

АДМИНИСТРАЦИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ГОРОД САРАТОВ»  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №52»  
ЛЕНИНСКОГО РАЙОНА ГОРОДА САРАТОВА

Рассмотрено  
на заседании МО  
протокол № 1  
от 30.08.2016

Согласовано  
зам. директора по ВР  
Сафронова И.В.  
от 30.08.2016

Утверждаю  
директор МОУ «СОШ № 52»  
Г.С.Баграмян  
30.08.2016

**Программа  
курса внеурочной деятельности  
«Меткий стрелок»**

Рассмотрена на заседании  
педагогического совета  
школы протокол № 1 от  
30.08.2016

2016-2017 учебный год  
г. Саратов

## **Программа курса внеурочной деятельности «Меткий стрелок»**

Программа курса имеют спортивно-техническую направленность, занятия проводятся совместно с юношами и девушками. Она носит учебно-познавательное и прикладное функциональное предназначение. По форме своей ориентированности является, как индивидуальной, так и групповой формой организации занятий.

При реализации программы основное внимание уделяется на выработку у учащихся практических навыков по безопасному обращению с оружием и умению его эффективно использовать с целью формирования кандидатов для участия в соревнованиях по стрельбе. Количество занимающихся в каждой группе - преимущественно от 7 до 10 человек.

Срок реализации программы: 2 года.

Режим занятий группы: - 2 раза в неделю; - 72 часа в год.

### **Пояснительная записка.**

Программа курса внеурочной деятельности «Меткий стрелок» для учащихся средней общеобразовательной школы разработана в соответствии с требованиями Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации», «О воинской обязанности и военной службе», «Об оружии», «О мобилизационной подготовке и мобилизации в РФ (1997 г), «О статусе военнослужащих» (1998 г), «О воинской обязанности и военной службе» (1998 г), «Концепция национальной безопасности РФ» (2000 г).

Данная программа имеет цель организации изучения учащимися средней общеобразовательной школы курса «Стрелковое оружие, первичные навыки обращения с ним» факультативно на кружковой основе, приобретения ими основных теоретических знаний по истории создания различных видов стрелкового оружия, типах и системах отечественного стрелкового оружия, мерах безопасного обращения со стрелковым оружием, а также приобретения практических навыков ухода за стрелковым оружием, выполнения правил его хранения и использования.

### **Задачи программы:**

- формирование у учащихся первичных знаний по истории создания и развития различных видов стрелкового оружия, его современных типах, устройстве и технических характеристиках;
- 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.

При реализации Программы используются учебные пособия (плакаты по тематике программы, макеты, справочная литература). Для выполнения практической части Программы используются пневматические винтовки, стандартные мишени типа «П-6», опрокидывающиеся мишени из расчета по 3 шт. на каждое место огневого рубежа. Практические занятия по стрельбе проводятся с использованием стрелкового тира, оборудованном в соответствии с требованиями, со строгим выполнением правил ТБ.

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.

При реализации программы основное внимание уделяется на выработку у учащихся практических навыков по безопасному обращению с оружием и умению его эффективно использовать с целью формирования кандидатов для участия в соревнованиях по стрельбе районного, городского и областного уровней.

Программой курса предусмотрены теоретические и практические занятия.

Методика организации теоретических и практических занятий может быть представлена следующим образом:

На теоретических занятиях сообщаются основные сведения об отечественном стрелковом оружии, его основных технических характеристиках, по истории стрелкового спорта, технике и методике стрельбы, основные правила по технике безопасности во время тренировочных занятий, а также особенности стрельбы из различных положений.

На практических занятиях учащиеся приобретают умения и навыки по разборке и сборке автомата Калашникова, в совершенствовании техники стрельбы из пневматического оружия.

Прохождение каждой новой темы и выполнение упражнений по стрельбе предполагает постоянное повторение предыдущих тем и овладение определенными практическими навыками в стрельбе.

К занимающимся предъявляются определенные требования по мерам безопасности при обращении с пневматическим оружием, т.к. при нарушении правил по технике безопасности возможно получение серьезных травм и увечий, по знанию устройства и работы данного вида оружия.

Количество занимающихся в каждой группе - преимущественно от 7 до 10 человек.

Срок реализации программы: 2 года.

Общий объем-144 часа

Ожидаемый результат и способы определения их результативности.

#### Первый год обучения.

По окончании учащийся должен знать:

- физические упражнения, направленные на развитие быстроты, ловкости, координации движений, контроль дыхания и пульса, приемы и правила стрельбы;
- устройство и принцип действия пневматического оружия, технику безопасности при обращении и стрельбе из пневматического оружия;
- элементарные теоретические сведения о баллистике;
- историю стрелкового оружия;
- команды, подаваемые инструктором при проведении учебных стрельб из пневматического оружия.

Учащийся должен уметь:

- выполнять стрелковые упражнения из положения, лежа и сидя;
- занимать правильное положение при изготовке к стрельбе и при стрельбе;
- выполнять специальные действия способствующие уравниванию дыхания и пульса;
- осознанно относиться к своему здоровью, наблюдать, анализировать и запоминать;
- применять полученные знания и умения в самостоятельной работе;
- анализировать свои действия в процессе работы, сравнивая его с действиями других учащихся.

#### Второй год обучения.

По окончании учащийся должен знать:

- технику безопасности при проведении стрельб;
- устройство и принцип действия АК;
- необходимые действия по обслуживанию АК;
- способы развития быстроты, ловкости, общей и статической выносливости · технические приемы, которые наиболее часто и эффективно применяются при стрельбе;
- основы тактической и строевой подготовки.

Учащийся должен уметь:

- осознанно относиться к своему здоровью определять дальность до цели, направление и силу ветра;
- применять полученные знания и умения в самостоятельной работе;
- анализировать свои действия в процессе работы, сравнивая его с действиями других учащихся;
  - проявлять волевые качества спортсмена;
  - выполнять упражнения по стрельбе из пневматического оружия из

- разных положений (сидя, стоя, лежа, с колена) с результатом не ниже 35 очков.

Формами подведения итогов реализации данной программы являются:

- наблюдение за деятельностью учащихся;
- соревнования по стрельбе;
- соревнования по военно-прикладному многоборью;
- выполнение контрольных упражнений.

### Тематический план занятий первого года обучения

№ п.п.	Тема	Всего часов	Из них практических
1	История стрелкового оружия.	1	
2	Теоретические основы стрельбы Оборудование стрелкового тира (места для стрельбы) и порядок его использования.	6	
3	Устройство и назначение винтовки ИЖ — 38, ИЖ -22	2	
4	Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием.	2	
5	Подготовка пневматической винтовки к стрельбе. Правила ТБ при обращении с оружием	4	4
6	Выполнение упражнений по стрельбе. Предварительные упражнения - стрельба без пуль.	4	4
7	Техника стрельбы из пневматической винтовки на 5 м. (мишень. №6)	33	33
8	Техника стрельбы из пневматической винтовки на 10 м. (мишень. №6)	15	15
9	Выполнение упражнений по стрельбе из пневматического пистолета.	5	6
	<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>	<b>61</b>

## Тематический план занятий второго года обучения

№ п.п.	Тема	Всего часов	Из них практических
1	История создания и развития стрелкового оружия	1	
2	Устройство пневматической винтовки ИЖ — 38, ИЖ -22, автомата Калашникова АК-74	1	
3	Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием. Хранение и уход за оружием	2	
4	Теоретические основы стрельбы Приведение винтовки к нормальному бою	4	4
5	Техника стрельбы из пневматической винтовки ИЖ-38, ИЖ-22	29	29
6	Стрельба из пневматического пистолета	10	10
7	Стрельба на время	25	25
	<b>ИТОГО</b>	<b>72</b>	<b>68</b>

### Содержание программы первого года обучения.

**Тема 1:** История стрелкового оружия, теория (1 час) История стрелкового оружия. Развитие стрелкового оружия. Совершенствование составных частей и элементов. Современное стрелковое и спортивное оружие.

**Тема 2:** Теоретические основы стрельбы теория (6 часов) История развития пулевой стрельбы, ее значение. Траектория полета пули, стабилизация. Определение основы средней точки прицеливания, попадания. Явление выстрела. Отдача винтовки. Факторы, влияющие на траекторию пули и точность выстрела. Правильное положение тела стрелка во время выстрела, правильное дыхание. Оборудование стрелкового тира (места для стрельбы) и порядок его использования

**Тема 3:** Устройство и назначение винтовки ИЖ — 38, ИЖ -22. теория (2 часа) Общие данные. Назначение и устройство основных частей. Работа частей и механизмов. Хранение оружия.

**Тема 4:** Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием. теория.(2 часа.) Общие требования. Правила обращения с оружием. Права и обязанности стрелка.

**Тема 5:** Подготовка пневматической винтовки к стрельбе. Практические занятия (4 часа) Заряжение винтовки. Принятие положения для стрельбы.

Прицеливание. Нажатие на спусковой крючок, режим дыхания. Пристрелка оружия. Отлаживание прицельных приспособлений. Характерные ошибки при стрельбе, возможные неисправности и способы их устранения.

**Тема 6:** Предварительные упражнения – стрельба без пуль. Практические занятия (4 часа) Упражнение №1 Контроль однообразия прицеливания. Упражнение №2 Тренировка в стрельбе без пуль. Тренировка в удержании винтовки, прицеливании, нажатии на спусковой крючок, соблюдение режима дыхания.

**Тема 7:** Техника стрельбы из пневматической винтовки на 5 м. (упр. №6) Практические занятия. (33 часа) Упражнение №3. Стрельба по белому листу для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Количество выстрелов — 3. Упражнение №4. Стрельба по квадрату 10\*10 на листе белой бумаги. Выстрелов — 3. Задание попасть в квадрат. Упражнение №5. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по пяти пробоинам и научиться делать поправку в наводке винтовки. Упражнение №6 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов 3\*5 Упражнение №7. Стрельба по спортивной мишени «П», дистанция 5м, Выстрелов 3\*5 Задание — набрать наибольшее количество очков. Упражнение №8. Мишень «П», сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов — 3\*5 Задание — выбить не менее 40 из 50.

**Тема 8:** Техника стрельбы из пневматической винтовки на 10 м. (мишень. №6) Практические занятия. (15 часов) Упражнение №3. Стрельба по белому листу для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Пули «Диаболо». Количество выстрелов — 5. Упражнение №4. Стрельба по квадрату 10\*10 на листе белой бумаги. Выстрелов — 10. Задание попасть в квадрат. Упражнение №5. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по пяти пробоинам и научиться делать поправку в наводке винтовки. Упражнение №6 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, лежа с опорой для ствола. Упражнение №6 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, лежа с опорой на локоть, дистанция 10м, Выстрелов 3\*5 Задание — набрать наибольшее количество очков. Упражнение №8. Мишень «П», сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов — 3\*5 Задание — выбить не менее 40 из 50.

**Тема 9:** Практические занятия. (5 часов) Правильное положение ног при стрельбе. Прицеливание. Мягкий спуск. Практически выполнить упражнение: расстояние — 5м, мишень №8; Выстрелов — 3\*5

### **Содержание программы второго года обучения**

**Тема 1:** История создания и развития стрелкового оружия. Огнестрельное оружие. Возникновение первые исторические факты использования. Изобретение пороха в Китае. Факты первого применения артиллерии и ручного огнестрельного оружия. Развитие и совершенствование систем и видов огнестрельного оружия.

- Современные виды стрелкового оружия.

**Тема 2:** Устройство пневматической винтовки. Автомата Калашникова АК-74 (1 час) Углубленное изучение устройства винтовки и работы частей и механизмов пневматической винтовки устройство и принцип действия АК. Необходимые действия по обслуживанию АК

**Тема 3:** Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием. теория (2 часа) Права и обязанности стрелка. Правила выполнения стрельбы. Правила обращения с оружием. Правила соревнований по стрельбе. Правила хранения оружия, порядок его использования при проведении занятий. Хранение огнестрельного и пневматического оружия и боеприпасов к нему. Обращение с оружием на занятиях под руководством преподавателя

**Тема 4:** Теоретические основы стрельбы, теория (1 час) Отдача винтовки. Влияние однообразия прикладки винтовки к плечу. Приведение винтовки к нормальному бою. Практические занятия. (4 часа) Проверка боя винтовки. Регулировка прицела по вертикали и по горизонтали.

**Тема 5:** Техника стрельбы из пневматических винтовок Практические занятия (29 часов) Упражнение №9. Стрельба по мишени 8 из положения, сидя за столом или лежа с упора Дистанция- 5м. Выстрелов 3\*5, Задание выполнить нормативные установки. Упражнение №10. Стрельба, стоя с руки, мишень 8, дистанция 5м. Выстрелов 3\*5 Задание – выполнить нормативы соревнований. Стрельба с упора мишень №8 дистанция 10 м, выстрелов 3\*5. Упражнение №14 Стрельба лежа с руки. Расстояние 10м, мишень №8 выстрелов 3\* 10.

**Тема 6:** Стрельба из пневматической винтовки. Практические занятия. (10 часов) Упражнение №15. Стрельба по мишени «П», дистанция 5м, выстрелов 3\*5 Задание — научиться владеть пистолетом. Упражнение №16 Стрельба по мишени 8, дистанция 5м, выстрелов 3\*5. Задание стрелять по нормативам соревнований, получить максимальный результат

**Тема 7:** Стрельба на время. Практические занятия. (25 часов) Стрельба на время: - сидя за столом с опорой локтями, лежа с упора, стоя с руки; - из пистолета, дистанция 5м, мишень «П».

### **В ходе реализации программы используются:**

- для проведения занятий по теоретической части курса лекционный метод (урок-лекция) и проблемно-поисковый метод проведения занятия;
- для проведения практических занятий по стрельбе из пневматической винтовки используется требования «Методических рекомендаций по ведению военной подготовки в школе», «Правила ТБ при проведении практических стрельб» и Инструкция по охране труда при обращении с оружием на уроках ОБЖ.

### **Контроль знаний**

По пройденным темам теоретической части контроль знаний производится путем контрольного опроса или тестирования. Контроль знаний правил ТБ при проведении занятий и обращении с оружием проводится по зачетной форме с допуском к занятиям только при безусловном знании темы.



Контроль качества выполнения нормативов по стрельбе производится в соответствии с результатами и характером упражнения.  
Программа курса реализуется с учащимися 10-11 классов школы.

#### Список литературы

1. В.Е. Маркевич «Ручное огнестрельное оружие», изд. «Полигон» С-Пб.
2. Д.Н. Болотин « История советского стрелкового оружия и патронов», изд. «Полигон», С- П;
3. Д.Н. Болотин «Советское стрелковое оружие», «Военное издательство», М, 2001 г.
4. Попов Е.А., «Огневая подготовка», Москва, 2004 г.
5. А. Д. Дворкин «Стрельба из пневматических винтовок», Москва 2011г.
6. «Справочник по стрелковому оружию». В.Б.Жук М.2001 г.
7. «Военный энциклопедический словарь» Воениздат М.2007 г
8. «Военно-исторический словарь» М. 2000 г.

