Муниципальное образовательное учреждение

Хмельниковская средняя общеобразовательная школа

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Рассмотрена На заседании МО Протокол № \_\_\_\_\_\_ от \_\_\_. \_\_\_\_. 2020 г |  Согласовано зам. директора по УВР \_\_\_\_\_\_\_\_/Зеткина Г.Н./ | УтвержденаДиректор школы\_\_\_\_\_\_\_/Мироненко Т.В./Приказ по школе № \_\_\_\_от \_\_\_.\_\_\_. 2020 г |

Рабочая программа

Курса внеурочной деятельности по *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

*\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*

для \_\_\_\_\_\_ класса

основного общего образования

учитель ОБЖ:

Кириллов Я.Г.

Ростовский МР

Ярославская область

2020 г.

**Пояснительная записка.**

Стрельба – это спорт, охота и здоровье. Стрельба насчитывает многовековую историю. Пулевой 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.

Программа разработана в соответствии с Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта пулевая стрельба (далее – ФССП), утвержденный приказом Министерства спорта Российской Федерации от 27.03.2013 № 146, разработанного на основании Федерального закона от 14.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации и Положения о Министерстве спорта Российской Федерации от 19.06.2012 № 607, определяющих условия и требования к спортивной подготовке в организациях, ее осуществляющих.Программа отражает целевые установки и содержательную основу подготовки, логику построения, принципы выбора технологий обучения, методологию контроля достигнутого уровня обучения. Программа составлена в соответствии с требованиями Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта пулевая стрельба.

Рабочая программа по пулевой стрельбе предусматривает проведение занятий в форме лекций, методических и практических занятий, изучение истории олимпиад, событий ВОВ и других локальных войн.

**Цель**:

приобретение учащимися основных теоретических знаний по истории создания различных видов стрелкового оружия, типах и системах отечественного стрелкового оружия, мерах безопасного обращения со стрелковым оружием, приобретения практических навыков ухода за стрелковым оружием, выполнения правил его хранения и использования, а также подготовке мальчиков к защите Отечества.

**Задачи:**

* формирование у учащихся первичных знаний по истории создания и развития различных видов стрелкового оружия, его современных типах, устройстве и технических характеристиках;
* изучение материальной части пневматического и нарезного оружия;
* привитие навыков безопасного обращения с оружием, правильного ухода и хранения оружия;
* достижение способности учащихся к выполнению первичных приемов стрельбы и развитие результативности в выполнении упражнения по стрельбе из пневматической винтовки.
* отработка физических упражнений, направленных на выносливость спортсмена;
* совершенствование техники и тактики стрельбы в стрелковом тире;
* 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.

**Содержание образовательной программы**

Программа курса занятий «Пулевая стрельба» для учащихся разработана в соответствии с требованиями Законов РФ «Об образовании», «О воинской обязанности и военной службе», «Об оружии».

Стрельба – это спорт, охота и здоровье. Стрельба насчитывает многовековую историю. Пулевой 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 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. Введение норматива времени, а также последовательное увеличение дистанции и смена вида мишеней вызывает у учащихся здоровый интерес к упражнению и спортивный азарт. Кроме того, это способствует постепенному улучшению результатов и выявляет лучших учащихся по способности контролировать свои действия при выполнении упражнения

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.

Занятия по курсу предусматривают первоначальное ознакомление с теоретической частью, проведение инструктажа по технике безопасности при обращении с оружием, выполнение упражнений по стрельбе из пневматической винтовки с их последующим усложнением и выполнение контрольных нормативов.

Жесткие требования соблюдения дисциплины и правил безопасности вплоть до немедленного и безвозвратного отстранения нарушителя от занятий за любой факт нарушения являются обязательным условием при проведении занятий по курсу.

Ведение журнала посещения занятий проводится в обязательном порядке с отметкой о прохождения каждой темы курса. Проведение занятий по темам программы производится последовательно, без нарушения очередности тем занятий и без их пропусков. Допуск учащихся к практическим занятиям может быть произведен только после сдачи ими зачетов по всем темам 2 Раздела и прохождения в установленном порядке инструктажа по ТБ.

По окончании изучения курса:

Учащиеся обоснованно излагают вопросы:

– основные исторические этапы развития и совершенствования стрелкового оружия;

– виды и характеристики основных образцов отечественного стрелкового оружия;

– правила безопасного обращения с оружием, порядка его хранения и ухода за ним;

Учащиеся имеют представление:

– о возможных последствиях нарушения правил обращения с оружием;

– об ответственности за нарушение правил техники безопасности и о юридической стороне вопроса;

– об устройстве пневматической винтовки, ее технических характеристиках;

– об оборудовании стрелкового тира (месте для стрельбы) и порядке его использования;

Учащиеся владеют навыками:

– первичных приемов выполнения упражнения по стрельбе из пневматической винтовки;

– безопасного обращения со стрелковым оружием, его хранения и ухода за ним.

– обязательного, точного, немедленного и быстрого выполнения всех указаний и команд преподавателя курса.

В результате занятия в кружке «Пулевая стрельба» учащиеся должны знать:

1. Общие основы теории пулевой стрельбы.

2.Материальную часть спортивного и боевого оружия.

3.Основы техники стрельбы и методики тренировки

4.Основы общефизической и специальной физической подготовки стрелков.

Правила соревнований по пулевой стрельбе.

Уметь

Владеть пневматическим оружием.

Стрелять на достаточном организационном уровне.

**Учебно – тематический план курса пулевой стрельбы**

Теория и методика пулевой стрельбы

Теоретические занятия -4 часов

Практические занятия 30 часов

Всего - 34 часа

**Для реализации данной программы необходимо следующее техническое обеспечение:**

- плакаты по изучению устройства и взаимодействия частей пневматической винтовки;

- пневматическая винтовка 4,5 мм – 3 штук;

- пневматический пистолет 4,5 мм – 2 штуки;

- пулеулавливатели для стрельбы — 3 штук;

- мишени бумажные (различные);

- пульки для стрельбы из пневматического оружия.

**Условия выполнения сдачи норматива по стрельбе на значок « ГТО»:**

· дистанция стрельбы – 10 м.

· мишень – «Спортивная «П», №8

· положение для стрельбы — сидя за столом с опорой локтями ( стоя).

· количество выстрелов – 3 пробных, 5 зачетных.

· время на стрельбу – не ограничено.

· норматив – нормативы ГТО по ступеням.

|  |
| --- |
| **Календарно – тематический план** |
| №п/п | Тема |  часы | виды занятий | Дата проведения по плану | Дата проведения по факту | Примечание |
| 1. | История создания и развития пневматического оружия | 1 | лекция |  |  |  |
| 2.  | Материальная часть и конструктивные особенности пневматических винтовок. | 1 | лекция |  |  |  |
| 3. | Техника и методика стрельбы из пневматической винтовки | 1 | лекция |  |  |  |
| 4. | Меры безопасности при проведении стрельб | 1 | лекция |  |  |  |
| 5. | **Техника стрельбы из пневматической винтовки стоя** | **5** |  |  |  |  |
|  | 5.1 Основные элементы техники стрельбы из пневматической винтовки стоя | 1 | практическ |  |  |  |
|  | 5.2.2. Стрельба пульками | 1 | практическ |  |  |  |
|  | 5.3.1. Стрельба на кучность пульками | 1 | практическ |  |  |  |
|  | 5.3.2. Стрельба на кучность кисточками | 1 | практическ |  |  |  |
|  | 5.3.3. Стрельба на результат | 1 | практическ |  |  |  |
| 6. | Материальная часть и конструктивные особенности автомата Калашникова | 1 | лекция |  |  |  |
| 7. | Меры безопасности при сборке и разборке АК | 1 | лекция |  |  |  |
| 8. | Разборка и сборка автомата Калашникова  | 2 | практическ |  |  |  |
| **9.** | **Освоение техник стрельбы из пневматической винтовки с колена** | **5** |  |  |  |  |
|  | 9.2.2. Стрельба пульками | 1 | практическ |  |  |  |
|  | 9.3.1. Стрельба на кучность пульками | 1 | практическ |  |  |  |
|  | 9.3.2. Стрельба на кучность кисточками | 1 | практическ |  |  |  |
|  | 9.3.3. Стрельба на результат | 2 | практическ |  |  |  |
| **10.** | **Освоение техники стрельбы из пневматической винтовки из положения лежа** | **5** |  |  |  |  |
|  | 10.2.2. Стрельба пульками | 1 | практическ |  |  |  |
|  | 10.3.1. Стрельба на кучность пульками | 1 | практическ |  |  |  |
|  | 10.3.2. Стрельба на кучность кисточками | 1 | практическ |  |  |  |
|  | 10.3.3. Стрельба на результат | 2 | практическ |  |  |  |
| 11. | Соревнования по стрельбе из пневматической винтовки | 3 | практическ |  |  |  |
| 12. | Материальная часть и конструктивные особенности пистолета | 1 | лекция |  |  |  |
| 13. | Общие сведения о спортивных пистолетах13.1. Устройство стандартных пистолетов13.2. Устройство пистолета Макарова, Марголина, ИЖ, ТТ, Стечкина13.3 Устройство пневматических пистолетов | 1 | лекция |  |  |  |
| 14. | Техника и методика стрельбы из пистолета:Техника и методика изготовки к стрельбеТехника и методика прицеливанияТехника и методика управления дыханием и спусковым механизмом | 1 | практическ |  |  |  |
| 15. | Освоение стрельбы из пневматического пистолета стоя: | 1 | практическ |  |  |  |
| 16. | Освоение стрельбы из пистолета с колена | 1 | лекцияпрактическ |  |  |  |
| 17 | Освоение стрельбы из пистолета лежа | 1 | лекцияпрактическ |  |  |  |
| 18. | Соревнования по стрельбе из пистолета. | 1 | практическ |  |  |  |
|  | **Итого** | **34** |  |  |  |  |

**Контрольно-нормативные требования**

Приложение № 1

**Условия выполнения упражнений**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Индекс упражнения | Дистанция, м | Положение для стрельбы | Количество выстрелов | Мишени | Время на стрельбу мин. |
|  |  |  | пробное | зачетное | № | Кол-во пробных | Кол-во зачетных |  |
| «Нормативы ГТО» | 10 | Сидя или стоя с опорой на стол | 3 | 5 | 8 | 1 | 1 | 15 мин |
| «Начинающий стрелок» | 5 | Сидя или стоя с опорой на стол | 3 | 5 | 4 | 1 | 1 | Неограниченное  |
| «Юный стрелок» | 10 | С опорой о стол | 6 | 20 | 8 | 2 | 4 | 30 мин |
| «Меткий стрелок»стрелок» | 10 | Стоя | 6 | 20 | 8 | 2 | 4 | 45 мин |
| «Снайпер» | 10 | Стоя. С колена. | 6 | 20 | 8 | 2 | 4 | 40 мин |

Приложение № 2

**Разрядные нормы по стрельбе пулевой:**

Пневматические винтовки, пули ДН или ДЦ, прицел открытый

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Индекс упражнения | Положение для стрельбы | Дистанциям | пол | Спортивные разряды |
|  |  |  |  | переходной | 3-й | 2-й | 1-й |
| «Нормативы ГТО» | Сидя или стоя с опорой на стол (5выстрелов) | 10 | м | 10,15,20;15, 20, 25 |  |  |  |
| «Начинающий стрелок» | Сидя или стоя с опорой на стол (5выстрелов) | 5 | м | 40 |  |  |  |
| «Юный стрелок» | С опорой о стол (20выстрелов) | 10 | м |  | 130 | 150 | 170 |
| «Меткий стрелок» | Стоя(20выстрелов) | 10 | м |  | ПО | 130 | 150 |
| «Снайпер» | Стоя. С колена. (40выстрелов 20/20) | 10 | м |  | 310 | 330 | 350 |

**Список литературы**

1. Законы РФ «Об образовании», 2013 г.

2. Закон РФ «О воинской обязанности и военной службе» 1998 г.

3. Закон РФ «Об оружии» 1998 г.

4. Уголовный кодекс РФ 1996 г.

5. Кодекс об административных правонарушениях. 2001 г.

6. «Методические рекомендации по ведению военной подготовки в общеобразовательной школе», Москва 1989 г.

7. «Учебно-материальная база начальной военной подготовки в школе». Л.М.Брысин. «Просвещение» Москва 1989 г.

8. «Справочник по стрелковому оружию». В.Б.Жук М.2001 г.

9. «Военно-исторический словарь» М 2000 г.

10. Наставления по стрелковому делу. Воениздат 1993 г.

11. Типовая программа для ДЮСШ по курсу «Пулевая стрельба», «Биатлон», М 1989 г