

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 22» г. Сыктывкара  
(МАОУ «СОШ №22» г. Сыктывкара)  
«22 №-а шӧр школа»  
Сыктывкарса муниципальной асьюралана велӧдан учреждение  
(«22 №-а ШШ МАВУ»)

**ПРИНЯТО**

Педагогическим советом  
протокол № 1 от 28.08.2020г.

**УТВЕРЖДАЮ**

директор

\_\_\_\_\_ В.А. Елагина

Приказ от 28.08.2020г. №360-ОД

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
«СПАРТА»**

Уровень: основное общее образование  
Направление: спортивно-оздоровительное

Составитель:  
Вишератин И.И.,  
Преподаватель-организатор ОБЖ

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа курса внеурочной деятельности «СПАРТА» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утвержден приказом Министерства образования РФ от 17.12.2010 года № 1897), на основании основной образовательной программы основного общего образования МАОУ «СОШ №22» г. Сыктывкара. Положения об организации внеурочной деятельности в МАОУ «СОШ №22» г. Сыктывкара.

Программа составлена на основе «Программ для кружков по изучению военного дела»; 1986 г., стр. 95-105; программ кружка «Стрелковые кружки», автор А.С. Кузнецов, 1987 год; «Программы допризывной подготовки юношей» 1990 г.; программы «Стрелковая подготовка учащихся Общеобразовательных учреждений» 1999 год. Авторы: П. П. Миненко и С.Т. Мишин и имеет модифицированную структуру.

При подготовке данной программы учитывались требования основных руководящих документов:

1. Федеральные законы: «Об обороне» (1996 г), «О мобилизационной подготовке и мобилизации в РФ (1997 г), «О статусе военнослужащих» (1998 г), «О воинской обязанности и военной службе» (1998 г).
2. «Концепция национальной безопасности РФ» (2000 г),
3. «Военная доктрина РФ» (2000 г).
4. Указ Президента РФ «Вопросы прохождения военной службы» (1999 г).
5. Общевоинские уставы (1993 г).
6. Федеральный закон № 100 от 23.07 2005 года «О внесении изменений в Федеральный Закон "О ВОИНСКОЙ ОБЯЗАННОСТИ И ВОЕННОЙ СЛУЖБЕ" и статью 14 Закона Р Ф "ОБ ОБРАЗОВАНИИ"»

**Актуальность** – формирование установки на активное приобщение детей и подростков к занятиям спортом и физической культурой.

При занятии стрельбой из пневматического оружия идет развитие физических и морально-волевых качеств, совершенствуются специальные психологические качества, умственные и интеллектуальные способности.

Педагогическая целесообразность – привитие ученикам трудолюбия, упорства, терпения, желания заниматься спортом и вести здоровый образ жизни; профилактика вредных привычек и правовых правонарушений; содействие взаимопониманию между различными национальными, религиозными и социальными группами, гуманному отношению ко всему живому.

Оружие и особенно стрельба из него всегда вызывает живой интерес у подростков. Кроме того, в настоящее время большое внимание уделяется сохранению здоровья учащихся. Организация военно-спортивного кружка в школе позволяет развивать общефизическую подготовку учащихся, воспитывать у будущих мужчин смелость, мужество, решительность, самообладание, целеустремленность, трудолюбие, внимательность и самостоятельность. Некоторые девушки также с удовольствием занимаются стрелковым спортом.

В настоящее время актуальность приобретает возрастающая роль физкультуры и спорта в жизни современного общества. К числу наиболее актуальных проблем относится, прежде всего, доступность, массовость видов спорта, наличие определенной материально-технической базы, для занятия определенным видом спорта. Стрелковый спорт по праву считается одним из самых массовых, доступных и увлекательных военно-прикладных видов спорта.

Программа кружка «Стрельба из пневматического оружия» имеет ведущую спортивно-оздоровительное направление, с элементами духовно-нравственного. Главное – системный подход к формированию гражданской позиции ребёнка, создание условий для его самосознания и самовоспитания. Данная программа позволяет решать задачи воспитания всесторонне развитой личности и имеет спортивно-оздоровительную направленность.

Она носит учебно-познавательное и прикладное функциональное предназначение. По форме своей ориентированности является, как индивидуальной, так и групповой формой организации занятий.

Форма проведения занятий - кружок.

#### **Программа предусматривает изучение и ознакомление с:**

- историей развития стрелкового спорта;
- теоретическое знакомство с основными видами отечественного стрелкового оружия их характеристиками и устройством;
- прикладным и оборонным значением стрелкового спорта;
- характеристиками моделей пневматического оружия;
- устройством и взаимодействием частей пневматического оружия
- техникой безопасности при пользовании пневматическим оружием;
- основами производства меткого выстрела;
- методикой обучения технике стрельбы;
- специальными стрелковыми упражнениями;
- организацией соревнований по стрельбе и их проведение,

#### **Программа предусматривает цели:**

- формировать у учащихся наиболее полные знания и представления об истории и возникновения стрелкового спорта;
- научить учащихся владеть пневматическим оружием;
- совершенствовать разностороннее развитие учащихся для их готовности к службе в Вооруженных Силах Российской Федерации;
- организованное проведение свободного времени, досуга;
- пропаганда здорового образа жизни;

#### **Теоретические и практические занятия**

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

На теоретических занятиях сообщаются основные сведения об отечественном стрелковом оружии, его основных технических характеристиках, по истории стрелкового спорта, технике и методике стрельбы, основные правила по технике безопасности во время тренировочных занятий, а также особенности стрельбы из различных положений.

На практических занятиях учащиеся приобретают умения и навыки по разборке и сборке автомата Калашникова, в совершенствовании техники стрельбы из пневматического оружия.

Прохождение каждой новой темы и выполнение упражнений по стрельбе предполагает постоянное повторение предыдущих тем и овладение определенными практическими навыками в стрельбе.

Главной отличительной особенностью изучения данного курса является наличие материальной базы: пневматические винтовки и пистолеты, необходимое количество мишеней, пуль, стенды для стрельбы, макеты автоматов Калашникова 74М

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.

Программа предназначена для учащихся 7-8 класса.

Количество занимающихся на кружке - от 10 до 15 человек.

Режим занятий группы: - 1 раз в неделю, в год – 35 часов.

## **2.РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

### **Личностные:**

- Российская гражданская идентичность (патриотизм, уважение к Отечеству, к прошлому и настоящему многонационального народа России, чувство ответственности и долга перед Родиной, идентификация себя в качестве гражданина России, субъективная значимость использования русского языка и языков народов России, осознание и ощущение личностной сопричастности судьбе российского народа). Осознание этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества (идентичность человека с российской многонациональной культурой, сопричастность истории народов и государств, находившихся на территории современной России); интериоризация гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества. Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира.
- Готовность и способность учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; готовность и способность осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов.
- Сформированность ответственного отношения к учению; уважительного отношения к труду, наличие опыта участия в социально значимом труде. Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.
- Сформированность целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира.
- Сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни; интериоризация правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях,

угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах.

## Метапредметные:

### Регулятивные:

1. Умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. Учащийся сможет:

- анализировать существующие и планировать будущие образовательные результаты;
- идентифицировать собственные проблемы и определять главную проблему;
- выдвигать версии решения проблемы, формулировать гипотезы, предвосхищать конечный результат;
- ставить цель деятельности на основе определенной проблемы и существующих возможностей;
- формулировать учебные задачи как шаги достижения поставленной цели деятельности;
- обосновывать целевые ориентиры и приоритеты ссылками на ценности, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов.

2. Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. Учащийся сможет:

- определять необходимые действие(я) в соответствии с учебной и познавательной задачей и составлять алгоритм их выполнения;
- обосновывать и осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения учебных и познавательных задач;
- определять/находить, в том числе из предложенных вариантов, условия для выполнения учебной и познавательной задачи;
- выстраивать жизненные планы на краткосрочное будущее (заявлять целевые ориентиры, ставить адекватные им задачи и предлагать действия, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов);
- выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства/ресурсы для решения задачи/достижения цели;
- составлять план решения проблемы (выполнения проекта, проведения исследования);
- определять потенциальные затруднения при решении учебной и познавательной задачи и находить средства для их устранения;
- описывать свой опыт, оформляя его для передачи другим людям в виде технологии решения практических задач определенного класса;
- планировать и корректировать свою индивидуальную образовательную траекторию.

3. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. Учащийся сможет:

- определять совместно с педагогом и сверстниками критерии планируемых результатов и критерии оценки своей учебной деятельности;
- систематизировать (в том числе выбирать приоритетные) критерии планируемых результатов и оценки своей деятельности;
- отбирать инструменты для оценивания своей деятельности, осуществлять самоконтроль своей деятельности в рамках предложенных условий и требований;
- оценивать свою деятельность, аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата;
- находить достаточные средства для выполнения учебных действий в изменяющейся ситуации и/или при отсутствии планируемого результата;
- работая по своему плану, вносить коррективы в текущую деятельность на основе анализа изменений ситуации для получения запланированных характеристик продукта/результата;
- устанавливать связь между полученными характеристиками продукта и характеристиками процесса деятельности и по завершении деятельности предлагать изменение характеристик

процесса для получения улучшенных характеристик продукта;

- сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.

4. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. Учащийся сможет:

- определять критерии правильности (корректности) выполнения учебной задачи;
- анализировать и обосновывать применение соответствующего инструментария для выполнения учебной задачи;
- свободно пользоваться выработанными критериями оценки и самооценки, исходя из цели и имеющихся средств, различая результат и способы действий;
- оценивать продукт своей деятельности по заданным и/или самостоятельно определенным критериям в соответствии с целью деятельности;
- обосновывать достижимость цели выбранным способом на основе оценки своих внутренних ресурсов и доступных внешних ресурсов;
- фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов.

5. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной. Учащийся сможет:

- наблюдать и анализировать собственную учебную и познавательную деятельность и деятельность других учащихся в процессе взаимопроверки;
- соотносить реальные и планируемые результаты индивидуальной образовательной деятельности и делать выводы;
- принимать решение в учебной ситуации и нести за него ответственность;
- самостоятельно определять причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха;
- ретроспективно определять, какие действия по решению учебной задачи или параметры этих действий привели к получению имеющегося продукта учебной деятельности;
- демонстрировать приемы регуляции психофизиологических/ эмоциональных состояний для достижения эффекта успокоения (устранения эмоциональной напряженности), эффекта восстановления (ослабления проявлений утомления), эффекта активизации (повышения психофизиологической реактивности).

### **Познавательные:**

1. Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. Учащийся сможет:

- подбирать слова, соподчиненные ключевому слову, определяющие его признаки и свойства;
- выстраивать логическую цепочку, состоящую из ключевого слова и соподчиненных ему слов;
- выделять общий признак двух или нескольких предметов или явлений и объяснять их сходство;
- объединять предметы и явления в группы по определенным признакам, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления;
- выделять явление из общего ряда других явлений;
- определять обстоятельства, которые предшествовали возникновению связи между явлениями, из этих обстоятельств выделять определяющие, способные быть причиной данного явления, выявлять причины и следствия явлений;
- строить рассуждение от общих закономерностей к частным явлениям и от частных явлений к общим закономерностям;
- строить рассуждение на основе сравнения предметов и явлений, выделяя при этом общие признаки;
- излагать полученную информацию, интерпретируя ее в контексте решаемой задачи; • самостоятельно указывать на информацию, нуждающуюся в проверке, предлагать и применять способ проверки достоверности информации;

- вербализовать эмоциональное впечатление, оказанное на него источником;
- объяснять явления, процессы, связи и отношения, выявляемые в ходе познавательной и исследовательской деятельности (приводить объяснение с изменением формы представления; объяснять, детализируя или обобщая; объяснять с заданной точки зрения);
- выявлять и называть причины события, явления, в том числе возможные /наиболее вероятные причины, возможные последствия заданной причины, самостоятельно осуществляя причинно-следственный анализ;
- делать вывод на основе критического анализа разных точек зрения, подтверждать вывод собственной аргументацией или самостоятельно полученными данными.

2. Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач. Учащийся сможет:

- обозначать символом и знаком предмет и/или явление;
- определять логические связи между предметами и/или явлениями, обозначать данные логические связи с помощью знаков в схеме;
- создавать абстрактный или реальный образ предмета и/или явления;
- строить модель/схему на основе условий задачи и/или способа ее решения;
- создавать вербальные, вещественные и информационные модели с выделением существенных характеристик объекта для определения способа решения задачи в соответствии с ситуацией;
- преобразовывать модели с целью выявления общих законов, определяющих данную предметную область;
- переводить сложную по составу (многоаспектную) информацию из графического или формализованного (символьного) представления в текстовое, и наоборот;
- строить схему, алгоритм действия, исправлять или восстанавливать неизвестный ранее алгоритм на основе имеющегося знания об объекте, к которому применяется алгоритм;
- строить доказательство: прямое, косвенное, от противного;
- анализировать/рефлексировать опыт разработки и реализации учебного проекта, исследования (теоретического, эмпирического) на основе предложенной проблемной ситуации, поставленной цели и/или заданных критериев оценки продукта/результата.

8. Смысловое чтение. Учащийся сможет:

- находить в тексте требуемую информацию (в соответствии с целями своей деятельности);
- ориентироваться в содержании текста, понимать целостный смысл текста, структурировать текст;
- устанавливать взаимосвязь описанных в тексте событий, явлений, процессов;
- резюмировать главную идею текста;
- критически оценивать содержание и форму текста.

3. Учащийся может выражать свое отношение к природе через рисунки, сочинения, модели, проектные работы.

4. Развитие мотивации к овладению культурой активного использования словарей и других поисковых систем. Учащийся сможет:

- определять необходимые ключевые поисковые слова и запросы;
- осуществлять взаимодействие с электронными поисковыми системами, словарями;
- формировать множественную выборку из поисковых источников для объективизации результатов поиска;
- соотносить полученные результаты поиска со своей деятельностью.

### **Коммуникативные:**

1. Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение. Учащийся сможет:

- определять возможные роли в совместной деятельности;
- играть определенную роль в совместной деятельности;
- принимать позицию собеседника, понимая позицию другого, различать в его речи: мнение

(точку зрения), доказательство (аргументы), факты; гипотезы, аксиомы, теории;

- определять свои действия и действия партнера, которые способствовали или препятствовали продуктивной коммуникации;
- строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности; – корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, в дискуссии уметь выдвигать контраргументы, перефразировать свою мысль (владение механизмом эквивалентных замен);
- критически относиться к собственному мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;
- предлагать альтернативное решение в конфликтной ситуации;
- выделять общую точку зрения в дискуссии;
- договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей; – организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т. д.);
- устранять в рамках диалога разрывы в коммуникации, обусловленные непониманием/неприятием со стороны собеседника задачи, формы или содержания диалога.

2. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью. Учащийся сможет:

- определять задачу коммуникации и в соответствии с ней отбирать речевые средства;
- отбирать и использовать речевые средства в процессе коммуникации с другими людьми (диалог в паре, в малой группе и т. д.);
- представлять в устной или письменной форме развернутый план собственной деятельности;
- соблюдать нормы публичной речи, регламент в монологе и дискуссии в соответствии с коммуникативной задачей;
- высказывать и обосновывать мнение (суждение) и запрашивать мнение партнера в рамках диалога;
- принимать решение в ходе диалога и согласовывать его с собеседником;
- создавать письменные «клишированные» и оригинальные тексты с использованием необходимых речевых средств;
- использовать вербальные средства (средства логической связи) для выделения смысловых блоков своего выступления;
- использовать невербальные средства или наглядные материалы, подготовленные/отобранные под руководством учителя;
- делать оценочный вывод о достижении цели коммуникации непосредственно после завершения коммуникативного контакта и обосновывать его.

3. Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее – ИКТ). Учащийся сможет:

- целенаправленно искать и использовать информационные ресурсы, необходимые для решения учебных и практических задач с помощью средств ИКТ;
- выбирать, строить и использовать адекватную информационную модель для передачи своих мыслей средствами естественных и формальных языков в соответствии с условиями коммуникации;
- выделять информационный аспект задачи, оперировать данными, использовать модель решения задачи;
- использовать компьютерные технологии (включая выбор адекватных задаче инструментальных программно-аппаратных средств и сервисов) для решения информационных и коммуникационных учебных задач, в том числе: вычисление, написание писем, сочинений, докладов, рефератов, создание презентаций и др.;
- использовать информацию с учетом этических и правовых норм;
- создавать информационные ресурсы разного типа и для разных аудиторий, соблюдать информационную гигиену и правила информационной безопасности.



## **Предметные:**

Учащийся научиться:

- физические упражнения, направленные на развитие быстроты, ловкости, координации движений, контроль дыхания и пульса, приемы и правила стрельбы;
- устройство и принцип действия пневматического оружия, технику безопасности при обращении и стрельбе из пневматического оружия;
- элементарные теоретические сведения о баллистике;
- историю стрелкового оружия;
- команды, подаваемые инструктором при проведении учебных стрельб из пневматического оружия.
- технику безопасности при проведении стрельб;
- устройство и принцип действия АК;
- необходимые действия по обслуживанию АК;
- способы развития быстроты, ловкости, общей и статической выносливости · технические приемы, которые наиболее часто и эффективно применяются при стрельбе;
- основы тактической и строевой подготовки.

Учащийся получит возможность научиться:

- выполнять стрелковые упражнения из положения, лежа и сидя;
- занимать правильное положение при изготовке к стрельбе и при стрельбе;
- выполнять специальные действия способствующие уравниванию дыхания и пульса;
- осознанно относиться к своему здоровью, наблюдать, анализировать и запоминать;
- применять полученные знания и умения в самостоятельной работе;
- анализировать свои действия в процессе работы, сравнивая его с действиями других учащихся.
- осознанно относиться к своему здоровью, определять дальность до цели, направление и силу ветра;
- применять полученные знания и умения в самостоятельной работе;
- анализировать свои действия в процессе работы, сравнивая его с действиями других учащихся;
- проявлять волевые качества спортсмена;
- выполнять упражнения по стрельбе из пневматического оружия из разных положений (сидя, стоя, лежа, с колена) с результатом не ниже 35 очков.

**Формами подведения итогов реализации данной программы являются:**

- наблюдение за деятельностью учащихся;
- соревнования по стрельбе;
- соревнования по военно-прикладному многоборью;
- выполнение контрольных упражнений.

### 3.СОДЕРЖАНИЕ КУРСА С УКАЗАНИЕМ ФОРМ ОРГАНИЗАЦИИ И ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

#### Содержание программы:

**Тема 1:** История стрелкового оружия, теория. История стрелкового оружия. Развитие стрелкового оружия. Совершенствование составных частей и элементов. Современное стрелковое и спортивное оружие. Теоретические основы стрельбы теория. История развития пулевой стрельбы, ее значение. Траектория полета пули, стабилизация. Определение основы средней точки прицеливания, попадания. Явление выстрела. Отдача винтовки. Факторы, влияющие на траекторию пули и точность выстрела. Правильное положение тела стрелка во время выстрела, правильное дыхание. ( 1 час)

**Тема 2:** Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием. Теория. Общие требования. Правила обращения с оружием. Права и обязанности стрелка. ( 1 час).

**Тема 3:** Предварительные упражнения — стрельба без пуль. Практические занятия: Упражнение№1 Контроль однообразия прицеливания.

Упражнение№2 Тренировка в стрельбе без пуль. Тренировка в удержании винтовки, прицеливании, нажатии на спусковой крючок, соблюдение режима дыхания. ( 1 час).

**Тема 4:** Техника стрельбы из пневматической винтовки на 5 м. (упр. №6) Практические занятия. Упражнение№3. Стрельба по белому листу для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Количество выстрелов — 3. Упражнение№4. Стрельба по квадрату 10\*10 на листе белой бумаги. Выстрелов — 3. Задание попасть в квадрат. Упражнение№5. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по пяти пробоинам и научиться делать поправку в наводке винтовки. Упражнение№6 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов 3\*5 Упражнение№7.Стрельба по спортивной мишени «П», дистанция 5м, Выстрелов 3\*5 Задание — набрать наибольшее количество очков. Упражнение№8.Мишень «П», сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов — 3\*5 Задание — выбить не менее 40 из50. ( 10 часов).

**Тема 5:** Техника стрельбы из пневматической винтовки на 10 м. (мишень. №6) Практические занятия. Упражнение№3. Стрельба по белому листу для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Количество выстрелов — 5. Упражнение№4. Стрельба по квадрату 10\*10 на листе белой бумаги. Выстрелов — 10. Задание попасть в квадрат. Упражнение№5. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по пяти пробоинам и научиться делать поправку в наводке винтовки. Упражнение№6 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, лежа с опорой для ствола. Упражнение№6 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, лежа с опорой на локоть, дистанция 10м, Выстрелов 3\*5 Задание — набрать наибольшее количество очков. Упражнение№8.Мишень «П», сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов — 3\*5 Задание — выбить не менее 40 из50. ( 10 часов).

**Тема 6:** Стрельба из пневматического пистолета. Практические занятия. (5 часов) Правильное положение ног при стрельбе. Прицеливание. Мягкий спуск. Практически выполнить упражнение: расстояние — 5м, мишень №8; Выстрелов — 3\*5 ( 5 часов).

**Тема 7:** Устройство автомата Калашникова АК-74. Углубленное изучение устройства винтовки и работы частей и механизмов пневматической винтовки, устройство и принцип действия АК. Необходимые действия по обслуживанию АК. ( 2 часа).

**Тема 8:** Практические занятия. Разборка-сборка автомата Калашникова 74 М. (5 часов).

*Виды деятельности:* познавательная, проблемно-ценностное общение

*Формы организации:* беседа, диалог, практическое занятие, соревнование, доклад и др.

#### 4.ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

| № п.п. | Тема  | Всего часов | Из них практических |
|--------|---|-------------|---------------------|
| 1      | История стрелкового оружия. Теоретические основы стрельбы.    | 1           |                     |
| 2      | Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием. | 1           |                     |
| 3      | Предварительные упражнения - стрельба без пуль.               | 1           | 1                   |
| 4      | Техника стрельбы из пневматической винтовки на 5 м.           | 10          | 10                  |
| 5      | Техника стрельбы из пневматической винтовки на 10 м.          | 10          | 10                  |
| 6      | Стрельба из пневматического пистолета.                        | 5           | 5                   |
| 7      | Устройство и ТТХ автомата Калашникова 74 М.                   | 2           |                     |
| 8      | Разборка-сборка автомата Калашникова 74 М.                    | 5           | 5                   |
|        | <b>ИТОГО</b>  | <b>35</b>   | <b>31</b>           |

#### 5.ПРИЛОЖЕНИЕ

##### Календарно-тематическое планирование

| Дата | Тема урока    | Наименование темы, урока   | Кол-во часов |
|------|---------------|--|--------------|
|      | <b>Тема 1</b> | <b>История стрелкового оружия</b>  | <b>1</b>     |
|      | 1.1           | История стрелкового оружия. Развитие стрелкового оружия. Совершенствование составных частей и элементов. Современное стрелковое и спортивное оружие. | 1            |
|      | <b>Тема 2</b> | <b>Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием.</b>   | <b>1</b>     |
|      | 2.1           | Общие требования. Правила обращения с оружием. Права и обязанности стрелка.  | 1            |
|      | <b>Тема 3</b> | <b>Предварительные упражнения - стрельба без пуль. Практические занятия</b>  | <b>1</b>     |
|      | 3.1           | Упражнение№1 Контроль однообразия прицеливания. Упражнение№2 Тренировка в стрельбе без пуль.   | 1            |
|      | <b>Тема 4</b> | <b>Техника стрельбы из пневматической винтовки на 5 м.</b>   | <b>10</b>    |

|               |  |                              |           |
|---------------|--|------------------------------|-----------|
|               |  | <b>Практические занятия.</b> |           |
| 4.1           | Упражнение №3. Стрельба по белому листу для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Количество выстрелов — 3.   |                              | 2         |
| 4.2           | Упражнение №4. Стрельба по квадрату 10*10 на листе белой бумаги. Выстрелов — 3. Задание попасть в квадрат.   |                              | 2         |
| 4.3           | Упражнение №5. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по пяти пробойнам и научиться делать поправку в наводке винтовки.                                |                              | 2         |
| 4.4           | Упражнение №6 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов 3*5   |                              | 2         |
| 4.5           | Упражнение №7. Стрельба по спортивной мишени «П», дистанция 5м, Выстрелов 3*5 Задание — набрать наибольшее количество очков.   |                              | 2         |
| <b>Тема 5</b> | <b>Техника стрельбы из пневматической винтовки на 10 м. Практические занятия.</b>  |                              | <b>10</b> |
| 5.1           | Упражнение №3. Стрельба по белому листу для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Количество выстрелов — 5.   |                              | 2         |
| 5.2           | Упражнение №4. Стрельба по квадрату 10*10 на листе белой бумаги. Выстрелов — 10. Задание попасть в квадрат.  |                              | 2         |
| 5.3           | Упражнение №5. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по пяти пробойнам и научиться делать поправку в наводке винтовки.                                |                              | 2         |
| 5.4           | Упражнение №6 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, лежа с опорой для ствола.  |                              | 2         |
| 5.5           | Упражнение №7 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, лежа с опорой на локоть, дистанция 10м, Выстрелов 3*5 Задание — набрать наибольшее количество очков.       |                              | 2         |
| <b>Тема 6</b> | <b>Стрельба из пневматического пистолета. Практические занятия</b>   |                              | <b>5</b>  |
| 6.1           | Прицеливание. Мягкий спуск.  |                              | 2         |
| 6.2           | Практически выполнить упражнение: расстояние — 5м, мишень №8; Выстрелов — 3*5  |                              | 3         |
| <b>Тема 7</b> | <b>Устройство автомата Калашникова АК-74</b>   |                              | <b>2</b>  |
| 7.1           | Углубленное изучение устройства винтовки и работы частей и механизмов пневматической винтовки, устройство и принцип действия АК. Необходимые действия по обслуживанию АК |                              | 2         |
| <b>Тема 8</b> | <b>Разборка-сборка автомата Калашникова 74 М. Практические занятия.</b>  |                              | <b>5</b>  |
| 8.1           | Разборка – сборка АК-74М.  |                              | 5         |
|               | <b>Итого, часов</b>  |                              | <b>35</b> |

### Условия выполнения упражнений

| Индекс упражнения | Дистанция, м | Положение для | Количество | Мишени | Время на |
|-------------------|--------------|---------------|------------|--------|----------|
|-------------------|--------------|---------------|------------|--------|----------|

|                      |    |                           | пробное | зачетное | № | Кол-во пробных | Кол-во зачетны |                |
|----------------------|----|---------------------------|---------|----------|---|----------------|----------------|----------------|
| «Начинающий стрелок» | 5  | Сидя или стоя с опорой на | 3       | 5        | 4 | 1              | 1              | Неограниченное |
| «Юный стрелок»       | 10 | С опорой о стол           | 6       | 20       | 8 | 2              | 4              | 30 мин         |
| «Меткий»             | 10 | Стоя                      | 6       | 20       | 8 | 2              | 4              | 45 мин         |
| «Снайпер»            | 10 | Стоя. С колена.           | 6       | 20       | 8 | 2              | 4              | 40 мин         |

#### Условия выполнения сдачи норматива по стрельбе:

- дистанция стрельбы – 10 м.
- мишень – «Спортивная «П».
- положение для стрельбы — сидя с руки с опорой на стол.
- количество выстрелов – 3 пробных, 5 зачетных.
- время на стрельбу – не ограничено.
- норматив – 40 очков.

#### 6.Список литературы

1. « Программа для кружков по изучению основ военного дела и овладению военно-техническими знаниями в первичных организациях ДОСААФ», М, 1986 г.
2. «Программы допризывной подготовки юношей» 1990 г.
3. В.Е. Маркевич «Ручное огнестрельное оружие», изд. «Полигон» С-Пб.
4. В.И. Мураховский, С.Л. Федосеев «Оружие пехоты», изд. Арсенал- Пресс», М, 1992 г.
5. Д.Н. Болотин « История советского стрелкового оружия и патронов», изд. «Полигон», С- П;
6. Д.Н. Болотин «Советское стрелковое оружие», «Военное издательство», М, 1986 г.
7. Лелюшенко Д.Д., « Пособие для допризывников», Военное издательство Министерства Обороны союза ССР, Москва, 1964.
8. Науменко Ю.А., « Начальная военная подготовка», Москва, Просвещение, 1987 г.
9. Попов Е.А., «Огневая подготовка», Москва, 2004 г.
10. Яковлев Н.П., «Учебник допризывника», Военное издательство Министерства Обороны союза ССР, Москва, 1960.
11. А. Д. Дворкин «Стрельба из пневматических винтовок».
12. А. С. Кузнецов программа кружка «Стрелковые кружки».
13. Правила соревнований по пулевой стрельбе.

#### Методические пособия:

- Методическое пособие «Стрельба из пневматических винтовок» (А.Д. Дворкин, изд. ДОСААФ, 1986г.)
- Методическое пособие «Пулевая стрельба. Правила соревнований» (Управление прикладных видов спорта Федерации пулевой стрельбы)

#### **Техническое обеспечение:**

- плакаты по изучению устройства и взаимодействия частей АК, ПМ и пневматической винтовки;
- сборно-разборный макет автомата Калашникова;
- пневматическая винтовка 4,5 мм – 5 шт.;
- пневматические пистолеты 4,5 мм – 3 шт.;
- стенды для стрельбы ;
- прицельные станки — 2 шт.;
- мишени бумажные (различные);
- пульки для стрельбы из пневматического оружия.