

**Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Дворец детского (юношеского) творчества Петродворцового района Санкт-Петербурга
«ПЕТЕРГОФ»**

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
ДДЮТ «ПЕТЕРГОФ»
Протокол № 1 от «22» января 2025 г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказом № 25/у от «22» января 2025 г.
Директор ДДЮТ «ПЕТЕРГОФ»
_____ В.А. Апраксимов

**Дополнительная общеразвивающая программа
«ОСНОВЫ СТРЕЛЬБЫ»**

Срок освоения: 12 дней
Возраст обучающихся: 10-12 лет

Разработчик:
Мельник Сергей Николаевич
педагог дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Пулевая стрельба, стрельба в цель – увлекательный вид спорта, доступный практически каждому, независимо от пола, возраста, телосложения. Для того чтобы стать действительно хорошим стрелком, способным показывать высокие и стабильные результаты, не обязательно иметь «особые» способности. Это по плечу каждому, поставившему перед собой эту задачу. Главное здесь – овладение техникой выстрела и методически грамотное построение тренировочного процесса; нужно научиться, практически правильно выполнять все стрелковые приёмы и закрепить в себе определённые навыки.

При занятии пулевой стрельбой вырабатываются такие волевые качества, как целеустремленность, настойчивость, выдержка, самообладание. Обязательный фактор проявления и развития воли – преодоление препятствий. Только профессионал может грамотно действовать в сложной и динамичной обстановке, умело выполнять поставленную задачу. Овладев навыками обращения с пневматическим оружием, любой молодой человек легко овладеет и другим стрелковым оружием.

Дополнительная общеразвивающая программа **«Основы стрельбы»** имеет **техническую направленность**.

Адресат программы

Программа предназначена для мальчиков и девочек, проявляющих интерес к стрельбе, в возрасте – 10-12 лет. При поступлении на обучение не требуется наличие специальных способностей в данной предметной области.

Актуальность программы заключается в приобщении детей и подростков к здоровому образу жизни, регулярным занятиям стрелковым спортом, в воспитании таких качеств, как воля, дисциплинированность, внимание, собранность, ответственность. Занятия пулевой стрельбой – отличная альтернатива вредным привычкам. Актуальность программы базируется на анализе социальных проблем и личного педагогического опыта, а также на возрастающем детском и родительском спросе на образовательные услуги спортивной и военно-патриотической направленности в современном социуме.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что дополнительная общеразвивающая программа «Основы стрельбы» позволяет детям и подросткам приобрести основные навыки стрельбы из пневматического оружия, воспитывать важные качества характера и вырабатывать определённую систему нравственных ценностей.

Отличительные особенности программы. В отличие от программ, предназначенных для школ спортивного мастерства, данная программа носит обзорный характер, менее интенсивна, но более разнообразна. Стрелковое дело рассматривается не только как прогрессивное военно-спортивное направление, но, прежде всего, как средство нравственно-патриотического воспитания.

Уровень освоения – общекультурный.

Объем и срок освоения программы

Программа рассчитана на 12 учебных часов, 12 дней.

Цель и задачи программы

Цель: привлечение обучающихся к активным занятиям стрелковым спортом посредством обучения техническим приемам пулевой стрельбы.

Задачи:

Обучающие:

- обучение мерам безопасности при обращении с пневматическим оружием;
- изучение с учащимися материальной части пневматической винтовки и пневматического пистолета;
- обучение основам стрельбы из пневматического оружия;
- формирование первичных навыков меткой стрельбы из пневматической винтовки из положения лежа и сидя.

Развивающие:

- развитие точности исполнения действий, быстрой реакции, глазомера;
- формирование навыков соблюдения в процессе деятельности правил безопасности;
- формирование умения соотносить результат с целью, оценивать его.

Воспитательные:

- воспитание нравственно-волевых качеств: трудолюбие, целеустремленность, дисциплинированность;
- формирование навыков сотрудничества со сверстниками, взаимопомощи, взаимовыручки, бесконфликтного поведения.

Планируемые результаты**Предметные результаты:**

Предполагается, что после обучения по программе учащиеся будут:

знать:

- основные части пневматической винтовки и пневматического пистолета;
- меры безопасности при обращении с пневматической винтовкой и пистолетом;
- основные виды изготовки, способы управления спуском, режим дыхания, основы прицеливания.

уметь:

- соблюдать требования техники безопасности;
- готовить оружие к стрельбе;
- занимать правильное положение при изготовке к стрельбе и при стрельбе;
- заряжать и разряжать пневматическую винтовку;
- правильно дышать при стрельбе;
- плавно нажимать на спусковой крючок.

Метапредметные результаты:

- умение соотносить результат с целью, оценивать его;
- умение точно исполнять действия, овладение быстрой реакцией, развитие глазомера;
- формирование навыков соблюдения в процессе деятельности правил безопасности.

Личностные результаты

У учащихся будут формироваться:

- нравственно-волевые качества: трудолюбие, целеустремленность, дисциплинированность;
- навыки общения и взаимодействия со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Основы стрельбы» реализуется на русском языке.

Форма обучения – очная.

Условия формирования групп

Набор учащихся в объединение осуществляется на основании заявления родителей (законных представителей). В объединение принимаются все желающие. В группе занимаются 8 человек по причине ограничения материальной базы. Данная программа рассчитана на работу с разновозрастной группой учащихся, что предполагает вариативность занятий: в соответствии со степенью развития учебных навыков.

Особенности организации образовательного процесса

Дети 10-12 лет обладают низкими показателями мышечной силы. Силовые, в особенности статистические, упражнения вызывают у них быструю усталость.

Главным мотивом в этом возрасте к занятиям спортом становится стремление к личностному самоутверждению, желание получить от окружающих положительные оценки.

В ходе реализации программы педагогом дополнительного образования учитываются вышеперечисленные возрастные и психологические особенности детей и подростков.

Формы организации и проведения занятий

Занятия учебных групп проводятся 2 раза в неделю по 1 учебному часу.

Образовательный процесс строится в соответствии с возрастными, психологическими возможностями и особенностями учащихся. Учащиеся приходят с разным уровнем подготовки, поэтому и темп освоения учащимися программы различный.

В ходе реализации программы сочетается групповая и индивидуальная работа, работа в группах и парах.

Форма занятий: занятия состоят из теоретической и практической частей, большее количество времени занимает практическая часть. Формы проведения занятий: беседа, практическое выполнение упражнений по стрельбе, контрольные стрельбы.

На *теоретических занятиях* изучаются основные правила по технике безопасности во время тренировочных занятий, техника стрельбы, а также особенности стрельбы из различных положений.

На *практических занятиях* учащиеся приобретают умения и навыки стрельбы из пневматического оружия.

Особое внимание уделяется соблюдению мер безопасности при обращении с пневматическим оружием, так как при нарушении правил по технике безопасности возможно получение серьезных травм и увечий.

Материально-техническое обеспечение:

Для эффективной работы по дополнительной общеразвивающей программе необходимо иметь:

1. Технически оснащенный тир или учебный кабинет, переоборудованный для стрельбы из пневматической винтовки.
2. Столы – 7 шт.
3. Стулья – 18 шт.
4. Сейф для хранения пневматических винтовок.
5. Пневматические винтовки МР-512 – 4 шт.
6. Пневматические пистолеты МР-53 – 4 шт.
7. Стрелковые маты или подстилки – 4 шт.
8. Валики для упора – 4 шт.;

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1	1		Анкетирование
2	Основы стрельбы из пневматического оружия	2	1	1	Наблюдение.
3	Стрельба из пневматической винтовки из положения лежа и сидя	6	-	6	Практическое задание. Стрелковый турнир.
4	Стрельба из пневматического пистолета	2	-	2	Стрелковый турнир
5	Итоговое занятие.	1	-	1	Стрелковый турнир
	Итого:	12	2	10	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Задачи:

Обучающие:

- обучение мерам безопасности при обращении с пневматическим оружием;
- изучение с учащимися материальной части пневматической винтовки и пневматического пистолета;
- обучение основам стрельбы из пневматического оружия;
- формирование первичных навыков меткой стрельбы из пневматической винтовки из положения лежа и сидя.

Развивающие:

- развитие точности исполнения действий, быстрой реакции, глазомера;
- формирование навыков соблюдения в процессе деятельности правил безопасности;
- формирование умения соотносить результат с целью, оценивать его.

Воспитательные:

- воспитание нравственно-волевых качеств: трудолюбие, целеустремленность, дисциплинированность;
- формирование навыков сотрудничества со сверстниками, взаимопомощи, взаимовыручки, бесконфликтного поведения.

Планируемые результаты

Предметные результаты:

Предполагается, что после обучения по программе учащиеся будут:

знать:

- основные части пневматической винтовки и пневматического пистолета;
- меры безопасности при обращении с пневматической винтовкой и пистолетом;
- основные виды изготовления, способы управления спуском, режим дыхания, основы прицеливания.

уметь:

- соблюдать требования техники безопасности;
- готовить оружие к стрельбе;
- занимать правильное положение при изготовке к стрельбе и при стрельбе;
- заряжать и разряжать пневматическую винтовку;
- правильно дышать при стрельбе;
- плавно нажимать на спусковой крючок.

Метапредметные результаты:

- умение соотносить результат с целью, оценивать его;
- умение точно исполнять действия, овладение быстрой реакцией, развитие глазомера;
- формирование навыков соблюдения в процессе деятельности правил безопасности.

Личностные результаты

У учащихся будут формироваться:

- нравственно-волевые качества: трудолюбие, целеустремленность, дисциплинированность
- навыки общения и взаимодействия со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности.

Содержание программы

1. Вводное занятие

Теория: Введение в программу.

История развития пулевой стрельбы в России. Классификация стрелкового оружия. Правила обращения с оружием. Права и обязанности стрелка. Меры безопасности при стрельбе из пневматического оружия.

Знакомство с учащимися.

Форма аттестации/контроля: Анкетирование.

2. Основы стрельбы из пневматического оружия

Теория: Явление выстрел. Траектория полета пули. Определение средней точки попадания. Прицеливание. Отдача винтовки.

Материальная часть пневматического оружия: назначение, общее устройство, принцип действия и технические характеристики.

Практика: Знакомство с техникой стрельбы. Правильное положение тела стрелка во время выстрела, правильное дыхание, нажатие на спусковой крючок.

Форма аттестации/контроля: Наблюдение.

3. Стрельба из пневматической винтовки.

Практика: Изготовка. Заряжение винтовки. Прицеливание. Нажатие на спусковой крючок. Режим дыхания.

Пристрелка оружия. Характерные ошибки при стрельбе, возможные неисправности и способы их устранения.

Отработка техники стрельбы лежа с упора и с руки. Тренировка в стрельбе с упора. Стрельбы по белому листу 10 на 10 см, затем по мишеням. Тренировка в стрельбе на кучность. Определение средней точки попадания. Расчет и внесение поправок. Стрельба по мишени «П» на результат.

Отработка техники стрельбы из положения сидя с упора и с руки, с опорой на стол. Тренировка в стрельбе с упора. Тренировка в стрельбе на кучность. Стрельба по мишени «П» из положения на результат.

Форма аттестации/контроля: Практическое задание. Стрелковый турнир.

4. Стрельба из пневматического пистолета

Практика: Изготовка. Прицеливание. Нажатие на спусковой крючок, режим дыхания.

Отработка техники стрельбы из пневматического пистолета из положения стоя с упора. Тренировка в стрельбе на кучность. Стрельба на результат.

Форма аттестации/контроля: Стрелковый турнир.

5. Итоговое занятие

Практика: Соревнования по стрельбе из пневматической винтовки и пневматического пистолета.

Форма аттестации/контроля: Стрелковый турнир.

МЕТОДИЧЕСКИЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Обучение по программе «Основы стрельбы» основывается на следующих педагогических принципах:

- природосообразности (учитывается возраст учащегося, а также уровень его подготовки, предполагающий выполнение практических заданий различной степени сложности);

- принцип сознательности и активности (формируется мотивация к занятиям стрельбой, к достижению успеха через участие в соревнованиях).

При обучении используются следующие педагогические технологии:

- личностно-ориентированный подход (обращение к опыту учащегося, то есть к опыту его собственной жизнедеятельности; признание самобытности и уникальности каждого ученика, создание условий для достижения успеха через участие в соревнованиях);

- здоровьесберегающие технологии (развитие физической подготовки, выносливости через занятия стрельбой, воспитание привычки к физической активности и заботе о здоровье).

Учебно-методический комплекс

Учебно-методический комплекс программы состоит из трех компонентов:

1. Система средств обучения.
2. Учебные и методические пособия для педагога и учащихся.
3. Система средств контроля результативности обучения.

Система средств обучения

- Актуальные нормативные документы в сфере образования;
- Инструкции по охране труда при проведении занятий;
- Дополнительная общеразвивающая программа «Основы стрельбы».

Раздаточный материал для работы на занятиях:

- Схема «Устройство пневматической винтовки».

Демонстрационный, наглядный иллюстративный материал:

- Плакаты по мерам безопасности, правилам выполнения стрельбы, устройству оружия, приемам стрельбы.
- Видеофильм о технике стрельбы.

Информационный материал

- Стенды.
- Наставления по стрелковому делу.

Методические рекомендации для педагога

1. Вайнштейн, Л. М. "Меткий стрелок" и "Юный стрелок": Метод. руководство по стрелковому спорту для внеклассной и внешкольной работы / Л. М. Вайнштейн, В. П. Расс, Р. А. Микуленко. – Москва : ДОСААФ, 1972. - 142 с.: ил; 20 см.

2. Корчагин, А.В. Драгни, О.В. Методические рекомендации: стрельба из пневматических винтовок. – Москва: [б.и.], 2010. -26 с.

Информационные источники

Список литературы для педагога

1. Володина, И.С. Подготовка стрелка спортсмена / И.С. Володина. – Москва : РГАФК, 1995. – 117 с. - Текст : непосредственный.

2. Корчагин, А.В. Стрельба из пневматических винтовок: Методические рекомендации /А.В. Корчагин, О.В. Драгни. – Москва: [б.и.], 2010. -26 с. - Текст : непосредственный.

Список литературы для учащихся и родителей

1. Алексеев, А.В. Преодолей себя! / А.В. Алексеев. – Москва : Феникс, 2006. – 280 с. – ISBN 5-222-09360-3 - Текст : непосредственный.

2. Дворкин, А.Д. Пулевая стрельба: Правила соревнований. / А.Д. Дворкин. – Москва : Терра – Спорт, 2001. – 33 с. - Текст : непосредственный.

Перечень Интернет-ресурсов

1. Меткий стрелок : [сайт] – 2000. - URL: <http://www.strelok.info> (дата обращения 08.09.2023).

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Система средств контроля результативности обучения

Сроки контроля результативности освоения программы

Вид контроля	Формы контроля	Срок контроля
Входной	Анкетирование	На первом занятии
Текущий	Наблюдение Практическое задание. Стрелковый турнир	2, 3, 4 занятие
Итоговый	Стрелковый турнир	На последнем занятии

Практические задания:

1. Стрельба из пневматической винтовки из положения лежа с упора.
2. Стрельба из пневматической винтовки из положения сидя с опорой локтей о стол.
3. Стрельба из пневматического пистолета.

Формы фиксации результатов освоения программы:

- диагностические карты;
- информационные карты;
- карты наблюдений;
- анкеты;
- протоколы соревнований.

Форма предъявления результатов

освоения дополнительной общеразвивающей программы «Основы стрельбы»

№ п/п	ФИ учащегося	Результаты обучения по программе			Результаты личностного развития учащихся
		Предметные результаты	Метапредметные результаты	Итого, %	
1.					
2.					