


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Гимназия №5 г. Феодосии Республики Крым»

Согласовано:

Заместитель директора
по ВР 
Т.Ф. Коробкина
01.09.2017г.

Утверждаю:

Директор МБОУ -
Гимназии № 5

С.Г. Подоляко
01.09.2017г.



ПРОГРАММА
дополнительного образования
«Юный стрелок»

Составитель:
Лойко А.А.

2017

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Стрельба – это спорт, охота и здоровье. Стрельба насчитывает многовековую историю. Спортивной стрельбой занимаются во многих странах мира сотни миллионов людей: мужчины, женщины, дети. Значит стрельба интересна, полезна и увлекательна, она имеет много малозаметных, но трудных и тонких особенностей. Поэтому ее любят многие и часто посвящают ей свое время.

Для достижения высоких показателей и победы на соревнованиях стрелку требуются многие разнообразные и весьма ценные для любого человека качества. Стрельба имеет различные виды упражнений и спортивных нормативов по разным типам оружия: винтовка, пистолет, револьвер, арбалет и лук.

В России стрельба из различных видов оружия стала массовым видом спорта и имеет два значительных достоинства для здорового образа жизни: способствует улучшению здоровья, отвлекает людей от вредных привычек, укрепляет обороноспособность нашей Родины.

Статус документа

Настоящая рабочая программа кружка «Юный стрелок» составлена, на основе:

- Федерального компонента государственного стандарта общего (среднего) образования, 2004 г.;
- Примерной программы среднего (полного) общего образования Министерства образования и науки РФ, 2004 г.;

Структура документа.

Рабочая программа представляет собой целостный документ, включающий пять разделов:

- пояснительная записка,
- основное содержание с примерным распределением учебных часов по основным разделам курса,
- перечень учебно-методического обеспечения,
- требования к уровню подготовки учащихся,
- учебно-тематическое планирование.

Общая характеристика учебного предмета.

В ходе изучения предмета юноши и девушки обучаются стрельбе из пневматического оружия. В процессе изучения данного курса учащиеся имеют возможность расширить свои знания и приобрести практические навыки при стрельбе из пневматической винтовки. Программа кружка «Юный стрелок» является частью курса ОБЖ раздела «Подготовка к военной службе».

Направление курса - развивающее. Прежде всего, он ориентирован на создание у школьников навыков в ведении стрельбы.

Основное предназначение кружка пулевой стрельбы – теоретическое и практическое обучение его членов пулевой стрельбе.

Изучение стрелкового оружия, его применения является неотъемлемой частью подготовки детей и подростков к армейской службе. Реализация вышеуказанного обеспечивается содержанием курса, которое систематизирует знания по стрелковой подготовке, а также выполнение практических нормативов по стрельбе.

Цель обучения

- создать первоначальные знания по устройству стрелкового оружия, правилам ведения огня из него и приобрести навыки в практической стрельбе.
- привлечь учащихся к активным формам повышения физической подготовки.
- сделать более разнообразными, эффективными, целостными формы работы по гражданскому патриотическому воспитанию.
- выявить лучших спортсменов для участия в школьных и городских соревнованиях по стрельбе.

Основные задачи программы:

Теоретическое и практическое обучение пулевой стрельбе, обеспечение активного участия членов кружка в спортивной и оборонно-массовой работе, воспитание их в духе беззаветной преданности своему

Отечеству, подготовка молодежи к военной службе, разъяснение необходимости укрепления обороноспособности России.

В процессе работы по изучению данного курса решаются следующие

Задачи обучения :

- **воспитание** у школьников ответственности за личную безопасность, безопасность общества и государства; ответственного отношения к оружию; ответственного отношения к обеспечению безопасности личности, общества и государства;
- **развитие духовных и физических качеств личности**, обеспечивающих подготовку к службе в Вооруженных силах.
- **освоение знаний:** о безопасном владении оружием, правилах поведения при обращении с оружием, устройстве оружия, правилах стрельбы из оружия;
- **формирование умений:** прицеливания, ведение огня.

Место предмета в базисном учебном плане.

Данная программа составлена для учащихся 5-11 классов, количество обучаемых в кружке 8-15 человек.

Количество часов: 1 раз в неделю по 2 часа, всего 66 часов.

Перечень учебно-методического обеспечения.

Учебник ОБЖ , 10-11 кл, 2014 г.

Дополнительная литература

1. *Вайнштейн, Л. М.* Основы стрелкового мастерства.
3. *Министерство обороны СССР.* Наставления по стрелковому делу. - М.: Воениздат, 1987.
5. *Юрьев, А. А.* Спортивная стрельба/ А. А. Юрьев. - М.: Физкультура и спорт, 1967.

Для руководителя кружка:

1. Программа курса ОБЖ для учащихся 1-11 классов государственных общеобразовательных учебных заведений РФ. Просвещение. 2008 год.
2. Программа «Допризывная подготовка юношей». МО РФ. 1990 год.
3. Учебник «Начальная военная подготовка». Просвещение. 1987 год.
4. Наставления по стрелковому делу

Требования к уровню подготовки учащихся.

Умение работать с оружием: разбирать, собирать, стрелять из пневматической винтовки, соблюдения норм поведения в окружающей среде; оценивания своей деятельности с точки зрения нравственных, правовых норм, эстетических ценностей.

• знать :

- 1) правила техники безопасности при обращении с оружием;
- 2) правила прицеливания и ведения огня из различных исходных положений;

• уметь:

- 3) вести огонь из различных исходных положений;
- 4) объяснять способы и правила прицеливания;

• использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности:

- 5) для участия в школьных и городских соревнованиях по стрельбе.
 - 6) для выполнения стрельб по курсу ОБЖ;
- соблюдения мер безопасности при проведении стрельб и обращении с оружием.

ПРОГРАММА КРУЖКА «ЮНЫЙ СТРЕЛОК»

1. Вводное занятие

История и задачи развития пулевой стрельбы в России. Пневматическое оружие, его отличительные особенности. Пулевая стрельба как один из видов спорта. Овладение искусством точной стрельбы.

2. Начальные сведения об анатомии человека

Скелет человека. Мышцы, сухожилия, связки, суставы. Системы: нервная, сердечно-сосудистая , крови, внешнего дыхания, пищеварительная и выделения. Сенсорные системы-анализаторы: зрительная, слуховая, вестибулярная, двигательная, кожная.

3. Физическая подготовка стрелка

Значение общей и специальной физической подготовки. Ежедневная зарядка. Закалка водными процедурами. Занятия в различных спортивных секциях. Подвижные спортивные игры. Развитие общей выносливости, силы, силовой выносливости, ловкости, гибкости, координации движений тела. Развитие устойчивости позы тела при стрельбе из различных положений, статической выносливости, высокой точности, быстроты и координации движений частей тела при стрельбе, способности выключения и фиксации отдельных мышц и суставов, автономности и плавности различных видов нажатия на спусковой крючок. Дыхательные упражнения для повышения мышечно-суставной чувствительности.

4. Начальные сведения о стрельбе из оружия

Понятие о стрельбе и выстреле. Основы устройства оружия и боеприпасов. Внутренняя и внешняя баллистика. Стабилизация полета пули в воздухе. Средняя точка попадания пули, ее определение. Пристрелка оружия. Прицеливание. Режим дыхания. Меры безопасности. Правила выполнения стрельбы. Заряжание и разряжение.

5. Общие сведения о пневматическом оружии

Общие данные. Принцип работы. Устройство, назначение и работа основных частей и механизмов оружия: ствол, прицел, ствольная коробка, поршень, боевая пружина, ложа, спусковой механизм, блокировка спуска. Уход за оружием и пулями, их хранение. Подготовка оружия к стрельбе, его заряжение и разряжение.

6. Подготовительные упражнения по стрельбе

Упражнение 1. Начальное и тренировочное. Изготовка к стрельбе из винтовки стоя с опорой локтями о стол.

Упражнение 2. То же из пистолета двумя руками

Упражнение 3. Контроль однообразия прицеливания из винтовки с использованием прицельных станков и ручных указок контроля прицеливания.

Упражнение 4. Прицеливание из винтовки по мишеням

Упражнение 5. То же из пистолета

Упражнение 6. Принятие устойчивой изготовки для стрельбы из винтовки стоя без упора длительностью до 5 минут и более. Самоконтроль изготовки.

Упражнение 7. То же из пистолета двумя руками.

Упражнение 8. То же из пистолета одной рукой.

Упражнение 9. Тренировка в стрельбе из винтовки без пули. Координация всех действий стрелка.

Упражнение 10. То же из пистолета двумя руками.

Упражнение 11. То же из пистолета одной рукой.

7. Вспомогательные упражнения

Упражнение 12. Стрельба из винтовки по белому листу бумаги для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок.

Упражнение 13. То же из пистолета двумя руками.

Упражнение 14. То же из пистолета одной рукой.

Упражнение 15. Стрельба из винтовки по квадрату 10x10 см на листе белой бумаги. Определение средней точки попадания.

Упражнение 16. То же из пистолета двумя руками.

Упражнение 17. То же из пистолета одной рукой.

8. Основные упражнения по стрельбе

Упражнение 18. Стрельба из винтовки по круглой мишени стоя с опорой локтями на стол. Вынос точки прицеливания.

Упражнение 19. Стрельба из винтовки по круглой мишени лежа с упора.

Упражнение 20. Стрельба из винтовки по круглой мишени стоя без опоры.

Упражнение 21. То же из пистолета двумя руками.

Упражнение 22. То же из пистолета одной рукой.

9. Стрелковые игры

1. «Дуэльная» стрельба по круглой мишени на скорость при заданном качестве.
2. «Дуэльная» стрельба по круглой мишени на меткость без ограничения времени.
3. «Дуэльная» стрельба по падающим мишеням на скорость.
4. «Турнир». Для укрепления навыков техники стрельбы, развития решительности и настойчивости, умения полной мобилизации своих сил для точной стрельбы.
8. «Выбывание» - стрельба по падающим мишеням командами с выбыванием игрока после промаха.
9. «Биатлон». Для развития скоростных навыков точной стрельбы после физической нагрузки (бег, подтягивание или отжимание от пола).

10. Стрельба по мишеням

Организация стрельб: команды, подаваемые при стрельбе, порядок их выполнения, обязанности обучаемых при проведении стрельб. Стрельба по мишени №6 на кучность, на расстоянии 5м. Стрельба по мишени №6 на кучность, на расстоянии 10 м., Стрельба по мишени №6 на точность, на расстоянии 5м. Стрельба по мишени №6 на точность, на расстоянии 10 м. Тренировка в стрельбе на кучность и совмещение СТП (средней точки попадания отстреливаемых серий). Тренировка в стрельбе на кучность и совмещение СТП (средней точки попадания отстреливаемых серий). Тренировка в стрельбе на результат, расстояние 5 м. Тренировка в стрельбе на результат, расстояние 5 м. Тренировка в стрельбе на результат, расстояние 10 м. Тренировка в стрельбе на результат, расстояние 10 м. Стрельба по падающим мишеням индивидуально и в парах.

11. Соревнования по стрельбе из пневматической винтовки и пневматического пистолета.

Проводится между членами кружка, на первенство учебного заведения, участие в городских соревнованиях.

12. Подведение итогов.

Подведение итогов работы кружка за год. Разбор ошибок и достижений.

ПОЛОЖЕНИЕ

О школьном кружке «Юный стрелок»

Общие положения

1. Настоящее положение определяет порядок создания, организацию деятельности, задачи и условия осуществления деятельности кружка «Юный стрелок», его финансирование и материально-техническое обеспечение, а также устанавливает права и обязанности лиц отвечающих за кружок

Школьный кружок является одной из форм дополнительного образования в условиях образовательного учреждения, развивающей сотворчество, активность, самостоятельность учащихся в процессе обучения, повышения физической подготовки, увеличению работоспособности, тренировке и совершенствованию нервной системы, развитию силы воли и настойчивости, умению владеть эмоциями в любых экстремальных ситуациях.

2. Основные цели

Привлечь детей и педагогов к активным формам повышения физической подготовки.

Сделать более разнообразными, эффективными, целостными формы работы по гражданскому патриотическому воспитанию.

Выявить лучших спортсменов для участия в городских соревнованиях по стрельбе.

3. Основные задачи

Способствовать улучшению здоровья: повышению физической подготовки, увеличению работоспособности, тренировке, развитию силы воли.

Отвлечь молодежь, от таких вредных привычек, как курение, употребление спиртных напитков, употребление наркотиков, токсикомании, просто безделья и лени.

Подготовить молодежь к службе в Вооруженных Силах России, к защите Отечества.

Формировать профессиональный интерес.

Повышать образовательный уровень у детей и привлекать их к участию в городских соревнованиях

Содействовать в профессиональной ориентации детей.

4. Содержание и оформление работы

Свою работу кружок «юный стрелок» осуществляет в тесной связи с решением образовательных и воспитательных задач проводимых школой.

Организационная подготовительная работа кружка:

- установление контактов и выявление возможной помощи от администрации;

- оповещение, рекламирование и выявление желающих заниматься в кружке;

- выявление и ремонт помещения для стрельбы, ожидания и отдыха, хранения оружия, его чистки и ремонта, для работы судейской коллегии.

- приобретение необходимых материалов для оборудования тира, оружия и запасных частей к нему, стального шкафа-сейфа для хранения оружия и пуль, мишеней, инструментов, приборов, плакатов, литературы;

- оборудовать тир согласно инструкции;

Учебно-воспитательная работа кружка:

- составление плана занятий

- обучение приемам и правилам стрельбы;

- соблюдение меры безопасности;

- воспитание любви к оружию;

- укрепление физической подготовки;

- прививание любви к стрелковому спорту;

- воспитанию у стрелков коллективизма, патриотизма и товарищества.

5. Руководство работой кружка

Кружок организует свою работу на основе самоуправления.

Работу кружка направляет руководитель кружка, назначаемый руководством школы. Руководитель кружка разрабатывает планы работы; организует практические тренировки, готовит материальную базу для проведения занятий, составляет программу.

Направляет и осуществляет педагогическое руководство кружка заместитель директора образовательного учреждения.

6. Материально-техническое и финансовое обеспечение деятельности кружка.

1. Материально-техническое и финансовое обеспечение кружка (приобретение учебных пособий, винтовок, канцелярских принадлежностей, оборудования) за счет внебюджетных средств и спонсорской помощи.

8. Реорганизация и ликвидация

Реорганизация кружка «Юный стрелок» осуществляется по решению органов образовательного учреждения.

Ликвидация школьного кружка осуществляется по решению руководства образовательного учреждения.

ИНСТРУКЦИЯ

По пулевой стрельбе из пневматического оружия

1. Меры безопасности и правила выполнения стрельбы из пневматического оружия

Линия мишеней оборудуется **только на глухой стене помещения, где нет дверей**. На входной двери тира обязательно надо сделать **прочный внутренний запор**.

Недопустимо пренебрежительное, легкомысленное обращение с пневматическим оружием. Это может привести к трагическим последствиям. Пули выбрасываются из ствола винтовок повышенного качества со скоростью до 170 м/с и летят на расстояние до 150 м. Поэтому необходимо строго соблюдать все меры безопасности, как и при стрельбе из огнестрельного оружия. Перед каждой стрельбой надо обязательно проводить наружный осмотр оружия и подтягивать крепежные винты.

Для проверки отсутствия пули в канале ствола необходимо открыть ствол и повернуть его вниз на угол около 30°, преодолев упругость боевой пружины, но не ставить боевой взвод поршня на шептало. Затем, удерживая ствол в повернутом на 30° положении, посмотреть на свет в канал ствола и убедиться, что пули нет. Медленно опустить ствол и положить оружие на стол или поставить в пирамиду.

Необходимо помнить, что пули свинцовые, и поэтому нельзя после стрельбы, трогать руками лицо, протирать глаза, а также дотрагиваться до одежды и мебели, так как свинец вреден и оставляет следы. После стрельбы надо тщательно вымыть руки.

2. Меры безопасности при стрельбе в тире

ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

1. Брать и заряжать оружие без команды руководителя стрельбы.
2. Прицеливаться и направлять даже незаряженное оружие на людей, в стороны и в тыл.
3. Трогать спусковой крючок во время заряжения до прицеливания и после стрельбы.
4. Оставлять заряженное оружие без присмотра.
5. Выносить заряженное оружие с огневого рубежа.
6. Хранить оружие в заряженном состоянии.
7. Шуметь и отвлекаться от стрельбы.
8. Находиться на огневом рубеже посторонним.
9. Трогать чужое оружие.

СТРЕЛОК ОБЯЗАН:

1. Выполнять все команды руководителя стрельбы.
2. Держать даже незаряженное оружие **только стволом в направлении стрельбы, а при переходах – стволом вверх**, удерживая его около мушки.
3. Стрелять только после команды «ОГОНЬ» и до команды «СТОЙ».
4. О неисправности оружия докладывать руководителю стрельбы.
5. Прекратить стрельбу при появлении в огневой зоне человека.
6. После стрельбы убедиться, что оружие разряжено.
7. Бережно относиться к оружию.

3. Правила выполнения стрельбы в пневматическом тире

Действия и команды руководителя стрельбы	Действия стрелков стреляющей смены
1. Руководитель стрельбы проверяет подготовку тира. Подается команда: «ОЧЕРЕДНАЯ СМЕНА, НА ИСХОДНУЮ».	Стрелки очередной смены заходят в тир и становятся напротив указанного оружия на линии предварительного старта.
2. Проводится краткий инструктаж по БЖД и правилам выполнения упражнения. Подается команда: «НА ОГНЕВОЙ РУБЕЖ ШАГОМ МАРШ!»	Подходят на огневой рубеж. Слушают, по необходимости – задают вопросы.
3. Производится раздача пуль согласно упражнению	Проверяют количество пуль и качество пуль, дефектные заменяются.
4. Подается команда: «ЗАРЯЖАЙ». «ОГОНЬ». Все время следит за правильностью стрельбы и соблюдением мер безопасности при стрельбе. При необходимости - указывает на ошибки стрелков	Выполняют упражнение. Открывают ствол на 30 (но не ставят на боевой взвод), проверяют на свет отсутствие пули в канале ствола, осторожно кладут оружие в направлении стрельбы. При отказе оружия – докладывают руководителю стрельбы
5. Подается команда: «СТОП» - при необходимости прервать стрельбу, «РАЗРЯДИТЬ ОРУЖИЕ» - если надо окончить стрельбу	Прекращают стрельбу и, если будет команда, разряжают оружие и ждут последующих команд
6. После окончания пробной стрельбы всей смены и проверки открытия стволов всего оружия подается команда: «К МИШЕНЯМ ШАГОМ МАРШ!»	Подходят к своей мишени, не трогая ее, находят свои пробоины, выясняют ошибки
7. По окончании зачетной стрельбы проверяет мишени, объясняет результат стрельбы	При подходе руководителя стрельбы докладывают: «СТРЕЛОК... (фамилия)».
8. Подается команда: «КРУГОМ, ИЗ ТИРА ШАГОМ МАРШ!».	Поворачиваются и выходят из тира