

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Себежское специальное учебно-воспитательное учреждение для обучающихся с
девиантным (общественно-опасным) поведением закрытого типа» (Себежское СУВУ)

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания методического
объединения педагогов
дополнительного образования и воспитателей
учебно – воспитательной части
от 29.08 20 16 №

УТВЕРЖДЕНА

решением
педагогического совета
от 30.08 20 16 №

**Образовательная программа
кружка «ЮНЫЙ СТРЕЛОК»**

*Возраст обучающихся -11-18 лет
срок реализации -10 месяцев*

Составитель: Щеглов Юрий Иосифович
Заслуженный тренер России

г.Себеж

2016 – 2017 учебный год

Пояснительная записка

Программа кружка «Юный стрелок» разработана на основе следующих нормативно – правовых документов:

- ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ;
- Концепция духовно – нравственного развития и воспитания российских школьников (далее концепция);
- О повышении воспитательного потенциала общеобразовательного процесса в общеобразовательном учреждении (письмо Минобрнауки РФ от 2 апреля 2002 №13-51-28/13);
- Примерная программа воспитания и социализации обучающихся. Начальное общее образование.
- Положение о рабочей программе во внеурочной деятельности;
- Устав Себежского СУВУ.

Программа «стрелкового кружка» имеет теоретическую и практическую направленность. Теоретическая подготовка кружка направлена на обучение воспитанников правилам техники безопасности при стрельбе из пневматического оружия, поведения каждого воспитанника в кружке. Теоретическая подготовка кружка направлена на обучение воспитанников правилам стрельбы:

1. Прицеливание, выбор прицела, пристрелка оружия.
2. Правильное удержание оружия.
3. Правильный выбор позы при стрельбе из различных положений.
4. Правильное дыхание.
5. Правильный спуск курка.

Практическая подготовка направлена на обучение воспитанников не бояться оружия и самой стрельбы, дать понятие, что в руках у них боевое оружие и ни в коем случае нельзя его направлять на людей. Практически обучить правилам и приемам стрельбы из пневматического оружия в различных изготковках (стоя, лежа, с колена, по движущимся мишеням). С членами кружка также будут проводиться практические занятия по обучению материальной части, разборке и сборке АК – 74).

Цели программы:

- развитие у воспитанников таких качеств, которые будут обеспечивать не только достижение высоких результатов в стрелковом спорте (самообладание, внимательность и самостоятельность) но и сформируют социальный опыт воспитанника: готовность к защите Отечества, коллективизм, дружбу;
- формирование готовности воспитанников к отношениям в обществе и преодолению жизненных трудностей, проверка своих сил и возможностей, активное самовоспитание.

Задачи программы:

Образовательные: получение знаний об основах стрельбы, получение навыков стрельбы из пневматической винтовки, получение навыков проведения физических упражнений для укрепления общей физической подготовки и формирования правильной осанки;

Развивающие: развитие духовных и физических качеств личности обеспечивающих правильное поведение в обществе;

способствование развитию лидерских качеств подростков;

развитие умений работать в коллективе;

Воспитательные: воспитание у подростков смелости и мужества, решительности и самообладания, ответственного отношения к личному здоровью, как к индивидуальной и общественной ценности. Программа разработана для воспитанников Себежского СУВУ с учетом их индивидуальных особенностей и специфики учреждения.

Срок реализации программы – 10 месяцев.

Количество часов – 520.

Продолжительность занятия – 40 минут.

Набор в кружок осуществляется на добровольной основе по желанию воспитанников.

Ожидаемые результаты изучения курса

В результате изучения курса «Юный стрелок» воспитанник должен

знать:

основы стрельбы из пневматической винтовки

уметь:

находить рациональную изготовку для производства точного выстрела, уметь правильно нажимать на спусковой крючок;

проводить физические упражнения для повышения функциональных возможностей своего организма, для всестороннего гармоничного развития.

Время проведения занятий:

18.00 – 20.00 ежедневно, кроме воскресенья.

Формы работы:

1. Индивидуальные.
2. Работа в парах.
3. Групповые.

Методы реализации программы:

1. Рассказ.
2. Беседа.
3. Практические работы.
4. Соревновательная практика.

Дидактические и демонстрационные материалы: учебные приборы и оборудование, пневматические винтовки, таблицы.

Место проведения учебных занятий и тренировок: стрелковый тир.

Учебно – тематическое планирование занятий стрелкового кружка.

№ п/п	Тема	Содержание	Кол-во часов теория	Кол – во часов практ.	Всего
1	Теоретические основы стрельбы.	Выстрел. Отдача винтовки. Элементы траектории полета пули. Рассеивание пуль. Определение средней точки попадания пуль.	5		
2	Устройство и назначение пневматической винтовки.	Общие сведения. Назначение и устройство основных частей. Работа частей и механизмов. Хранение оружия.	5		
3	Меры безопасности	Права и обязанности стрелка.	5		

	при стрельбе и правила обращения с оружием.	Правила обращения с оружием. Правила выполнения стрельбы.			
4	Подготовка пневматической винтовки к стрельбе.	Заряжение винтовки. Принятие положения для стрельбы. Прицеливание с открытым прицелом, наводка, нажатие на спусковой крючок, режим дыхания.	10		
5	Предварительные упражнения – стрельба без пуль.	Упражнение 1. Контроль однообразия прицеливания (без пуль) с использованием ручных указок контроля прицеливания.		32	32
6	Техника стрельбы из пневматической винтовки ИЖ – 38 (ИЖ – 22) на дистанции 5м.	Упражнение 2. Стрельба по белому листу бумаги для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Дистанция 5м, количество выстрелов – 3. Упражнение 3. Стрельба по квадрату 10/10 на листе белой бумаги. Количество выстрелов – 3. Задание: попасть в квадрат. Упражнение 4. Стрельба по квадрату 10/10 на листе белой бумаги. Количество выстрелов – 5. Задание: попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по 5 пробоинам и научиться делать вынос точки прицеливания, т.е. делать поправку в наводке винтовки. Упражнение 5. Стрельба по мишени спортивная «П» из положения сидя за столом или стоя около стойки с опорой локтями на стол или стойку или лежа с упора. Упражнение 6. Стрельба мишени спортивная «П» из положения стоя без упора. Дистанция – 5м. Количество выстрелов -8 (3 пробных ,5 зачетных) Упражнение 7. Стрельба по мишени спортивная «П» из положения сидя за столом или стоя около стойки с опорой локтями на стол или стойку или лежа с упора. Дистанция – 5м. Количество выстрелов -8 (3 пробных ,5 зачетных). Задание –		32	32
				32	32
				42	42
				42	42
				42	42

		выполнить норматив «Юный стрелок», т.е. выбить не менее 40 очков из 50.			
7	Соревнования по стрельбе.	Выполнять упражнения 5 – 7 на соревнованиях. Задание – показать результаты не хуже, чем на тренировках.		3	3
		Итого	292		

**Примерное учебно - тематическое планирование занятий стрелкового кружка
повышенного типа.**

№ п/п	Тема	Содержание	Кол-во часов теория	Кол – во часов практ.	Всего
1	Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием.	Права и обязанности стрелка. Правила обращения с оружием. Правила выполнения стрельбы. Правила соревнований при стрельбе.	5		
2	Приведение винтовки к нормальному бою.	Проверка боя винтовки. Регулировка прицела по вертикали и горизонтали. Контровка прицела.	5		
3	Техника стрельбы из пневматической винтовки ИЖ – 38 и винтовок повышенного качества.	Упражнение 1,2,3. Стрельба по мишени спортивная «П» из положения сидя за столом или стоя около стойки с опорой локтями на стол или стойку. Дистанция – 10м. Количество выстрелов -25 (5 пробных ,20 зачетных). Задание – выполнить нормативы юношеского, третьего и второго спортивных разрядов. Упражнение 4,5, 6. Стрельба мишени спортивная «П» из положения стоя без упора. Дистанция – 10м. Количество выстрелов -25 (5 пробных , 20 зачетных) Задание – выполнить нормативы юношеского, третьего и второго спортивных разрядов. Упражнение 7. Стрельба мишени спортивная «П» из положения с колена. Дистанция – 10м. Количество выстрелов -13 (3 пробных ,10 зачетных) Задание – набрать не менее 70 очков. Упражнение 8 комбинированное. Стрельба по мишени спортивная «П» из двух положений: сидя за столом или		51 51 32 14 35 35	51 51 32 14 35 35

	<p>лежа с упора, затем стоя. Дистанция – 10м. Количество выстрелов -25 (5 пробных ,20 зачетных на каждое положение).</p> <p>Упражнение 9 комбинированное. Стрельба по мишени спортивная «П» из трех положений: сидя за столом или лежа с упора, затем стоя. Дистанция – 10м. Количество выстрелов -35 (5 пробных ,30 зачетных на каждое положение).</p> <p>Упражнение 10. Скоростная стрельба из положения стоя. Дистанция – 10 (5) м. Количество выстрелов -8 (3 пробных ,5 зачетных на каждое положение). Исходное положение: пули и разряженная винтовка с открытым стволом лежат на столе, а стрелок стоит около стола с опущенными руками. Задание: поразить все мишени за минимальное время. Цель упражнения: выработка необходимых качеств скоростной стрельбы (смелость, решительность). Это упражнение имеет огромное прикладное значение.</p>			
	Итого	228		

Список используемой литературы.

1. Основы стрельбы из стрелкового оружия.
2. Наставления по стрелковому делу, Воениздат, 1985, 111 с.
3. Дворкин А.Д. Стрельба из пневматических винтовок. М. ФиС, 1969.
4. Вайнштейн Л.М. Психология в пулевой стрельбе, М. ФиС, 1969
5. Гачачиладзе Л.В., Орлов В.А. Физическая подготовка стрелка. М., ДОСААФ, 1986.
6. История винтовки от пищаля до автомата, издание журнала «Техника молодежи», 1993;
7. Жилина М.Я. Методика тренировки стрелка – спортсмена. М., ФиС, 1986;
8. Лялющенко Д.Д. «Пособие для допризывников» Военное издательство Министерства;
9. Оборона союза ССР, Москва, 1964.
10. Науменко Ю.А. « Начальная военная подготовка», Москва, Просвещение, 1987.
11. Попов Е.А. « Огневая подготовка», Москва, 2004.
12. Яковлев Н.П. «Учебник допризывника», Военное издательство Министерства обороны союза ССР, Москва, 1960.
13. Правила соревнований «Пулевая стрельба», Москва, 2002
14. Бордунова М. «Спортивная стрельба», Москва, 2002
15. Кинль В.А. «Пулевая стрельба», Москва, 1989.

ГРАФИК СОРЕВНОВАНИЙ ПО СТРЕЛЬБЕ
на 2016 – 2017 учебный год

№ п/п	Соревнования	Место проведения	Дата проведения	Итоги
1	Стрельба в честь дня воинской славы России «Бородинское сражение»	Себеж	8.09.2016	
2	Стрельба, посвященная очередной годовщине Куликовской битвы.	Себеж	21.09.2016	
3	Стрельба в честь Дня Рождения Российского Флота.	Себеж	17.10.2016	
4	Дуатлон (бег, стрельба) в честь Дня народного единства.	Себеж	4.11.2016	
5	Стрельба «Дуэль» в честь Дня ракетных войск.	Себеж	19.11.2016	
6	Первенство Псковской области по стрельбе.	Псков	ноябрь	
7	Стрельба в честь Дня морской пехоты.	Себеж	27.11.2016	
8	Дуатлон (бег, стрельба), посвященная Дню победы русской эскадры под командованием П.С.Нахимова над турецкой эскадрой.	Себеж	1.12.2016	
9	Стрельба в честь Дня Конституции России	Себеж	12.12.2016	
10	Традиционные Новогодние соревнования по стрельбе.	Себеж	25-30.2016	
11	Соревнования по биатлону (каникулы).	Себеж	январь	
12	Соревнования по стрельбе (каникулы)	Себеж	январь	
13	Стрельба, посвященная очередной годовщине Сталинградской битвы	Себеж	2.02.2017	
14	Дуатлон (бег, стрельба), посвящен Дню защитника Отечества.	Себеж	20 – 23.02.2017	
15	Стрельба, посвященная Дню космонавтики	Себеж	10- 12.04.2017	
16	«Дуэль». Стрельба, посвященная очередной годовщине Ледового побоища.	Себеж	18.04.2017	
17	Стрельба. Младший возраст (2001 год и моложе), посвященная Празднику Весны и Труда.	Себеж	29- 30.04.2017	
18	Стрельба (2000 год и старше), посвященная Дню Победы.	Себеж	8-9.05.2017	
19	Стрельба, посвященная Международному дню защиты детей.	Себеж	1.06.2017	
20	Дуатлон (бег, стрельба), посвященный Дню России	Себеж	12.07.2017	