выполнения выстрела.

Тема 5. Техника стрельбы.

Теория: 5.1 Основы техники стрельбы из пневматической винтовки.

Практика: 5.2 Упражнения по стрельбе стоя с опорой на локти.

5.3 Тренировка без выстрела.

5.4 Тренировка в стрельбе по экрану. Стрельба на кучность по мишени. Тренировка в изготовке и прицеливании со станка

Тема 6 Специальная стрелковая подготовка.

6.1. Изготовка стоя. Отработка выстрела в холостую.

6.2. Переходы. Стрельба по мишенной установке.

6.3 Изготовка с колена, лежа.

6.4 Упражнения с оружием на длительное удержание в изготовке.

Многократный подъём оружия в район прицеливания.

Тема 7 Практическая стрельба.

7.1 Стрельба из положения лежа, стоя с колена.

7.2 Стрельба на кучность.

7.3. Корректировка.

7.4. Стрельба на меткость.

7.5. Контрольные стрельбы.

7.6. Самокорректировка. Стрельба по индивидуальному заданию.

7.7. Командная стрельба.

Тема 8 Выполнение контрольных упражнений

2 год обучения

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

на 2026/2027 учебный год

№ п / п	Режим деятельности	Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа «Выстрел»
1.	Начало учебного периода	01.09.2026г.
2.	Продолжительность учебного периода	36 учебных недель (144 час.)– 13-16 лет (7-9 кл.)
3.	Продолжительность учебной недели	5 дней
4.	Периодичность учебных занятий	2 раза в неделю по 2 часа
5.	Продолжительность учебных занятий	Продолжительность учебного часа – 45 минут
6.	Время проведения учебных занятий	Пн. 15-00 – 17-00 Пт. 15-00 – 18-00
7.	Продолжительность перемен	15 минут
8.	Окончание учебного года	31 мая 2027г.
9.	Каникулярное время: осенние, зимние, весенние	Работа по расписанию

10.	Летнее время	-
11.	Аттестация обучающихся	Промежуточная – в конце каждой четверти Итоговая – май 2027г.
12. 1 1 .	Комплектование групп	31.05.2026г. – 31.08.2026г.
13.	Дополнительный прием обучающихся	В течении учебного года согласно заявлениям (при наличие свободных мест)

Учебный план 2 года обучения

№ п/п	Раздел	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях.	4		4	Беседа. Демонстрация наглядных пособий и плакатов
2	Теоретические основы стрельбы.	6		6	Беседа
3	Основы меткого выстрела	4	22	26	Презентация
4	Техника стрельбы.	6	22	28	Практические занятия
5	Психологическая подготовка Участие в соревнованиях	2	18	20	Практика
6	Общая и специальная физическая подготовка.	2	18	20	Практика
7	Выполнение контрольных упражнений	2	38	40	Практические занятия.
	Итого	26	118	144	

Содержание программы 2-й год обучения.

Тема 1. Вводное занятие.

Теория: Техника безопасности на занятиях.

Краткий обзор развития спортивного оружия.

Винтовки МР-512, МР-532.

Тема 2. Теоретические основы стрельбы.

Теория: Основные понятия при стрельбе. Система, прицеливание.

Понятия выстрела.

Тема 3. Основы меткого выстрела.

Теория: Материальная часть оружия. Наименование, назначение, спортивно-технические данные. Уход, бережения.

Практика: Тренировка в прицеливании.

Тема 4. Техника стрельбы.

Теория: Основы техники стрельбы из пневматической винтовки.

Практика: Упражнения по стрельбе стоя с опорой на локти. Тренировка без выстрела. Тренировка без выстрела. Стрельба на кучность по мишени. Тренировка в изготовке и прицеливании со станка

Тема 5. Тема. Психологическая подготовка

Теория: Приемы саморегуляции эмоциональных состояний.

Практика: Стрельба на результат. Коллективная тренировка с элементами соревнований. Участие в соревнованиях.

Тема:6. Общая и специальная физическая подготовка.

Теория: Основы техники упражнений на тренажерах и спортивных снарядах.

Практика: Упражнения на тренажерах. Подтягивание на перекладине. Упражнения со спортивными снарядами. Подвижные игры. Бег на короткие и длинные дистанции.

Тема:7. Выполнение контрольных упражнений

Теория: Нормативы по стрельбе

Практика: Выполнение нормативов по стрельбе.

3 год обучения

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК на 2027-2028 учебный год

№ п/п	Режим деятельности	Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа «Выстрел»
1	Начало учебного периода	01.09.2027г.
2	Продолжительность учебного периода	36 учебных недель – 16-17 лет (10-11 кл.)
3	Продолжительность учебной недели	5 дней
4	Периодичность учебных занятий	2 раза в неделю по 2 часа
5	Продолжительность учебных занятий	Продолжительность учебного часа – 45 минут

6	Время проведения учебных занятий	Пн. 15-00 – 17-00 Пт. 15-00 – 17-00
7	Продолжительность перемен	15минут
8	Окончание учебного года	31 мая 2028г.
9	Каникулярное время: осенние, зимние, весенние	Работа по расписанию
10	Летнее время	-
11	Аттестация обучающихся	Промежуточная – в конце каждой четверти Итоговая – май 2028г.
12.	Комплектование групп	31.05.2027г. – 31.08.2027г.
13	Дополнительный прием обучающихся	В течении учебного года согласно заявлениям (при наличие свободных мест)

Учебный план 3 года обучения

№	Раздел Название темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	Вводное занятие.	2		2	Демонстрация наглядных пособий и плакатов
2	Техника стрельбы.	4	36	40	Дидактический материал. Просмотр фильма
3	Психологическая подготовка	2	18	20	Практика
4	Специальная физическая подготовка спортсмена	4	36	40	Выполнение упражнений
5	Выполнение контрольных упражнений	1	41	42	Выполнение упражнений
	Итого	13	131	144	

Содержание 3-й год обучения

Тема 1. Вводное занятие.

Теория: Постановка задач. Меры безопасности при стрельбе. Меры безопасности при стрельбе.

Тема 2. Техника стрельбы.

Практика: Отработка упражнений ВП-1, ВП-2. Упражнения на меткость и кучность.

Тема 3. Психологическая подготовка.

Теория: Приемы саморегуляции эмоциональных состояний на соревнованиях. Система дыхания.

Практика: Стрельба на результат. Коллективная тренировка с элементами соревнований.

Участие в соревнованиях внутри секции.

Тема 4. Специальная физическая подготовка спортсмена.

Практика: Выполнение упражнений на устойчивость, координацию, выносливость.

Тема 5. Выполнение контрольных упражнений.

Практика: Выполнение нормативов по стрельбе.

Воспитательной работа

Воспитательный компонент осуществляется по следующим направлениям организации воспитания и социализации обучающихся:

- гражданско-патриотическое;
- нравственное и духовное воспитание;
- воспитание положительного отношения к труду и творчеству;
- интеллектуальное воспитание;
- здоровьесберегающее воспитание;
- правовое воспитание и культура безопасности;
- воспитание семейных ценностей;
- формирование коммуникативной культуры;
- экологическое воспитание.

Цель – формирование гармоничной личности с широким мировоззренческим кругозором, с серьезным багажом теоретических знаний и практических навыков.

Используемые формы воспитательной работы: викторина, игровые программы, диспуты.

Методы: беседа, мини-викторина, наблюдения, , соревновательный.

Планируемый результат: повышена мотивация к личностному развитию; сформированы настойчивость в достижении цели, стремление к получению качественного законченного результата; умение работать в команде; сформированы нравственный, познавательный и коммуникативный потенциалы личности.

Календарный план воспитательной работы

	Название мероприятия, события	Направления воспитательной работы	Форма проведения	Сроки проведения
1.	Инструктаж по технике безопасности при занятиях, правила поведения на занятиях	Безопасность и здоровый образ жизни	В рамках занятий	Сентябрь
2.	Игры на знакомство и командообразование	Нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь- май
3.	Беседа о сохранении материальных ценностей, бережном отношении к оборудованию	Гражданско-патриотическое воспитание, нравственное воспитание	В рамках занятий	Сентябрь- май
4.	Работа над заданиями внутри группы	Нравственное воспитание, трудовое воспитание	В рамках занятий	Октябрь- май
5.	Участие в соревнованиях различного уровня	Воспитание интеллектуально-познавательных интересов	В рамках занятий	Октябрь- май
6.	Участие в благотворительных мероприятиях, акциях	Нравственное и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках занятий	Ноябрь
7.	Проведение конкурсов и викторин на знание МКВ, АКМ, ПВ	Воспитание интеллектуально-познавательных интересов	В рамках занятий	Январь
8.	Беседа о празднике «День защитника Отечества» Проведение внутри	Гражданско-патриотическое, нравственно	В рамках занятий	Февраль

	кружковых соревнований по стрелковому спорту	е и духовное воспитание		
9.	Беседа о празднике «8 Марта»	Нравственно е и духовное воспитание; воспитание семейных ценностей	В рамках заняти й	Март
10	Проведение внутри кружковых соревнований по стрелковому спорту	Гражданско-патриотическое, нравственно е и духовное воспитание	В рамках заняти й	Апрель
11	Беседа о празднике «День Победы»	Гражданско-патриотическое, нравственно е и духовное воспитание	В рамках заняти й	Май
12	Открытые занятия для родителей	Воспитание положительного отношения к труду и творчеству; интеллектуальное воспитание; формирование коммуникативной культуры	В рамках заняти й	Декабрь, май

Список литературы:

Нормативные правовые акты:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.

2. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2012 № 599 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки».

3. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2012 № 597 «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики».

4. Указ Президента РФ от 9 ноября 2022 г. № 809 "Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных

ценностей».

5. Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года».

6. Указ Президента Российской Федерации от 8 мая 2024 г. № 314 «Об утверждении Основ государственной политики Российской Федерации в области исторического просвещения».

7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 2022 года № 629 «Об утверждении осуществления образовательной деятельности общеобразовательным программам».

8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

9. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении дополнительного образования детей до 2030 года».

10. Приказ Министерства образования от 26 июля 2022 года № 912/1 «Об утверждении Плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022 - 2024 годы) в Калининградской области и Целевых показателей реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Калининградской области».

11. Устав Дома детского творчества г. Правдинска

Список литературы:

1. Федеральный закон «Об оружии» № 150 – ФЗ, от 13.12.1996г.
2. Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» № 53 – ФЗ, от 28.03.1998г.
3. Л.М. Вайнштейн. Стрелок и тренер М. ДОСААФ 1977г. - 260с.
4. А.А. Лови, Р.А. Минин. Организация занятий по огневой подготовке. М. ДОСААФ 1973г. – 76с.
5. Пулевая стрельба. Правила соревнований. М. ОСОО «Стрелковый союз России» 2006г. – 150с.
6. А.В Алексеев. Себя преодолеть. М. ФиС 1985г.
7. Р.М. Найдиффер. Психология соревнующегося спортсмена. М. ФиС 1979г.
8. М.Я. Жилина. Методика тренировки спортсмена – стрелка. М. ДОСААФ 1986г.
9. А.А. Юрьев. Спортивная стрельба. М. ФиС 1962г.
10. А.Ц. Пуни. Практические занятия по психологии. М. ФиС 1977г.

11. А.Д. Дворкин. Пневматическое оружие. М. «Военные знания» 2001 г.- 168 с.
12. Ю.И. Мальцев. Пособие по огневой подготовке, сайт МБОУ ДО ДЮЦ ГПДНВ 2014г.

Литература для педагога

1. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Оборонно-спортивные кружки. М.: Просвещение, 1987
2. Аверин А.И., Выдрин И.Ф. Начальная военная подготовка. М.: Просвещение.
3. Литвинов Е.Н., Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности 10 кл. М: АСТ,
4. Стрелковый спорт. Правила соревнований. М., 2009 г.
5. Юрьев А. Спортивная стрельба. М.,
6. Пулевая стрельба. В.А. Кинль. Учебное пособие для педагогических институтов.
7. Патриотическое воспитание и военно – профессиональная ориентация. 10-11 классы: методическое пособие А.А. Волокитин, В.А. Жильцов и др.-М.: Дрофа, 2009г.

Литература для учащихся

1. Алексеев А.В. Преодолей себя! – М.; ФиС, 2003.
2. Начальная военная подготовка. Огневая подготовка. Учебник для учащихся 9-10 классов. Ю.А. Науменко. М.» Просвещение» 1984.
3. Назначение, боевые свойства и устройства 7,62 мм автомата Калашникова (АКМС) стационарное пособие – М.: Дрофа, 2007.
4. Общевоинские уставы ВС РФ.-М.: Эксмо, 2008.
5. Правила соревнований. Пулевая стрельба – М.: изд. Советский спорт, 2006.
6. Шилин Ю., Насонова А. Спортивная пулевая стрельба. Учебное пособие – М.: Изд. Дивизион, 2012.

Информационное обеспечение программы

Интернет-ресурсы:

Спортивные сайты <http://www.sportlib.ru/> – спортивная литература
<http://www.abcsport.ru/sport/gun/> – стрелковые новости
<http://www.infosport.ru/xml/t/default.xml> – Инфоспорт
<http://www.strelok.info> – сайт «Меткий стрелок»

ИНСТРУКЦИЯ

По пулевой стрельбе из пневматического оружия

1. Меры безопасности и правила выполнения стрельбы из пневматического оружия

Линия мишеней оборудуется **только на глухой стене помещения, где нет дверей**. На входной двери тира обязательно надо сделать **прочный внутренний запор**.

Недопустимо пренебрежительное, легкомысленное обращение с пневматическим оружием. Это может привести к трагическим последствиям. Пули выбрасываются из ствола винтовок повышенного качества со скоростью до 170 м/с и летят на расстояние до 150 м. Поэтому необходимо строго соблюдать все меры безопасности, как и при стрельбе из огнестрельного оружия. Перед каждой стрельбой надо обязательно проводить наружный осмотр оружия и подтягивать крепежные винты.

Для проверки отсутствия пули в канале ствола необходимо открыть ствол и повернуть его вниз на угол около 30°, преодолев упругость боевой пружины, но не ставить боевой взвод поршня на шептало. Затем, удерживая ствол в повернутом на 30° положении, посмотреть на свет в канал ствола и убедиться, что пули нет. Медленно опустить ствол и положить оружие на стол или поставить в пирамиду.

Меры безопасности при стрельбе в тире ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

1. Брать и заряжать оружие без команды руководителя стрельбы.
2. Прицеливаться и направлять даже незаряженное оружие на людей, в стороны и в тыл.
3. Трогать спусковой крючок во время заряжения до прицеливания и после стрельбы.
4. Оставлять заряженное оружие без присмотра.
5. Выносить заряженное оружие с огневого рубежа.
6. Хранить оружие в заряженном состоянии.
7. Шуметь и отвлекаться от стрельбы.
8. Находиться на огневом рубеже посторонним.
9. Трогать чужое оружие.

СТРЕЛОК ОБЯЗАН:

1. Выполнять все команды руководителя стрельбы.
2. Держать даже незаряженное оружие **только стволом в направлении стрельбы, а при переходах – стволом вверх**, удерживая его около мушки.
3. Стрелять только после команды «СТАРТ» и до команды «СТОП».
4. О неисправности оружия докладывать руководителю стрельбы.
5. Прекратить стрельбу при появлении в огневой зоне человека.
6. После стрельбы убедиться, что оружие разряжено.
7. Бережно относиться к оружию.

Правила выполнения стрельбы в пневматическом тире

Действия и команды руководителя стрельбы и дежурных по тиру	Действия стрелков стреляющей смены
1. Руководитель стрельбы проверяет подготовку тира. Командует: «ОЧЕРЕДНАЯ СМЕНА, ЗАХОДИ». Дежурный у входа впускает очередную смену.	Стрелки очередной смены заходят в тир и становятся напротив указанного оружия на линии предварительного старта.
2. Объясняет упражнение и напоминает меры безопасности. Командует: «НА ОГНЕВОЙ РУБЕЖ ШАГОМ МАРШ!»	Подходят на огневой рубеж. Проверяют целостность контровки прицела краской или лейкопластырем.
3. Командует «РАЗДАТЬ ПУЛИ». Раздатчик пуль выдает пули согласно упражнению	Проверяют количество пуль и качество пуль, дефектные заменяют
4. Командует «ПРИГОТОВИТЬСЯ». Проверяет готовность к стрельбе и помогает устранить ошибки изготовления	Изготавливаются к стрельбе согласно упражнению и устраняют ошибки
5. Командует «ЗАРЯЖАЙ». «СТАРТ». Все время следит за правильностью стрельбы и соблюдением мер безопасности при стрельбе. Устраняет ошибки стрелков	Отстреливаются полученными пулями. Открывают ствол на 30 (но не ставят боевой взвод на шептало!), проверяют на свет отсутствие пули в канале ствола, осторожно кладут оружие в направлении стрельбы. При отказе оружия – докладывают руководителю стрельбы
6. Командует «СТОП» - при необходимости прервать стрельбу, «РАЗРЯДИТЬ ОРУЖИЕ» - если надо окончить стрельбу	Прекращают стрельбу и, если будет команда, разряжают оружие и ждут последующих команд
7. После окончания стрельбы всей смены и проверки открытия стволов всего оружия командует: «К МИШЕНЯМ ШАГОМ МАРШ!»	Подходят к своей мишени, не трогая ее, находят свои пробоины
8. Проверяет мишени, объясняет результат стрельбы	При подходе руководителя стрельбы докладывают: «СТРЕЛОК... (фамилия)». Выясняют ошибки
9. Командует: «КРУГОМ, ИЗ ТИРА ШАГОМ МАРШ!». Дежурный у входа выпускает отстрелявших	Поворачиваются и выходят из тира

Учащимся необходимо помнить, что пули свинцовые, и поэтому нельзя после стрельбы, трогать руками лицо, протирать глаза, а также дотрагиваться до одежды и мебели, так как свинец вреден и оставляет следы. После стрельбы надо тщательно вымыть руки.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 647030360437668574821219143876024766403350371057

Владелец Пархомов Виктор Филиппович

Действителен с 21.01.2026 по 21.01.2027