

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



**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.

<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 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"> <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
ИТОГО:		34 часа	6 часов	28 часов

## 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