**Управление образования**

**администрации Верхнебуреинского муниципального района**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**средняя общеобразовательная школа № 22 им. С.Н. Пальчука**

**сельского поселения «Посёлок Этыркэн»**

**Верхнебуреинского муниципального района Хабаровского края**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РассмотренаНа заседании методического совета27.08.2020г.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.Ю. Бодина  | Согласована Заместитель директора по УВР28.08.2020\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.Ю. Сметанина | УтвержденаДиректор МБОУ СОШ № 22 им. С.Н. Пальчука п. ЭтыркэнПриказ № 159 от 31.08.2020г.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ О.М. Агарышева |

**Дополнительная общеобразовательная**

**общеразвивающая программа**

**«Юный стрелок»**

Направленность: спортивная

Уровень программы: базовый

Формы обучения: очная

Срок реализации программы: 1 год

Возраст обучающихся: 10-17 лет

Составитель: Голобоков Михаил Гаврилович,

педагог дополнительного образования

Этыркэн,

2020г.

1. **Пояснительная записка**

Жизнь выдвигает на первый план проблемы укрепления физического, духовного и нравственного здоровья подрастающего поколения.

Стрелковый спорт пользуется большой популярностью среди молодежи и школьников. Он воспитывает у молодежи высокие морально-волевые качества, готовность к защите Отчества. Чем больше подросток получает информации, приобретает практических навыков, чем се­рьезнее психологическая подготовка к всевозмож­ным социальным и природным катаклизмам, тем выше его эмоционально-волевая устойчивость. Стрелковый спорт воспитывает смелость, мужество, самообладание, целеустремленность, трудолюбие, внимательность, самостоятельность. Силь­ные люди умеют распорядиться своими знаниями и опытом на пользу себе и окружающим, готовы прийти на помощь другим, решают проблемы гу­манными, законными путями.

Программа кружка «Юный стрелок» ориентирована на развитие у школьников таких качеств, как ответственное отношение к труду, дисциплинированность, дружба и товарищество. Соревнования и сопутствующее им эмоциональное возбуждение являются проверкой характера юного спортсмена, его волевых качеств. Доставляя радость или огорчение, они мобилизуют стрелка на дальнейшее совершенствование, на проявление значительных усилий для самовоспитания. В содержание курса «Юный стрелок» входит обучение школьников основам стрельбы из пневматической винтовки.

Данная программа составлена для учащихся 5-11 классов, количество обучаемых в одном кружке -15(25) человек.

Критерии отбора: желание детей заниматься стрелковым делом, отсутствие ограничений по зрению. Возраст с 10 лет до 17 лет.

Сроки реализации программы: 1 год.

За этот срок дети должны получить определенные навыки стрельбы из пневматической винтовки. Усвоить основные приемы обращения с оружием, Дети 9-11 классов знакомятся с автоматом Калашникова, Сборка, разборка. Чистка, уход и хранение оружия.

Количество педагогических часов (1 раз в неделю по 2 часа в каждой возрастной группе, всего 72 ч.). Две возрастные группы: 1 группа дети 1-8 классов. Вторая группа дети 9-11 классов.

Пройдя полный курс данной программы, дети младшей группы научатся стрелять из пневматической винтовки, получат навыки обращения с оружием, правила стрельбы и обращения с оружием. Учащиеся старшей группы по мимо навыков стрельбы , правил обращения с оружием, получат знания об автомате Калашникова, научатся разбирать собирать автомат, чистить и ухаживать. Узнают об условиях хранения и боевые качества автомата, что несомненно пригодится в дальнейшей жизни и службе в армии.

Регулярно в течении каждой четверти предусмотрены соревнования по стрельбе. С вручением грамот и кубков победителям.

Программа имеет базовый уровень. Время усвоения 1 год. По желанию по истечению сроков учащиеся могут продолжать посещать кружок с целью совершенствования полученных навыков.

Занятия проводятся во внеурочное время после 15 часов, но не позднее 18 часов.

Нормативно- правовая база.

* НОРМАТИВНАЯ БАЗА • Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273- ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".
* Концепция развития дополнительного образования детей. Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р.
* Приказ Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 г. No 196 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”.
* «Примерные требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей (письмо Министерства образования РФ от 11.12.2006 N 06-1844).
* Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. № 41 "Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарноэпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей".

**Цель программы:**

* Формировать готовность школьников к отношениям в обществе и преодоле­нию жизненных трудностей, проверка своих сил и возможностей, активное самовоспитание, развивать у школьников такие качества, которые будут обес­печивать не только достижения высоких результатов в стрелковом спорте (самообладание, внимательность и самостоятельность), но и сформируют социальный опыт школьника: готовность к защите Отечества, коллективизм, дружбу.

***Задачи:***

*Воспитательные:*воспитание у школьников смелости и мужества, решительности и самообладания, ответственного отношения к личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

*Развивающие:* развитие духовных и физических качеств личности, обеспечивающих правильное поведе­ние в обществе; способствовать развитию лидерских качеств подростков; развитие умений работать в группе, коллек­тиве;

*Знания, умения и навыки:*получение знаний об основах стрельбы, получение навыков стрельбы из пневматической винтовки, получение навыков проведения физических упражнений для укрепления общей физической подготовки и для формирования правильной осанки.

Срок реализации дополнительной образовательной программы «Юный стрелок» 1 год.

***Форма и режим занятий:***

Рассказ с демонстрацией на материальной части и тренировка.

Занятия проводятся в учебном кабинете ОБЖ. Тренировка стрельбы производиться на переносном тире. Работа в автоматом на специальном столе.

***Условия реализации программы объединения «Юный стрелок».***

***МАТЕРИАЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ***

- пневматические винтовки 4,5 мм – 2;

- мишень спортивная «П» – 100;

- мишень № 6 «б» – 50;

- мишень № 7 – 50.

- муляж автомата Калашникова -1 шт.

***Методическое обеспечение:***

- упражнение выполняется из пневматической винтовки типа ИЖ-22;

- дистанция стрельбы 5 м;

- мишень — спортивная «П». Чёрный круг диаметром 29 мм, «Десятка» - диаметром 2 мм, расстояние между зонами -4,5 мм;

- положение для стрельбы — с руки, с опорой на стол или стойку;

- количество выстрелов — 3 пробных, 5 зачётных;

- норматив — выбить не менее 40 очков;

- мишень на 25м - № 6 «б», на 50м - № 7;

- положение для стрельбы — лёжа с руки с использованием ружейного ремня;

- количество выстрелов — 3 пробных, 10 зачётных;

- упражнение выполняется спортивно-охотничьими патронами;

- время на стрельбу — неограниченное.

- сборка, разборка автомата – по нормативам норм ГТО

***Итоги реализации:***

Участия в соревнованиях по пулевой стрельбе.

Участие в соревнованиях по прикладным видам спорта.

Участие в военных сборах учащихся 10 классов.

Военизированные этафеты.

**II. Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **Название темы** | **Общее кол-во часов** | **Теоретич. часть****(час.)** | **Практич. часть****(час.)** | **Форма аттестации** |
| 1. | Введение | 1 | 1 | - |  |
| 2. | Меры безопасности при проведении стрельб | 2 | 2 | - | Зачет |
| 3 | Общие сведения о пневматическом оружии | 2 | 2 | - | - |
| 4 | Основы техники стрельбы | 11 | 2 | 9 | - |
| 5 | Правила соревнований | 1 | 1 | - | - |
| 6 | Изучение и совершенствование техники стрельбы. Тренировки | 37 | 2 | 35 | Стрельба |
| 7 | Общая физическая подготовка | 7 | 1 | 6 | - |
| 8 | Соревнования по стрельбе | 11 | - | 11 | Соревнования |
|  | **Всего** | 72 | 11 | 61 |  |

**Учебный план для старшей группы.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название темы** | **Общее кол-во часов** | **Теория** | **Практика** | **Форма аттестации** |
| 1 | Основы техники стрельбы | 52 | 2 | 50 | Зачет |
| 2 | Устройство и назначение АК-74 | 3 | 2 | 1 | Зачет |
| 3 | Сборка-разборка АК | 15 | - | 15 | Соревнования. |
| 4 | Уход и хранение АК | 2 | 2 | - | зачет |
|  | Всего: | 72 | 6 | 66 |  |

**III. Содержание программы**

Структурно программа состоит из восьми разделов.

**Раздел 1: Введение (1 час)**

Основы развития стрелкового спорта. Олимпийские чемпионы – россияне в стрелковом спорте. Ознакомление с программой и расписанием занятий. Ознакомление с методами местами проведения занятий. Закон «О всеобщей воинской обязанности». Обязанности дежурного по поддержанию порядка при проведении стрельб.

**Раздел 2**: **Меры обеспечения безопасности при проведении стрельбы из пневматической винтовки (2 часа)**

Порядок обращения с оружием. Правила поведения в помещении для проведения стрельбы (спортзале, улице, лыжная база и др.). Сигналы и команды, подаваемые при проведении стрельб и их выполнение. Изучение инструкции по обеспечению мер безопасности при проведении стрельб.

**Раздел 3: Общие сведения о пневматическом оружии (1 час)**

**Материальная часть ПВ**.

Назначение и боевые свойства пневматического оружия. Общее устройство винтовок ИЖ -22. Устройство, назначение и работа основных частей и механизмов оружия: ствол, прицел, ствольная коробка, поршень, боевая пружина, ложа, спусковой механизм, блокировка спуска. Внесение поправок на прицеле. Осмотр оружия. Подготовка оружия к стрельбе, его заряжение и разряжение. Уход за оружием.

**Раздел 4:** **Основы техники стрельбы (10 часа)**

**Основы стрельбы.**

Явление выстрела. Движение пули по каналу ствола. Начальная скорость. Отдача ружья, полет пули в воздухе. Образование траектории и её элементы. Прицеливание. Варианты техники спуска курка. Подбор пулек. Темп стрельбы, выполнение упражнения в условиях соревнований.

**Основы техники стрельбы**.

Изготовки при стрельбе из положения стоя, с колена, лёжа. Особенности изготовки с учетом индивидуальных особенностей спортсмена, баланс оружия. Спуск курка.

**Раздел 5: Правила соревнований (1час)**

Порядок стрельбы. Перерывы в стрельбе. Ошибки и помехи при медленной стрельбе. Нарушение правил соревнований. Определение занятых мест. Представители, тренеры и капитаны команд. Допуск участников к соревнованиям. Меры безопасности при обращении с оружием при проведении соревнований. Общие обязанности и права членов судейской коллегии.

Практические занятия: выполнение обязанностей судьи линии огня, судьи линии мишеней, судьи контролера, судьи показчика.

Тренировка в прицеливании.

**Раздел 6: Изучение и совершенствование техники стрельбы.**

**Тренировки (37 часов)**

**Приемы изготовки. Прицеливание. Спуск курка.**

Показ приемов изготовки для стрельбы сидя с опорой локтями о стол или стойку. Положение корпуса, рук, ног, головы, положение кисти правой руки на шейке приклада и приклада у плеча. Положение указательного пальца на спусковом крючке.

Понятие прицеливания. Спуск курка. Порядок заряжания и разряжения винтовки.

Изучение и освоение приемов изготовки. Тренировка.

**Раздел 7: Общая физическая подготовка (6 часов).**

Упражнения на расслабление различных групп мышц. На развитие координации и точности движений. Упражнения на формирование правильной осанки.

Спортивные и подвижные игры как средство активного отдыха. Упражнения с партнерами в равновесии, в сопротивлении.

**Раздел 8: Соревнования по стрельбе (10 часов)**

**Раздел 9: Устройство, назначение. Уход, хранение и применение АК. Сборка, разборка.18 часов( для старшей группы.)**

Теоретические занятия по устройству, хранению и работе основных частей автомата.

Теоретические занятия по чистке автомата и сборка разборка.

**IV. Методическое обеспечение программы**

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности учителя и уче­ника. Занятия необходимо строить так, чтобы учащиеся сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения. Больше самостоятельности и возможностей для раскрытия себя. Создать такую мотивацию успешности, что бы каждый ребенок мог реализоваться. Индивидуальный подход особенно на начальном этапе реализации программы.

Для повышения интереса обучающихся к занятиям и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздо­ровительных задач на уроках рекомендуется применять разно­образные формы и методы их проведения.

Словесные методы создают у обучающихся предвари­тельные представления об изучаемом объекте. Для этой цели учитель использует: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания, инструкции.

Наглядные методы применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов, демонстрация таблиц и плакатов.

 Эти методы помогают создать у обучающихся конкретные пред­ставления об изучаемых действиях.

Практические методы позволяют освоить практиче­ские навыки и умения.

Стрельба из любых положений, по любым мишеням и с любых расстояний. Уметь разбирать и собирать АК-74, чистить оружие и ухаживать за ним.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, груп­повая, поточная.

Дидактические и демонстрационные материалы:Упражнения учебные приборы и оборудование: пневматические винтовки, цветные таблицы, видеофильмы, муляж АК-74, приспособление для прицеливания, стол для чистки и разборки оружия.

Место проведения учебных занятий и тренировок и хранения оружия: школьные помещения: кабинет ОБЖ, спортивный зал, лыжная база, оружейная комната.

**V. Ожидаемый результат изучения курса.**

В результате изучения курса «Юный стрелок» учащийся должен:

•**знать:**

Основы стрельбы из пневматической винтовки. Устройство и назначение АК-74. Как хранится оружие, условия применения оружия. Как выбирать цель, определять расстояние. Как обращаться с оружием. Потенциальные возможности оружия.

• **уметь:**

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

Выбирать цель, определять расстояние.

* **будут развиты:**

Потенциальные возможности своего организма, выполняя физические упражнения для повышения возможностей своего организма, для своего всестороннего гармоничного развития. Устойчивость к стрессам, умение собраться и противостоять внешним факторам.

Разбирать и собирать АК. Чистить и хранить оружие.

**VI. Список литературы.**

1. Вайнштейн Л.М. Психология в пулевой стрельбе.- М., ФиС, 1969.

2. Гачачиладзе Л.В., Орлов В.А. Физическая подготовка стрелка.- М., ДОСААФ, 1986.

3. Дворкин А.Д. Массовые пневматические винтовки. М.: ДОСААФ, 1986.

4. Дворкин А.Д. Стрельба из пневматических винтовок.- М., ДОСААФ, 1986.

5. Жилина М.Я. Методика тренировки стрелка-спортсмена. – М., ФиС, 1986.

6. История винтовки от пищали до автомата, издание журнала "Техника-молодежи", 1993.- 11с.;

7. Наставления по стрелковому делу, Воениздат, 1985.- 111с.;

8. Основы стрельбы из стрелкового оружия;

9. Правила соревнований по стрелковому спорту. - М.: ДОСААФ, 1986.