

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. Красва
Приказ № 233-О от «30» 08.2023 г.



**Дополнительная общеразвивающая программа
«Юный стрелок»**

для обучающихся 5-6 классов

Срок реализации: 2 года

Составитель: Езимов Владимир Викторович, учитель ВКК

г. 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.

Формы проведения занятий и виды деятельности	
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 исключающего 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"> • <i>изготовка к стрельбе из различных положений;</i> • <i>порядок заряжания и разряжания оружия;</i> • <i>производство выстрела из пневматического оружия;</i> • <i>устройство МВ, её боевые свойства, правила стрельбы;</i> • <i>неполная разборка и сборка оружия;</i> • <i>чистка и смазка оружия;</i> • <i>отработка нормативов.</i> 	20 часов	----	20 часов
8.	Зачётные стрельбы	4 часа	---	4 часа
9.	Участие в соревнованиях, военно-спортивных играх	4 часа	---	4 часа
ИТОГО:		34 часа	6 часов	28 часов

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

№	Наименование раздела, темы	Характеристика видов деятельности учащихся	дата
Теоретический блок			
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.	
Практический блок			
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».	

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

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