


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Сукпакская средняя общеобразовательная школа им. Б.И.Араптана
муниципального района «Кызылский кожуун» Республики Тыва

Рассмотрено на заседании методического совета Протокол №1 От « <u>23</u> » <u>08</u> 2023г.	Согласовано Руководителем внеурочной деятельности <u>Морозова Н.Н.</u> Морозова Н.Н. « <u>23</u> » <u>08</u> 2023г.	Утверждено приказом Директора школы № <u>215/9</u> « <u>30</u> » <u>08</u> 2023г. 
--	---	--

Рабочая программа внеурочной деятельности

«Меткий стрелок»

(название)

В 8 «в» класс

Направление: спортивно-оздоровительное

Срок реализации программы 1 год

Составлена:

Чамзан А.А., педагог дополнительного образования

Сукпак

2023-2024 уч.год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Рабочая программа разработана в соответствии с ФГОС ООО – Федеральным законом от 20.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (действующая редакция) в соответствии с требованиями ФГОС ООО;

- Федеральным перечнем учебников (Приказ № 766 от 23.12.2020 г. Внесены изменения в федеральный перечень учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность, утвержденный приказом Минпросвещения России от 20.05.2020г. № 254 (в ред. от 13.03.2021г.)

- Федеральным государственным общеобразовательным стандартом основного общего образования, утвержденным приказом Минобрнауки России от 06.10.2009 г. № 373 (в ред. приказов Минобрнауки России от 26.11.2010 № 1241, от 22.09.2011 № 2357, от 18.12.2012 г. № 1060, от 29.12.2014 г. № 1643, от 18.05.2015 № 507, от 31.12.2015 № 1576; далее – ФГОС ООО);

- Приказом Министерства Просвещения РФ от 11.12.2020 г. № 712 «О внесении изменений в некоторые федеральные государственные образовательные стандарты общего образования по вопросам воспитания обучающихся;

- Приказом Министерства просвещения РФ от 31.05.2021 г. № 286 «Об утверждении федерального государственного стандарта основного общего образования»;

- Письмом Министерства образования и науки РФ от 01.09.2016 г. № 08-1803 о реализации предметной области «Основы духовно-нравственной культуры народов России»;

- Санитарными правилами и нормами (СанПиН 2.4.3648-20) «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г № 28 (зарегистрирован 18.12.2020 № 61573);

- Санитарными правилами и нормами (СанПиН 3.1/2.4.3598-20) «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)», утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020 № 16 (зарегистрирован 29.03.2021 № 62900) (с изменениями, внесенными Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 24.03.2021 № 10);

- Санитарными правилами и нормами (СанПиН 1.2.3685-21) «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и/или безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 (стр. 369-401);

- Письмом Департамента государственной политики в сфере общего образования Министерства образования и науки РФ от 14.04.2016 г № 08-703 «Об использовании карт в образовательной деятельности»;
- Конституцией Республики Тыва (принята 06.05.2001г.);
- Законом Республики Тыва от 21.06.2004 г. № 2562 ВХ-1 «Об образовании в Республике Тыва»;
- Постановлением Правительства Республики Тыва от 12.02.2019 г. № 73 «Об утверждении концепции духовно-нравственного развития и воспитания детей и молодежи Республики Тыва до 2025 года»;
- Приказом Министерства образования и науки Республики Тыва от 23.06.2021 г. № 802-д «О формировании примерного календарного учебного графика образовательных организаций Республики Тыва, реализующих основные общеобразовательные программы, в 2021-2022 учебном году»;
- Уставом муниципального бюджетного образовательного учреждения «Сукпакская средняя общеобразовательная школа им. Б.И. Араптана»;
- Основной образовательной программой основного общего образования муниципального бюджетного образовательного учреждения «Сукпакская средняя общеобразовательная школа им. Б.И. Араптана»

Программа составлена на основе методических рекомендаций Департамента образования города Москвы под редакцией начальника отдела военно-патриотического и гражданского воспитания СЗОУО Департамента образования города Москвы полковника Корчагина А.В. Москва, 2010

Стрелковый спорт в нашей стране является одним из популярных видов спорта. Особенно большой популярностью он пользуется среди молодежи и школьников, которые с увлечением отдают свое свободное время этому замечательному виду спорта. Учащиеся, приступив к занятиям стрелковым спортом, входят в новый для себя детский коллектив.

Правильно поставленная в спортивном коллективе воспитательная работа способствует развитию у ребят таких необходимых качеств, как отношение к труду, коллективизм, дисциплинированность, дружба, товарищество. Стрелковый спорт воспитывает смелость, мужество, решительность, самообладание, целеустремленность, трудолюбие, внимательность, самостоятельность. Соревнования и сопутствующее им эмоциональное возбуждение являются проверкой характера юного спортсмена, его спортивно-технической подготовки и волевых качеств. Доставляя радость или огорчение, они мобилизуют стрелка на дальнейшее совершенствование, на проявление значительных усилий для самовоспитания.

Доступной формой массового обучения школьников приемам стрельбы является стрельба из пневматических винтовок. Преимущества пневматического оружия: доступность приобретения, хранения, невысокая стоимость винтовки и пуль к ней; возможность использования школьных помещений для стрельбы; небольшой вес оружия, позволяющий привлекать к обучению стрельбой школьников с 14-летнего возраста. Эти преимущества дают возможность успешно решать задачи развития стрелкового спорта в

школе. Стрельба из пневматического оружия на короткую дистанцию значительно расширяет возможности тренировок стрелков-спортсменов. Отсутствие принципиальных различий в технике производства выстрела из пневматического и огнестрельного оружия позволяет применять навыки и умения, сформированные стрельбой из пневматического оружия, при дальнейшем обучении стрельбе из малокалиберного и боевого оружия. Стрельба из пневматического оружия, проводимая на начальной стадии подготовки, оказывает непосредственное влияние на дальнейшее спортивное совершенствование стрелка.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель: заинтересовать детей и подростков стрелковым спортом.

Задачи:

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

Воспитательные задачи:

- военно-патриотическое воспитание;
- воспитание чувство 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.

По существу начальное обучение стрельбе из пневматической винтовки проводится в следующей последовательности: ознакомление с понятием выстрела, приемами и правилами меткой стрельбы, овладение основами техники производства прицельного выстрела.

Программа разработана с учетом:

- использования имеющегося в наличии школы простейшего спортивного инвентаря;
- многолетнего опыта работы стрелковых кружков образовательных учреждений (рекомендована тематика занятий, рассчитано оптимальное количество часов и боеприпасов);
- освоения простейших упражнений, выполнение которых из школьного оружия в условиях соревнований дает право на присвоение спортивного разряда.

Срок реализации программы: 1 год.

Режим занятий 34 часа в год; 1 час в неделю

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

Учебно-тренировочную работу с обучающимися рекомендуется строить с учетом режима школьного дня. При комплектовании кружков желательно подбирать учеников примерно одного возраста и одинаковой физической подготовленности. Допускать новичков к практической стрельбе можно только после того, как они научатся обращаться с пневматическим оружием, усвоят «Инструкцию по обеспечению мер безопасности при проведении стрельбы в тирах и на стрельбищах» и лично распишутся в журнале (или специальной книге) в знании этой инструкции. Руководитель стрельбы также обязан расписаться напротив каждой фамилии занимающегося с указанием даты проведения инструктажа.

Занятия проводятся согласно программе по тематическому плану с соблюдением основных педагогических принципов обучения: сознательности, активности, индивидуальности, доступности, систематичности. Занятия строятся по обычной общепринятой схеме: вводная часть, разминка, основная часть и заключительная часть, где подводятся итоги занятий и даются рекомендации по спортивному совершенствованию. При прохождении темы «Изучение и совершенствование техники стрельбы» 25% времени отводится на тренировки без действительного выстрела. В области теоретической, технической, тактической и психологической подготовки ставится задача: расширить объем знаний, научить занимающихся анализировать свои действия, научить их понимать, из каких компонентов складывается производство точного и меткого выстрела. В конце обучения рекомендуется чаще практиковать тренировки, приближенные к условиям соревнований, больше участвовать в соревнованиях.

Программа кружка «Меткий стрелок» относится к военно-патриотической направленности: создаются условия для соревнований и сопутствующих им эмоционального возбуждения являются формированием характера юного спортсмена, его спортивно-технической подготовки и волевых качеств.

СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ.

Теоретическая подготовка знакомит обучающихся с правилами соревнований, с элементами производства меткого выстрела, с необходимостью выполнения большого объема тренировок для достижения высоких спортивно-технических результатов.

Техническая подготовка ставит задачи: найти для каждого занимающегося рациональную изготровку для производства точного выстрела, научить его правильной работе мышц-сгибателей фаланг указательного пальца, нажимающего на спусковой крючок оружия. В конце подготовительного периода со спортсменами, имеющими достаточную техническую подготовку, рекомендуется периодически проводить занятия в условиях, приближенных к соревнованиям.

Физическая подготовка необходима для повышения функциональных возможностей организма, для всестороннего гармоничного развития стрелка-спортсмена. Общая физическая подготовка должна служить основным средством активного отдыха занимающихся, устраняющим застойные явления в организме спортсмена. Могут быть рекомендованы: подвижные игры, умеренный бег по пересеченной местности, коньки, турпоходы и обязательные регулярные занятия утренней гимнастикой.

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. Приобретенные занимающимися знания, хорошая техническая и физическая подготовка делают их более уверенными в своих действиях. Всесторонняя подготовка поможет спортсменам в дальнейшем принимать более правильные решения в условиях соревнований.

В процессе занятий одновременно решаются и **воспитательные задачи**. Руководитель кружка воспитывает у занимающихся отношение к труду и общественной собственности, - чувство ответственности перед коллективом, добивается от них сознательного и добросовестного отношения к своим обязанностям, организованности и дисциплины, уважения к старшим.

В плане работы кружка учтено проведение нескольких соревнований, как внутренних — классификационных (на первенство кружка и т. п.), так и массовых (на первенство школы, города). Это необходимо для популяризации стрелкового спорта среди учащихся, показа работы и достижений кружка, привлечения новых ребят к занятиям стрелковым спортом. Массовые соревнования проводятся при самом активном участии членов стрелкового кружка.

Тематическое распределение часов.

№	Название темы	Общее количество часов	Теоретическая часть	Практическая часть
1.	Введение.	1	1	
2.	Меры безопасности при проведении стрельбы.	3	3	
3.	Материальная часть оружия и основы техники стрельбы.	7	2	5
4.	Правила соревнований.	2	2	
5.	Совершенствование техники стрельбы.	14	2	12
6.	Общая физическая подготовка.	6		6
7.	Классификационные соревнования.	1	1	
	ИТОГО	34	11	23

1. Введение (1 час)

Физическая культура и спорт в РФ. Обзор развития стрелкового спорта в РФ. Ознакомление с годовой программой и расписанием занятий. Ознакомление с местами проведения занятий. Регистрация занимающихся.

2. Меры обеспечения безопасности при проведении стрельбы (3 часа теории).

Порядок обращения с оружием. Правила поведения в тирах и на стрельбищах при проведении стрельбы. Сигналы и команды, подаваемые при проведении стрельбы, и их выполнение. Изучение «Инструкции по обеспечению мер безопасности при проведении стрельбы в тирах и на стрельбищах».

3. Материальная часть оружия и основы техники стрельбы (7 часа теории).

Назначение и боевые свойства пневматического оружия. Общее устройство пневматической винтовки МР-512. Понятие о выстреле. Явления, связанные с выстрелом. Рассеивание выстрелов. Определение средней точки попадания (с. т. п.). Расчет поправок.

Прицеливание, сущность прицеливания. Показ изготовления стрелка-спортсмена для производства выстрела из положения сидя с руки с опорой локтями о стол или стоя с опорой на стойку. Спуск курка: условия, обеспечивающие правильный спуск курка. Причины, влияющие на кучность и меткость стрельбы. Определение средней точки попадания (с. т. п.) на мишени. Расчет и внесение поправок на прицельных приспособлениях. Тренировки.

4. Правила соревнований (2 часа теории).

Допуск участников к соревнованиям. Обязанности и права стрелков. Меры безопасности при обращении с оружием при проведении соревнований. Общие обязанности и права членов судейской коллегии.

5. Изучение и совершенствование техники стрельбы (14 часов)

Тренировки. Изучение изготовления для стрельбы сидя с руки с опорой локтями о стол или стоя с опорой на стойку. Прицеливание с открытым прицелом. Техника отработки спуска (производство выстрела). Тренировка в прицеливании и отработке спуска без действительного выстрела. Стрельба. Тренировка в изготовке без выстрела. Стрельба по белому листу на кучность. Стрельба по мишени с черным кругом, с выносом района прицеливания для совмещения мишени. Стрельба с корректировкой. Освоение стрельбы из положения стоя. Тренировки.

6. Общая физическая подготовка (6 часов).

Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения с партнером в равновесии, в сопротивлении. Спортивные и подвижные игры.

7. Классификационные соревнования и переводные испытания (1 час).

Проверка знаний пройденного теоретического материала.

Календарно-тематический план по «Меткому стрелку»

№ п/п	Название раздела и темы	Форма занятия	Компетенции	Количество часов	Дата план	Дата факт
Раздел 1. Введение (1 ч.)						
1	Общие положения огневой подготовки. Обзор развития стрелкового спорта в РФ	лекция	Знать и пересказывать факты истории зарождения и развития стрелкового спорта, спортсменов-основоположников. Знание основных терминов, правил техники безопасности и положений огневой подготовки	1	08.09	
Раздел 2. Меры безопасности при проведении стрельбы (3 ч.)						
2	Назначение и устройство стрелкового оружия Порядок обращения с оружием	лекция	Знание основных характеристик стрелкового оружия, применение и его назначение. Соблюдение правил техники безопасности, обращения с оружием	1	15.09	
3	Изучение «Инструкции по обеспечению мер безопасности при проведении стрельбы в тирах и на стрельбищах», требований безопасности при обращении с оружием и практической стрельбе.	лекция	Знание основ и требований безопасности при обращении с оружием и практической стрельбе.	1	22.09	

4	Правила поведения в тирах и на стрельбищах при проведении стрельбы. Сигналы и команды, подаваемые при проведении стрельбы, и их выполнение	практика	Знание и демонстрация сигналов и команд	1	29.09	
Раздел 3. Материальная часть оружия и основы техники стрельбы (7 ч.)						
5	Порядок разборки и сборки оружия, работа его частей и механизмов. Снаряжение магазина боеприпасами оружия.	практика	Самостоятельные разборы и сборки частей оружия	1	06.10	
6	Сведения из внутренней и внешней баллистики: выстрелы и его периоды; начальная скорость пули; отдача оружия и угол вылета.	лекция	Знание выстрелов и их периоды; начальная скорость пули; отдача оружия и угол вылета	1	13.10	
7	Траектория и ее элементы. Прицеливание. Условия для стрельбы	Лекция с элементами практики	Знание и организация различных комбинаций	1	20.10	
8	Рассеивание пуль при стрельбе. Действительность стрельбы	Лекция с элементами практики		1	27.10	
9	Спуск курка	практика		2	10.11	

					17.11	
10	Определение с.т.п. на мишени	практика		1	24.11	
Раздел 4.Правила соревнований (2 ч.)						
11	Соревнования от регистрации до награждений	лекция		1	01.12	
12	Судейские права и обязанности	лекция	Знание основ судейской игры	1	08.12	
Раздел 5. Изучение и совершенствование техники стрельбы (14 ч.)						
13	Положение: Стрельба сидя с руки с опорой локтями о стол	практика	Демонстрировать технику выполнения стрельбы с руки с опорой локтями о стол	2	15.12 22.12	
14	Положение: Стрельба стоя с опорой на стойку	практика		2	29.12 12.01	
15	Прицеливание с открытым прицелом.	практика	Умение занимать наиболее выгодные позиции	1	19.01	
16	Тренировка в прицеливании и отработке спуска без действительного выстрела	практика	Умение самостоятельно быстро переключаться в этапах	2	26.01 02.02	
17	Техника отработки спуска (производство выстрела)	практика		2	09.02 16.02	

18	Стрельба по белому листу на кучность	практика		2	01.03 15.03	
19	Определение средней точки попадания на мишени	практика	Самостоятельное планирование стрельбы с учетом всех факторов	2	22.03 29.03	
20	Освоение стрельбы из положения стоя.	практика		1	05.04	
Раздел 6. Общая физическая подготовка (6 ч.)						
21	Элементарные движения туловищем	практика		1	12.04	
22	Прием стойки стрельбы сидя	практика		2	19.04 26.04	
23	Прием стойки стрельбы стоя	практика		2	03.05 10.05	
24	Занятие места изготовки к стрельбе из различных положений	практика	Самостоятельное планирование стрельбы с учетом всех факторов	1	17.05	
Раздел 7. Классификационные соревнования и переводные испытания (1 ч.)						
	Общее количество часов			34	24.05	

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

Личностные результаты:

- умение метко стрелять из стрелкового оружия;
- понимать смысл поставленной задачи при стрельбе;
- умение обращаться с оружием;
- иметь представление о видах и классификации стрелкового вооружения;
- креативность мышления, находчивость, активность при решении возникших задач в ходе ведения современного боя;
- готовность к службе в рядах ВС РФ.

Метапредметные результаты:

- первоначальное представление о стрелковом вооружении, как неотъемлемой части современного боя;
- умение находить в различных источниках информацию;
- умение использовать стрелковое вооружение не только в бою, но и в мирной жизни;
- умение понимать и использовать наглядности (схемы, таблицы) для эффективного использования стрелкового вооружения;
- умение самостоятельно ставить цели, выбирать алгоритмы для решения возникших проблем;

Предметный результат:

В результате изучения курса внеурочной деятельности «Меткий стрелок» обучающиеся должны:

- осознать, что обращаться со стрелковым вооружением необходимо с соблюдением требований безопасности;
- усвоить классификацию, характеристики и устройство отдельных видов стрелкового оружия;
- научиться использовать стрелковое оружие в ходе ведения современного боя;
- владеть практическими навыками использования стрелкового вооружения;
- научиться решать простейшие задачи в ходе ведения современного боя.

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Винтовки пневматические.
2. Сейф для хранения оружия.
3. Пульки для стрельбы из пневматического оружия.
4. Мишени бумажные (различные).

СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.

1. А.Д.Дворкин «Стрельба из пневматических винтовок».
2. Сборник руководящих документов по стрелковому спорту.
3. Правила соревнований по пулевой стрельбе.
4. ДО г.Москвы ЦВП и ГВ методические материалы и нормативные документы «Основы подготовки к военной службе».
5. ДО г.Москвы ЦВП и ГВ «Методические рекомендации по организации учета, хранения и выдачи оружия и боеприпасов».
6. А.С.Кузнецов программа кружка «Стрелковые кружки».
7. Попов Е.А., «Огневая подготовка», Москва, 2004 г.