

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и молодежной политики Свердловской области  
Департамент образования Администрации города Екатеринбурга  
МБОУ СОШ № 84

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

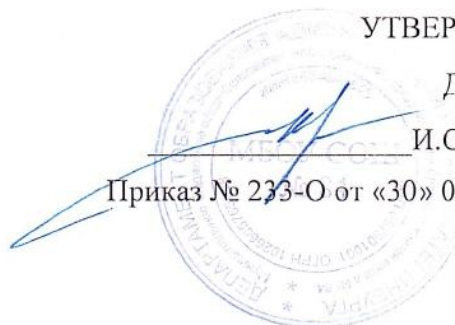
Протокол № 1 от 30.08.2023

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

И.С. Краева

Приказ № 233-О от «30» 08.2023 г.



**Рабочая программа**

**«Юный стрелок»**

Составитель: Езимов В.В., учитель ВКК

Екатеринбург, 2023

## I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа внеурочной деятельности «Юный стрелок» составлена с учетом следующих нормативных документов:

1. Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» № 273-РФ (принят Государственной Думой РФ 21.12.2012 г.)
2. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 года № 1897.
3. Примерной программы по учебным предметам. Основы безопасности жизнедеятельности. М.: Просвещение, 2012.
4. Письма Министерства образования и науки РФ «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования» (от 12 мая 2011г. № 03-296).
5. Устава МБОУ СОШ № 84.
6. Основой образовательной программы основного общего образования МБОУ СОШ № 84.
7. Программа разработана на основе требований Основой образовательной программы основного общего образования МБОУ СОШ № 84.

Данная программа направлена на формирование, сохранение и укрепление здоровья обучающихся, в основу которой положены культурологический и личностно-ориентированный подходы.

**Основная цель образования** – формирование всесторонне развитой творческой личности, способной реализовать свой потенциал как в собственных жизненных интересах, так и в интересах общества.

**Целью работы кружка** является включение подростков в процесс личностного саморазвития, профессионального выбора, поиск смыслов жизнедеятельности и формирование ценностных ориентаций в ходе военно-патриотического воспитания подрастающего поколения.

### **Задачи работы кружка:**

- ✓ изучение традиций русского народа и его героической борьбы с иноземными захватчиками;
- ✓ совершенствование разностороннего физического развития подростков для последующей трудовой деятельности и готовности к службе в ВС России;
- ✓ воспитание воли, дисциплины, исполнительности, меткости и точности как качеств, необходимых в самостоятельной жизни;
- ✓ овладение навыками оказания первой помощи при травмах;
- ✓ приобретение инструкторских навыков;
- ✓ активное привлечение подростков к занятиям пулевой стрельбой.

Кружок «Юный стрелок» выполняет следующие функции:

- ✓ функция предупреждения и коррекции: проявление интереса к вновь прибывшим, стремление старших вовлечь школьника в общую деятельность, где важную роль играет «эффект старшего друга», способного показать всем преимущества любого подростка;

- ✓ компенсаторная функция: реконструкция недостаточно гуманной или утерянной модели семьи, которая должна оказывать влияние на формирование положительной «Я – концепции» подростка;
- ✓ функция психологической реабилитации: для подростков со сформировавшейся социальной и нравственной «ущербностью» создание ситуации успеха;
- ✓ функция социально-психологического взаимодействия с родителями воспитанников.

## II. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА

Внеурочная деятельность обучающихся общеобразовательных учреждений объединяет все виды деятельности обучающихся (кроме учебной деятельности), в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации.

Согласно Базисному учебному плану общеобразовательных учреждений Российской Федерации организация занятий по направлениям внеурочной деятельности является неотъемлемой частью образовательного процесса. Время, отводимое на внеурочную деятельность, используется по желанию обучающихся в формах, отличных от урочной системы обучения. В Базисном учебном плане общеобразовательных учреждений Российской Федерации в числе основных направлений внеурочной деятельности выделено спортивно - оздоровительное направление.

**Актуальность** предлагаемой программы обоснована необходимостью духовно-нравственного и патриотического воспитания подрастающего поколения в соответствии с «Концепцией национальной безопасности Российской Федерации».

ФГОС нового поколения требует использования в образовательном процессе технологий деятельностного типа, которые определены как одно из условий реализации основной образовательной программы ООО. Именно этим требованиям соответствует программа кружка «Юный стрелок», которая позволяет реализовать актуальные в настоящее время компетентностный и личностно ориентированный подходы.

Программа внеурочной деятельности «Юный стрелок» предназначена для спортивной и оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими интерес к стрелковому спорту.

Материал программы предполагает теоретическую подготовку и практические занятия по трём разделам: основы и правила стрельбы, специальная физическая подготовка, специальная техническая подготовка.

В программе отражены **основные принципы** стрелковой подготовки воспитанников:

**Принцип системности** предусматривает тесную взаимосвязь содержания соревновательной деятельности и всех сторон учебно-тренировочного процесса: технической, тактической, психологической, интегральной, теоретической подготовки; воспитательной работы; восстановительных мероприятий; педагогического и медицинского контроля.

**Принцип преемственности** определяет последовательность поэтапного освоения программного материала в годичных циклах, обеспечивая тем самым преемственность задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, рост показателей стрелковой, технико-тактической подготовленности.

**Принцип вариативности** предусматривает в зависимости от этапа подготовки, индивидуальных особенностей воспитанника вариативность программного материала для практических занятий по годам обучения, характеризующихся разнообразием тренировочных средств и нагрузок, направленных на решение определенных педагогических задач.

Организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся через организацию здоровьесберегающих практик.

## Организация учебно-воспитательного процесса

### 1. Объём и содержание программы

Учебный курс рассчитан на занятия в течение 2-х лет для учащихся 5-6 классов и составляет 68 часов. Общий объём на 1 учебный год – 34 часа, из них 6 часов теоретических и 28 практических. Занятия проводятся с сентября по май месяцы по 1 часу один раз в неделю. Настоящая программа предусматривает зачётные занятия, участие в различных соревнованиях, судейскую практику.

**2. Изучение теоретического материала** осуществляется как на отдельных занятиях, так и в форме бесед по 5-10 минут, которые проводятся в начале занятий.

**3. На практических занятиях** приобретаются умения и навыки безопасного обращения с оружием, изучается материальная часть АК-74, ПМ, АПС, малокалиберной винтовки ТОЗ – 8, совершенствуется техника изготовления к стрельбе, производства выстрела, развиваются специальные качества спортсмена – стрелка.

**4. Основной метод обучения** – квалифицированный показ и объяснение, проводимые с учётом индивидуальных психофизиологических особенностей воспитанников. Особое внимание обращается на овладение техникой выполнения Упражнений учебных стрельб (УУС), что позволяет постоянно повышать результативность стрельбы.

**5. Комплектование учебной группы** осуществляется на основании желания, положительной мотивации и возраста обучающихся по заявлению родителей/законных представителей ребёнка. Занятия проводятся в микрогруппах (3-5 человек) отдельно с мальчиками и девочками с учётом возраста.

| <b>Формы проведения занятий и виды деятельности</b> |   |
|---|---|
| Однонаправленные занятия                            | Посвящены только одному из компонентов подготовки стрелка: технике изготовления к стрельбе, позволяющей наиболее эффективно использовать средства и приспособления для стрельбы; выбору способа поражения цели или физической тренировке стрелка. |
| Комбинированные занятия                             | Включают два-три компонента в различных сочетаниях: техническая и физическая подготовка; техническая и тактическая подготовка; техническая, физическая и тактическая подготовка.  |
| Игровые занятия                                     | Построены на учебном двухстороннем соревновании с соблюдением правил.   |
| Контрольные занятия                                 | Сдача нормативов занимающимися, выполнение контрольных упражнений с целью получения данных об уровне технико-тактической и физической подготовленности обучающихся.   |

### **III. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

В процессе обучения и воспитания, формирования мотивации и потребностей на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся развиваются личностные, метапредметные и предметные навыки.

Личностные результаты обеспечиваются через усвоение базовых национальных ценностных ориентаций; предметные – через формирование основных элементов научного знания, метапредметные – через универсальные учебные действия (далее УУД).

**Личностные результаты** отражаются в индивидуальных свойствах обучающихся:

- формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;
- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

**Метапредметные результаты:**

- способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни и жизнедеятельности, взаимодействию с людьми;
- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;
- формирование умений позитивного взаимодействия/общения с окружающими;
- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, уменьшится количество пропусков по болезни и возрастёт посещаемость спортивных секций и спортивно-оздоровительных мероприятий;
- социальная адаптация детей, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

**Предметные результаты:**

Приобретаемый опыт проявляется в знаниях способов ведения стрельбы из различных видов стрелкового оружия, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с самостоятельным участием в стрелковых соревнованиях.

**Требования к знаниям и умениям, которые приобретут обучающиеся в процессе реализации данной программы**

Обучающиеся

**должны знать:**

- особенности воздействия стрелкового спорта на организм человека;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепление здоровья;
- свои права и права других людей;
- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение занятий в стрелковом кружке для сохранения и укрепления здоровья;

**должны уметь:**

- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его;
- выполнять физические упражнения для развития физических навыков;
- заботиться о своем здоровье;
- применять коммуникативные навыки;
- оказывать первую помощь при травмах;
- находить выход из стрессовых ситуаций;
- принимать разумные решения по поводу личного здоровья, а также сохранения и улучшения безопасной и здоровой среды обитания;
- адекватно оценивать своё поведение в различных жизненных ситуациях;

- отвечать за свои поступки;
- отстаивать свою нравственную позицию в ситуации выбора.

**смогут получить знания:**

- о значении видов стрелкового оружия в совершенствовании функциональных возможностей организма занимающихся;
- о необходимости неукоснительного соблюдения правил безопасного поведения при обращении с оружием;
- о технике результативной стрельбы;
- о наиболее типичных ошибках при выполнении технических приёмов и тактических действий;
- о контрольных упражнениях для оценки подготовленности стрелка к выполнению разрядных нормативов по стрельбе;

**смогут научиться/освоить:**

- приёмы профилактики травматизма на занятиях спортивной стрельбой;
- выполнять технические приёмы и тактические действия;
- контролировать своё самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях;
- проводить судейство соревнований по стрельбе.

## **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

### **1. Специальная физическая подготовка.**

Упражнения для развития:

- ✓ физических способностей: силовых, координационных, скоростно-силовых и выносливости;
- ✓ различных групп мышц с предметами и без них;
- ✓ развитие координации движений при обращении с оружием.

### **2. Основы теоретических знаний:**

- ✓ история возникновения стрелкового спорта;
- ✓ теория и правила стрельбы;
- ✓ меры безопасности при обращении с оружием и стрельбе.

### **3. Техническая подготовка**

- ✓ подготовка к стрельбе из различных исходных положений;
- ✓ разборка и сборка учебного оружия (ММГ АК-74);
- ✓ снаряжение магазина к АК-74 патронами;
- ✓ зарядание пневматической винтовки при стрельбе из различных положений.

### **4. Тактическая подготовка:**

- ✓ индивидуальные действия: выбор точки прицеливания после пробных выстрелов для наиболее эффективной стрельбы по мишени;
- ✓ использование всех средств для достижения наилучшего результата при стрельбе.

### **Практические занятия.**

Тренировки по изготовке из различных положений для стрельбы и стрельба из разных винтовок.

### **Мониторинг обученности.**

Контрольные стрельбы. Участие в соревнованиях. Разбор, коррекция и устранение ошибок.

Умения и навыки обучающихся также проверяются во время проведения судейства на внутришкольных соревнованиях.

## МАТЕРИАЛЬНО - ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

|    |  |
|----|--|
| 1  | Оборудованный 25- метровый тир (с пятью направлениями для стрельбы); |
| 2  | Пневматическое оружие.   |
| 3  | Учебное оружие (ММГ АК-74).  |
| 4  | Плакаты по теории и правилам стрельбы.                               |
| 5  | Принадлежности для чистки оружия.                                    |
| 6  | Пулеулавливатели (5 штук).   |
| 7  | Набор мишеней.   |
| 8  | Стол для чистки оружия.  |
| 9  | Упоры для стрельбы лёжа, коврики.                                    |
| 10 | Журнал инструктажа, ведомость выдачи боеприпасов.                    |

### Оформление тира:

- ✓ стенд с инструкциями и правилами безопасности при стрельбе;
- ✓ плакаты;
- ✓ условия выполнения УУС;
- ✓ списки/фотографии лучших стрелков школы.

### Организация и проведение зачётных стрельб и соревнований

1. К практическим занятиям, зачётным стрельбам и соревнованиям допускаются воспитанники, хорошо усвоившие правила безопасного обращения с оружием, изучившие устройство стрелкового и пневматического оружия, соблюдающие дисциплину и установленный внутренний порядок.
2. Для проведения практических (зачётных) стрельб и соревнований привлекаются офицеры и прапорщики в/ч 47051.
3. По завершении курса обучения воспитанники кружка выполняют контрольные упражнения стрельб, лучшие из стрелков награждаются грамотами, значками, ценными подарками, что отмечается приказом директора МБОУ СОШ № 84.

### Тематическое планирование занятий кружка «Юный стрелок»

|               | Наименование темы   | Количество часов |                |                 |
|---------------|---|------------------|----------------|-----------------|
|               |   | всего            | теория         | практика        |
| 1.            | Вводный блок  | 1 час            | 1 час          | ---             |
| 2.            | Краткий обзор истории становления стрелкового спорта  | 1 час            | 1 час          | ---             |
| 3.            | Материальное оснащение тира, оборудование места для   | 1 час            | 1 час          | ---             |
| 4.            | Теоретические основы стрельбы   | 1 час            | 1 час          | ---             |
| 5.            | Правила поведения в тире и меры безопасности при  | 1 час            | 1 час          | ---             |
| 6.            | Сдача зачёта по знанию правил безопасного обращения с   | 1 час            | 1 час          | ---             |
| 7.            | Практические занятия /тренировки: <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>изготовка к стрельбе из различных положений;</i></li> <li>• <i>порядок заряжания и разряжания оружия;</i></li> <li>• <i>производство выстрела из пневматического оружия;</i></li> <li>• <i>устройство МВ, её боевые свойства, правила стрельбы;</i></li> <li>• <i>неполная разборка и сборка оружия;</i></li> <li>• <i>чистка и смазка оружия;</i></li> <li>• <i>отработка нормативов.</i></li> </ul> | 20 часов         | ----           | 20 часов        |
| 8.            | Зачётные стрельбы   | 4 часа           | ---            | 4 часа          |
| 9.            | Участие в соревнованиях, военно-спортивных играх  | 4 часа           | ---            | 4 часа          |
| <b>ИТОГО:</b> |   | <b>34 часа</b>   | <b>6 часов</b> | <b>28 часов</b> |

## КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

| №                         | Наименование раздела, темы                                      | Характеристика видов деятельности учащихся                                  | дата |
|---------------------------|---|---|------|
| <b>Теоретический блок</b> |   |   |      |
| 1                         | Вводный блок. Вводный инструктаж                                | Порядок и организация работы кружка.  |      |
| 2                         | Краткий обзор истории становления                               | Из истории становления стрелкового  |      |
| 3                         | Материальное оснащение тира, оборудование места для стрельбы.   | Ознакомление с оборудованием и оснащением тира.                             |      |
| 4                         | Теоретические основы стрельбы.                                  |   |      |
| 5                         | Правила поведения в тире и меры безопасности при обращении с    | Записывают правила обращения с оружием.                                     |      |
| 6                         | Сдача зачёта по знанию правил безопасного обращения с оружием и | Рассказывают наизусть правила техники безопасности при обращении с оружием. |      |
| <b>Практический блок</b>  |   |   |      |
| 7                         | Изготовка к стрельбе из различных положений.                    | изготовка к стрельбе стоя с опорой.   |      |
| 8                         | Порядок заряжания и разряжания оружия.                          | заряжание пневматической винтовки стоя.                                     |      |
| 9                         | Порядок заряжания и разряжания оружия.                          | выполнение команды: «Оружие к осмотру!»                                     |      |
| 10                        | Производство выстрела из пневматического оружия.                | тренировка стрельбы на кучность.  |      |
| 11                        | Тренировка в стрельбе стоя с упора.                             | тренировка стрельбы на кучность.  |      |
| 12                        | Зачётная стрельба.  | Выполнение упражнения стрельбы на кучность.                                 |      |
| 13                        | Тренировка в стрельбе стоя с упора.                             | Выполнение упражнения стрельбы на точность.                                 |      |
| 14                        | Порядок заряжания и разряжания оружия.                          | выполнение команды: «Оружие к осмотру!»                                     |      |
| 15                        | Материальная часть стрелкового оружия.                          | устройство ПВ, изучение материальной части АК-74                            |      |
| 16                        | Зачётная стрельба   | Выполнение упражнения стрельбы на точность.                                 |      |
| 17                        | Тренировка в стрельбе стоя с упора                              | Изготовка к стрельбе лёжа с упора.  |      |
| 18                        | Порядок заряжания и разряжания оружия.                          | Заряжание пневматической винтовки лёжа.                                     |      |
| 19                        | Порядок заряжания и разряжания оружия.                          | Выполнение команды: «Оружие к осмотру!»                                     |      |
| 20                        | Неполная разборка и сборка оружия.                              | Неполная разборка и сборка оружия.  |      |
| 21                        | Чистка и смазка оружия.   | Отработка норматива по разборке АК-74.                                      |      |
| 22                        | Тренировка в стрельбе лёжа с упора.                             | Отработка норматива по изготровке к   |      |
| 23                        | Тренировка в стрельбе лёжа с упора.                             | Отработка норматива по изготровке к стрельбе лёжа.                          |      |
| 24                        | Материальная часть стрелкового оружия.                          | Устройство МВ ТОЗ-8, её боевые свойства.                                    |      |
| 25                        | Неполная разборка и сборка оружия.                              | Неполная разборка и сборка ММГ АК-74.                                       |      |
| 26                        | Чистка и смазка оружия  | Чистка и смазка МР 512 «Байкал».  |      |



| <b>Контрольные стрельбы</b> |   |   |                  |
|-----------------------------|---|---|------------------|
| 27                          | Зачётная стрельба стоя с упора на кучность.   | Выполнение всех команд руководителя стрельбы. | По плану кружка. |
| 28                          | Зачётная стрельба стоя с упора на точность.   | Выполнение всех команд руководителя стрельбы. | По плану кружка. |
| 29                          | Зачётная стрельба лёжа с упора на кучность.   | Выполнение всех команд руководителя стрельбы. | По плану кружка. |
| 30                          | Зачётная стрельба лёжа с упора на точность.   | Выполнение всех команд руководителя стрельбы. | По плану кружка. |
| <b>Соревнования</b>         |   |   |                  |
| 31                          | Участие в соревнованиях на первенство кружка. | Стрельба из 2-х положений + дуэльная.         | По плану кружка. |
| 32                          | Участие в соревнованиях на первенство школы.  | Слёт юнармейских отрядов школы.               | По плану школы.  |
| 33                          | Участие в соревнованиях на первенство района. | Слёт юнармейских отрядов района.              | По плану района. |
| 34                          | Участие в соревнованиях на первенство города. | Слёт юнармейских отрядов города .             | По плану города. |

#### **V. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

| № | Название раздела  | Формы занятий                                | Методы и приёмы   | Дидактический материал, техническое оснащение  | Формы подведения итогов                     |
|---|---|--|---|--|---|
| 1 | Меры безопасности при обращении с оружием и проведении стрельб. | Учебное занятие.                             | Беседа, рассказ.  | Конспект занятия, карточки.  | Тестирование.                               |
| 2 | Основы стрельбы из стрелкового оружия.                          | Учебное занятие.                             | Беседа, рассказ, показ.   | Конспект занятий, наглядные пособия, доска, мел.   | Тестирование.                               |
| 3 | Пневматическая винтовка.  | Учебное занятие, практическое занятие.       | Рассказ, беседа, практические занятия, работа в группах, практическая деятельность, работа со справочной литературой. | Конспект занятий, пневматическое оружие, технический инвентарь, мишени, наглядные пособия, ветошь. | Зачеты, тесты конкурсы, результаты стрельб. |
| 4 | Изготовление мишеней и макетов.                                 | Творческая мастерская, практическое занятие. | Рассказ, показ, наблюдение, работа в группах, практическая деятельность.  | Конспект занятий, картон, бумага, краски, клей, открытки, коробки и т.д.                           | Конкурс на лучшую мишень, лучший макет      |
| 5 | Практические  | Практические                                 | Тренировки,   | Конспект занятий,  | Конкурсы,                                   |

|   |            |                          |  |                                   |
|---|------------|--------------------------|--|-----------------------------------|
| стрельбы и участие городских районных соревнований. | и занятия. | участие в соревнованиях. | пневматическое оружие, технический инвентарь, мишени, наглядные пособия, ветошь. | соревнования, результаты стрельб. |
|---|------------|--------------------------|--|-----------------------------------|

### Литература:

#### Для руководителя:

Курс стрельб для стрелкового оружия (КССО – 98).

Учебник сержанта мотострелковых войск.

Правила стрельбы из стрелкового оружия (ПССО-98).

Курс ОБЖ 7-11 классы, учебник ОБЖ 10 кл. изд. Астрель. Москва 2006 г.

Конспекты занятий, оценочные ведомости, журналы, доска, мел, линейки, циркуль.

**Для обучающихся:** Учебники по ОБЖ за 9-10 кл., наглядные пособия, мишени, макеты, тетради, линейки, карандаши.

**Материально-техническое оснащение:** Пневматических винтовок – 5 шт., пулепоглащающий стенд -1, мишеней – 50 шт. (пополняются по мере расхода, инвентарь для обслуживания оружия), шомпола, ветошь, ружейное масло, слесарный инструмент, макет спускового механизма, стенды, плакаты.

1. Внеурочная деятельность учащихся.

#### Цифровые образовательные ресурсы:

1. Википедия – свободная энциклопедия <http://Wikipedia.org>

2. Почему и потому. Детская энциклопедия. [Электронный ресурс] [http://www.kodges.ru/dosug/page/147/\(09.03.11\)](http://www.kodges.ru/dosug/page/147/(09.03.11))

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 359040073915316482112313993369613528402878580859

Владелец Краева Ирина Степановна

Действителен с 28.02.2024 по 27.02.2025