

Муниципальное образовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 14

ПРИНЯТО  
на педагогическом совете  
Протокол № 1  
от «30» августа 2018г.

СОГЛАСОВАНО  
Зам. Директора по ВР  
Косарева Е. И.  
«30» августа 2018 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МОУ СОШ № 14  
Алёшкина Г. М.  
Приказ № 143  
«30» августа 2018 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Меткий стрелок»

для обучающихся 12 - 17 лет  
срок реализации 3 года

Автор-составитель:  
Ситенков Алексей Федорович  
преподаватель-организатор ОБЖ  
МОУ СОШ № 14

г. Комсомольск – на – Амуре,  
2018

**Структура программы**

№	Наименование раздела	Страница
1.	Пояснительная записка	3 - 4
2.	Учебно-тематический план 1 года обучения	5 - 6
3.	Содержание занятий	7-9
4.	Учебно-тематический план 2 года обучения	10-11
5.	Содержание занятий	12-14
6.	Учебно-тематический план 3 года обучения	15-16
7.	Содержание занятий	17-20
8.	Требуемые для занятий материальные средства	21
9.	Литература	22

**Пояснительная записка.**

### **Основные направления деятельности:**

1. Развитие познавательной активности в области расширения и укрепления теоретических знаний по стрелковому спорту.
2. Совершенствование и укрепление у учащихся практических навыков по стрельбе из пневматической винтовки.
3. Привлечение детей к систематическим занятиям стрелкового спорта.
4. Активизация познавательной деятельности в области стрелкового спорта.
5. Создание благоприятного нравственно-психологического климата в коллективе, основу которого составляет радость общения, радость общего дела, радость победы.

**Актуальность.** Клуб создан с целью военно-патриотического воспитания детей и подростков, пропаганды стрелкового спорта, личного и профессионального самоопределения, творческого досуга.

**Цель:** заинтересовать детей и подростков стрелковым спортом.

**Обучающие задачи:** дать основные теоретические и практические знания в области стрелкового спорта, меры безопасности при стрельбе (пневматической винтовки).

### **Воспитательные задачи:**

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

### **Развивающие задачи:**

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

### **Принципы:**

- учет индивидуальных и возрастных особенностей детей и подростков;
- выбор вида деятельности по интересу;
- доступность программы.

### **Отличительные особенности данной программы:**

*теоретическая* подготовка знакомит кружковцев с правилами соревнований, с элементами производства меткого выстрела, с необходимостью выполнения тренировок; с характеристикой вооружения Российской армии, с историей ее создания.

*техническая* подготовка ставит задачи: найти для каждого занимающегося рациональную изготовку для производства точного выстрела, научить его правильной работе мышц-сгибателей фаланг указательного пальца, нажимающего на спусковой крючок оружия.

*физическая* подготовка необходима для повышения функциональных возможностей организма, для всестороннего гармонического развития.

*психологическая и тактическая* подготовка проходит в процессе всего обучения. Постепенно, от занятия к занятию, обучающиеся проходят все более сложный материал, что развивает мышление, способствует проявлению волевых качеств, помогает добиваться поставленной цели.

Программа разработана с учетом имеющегося в наличии школы оборудования.

#### **Методы и средства:**

- словесный (объяснение, рассказ, беседа);
- наглядный (стенды, плакаты, видеофильмы, книги);
- практический (упражнения в стрельбе из пневматической винтовки).

Программа рассчитана на 3 года, а также на возраст детей 12 – 17 лет (мальчики и девочки).

Работа по программе осуществляется в группе согласно учебно-тематическому плану.

#### **Конечный результат освоения программы:**

Овладение основами теоретических знаний, практических умений по программе «Меткий стрелок».

№	Название раздела	Кол-во часов			Формы и методы	Примечание
		теория	практика	всего		
1.	Вводное занятие ТБ на занятия.	1		1	Словесный (беседа)	ТБ в течение всего года
2.	История развития стрелкового спорта	2		2	Словесный (беседа, рассказ) Наглядный (видеофильм)	
3.	Инструкции при обращении с оружием	2		2	Словесный (объяснение, беседа) Наглядный	После изучения инструкции повторяются перед каждым практическим занятием
4.	Материальная часть пневматической винтовки	6		6	Словесный (объяснение) Практический Наглядный (плакат)	Инструкции при обращении с оружием
5.	Правила поведения в тире и на линии огня	1		1	Словесный (объяснение, беседа) Наглядный	После изучения правила повторяются перед каждым практическим занятием
6.	Правила и приемы стрельбы стоя по неподвижной мишени	1	34	35	Словесный (объяснение) Практический Наглядный (плакат)	Инструкции при обращении с оружием Правила поведения в тире и на линии огня
7.	Правила и приемы стрельбы сидя «с колена» по неподвижной мишени	1	40	41	Словесный (объяснение) Практический Наглядный (плакат)	Инструкции при обращении с оружием Правила поведения в тире и на линии огня
8.	Правила и приемы стрельбы лежа по неподвижной мишени	1	40	41	Словесный (объяснение) Практический Наглядный (плакат)	Инструкции при обращении с оружием Правила поведения в тире и на линии огня
9.	Внутригрупповые соревнования		15	15	Словесный (объяснение, беседа) Наглядный	Инструкции при обращении с оружием Правила поведения в тире и на линии огня

### **Содержание обучения для учащихся**

**первого года обучения (144 ч.)**

#### **I. Вводное занятие (1 ч).**

**Тема.** Цели, задачи и содержание кружка «Меткий стрелок».

## **II. История развития стрелкового спорта (2 ч).**

**Тема.** История развития стрелкового спорта (1 ч).

**Тема.** Развитие стрелкового оружия в России (просмотр видеофильма «История оружия») (1ч).

## **III. Инструкции при обращении с оружием (2 ч).**

**Тема.** Меры безопасности при обращении с оружием. Порядок обращения с оружием во время переноса, стрельбы и чистки оружия (2 ч).

## **IV. Материальная часть пневматической винтовки (6 ч).**

**Тема.** Материальная часть пневматической винтовки. Назначение, устройство и взаимодействие частей и механизмов пневматической винтовки (2 ч).

**Тема.** Порядок разборки и сборки винтовки (плакат «пневматическая винтовка») (1 ч).

**Тема.** Характерные неисправности, их устранение (1 ч).

**Тема.** Уход за оружием, хранение (2 ч).

## **V. Правила поведения в тире и на линии огня (1 ч).**

**Тема.** Правила поведения в тире и на линии огня. Обязанности дежурного по тире (1 ч).

## **VI. Правила и приемы стрельбы стоя (35 ч).**

**Тема.** Основные элементы техники выполнения выстрела: подготовка, прицеливание, спуск курка, дыхание (1 ч).

**Тема.** Правила и приемы стрельбы стоя по неподвижной мишени (34 ч).

## **VII. Правила и приемы стрельбы сидя «с колена» (41 ч).**

**Тема.** Основные элементы техники выполнения выстрела: подготовка, прицеливание, спуск курка, дыхание (1 ч).

**Тема.** Правила и приемы стрельбы сидя «с колена» по неподвижной мишени (40 ч).

## **VIII. Правила и приемы стрельбы лежа (41 ч).**

**Тема.** Основные элементы техники выполнения выстрела: подготовка, прицеливание, спуск курка, дыхание (1 ч).

**Тема.** Правила и приемы стрельбы лежа по неподвижной мишени (40 ч).

## **IX. Внутригрупповые соревнования (15ч).**

**Тема.** Подготовка к соревнованиям – стрельба стоя - 10 м; три – пробных, десять – зачетных (5 ч).

**Тема.** Подготовка к соревнованиям – стрельба сидя «с колена» - 10 м; три – пробных, десять – зачетных (4 ч).

**Тема.** Подготовка к соревнованиям – стрельба лежа - 10 м; три – пробных, десять – зачетных (3 ч).

**Тема.** Соревнования (3 ч).

**В конце первого года обучения учащиеся должны:**

**Знать:**

1. Историю развития стрелкового спорта.
2. Развитие стрелкового оружия в России.



3. Меры безопасности при обращении с оружием. Порядок обращения с оружием во время переноса, стрельбы и чистки оружия.

4. Материальная часть пневматической винтовки. Назначение, устройство и взаимодействие частей и механизмов пневматической винтовки.

5. Порядок разборки и сборки винтовки.

6. Характерные неисправности, их устранение.

7. Уход за оружием, хранение.

8. Правила поведения в тире и на линии огня. Обязанности дежурного по тире.

9. Основные элементы техники выполнения выстрела: подготовка, прицеливание, спуск курка, дыхание.

**Уметь:**

1. Правильно вести стрельбу стоя по неподвижной мишени.

2. Правильно вести стрельбу сидя «с колена» по неподвижной мишени.

3. Правильно вести стрельбу лежа по неподвижной мишени.

**Учебно-тематический план второго года обучения (144 ч.)**

№	Название раздела	Кол-во часов			Формы и методы	Примечание
		теория	практика	всего		
1.	Вводное занятие ТБ на занятия.	1		1	Словесный (беседа)	ТБ в течение всего года
2.	История развития стрелкового	2		2	Словесный	

	спорта (повторение)				(беседа, рассказ) Наглядный (видеофильм)	
3.	Инструкции при обращении с оружием	1		1	Словесный (объяснение, беседа) Наглядный	После изучения инструкции повторяются перед каждым практическим занятием
4.	Материальная часть пневматической винтовки (повторение)	2		2	Словесный (объяснение) Практический Наглядный (плакат)	Инструкции при обращении с оружием
5.	Материальная часть автомата Калашникова	1	2	3	Словесный (объяснение) Практический Наглядный (плакат)	Инструкции при обращении с оружием
6.	Правила поведения в тире и на линии огня	1		1	Словесный (объяснение, беседа) Наглядный	После изучения правила повторяются перед каждым практическим занятием
7.	Правила и приемы стрельбы стоя по неподвижной мишени (совершенствование)	1	37	38	Словесный (объяснение) Практический Наглядный (плакат)	Инструкции при обращении с оружием Правила поведения в тире и на линии огня
8.	Правила и приемы стрельбы сидя «с колена» по неподвижной мишени (совершенствование)	1	49	50	Словесный (объяснение) Практический Наглядный (плакат)	Инструкции при обращении с оружием Правила поведения в тире и на линии огня
9.	Правила и приемы стрельбы лежа по неподвижной мишени (совершенствование)	1	33	34	Словесный (объяснение) Практический Наглядный	Инструкции при обращении с оружием Правила

					(плакат)	поведения в тире и на линии огня
10.	Внутригрупповые соревнования по неподвижным мишеням		12	12	Словесный (объяснение, беседа) Наглядный Практический	Инструкции при обращении с оружием Правила поведения в тире и на линии огня

### **Содержание обучения для учащихся**

**второго года обучения (144ч.)**

#### **I. Вводное занятие (1 ч).**

**Тема.** Цели, задачи и содержание кружка «Стрелковая подготовка».

#### **II. История развития стрелкового спорта (2 ч).**

**Тема.** История развития стрелкового спорта (1 ч).

**Тема.** Развитие стрелкового оружия в России (просмотр видеофильма «История оружия») (1ч).

### **III. Инструкции при обращении с оружием (1 ч).**

**Тема.** Меры безопасности при обращении с оружием. Порядок обращения с оружием во время переноса, стрельбы и чистки оружия (1 ч).

### **IV. Материальная часть пневматической винтовки (2 ч).**

**Тема.** Материальная часть пневматической винтовки. Назначение, устройство и взаимодействие частей и механизмов пневматической винтовки (1 ч).

**Тема.** Уход за оружием, хранение (1 ч).

### **V. Материальная часть автомата Калашникова (3 ч).**

**Тема.** Материальная часть автомата Калашникова. Назначение, устройство и взаимодействие частей и механизмов автомата Калашникова (1 ч).

**Тема.** Порядок разборки и сборки автомата Калашникова. Уход за оружием, хранение (2 ч).

### **VI. Правила поведения в тире и на линии огня (1 ч).**

**Тема.** Правила поведения в тире и на линии огня. Обязанности дежурного по тире (1 ч).

### **VII. Правила и приемы стрельбы стоя (38 ч).**

**Тема.** Основные элементы техники выполнения выстрела: подготовка, прицеливание, спуск курка, дыхание (1 ч).

**Тема.** Правила и приемы стрельбы стоя по неподвижной мишени (37 ч) (совершенствование).

### **VIII. Правила и приемы стрельбы сидя «с колена» (50 ч).**

**Тема.** Основные элементы техники выполнения выстрела: подготовка, прицеливание, спуск курка, дыхание (1 ч).

**Тема.** Правила и приемы стрельбы сидя «с колена» по неподвижной мишени (49 ч) (совершенствование).

### **IX. Правила и приемы стрельбы лежа (34 ч).**

**Тема.** Основные элементы техники выполнения выстрела: подготовка, прицеливание, спуск курка, дыхание (1 ч).

**Тема.** Правила и приемы стрельбы лежа по неподвижной мишени (33 ч) (совершенствование).

## **Х. Внутригрупповые соревнования (12ч).**

**Тема.** Подготовка к соревнованиям – стрельба стоя - 10 м; три – пробных, десять – зачетных (3 ч).

**Тема.** Подготовка к соревнованиям – стрельба сидя «с колена» - 10 м; три – пробных, десять – зачетных (3 ч).

**Тема.** Подготовка к соревнованиям – стрельба лежа - 10 м; три – пробных, десять – зачетных (3 ч).

**Тема.** Соревнования (3 ч).

**В конце второго года обучения учащиеся должны:**

**Знать:**

1. Историю развития стрелкового спорта.
2. Развитие стрелкового оружия в России.
3. Меры безопасности при обращении с оружием. Порядок обращения с оружием во время переноса, стрельбы и чистки оружия.

4. Материальная часть пневматической винтовки. Назначение, устройство и взаимодействие частей и механизмов пневматической винтовки.

5. Порядок разборки и сборки винтовки.

6. Характерные неисправности, их устранение.

7. Уход за оружием, хранение.

8. Правила поведения в тире и на линии огня. Обязанности дежурного по тире.

9. Основные элементы техники выполнения выстрела: подготовка, прицеливание, спуск курка, дыхание.

10. Материальная часть автомата Калашникова. Назначение, устройство и взаимодействие частей и механизмов автомата Калашникова (1 ч).

11. Порядок разборки и сборки автомата Калашникова. Характерные неисправности, их устранение. Уход за оружием, хранение

**Уметь:**

1. Правильно вести стрельбу стоя по неподвижной мишени.

2. Правильно вести стрельбу сидя «с колена» по неподвижной мишени.

3. Правильно вести стрельбу лежа по неподвижной мишени.

**Учебно-тематический план третьего года обучения (144 ч.)**

№	Название раздела	Кол-во часов			Формы и методы	Примечание
		теория	практика	всего		
1.	Вводное занятие ТБ на занятия.	1		1	Словесный (беседа)	ТБ в течение всего года
2.	История развития стрелкового спорта	2		2	Словесный (беседа, рассказ)	

	(повторение)				Наглядный (видеофильм)	
3.	Инструкции при обращении с оружием	1		1	Словесный (объяснение, беседа) Наглядный	После изучения инструкции повторяются перед каждым практическим занятием
4.	Материальная часть пневматической винтовки (повторение)	4		4	Словесный (объяснение) Практический Наглядный (плакат)	Инструкции при обращении с оружием
5.	Материальная часть автомата Калашникова	1	4	5	Словесный (объяснение) Практический Наглядный (плакат)	Инструкции при обращении с оружием
6.	Правила поведения в тире и на линии огня	1		1	Словесный (объяснение, беседа) Наглядный	После изучения правила повторяются перед каждым практическим занятием
7.	Правила и приемы стрельбы стоя по неподвижной мишени (совершенствование)	1	31	32	Словесный (объяснение) Практический Наглядный (плакат)	Инструкции при обращении с оружием Правила поведения в тире и на линии огня
8.	Правила и приемы стрельбы сидя «с колена» по неподвижной мишени (совершенствование)	1	45	46	Словесный (объяснение) Практический Наглядный (плакат)	Инструкции при обращении с оружием Правила поведения в тире и на линии огня
9.	Правила и приемы стрельбы лежа по неподвижной мишени (совершенствование)	1	45	46	Словесный (объяснение) Практический Наглядный (плакат)	Инструкции при обращении с оружием Правила поведения в

						тире и на линии огня
10.	Внутригрупповые соревнования по неподвижным мишеням		14	14	Словесный (объяснение, беседа) Наглядный Практический	Инструкции при обращении с оружием Правила поведения в тире и на линии огня

### **Содержание обучения для учащихся**

**третьего года обучения (144 ч.)**

#### **I. Вводное занятие (1 ч).**

**Тема.** Цели, задачи и содержание кружка «Стрелковая подготовка».

#### **II. История развития стрелкового спорта (2 ч).**



**Тема.** История развития стрелкового спорта (1 ч).

**Тема.** Развитие стрелкового оружия в России (просмотр видеофильма «История оружия») (1ч).

### **III. Инструкции при обращении с оружием (1 ч).**

**Тема.** Меры безопасности при обращении с оружием. Порядок обращения с оружием во время переноса, стрельбы и чистки оружия (1 ч).

### **IV. Материальная часть пневматической винтовки (4 ч).**

**Тема.** Материальная часть пневматической винтовки. Назначение, устройство и взаимодействие частей и механизмов пневматической винтовки (1 ч).

**Тема.** Порядок разборки и сборки винтовки (плакат «пневматическая винтовка») (1 ч).

**Тема.** Характерные неисправности, их устранение (1 ч).

**Тема.** Уход за оружием, хранение (1 ч).

### **V. Материальная часть автомата Калашникова (5 ч).**

**Тема.** Материальная часть автомата Калашникова. Назначение, устройство и взаимодействие частей и механизмов автомата Калашникова (1 ч).

**Тема.** Порядок разборки и сборки автомата Калашникова. Характерные неисправности, их устранение. Уход за оружием, хранение (4 ч).

### **VI. Правила поведения в тире и на линии огня (1 ч).**

**Тема.** Правила поведения в тире и на линии огня. Обязанности дежурного по тире (1 ч).

### **VII. Правила и приемы стрельбы стоя (32 ч).**

**Тема.** Основные элементы техники выполнения выстрела: изготовка, прицеливание, спуск курка, дыхание (1 ч).

**Тема.** Правила и приемы стрельбы стоя по неподвижной мишени (31 ч) (совершенствование).

### **VIII. Правила и приемы стрельбы сидя «с колена» (46ч).**

**Тема.** Основные элементы техники выполнения выстрела: подготовка, прицеливание, спуск курка, дыхание (1 ч).

**Тема.** Правила и приемы стрельбы сидя «с колена» по неподвижной мишени (45 ч) (совершенствование).

### **IX. Правила и приемы стрельбы лежа (46 ч).**

**Тема.** Основные элементы техники выполнения выстрела: подготовка, прицеливание, спуск курка, дыхание (1 ч).

**Тема.** Правила и приемы стрельбы лежа по неподвижной мишени (45 ч) (совершенствование).

### **X. Внутригрупповые соревнования (12ч).**

**Тема.** Подготовка к соревнованиям – стрельба стоя - 10 м; три – пробных, десять – зачетных (3 ч).

**Тема.** Подготовка к соревнованиям – стрельба сидя «с колена» - 10 м; три – пробных, десять – зачетных (3 ч).

**Тема.** Подготовка к соревнованиям – стрельба лежа - 10 м; три – пробных, десять – зачетных (3 ч).

**Тема.** Соревнования (3 ч).

**В конце третьего года обучения учащиеся должны:**

**Знать:**

1. Историю развития стрелкового спорта.
2. Развитие стрелкового оружия в России.
3. Меры безопасности при обращении с оружием. Порядок обращения с оружием во время переноса, стрельбы и чистки оружия.

4. Материальная часть пневматической винтовки. Назначение, устройство и взаимодействие частей и механизмов пневматической винтовки.

5. Порядок разборки и сборки винтовки.

6. Характерные неисправности, их устранение.

7. Уход за оружием, хранение.

8. Правила поведения в тире и на линии огня. Обязанности дежурного по тире.

9. Основные элементы техники выполнения выстрела: подготовка, прицеливание, спуск курка, дыхание.

10. Материальная часть автомата Калашникова. Назначение, устройство и взаимодействие частей и механизмов автомата Калашникова (1 ч).

11. Порядок разборки и сборки автомата Калашникова. Характерные неисправности, их устранение. Уход за оружием, хранение.

**Уметь:**

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

**Оценка эффективности реализации программы.**

**Воспитательный эффект:**

- формирование нравственных, морально-волевых качеств;
- формирование психологической и волевой готовности к патриотическому поведению;

- формирование понимания необходимости вести здоровый образ жизни, систематически заниматься физической культурой и спортом;
- формирование навыков культуры общения, коллективизма.

#### **Социальный эффект:**

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

#### **Оздоровительный эффект:**

- привлечение подростков к систематическим занятиям физической культурой и спортом;

#### **Развивающий эффект:**

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

#### **Требуемые для занятий материальные средства:**

- тир, оборудованный для стрельбы из пневматического оружия, согласно со всеми требованиями к стрелковым тирам для стрельбы из пневматического оружия;
- пневматические винтовки ИЖ – 38;
- мишени бумажные (различные);
- пульки для стрельбы из пневматического оружия;

- стенды для стрельбы;
- плакаты по изучению устройства и взаимодействия частей АК, ПМ и пневматической винтовки;
- сборно-разборный макет АК.

### **Литература:**

1. «Программа для кружков по изучению основ военного дела и овладению военно-техническими знаниями в первичных организациях ДОСААФ», М, 1986 г.
2. Маркевич В.Е. «Ручное огнестрельное оружие», изд. «Полигон», С-П.
3. Мураховский В.И. «Оружие пехоты», изд. «Арсенал-Пресс», М, 1992 г.

4. Болотин Д.Н. «История советского стрелкового оружия и патронов», изд. «Полигон», С-П.
5. Болотин Д.Н. «Советское стрелковое оружие», «Военное издательство», М, 1986 г.
6. Попов Е.А., «Огневая подготовка», Москва, 2004 г.