

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования

города Новосибирска «Городской центр «Виктория»

ПРИНЯТО

На заседании Педагогического  
совета

МБУДО ГЦ «Виктория»

Протокол № 3 от 26.01.2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МБУДО ГЦ «Виктория»

И.Г. Васильев

Приказ № 25 от 27.01.2021 г.



**Дополнительная**

**общеобразовательная общеразвивающая программа**

**«Огневая подготовка»**

*возраст обучающихся: 7-18 лет*

*срок реализации – 6 лет:*

*блок «Начальная школа» - 3 года;*

*блок «Юниор» - 3 года*

**Автор программы:**

Борисов Александр Юрьевич,  
педагог дополнительного образования  
МБУДО ГЦ «Виктория»

Новосибирск  
2021

## **Направленность программы: физкультурно-спортивная**

**Уровень сложности: стартовый**

### **Новизна:**

Данная общеобразовательная общеразвивающая модифицированная программа предполагает интеграцию дополнительного и общего образования в рамках профориентационной деятельности. Образовательная общеразвивающая программа дополнительного образования «Огневая подготовка» ориентирована на развитие у детей гражданственности и патриотизма, как важнейших духовно-нравственных и социальных ценностей.

Особенностью данной программы является разнообразие форм работы с учащимися, которые дают возможность сориентироваться в жизненных ситуациях, помочь личности развивать свои способности. Курс теоретических и практических занятий готовит курсантов к участию в соревнованиях различного уровня. Знание устройства оружия и правил выполнения учебных стрельб, дисциплинированность и ответственность помогают обучающимся лучше освоить программу, выполнить нормативы ГТО и получить спортивные разряды.

Программа предусматривает использование межпредметных связей с историей, физической культурой, основами безопасности жизнедеятельности.

### **Нормативно-правовая основа программы:**

– Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 21.12.2012; № 317-ФЗ от 25.11.2013, № 84-ФЗ от 05.05.2014),

– СанПин 2.4.4.1.72-14. Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательном учреждении,

– Письмо Минобрнауки от 12.05.2011 №03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении Федерального образовательного стандарта общего образования».

– Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2021–2024 гг.».

Программа разработана для занятий с обучающимися в соответствии с новыми требованиями ФГОС и является практико-ориентированной, в ходе реализации которой воспитанники активно участвуют в спортивной, деятельности.

### **Актуальность:**

Актуальность данной программы заключается в том, что в настоящее время, в связи с переходом образования на федеральные государственные образовательные стандарты, к числу наиболее актуальных вопросов образования относится воспитание патриота и гражданина своей страны. Огневая подготовка является одним из важнейших военно-прикладных предметов в деле воспитания будущих защитников Отечества, в подготовке юношей к выполнению основной конституционной обязанности - к службе в армии.

Военно-патриотическое воспитание является одной из активных организационных форм воспитания у допризывной молодежи любви к военному делу, навыков к преодолению трудностей армейской службы, готовности к защите Родины, Подвигу.

**Педагогическая целесообразность** данной образовательной программы обусловлена тем, что она обеспечивает необходимые условия для личностного развития, укрепления здоровья, профессиональное самоопределение обучающихся, адаптацию их к жизни в обществе, формирование у них общей культуры и организацию их досуга.

Программа решает вопросы ранней диагностики профессиональных данных, осуществляет целевую подготовку обучающихся к выбору профессии.

Для достижения оптимального результата программа рассчитана на 6 лет и разделена на два блока «Начальная школа» и «Юниор». Блок «Начальная школа» рассчитан на учащихся 1-4 классов (7-10 лет) и составляет три взаимосвязанных между собой года обучения. Блок «Юниор» рассчитан на учащихся 4-11 классов (10-18 лет) и также составлен на три взаимосвязанных между собой года обучения.

### **Педагогическая идея**

Вся учебно-воспитательная работа направлена на формирование у воспитанников правильного понимания политики государства по вопросам укрепления обороны страны, глубокого убеждения в необходимости и важности военной службы, любви к военному делу и военной профессии, воспитании в духе общечеловеческой морали и интернационализма, преданности своему Отечеству и народу.

**Цель программы:** создание условий для развития самосознания и творческой активности, гражданственности и патриотизма средствами военно-прикладного творчества; достижение высокого качества огневой подготовки личного состава.

### **Задачи:**

#### **Образовательные:**

- Изучение боевых свойств, материальной части вооружения и боеприпасов.
- Изучение мер безопасности и правил поведения в тире, на линии огня, на поле боя.
- Уход за оружием, изучение правил стрельбы.

#### **Развивающие:**

- Закрепление твердых навыков в действиях с оружием, в практическом применении правил ведения стрельбы.
- Привитие навыков и умений вести разведку целей, определять дальность до них.
- Улучшение глазомера, скорости, точности и координации движений.
- Развитие навыков взаимодействия с другими стрелками при ведении огня.

### **Воспитательные:**

- Привитие чувства уважения к оружию.
- Воспитание самоконтроля, ответственности, дисциплинированности, хладнокровия и организованности, а также коллективизма.

### **Формы обучения и виды занятий**

При организации большей части теоретических занятий используется технология проблемного обучения, т.е. обучение решению нестандартных задач, в ходе которого обучающиеся усваивают новые знания и приобретают навыки и умения творческой деятельности. При реализации практической части программы используются групповые, подгрупповые формы работы учебно-тренировочных занятия, встречи с интересными людьми, смотр-конкурсы, мастер-классы, походы, уроки Мужества, участие в соревнованиях по огневому многоборью, участие в профильных сменах.

**Сроки реализации программы** (продолжительность образовательного процесса, режим занятий)

Программа построена на принципе последовательности обучения с учетом возрастных и физических особенностей воспитанников.

Программа блоков «Начальная школа» и «Юниор» рассчитаны на 3 года обучения, 432 и 576 часов соответственно.

Занятия по блоку «Начальная школа» проводятся по 4 часа в неделю.

Занятия по блоку «Юниор» проводятся - первый год обучения по 4 часа в неделю, второй и третий - по 6 часов в неделю.

Воспитанники, прошедшие обучение по блоку «Начальная школа», имеют возможность продолжить обучение по программе блока «Юниор». В данном случае учебная программа составляет 6 лет, 1008 часов.

Возраст обучающихся: 7-18 лет.

### **Ожидаемые результаты:**

*К концу обучения курсанты должны знать:*

- знать меры безопасности при обращении с оружием и инструкцию по мерам безопасности в тире;
- знать основы внутренней и внешней баллистики;

- знать устройство винтовки, взаимодействие частей, правила подготовки его к стрельбе,
- основы техники стрельбы и методики тренировки, основы специальной физической подготовки, правила соревнований по стрельбе,

*К концу обучения курсанты должны уметь:*

- уметь готовить оружие к стрельбе;
- уметь выполнять нормативы «Неполная разборка АК», «Сборка после неполной разборки», «Снаряжение магазина АК».
- в соответствие с баллистикой и погодными условиями уметь грамотно корректировать огонь;
- уметь анализировать результаты стрельбы и грамотно корректировать огонь.
- выполнять нормы комплекса ГТО своей возрастной ступени.

*К концу обучения курсанты сформируют навыки:*

- изготовки при выполнении учебных стрельб, в соответствие с возрастными требованиями, из пневматической винтовки;
- грамотного и безопасного поведению на огневом рубеже;
- стрельбы из ПВ
  - хождения строем
  - аккуратности
  - дисциплинированности
  - участия в соревнованиях по огневой подготовке.

### **Система оценки результативности**

Для диагностики результативности освоения теоретического материала педагогом в конце каждого года проводится теоретический зачет, на котором обучающиеся отвечают на вопросы по всем теоретическим разделам курса.

Нормативы по стрелковой подготовке сдаются обучающимися во время проведения контрольных стрельб и во время участия в соревнованиях различного уровня, где возможно получение воспитанниками спортивных разрядов. Реализация воспитательных и развивающих задач программы оценивается педагогом методом включенного наблюдения через организацию участия воспитанников в культурно-массовых мероприятиях патриотической направленности (и других), организуемых в целом на уровне района, города и далее.

#### **Формы диагностики обученности по программе:**

- педагогическое наблюдение,
- сдача контрольных нормативов,
- тестовые задания,
- зачеты,
- творческие задания,

– военно-спортивные соревнования.

### **Условия реализации программы:**

Программа соответствует требованиям СанПин 2.4.4.1.72-14, нормам пожарной безопасности.

Деятельность во время реализации программы, сама программа, расписание, календарный учебный график размещаются на региональном навигаторе дополнительного образования детей и сайте МБОУ ДО «Городской центр «Виктория».

Материалы могут использоваться другими учреждениями в качестве обмена опытом с территориями.

*Особые условия:* принимаются все желающие дети, имеющие медицинский допуск для занятий, участия в соревнованиях и туристской деятельности.

### *Требования к кадровому обеспечению:*

Педагог должен иметь представление о традиционных и новых тенденциях в образовании, о требованиях, предъявляемых к результатам ФГОС ОО, уметь работать с большой и малой аудиторией детей, владеть технологиями, приемами системно-деятельностного подхода, знать историю Российской армии, историю русского оружия, технику стрельбы.

Разрабатывать и осуществлять контрольно-оценочные процедуры в рамках преподаваемого предмета.

### *Материально-техническая база*

1. Учебное помещение: класс, спортивный зал
2. Пневматическое оружие.
3. Информационное обеспечение: специальная литература, методические пособия, проекты, видеофильмы, компьютерные учебные программы..
4. Тренировочные макеты (макет массогабаритный АК 47 – 3 шт., макет карабина СКС– 7 шт.)
6. Тренажер лазерный «СКАТТ»
5. Винтовка пневматическая – 5 шт., Пистолет пневматический – 2 шт., ,
7. Мультимедийный проектор, экран, компьютер, принтер.

## Распределение учебных часов по годам обучения.

	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения
Блок «Начальная школа»	144	144	144
Блок «Юниор»	144	216	216

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Блок «Начальная школа». Первый год обучения.

**Всего 144 часа**

№	Тема	Всего часов	Теория	Практика
1	Пулевая стрельба в России.	3	3	-
2	Теоретические основы стрельбы.	10	10	-
3	Устройство и назначение пневматической винтовки	3	1	2
4	Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием.	4	4	-
5	Подготовка пневматической винтовки к стрельбе.	2	1	1
6	Предварительные упражнения, стрельба без пуль.	15	5	10
7	Техника стрельбы из пневматической винтовки	12	6	6
8	Отработка навыков стрельбы с использованием лазерного тренажера SKATT	5	3	2
9	Изучение узлов и механизмов ММГ АК	25	5	20
10	Выполнение нормативов «Неполная разборка АК», «Сборка после неполной разборки», «Снаряжение магазина АК»	25	3	22
11	Специальная физическая подготовка.	40	-	40
<b>ИТОГО:</b>		<b>144</b>	<b>41</b>	<b>103</b>

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Блок «Начальная школа». Первый год обучения.

**Всего 144 часа**

№	Тема	Всего часов	Содержание
1	Пулевая стрельба в России.	3	История и задачи пулевой стрельбы, ее значение.
2	Теоретические основы стрельбы.	10	Выстрел. Отдача винтовки. Элементы траектории полета пули. Стабилизация полета пули. Рассчитывание пуль.

			Определение средней точки попадания.
3	Устройство и назначение пневматической винтовки	3	Общие сведения. Назначение и устройство основных частей. Работа частей и механизмов. Хранение оружия.
4	Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием.	4	Права и обязанности стрелка. Правила выполнения стрельбы. Правила обращения с оружием.
5	Подготовка пневматической винтовки к стрельбе.	2	Заряжение винтовки. Принятие положения для стрельбы сидя за столом с опорой локтями на стол. Положения для стрельбы лежа, с колена, стоя. Прицеливание, наводка, нажатие на спусковой крючок. Режим дыхания.
6	Предварительные упражнения, стрельба без пуль.	15	Упражнение 1. Контроль однообразия прицеливания с использованием прицельных станков и ручных указок контроля прицеливания. Упражнение 2. Тренировка в стрельбе без пуль. Тренировка в удержании винтовки, прицеливания, нажатии на спусковой крючок, соблюдение режима дыхания.
7	Техника стрельбы из пневматической винтовки: Упражнение 1.  Упражнение 2.  Упражнение 3.	12	Стрельба по белому листу бумаги для выработки навыков главного нажатия на спусковой крючок – пневматическая винтовка Стрельба по квадрату 10x10см на листе белой бумаги. Задание - попасть в квадрат. Стрельба по квадрату. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по 5 выстрелам и научиться делать вынос точки прицеливания, т.е. делать поправку в наводке винтовки.
8	Отработка навыков стрельбы с использованием лазерного тренажера SKATT	5	Стрельба с использованием лазерного тренажера SKATT
9	Изучение узлов и механизмов ММГ АК	25	Изучение узлов и механизмов автомата Калашникова, их назначения и проверка пригодности к стрельбе. Порядок чистки оружия.
10	Выполнение нормативов «Неполная	25	Выполнение нормативов № 13, № 14, № 16 и достижение временных показателей.



	разборка АК», «Сборка после неполной разборки», «Снаряжение магазина АК»		
11	Специальная физическая подготовка.	<b>40</b>	Длительное пребывание в позе подготовки и многократное повторение элементов техники стрельбы в тренировке без патрона.
	<b>ИТОГО:</b>	<b>144</b>	

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Блок «Начальная школа». Второй год обучения.

**Всего 144 часа**

№	Тема	Всего часов	Теория	Практика
1	Пулевая стрельба в России.	3	3	-
2	Теоретические основы стрельбы.	10	10	-
3	Устройство и назначение пневматической винтовки	3	1	2
4	Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием.	4	4	-
5	Подготовка пневматической винтовки к стрельбе.	2	1	1
6	Предварительные упражнения, стрельба без пуль.	15	5	10
7	Техника стрельбы из пневматической винтовки	12	6	6
8	Отработка навыков стрельбы с использованием лазерного тренажера SKATT	5	3	2
9	Изучение узлов и механизмов ММГ АК	25	5	20
10	Выполнение нормативов «Неполная разборка АК», «Сборка после неполной разборки», «Снаряжение магазина АК»	25	3	22
11	Специальная физическая подготовка.	40	-	40
	<b>ИТОГО:</b>	<b>144</b>	<b>41</b>	<b>103</b>

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Блок «Начальная школа». Второй год обучения.

**Всего 144 часа**

№	Тема	Всего часов	Содержание
1	Пулевая стрельба в России.	3	История и задачи пулевой стрельбы, ее значение.
2	Теоретические основы стрельбы.	10	Выстрел. Отдача винтовки. Элементы траектории полета пули. Стабилизация полета пули. Рассчитывание пуль. Определение средней точки попадания.
3	Устройство и назначение пневматической винтовки	3	Общие сведения. Назначение и устройство основных частей. Работа частей и механизмов. Хранение оружия.
4	Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием.	4	Права и обязанности стрелка. Правила выполнения стрельбы. Правила обращения с оружием.

5	Подготовка пневматической винтовки к стрельбе.	2	Заряжение винтовки. Принятие положения для стрельбы сидя за столом с опорой локтями на стол. Положения для стрельбы лежа, с колена, стоя. Прицеливание, наводка, нажатие на спусковой крючок. Режим дыхания.
6	Предварительные упражнения, стрельба без пуль.	15	Упражнение 1. Контроль однообразия прицеливания с использованием прицельных станков и ручных указок контроля прицеливания. Упражнение 2. Тренировка в стрельбе без пуль. Тренировка в удержании винтовки, прицеливания, нажатии на спусковой крючок, соблюдение режима дыхания.
7	Техника стрельбы из пневматической винтовки: Упражнение 1.  Упражнение 2.  Упражнение 3.	12	Стрельба по белому листу бумаги для выработки навыков главного нажатия на спусковой крючок – пневматическая винтовка Стрельба по квадрату 10x10см на листе белой бумаги. Задание - попасть в квадрат. Стрельба по квадрату. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по 5 выстрелам и научиться делать вынос точки прицеливания, т.е. делать поправку в наводке винтовки.
8	Отработка навыков стрельбы с использованием лазерного тренажера SKATT	5	Стрельба с использованием лазерного тренажера SKATT
9	Изучение узлов и механизмов ММГ АК	25	Изучение узлов и механизмов автомата Калашникова, их назначения и проверка пригодности к стрельбе. Порядок чистки оружия.
10	Выполнение нормативов «Неполная разборка АК», «Сборка после неполной разборки», «Снаряжение магазина АК»	25	Выполнение нормативов № 13, № 14, № 16 и достижение временных показателей.
11	Специальная физическая подготовка.	40	Длительное пребывание в позе подготовки и многократное повторение элементов техники стрельбы в тренировке без патрона.
	<b>ИТОГО:</b>	<b>144</b>	

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Блок «Начальная школа». Третий год обучения.

**Всего 144 часа**

№	Тема	Всего часов	Теория	Практика
1	Пулевая стрельба в России.	1	1	-
2	Теоретические основы стрельбы.	2	2	-
3	Устройство и назначение пневматической винтовки	3	1	2
4	Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием.	2	2	-
5	Подготовка пневматической винтовки к стрельбе.	2	1	1
6	Предварительные упражнения, стрельба без пуль.	5	1	4
7	Техника стрельбы из пневматической винтовки	50	1	49
8	Отработка навыков стрельбы с использованием лазерного тренажера SKATT	15	3	12
9	Изучение узлов и механизмов ММГ АК	10	2	8
10	Выполнение нормативов «Неполная разборка АК», «Сборка после неполной разборки», «Снаряжение магазина АК»	25	3	22
9	Соревнования по стрельбе.	17	-	17
10	Специальная физическая подготовка.	12	-	12
	<b>ИТОГО:</b>	<b>144</b>	<b>17</b>	<b>127</b>

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Блок «Начальная школа». Третий год обучения.

**Всего 144 часа**

№	Тема	Всего часов	Содержание
1	Пулевая стрельба в России.	1	История и задачи пулевой стрельбы, ее значение.
2	Теоретические основы стрельбы.	2	Выстрел. Отдача винтовки. Элементы траектории полета пули. Стабилизация полета пули. Рассчитывание пуль. Определение средней точки попадания.
3	Устройство и назначение пневматической винтовки	3	Общие сведения. Назначение и устройство основных частей. Работа частей и механизмов. Хранение оружия.
4	Меры безопасности при стрельбе и правила	2	Права и обязанности стрелка. Правила выполнения стрельбы. Правила обращения

	обращения с оружием.		с оружием.
5	Подготовка пневматической винтовки к стрельбе.	2	Заряжение винтовки. Принятие положения для стрельбы сидя за столом с опорой локтями на стол. Положения для стрельбы лежа, с колена, стоя. Прицеливание, наводка, нажатие на спусковой крючок. Режим дыхания.
6	Предварительные упражнения, стрельба без пуль.	5	Упражнение 1. Контроль однообразия прицеливания с использованием прицельных станков и ручных указок контроля прицеливания. Упражнение 2. Тренировка в стрельбе без пуль. Тренировка в удержании винтовки, прицеливания, нажатии на спусковой крючок, соблюдение режима дыхания.
7	Техника стрельбы из пневматической винтовки: Упражнение 1.  Упражнение 2.  Упражнение 3.	50	Стрельба по белому листу бумаги для выработки навыков главного нажатия на спусковой крючок – пневматическая винтовка Стрельба по квадрату 10x10см на листе белой бумаги. Задание - попасть в квадрат. Стрельба по квадрату. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по 5 выстрелам и научиться делать вынос точки прицеливания, т.е. делать поправку в наводке винтовки.
8	Отработка навыков стрельбы с использованием лазерного тренажера SKATT	15	Стрельба с использованием лазерного тренажера SKATT
9	Изучение узлов и механизмов ММГ АК	10	Изучение узлов и механизмов автомата Калашникова, их назначения и проверка пригодности к стрельбе. Порядок чистки оружия.
10	Выполнение нормативов «Неполная разборка АК», «Сборка после неполной разборки», «Снаряжение магазина АК»	25	Выполнение нормативов № 13, № 14, № 16 и достижение временных показателей.
11	Соревнования по стрельбе.	17	Выполнение упражнений 4, 5, 7 на соревнованиях. Задание показать

			результаты не хуже, чем на тренировках.
12	Специальная физическая подготовка.	12	Длительное пребывание в позе подготовки и многократное повторение элементов техники стрельбы в тренировке без патрона.
	<b>ИТОГО:</b>	<b>144</b>	

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Курс «Юниор». Первый год обучения.

**Всего 144 часа**

№	Тема	Всего часов	Теория	Практика
1	Пулевая стрельба в России.	1	1	-
2	Теоретические основы стрельбы.	2	2	-
3	Устройство и назначение пневматической винтовки	3	1	2
4	Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием.	2	2	-
5	Подготовка пневматической винтовки к стрельбе.	2	1	1
6	Предварительные упражнения, стрельба без пуль.	5	1	4
7	Техника стрельбы из пневматической винтовки	50	1	49
8	Отработка навыков стрельбы с использованием лазерного тренажера SKATT	15	3	12
9	Изучение узлов и механизмов ММГ АК	10	2	8
10	Выполнение нормативов «Неполная разборка АК», «Сборка после неполной разборки», «Снаряжение магазина АК»	25	3	22
9	Соревнования по стрельбе.	17	-	17
10	Специальная физическая подготовка.	12	-	12
	<b>ИТОГО:</b>	<b>144</b>	<b>17</b>	<b>127</b>

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Курс «Юниор». Первый год обучения.

№	Тема	Всего часов	Содержание
1	Пулевая стрельба в России.	1	История и задачи пулевой стрельбы, ее значение.
2	Теоретические основы стрельбы.	2	Выстрел. Отдача винтовки. Элементы траектории полета пули. Стабилизация полета пули. Рассчитывание пуль. Определение средней точки попадания.
3	Устройство и назначение пневматической винтовки	3	Общие сведения. Назначение и устройство основных частей. Работа частей и механизмов. Хранение оружия.
4	Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием.	2	Права и обязанности стрелка. Правила выполнения стрельбы. Правила обращения с оружием.

5	Подготовка пневматической винтовки к стрельбе.	2	Заряжение винтовки. Принятие положения для стрельбы сидя за столом с опорой локтями на стол. Положения для стрельбы лежа, с колена, стоя. Прицеливание, наводка, нажатие на спусковой крючок. Режим дыхания.
6	Предварительные упражнения, стрельба без пуль.	5	Упражнение 1. Контроль однообразия прицеливания с использованием прицельных станков и ручных указок контроля прицеливания. Упражнение 2. Тренировка в стрельбе без пуль. Тренировка в удержании винтовки, прицеливания, нажатии на спусковой крючок, соблюдение режима дыхания.
7	Техника стрельбы из пневматической винтовки: Упражнение 1.  Упражнение 2.  Упражнение 3.	50	Стрельба по белому листу бумаги для выработки навыков главного нажатия на спусковой крючок – пневматическая винтовка Стрельба по квадрату 10х10см на листе белой бумаги. Задание - попасть в квадрат. Стрельба по квадрату. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по 5 выстрелам и научиться делать вынос точки прицеливания, т.е. делать поправку в наводке винтовки.
8	Отработка навыков стрельбы с использованием лазерного тренажера SKATT	15	Стрельба с использованием лазерного тренажера SKATT
9	Изучение узлов и механизмов ММГ АК	10	Изучение узлов и механизмов автомата Калашникова, их назначения и проверка пригодности к стрельбе. Порядок чистки оружия.
10	Выполнение нормативов «Неполная разборка АК», «Сборка после неполной разборки», «Снаряжение магазина АК»	25	Выполнение нормативов № 13, № 14, № 16 и достижение временных показателей.
11	Соревнования по стрельбе.	17	Выполнение упражнений 4, 5, 7 на соревнованиях. Задание показать результаты не хуже, чем на тренировках.



12	Специальная физическая подготовка.	12	Длительное пребывание в позе подготовки и многократное повторение элементов техники стрельбы в тренировке без патрона.
	<b>ИТОГО:</b>	<b>144</b>	

# УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Курс «Юниор». Второй год обучения.

**Всего 216 часов**

№	Тема	Всего часов	Теория	Практика
1	Пулевая стрельба в России.	1	1	-
2	Теоретические основы стрельбы.	2	2	-
3	Устройство и назначение пневматической винтовки, пневматического и газобаллонного пистолета	9	3	6
4	Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием.	2	2	-
5	Подготовка пневматической винтовки, пневматического и газобаллонного пистолета к стрельбе.	2	1	1
6	Предварительные упражнения, стрельба без пуль.	10	1	9
7	Техника стрельбы из пневматической винтовки, пневматического и газобаллонного пистолета	86	1	85
8	Отработка навыков стрельбы с использованием лазерного тренажера SKATT	30	1	29
9	Изучение узлов и механизмов ММГ АК	10	1	9
10	Выполнение нормативов «Неполная разборка АК», «Сборка после неполной разборки», «Снаряжение магазина АК»	35	3	32
11	Соревнования по стрельбе.	17	-	17
12	Специальная физическая подготовка.	12	-	12
	<b>ИТОГО:</b>	<b>216</b>	<b>16</b>	<b>200</b>

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Курс «Юниор». Второй год обучения.

№	Тема	Всего часов	Содержание
1	Пулевая стрельба в России.	1	История и задачи пулевой стрельбы, ее значение.
2	Теоретические основы стрельбы.	2	Выстрел. Отдача винтовки. Элементы траектории полета пули. Стабилизация полета пули. Рассчитывание пуль. Определение средней точки попадания.
3	Устройство и назначение пневматической винтовки, пневматического и газобаллонного пистолета	9	Общие сведения. Назначение и устройство основных частей. Работа частей и механизмов. Хранение оружия.
4	Меры безопасности при стрельбе и правила	2	Права и обязанности стрелка. Правила выполнения стрельбы. Правила обращения

	обращения с оружием.		с оружием.
5	Подготовка пневматической винтовки, пневматического и газобаллонного пистолета к стрельбе	2	Заряжение винтовки. Принятие положения для стрельбы сидя за столом с опорой локтями на стол. Положения для стрельбы лежа, с колена, стоя. Прицеливание, наводка, нажатие на спусковой крючок. Режим дыхания.
6	Предварительные упражнения, стрельба без пуль.	10	Упражнение 1. Контроль однообразия прицеливания с использованием прицельных станков и ручных указок контроля прицеливания. Упражнение 2. Тренировка в стрельбе без пуль. Тренировка в удержании винтовки, прицеливания, нажатии на спусковой крючок, соблюдение режима дыхания.
7	Техника стрельбы из пневматической винтовки: Упражнение 1.  Упражнение 2.  Упражнение 3.  Упражнение 4.  Упражнение 5.  Упражнение 6.  Техника стрельбы из пневматического пистолета: Упражнение 7.  Упражнение 8  Упражнение 9	86	Стрельба по белому листу бумаги для выработки навыков главного нажатия на спусковой крючок Стрельба по квадрату 10x10см на листе белой бумаги. Задание - попасть в квадрат. Стрельба по квадрату. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по 5 выстрелам и научиться делать вынос точки прицеливания, т.е. делать поправку в наводке винтовки. Стрельба по мишени «Пшк» из положения сидя за столом (с упором, с руки). Задание выполнение спортивных нормативов. Стрельба по мишени «Пшк» из положения лежа (с упором, с руки). Задание – выполнение спортивных нормативов. Стрельба по мишени «Пшк» из положения стоя (с упором, с руки). Задание выполнение спортивных нормативов.  Стрельба по белому листу бумаги для выработки навыков главного нажатия на спусковой крючок Стрельба по квадрату 10x10см на листе белой бумаги. Задание - попасть в квадрат. Стрельба по мишени «Пшк» из положения стоя (с упором, с руки).

8	Отработка навыков стрельбы с использованием лазерного тренажера SKATT	<b>30</b>	Стрельба с использованием лазерного тренажера SKATT
9	Изучение узлов и механизмов ММГ АК	<b>10</b>	Изучение узлов и механизмов автомата Калашникова, их назначения и проверка пригодности к стрельбе. Порядок чистки оружия. Устранение неисправностей и отказа при стрельбе
10	Выполнение нормативов «Неполная разборка АК», «Сборка после неполной разборки», «Снаряжение магазина АК»	<b>35</b>	Выполнение нормативов № 13, № 14, № 16 и достижение временных показателей.
11	Соревнования по стрельбе.	<b>17</b>	Выполнение упражнений 4-6 на соревнованиях. Задание показать результаты не хуже, чем на тренировках.
12	Специальная физическая подготовка.	<b>12</b>	Длительное пребывание в позе подготовки и многократное повторение элементов техники стрельбы в тренировке без патрона.
	<b>ИТОГО:</b>	<b>216</b>	

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Курс «Юниор». Третий год обучения

№	Тема	Всего часов	Теория	Практика
1	Пулевая стрельба в России.	1	1	-
2	Теоретические основы стрельбы.	2	2	-
3	Устройство пневматической винтовки	1		1
4	Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием.	4	4	-
5	Приведение винтовки к нормальному бою.	6	1	5
6	Техника стрельбы из пневматических винтовок.	70	1	69
7	Техника стрельбы из пневматических пистолетов	24	1	23
8	Отработка навыков стрельбы с использованием лазерного тренажера SKATT	30	5	25
9	Изучение узлов и механизмов ММГ АК	1	-	1
10	Выполнение нормативов «Неполная разборка АК», «Сборка после неполной разборки», «Снаряжение магазина АК»	27	1	26
11	Специальная физическая подготовка.	20	-	20
12	Соревнования по стрельбе.	30	-	30
	<b>ИТОГО:</b>	<b>216</b>	<b>16</b>	<b>200</b>

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Курс «Юниор». Третий год обучения

№	Тема	Всего часов	Содержание
1	Пулевая стрельба в России.	1	
2	Теоретические основы стрельбы.	2	Отдача винтовки. Влияние однообразия прикладки винтовки к плечу. Углы возвышения и бросания. Диоптрический прицел.
3	Устройство пневматической винтовки	1	Углубленное изучение устройства винтовки и работы ее частей и механизмов.
4	Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием.	4	Права и обязанности стрелка. Правила выполнения стрельбы. Правила обращения с оружием. Правила соревнований по стрельбе.
5	Приведение винтовки к нормальному бою.	6	Проверка боя винтовки. Регулировка прицела по вертикали и горизонтали. Контровка прицела.

6	<p>Техника стрельбы из пневматических винтовок.</p> <p>Упражнение 1.</p> <p>Упражнение 2.</p> <p>Упражнение 3.</p> <p>Упражнение 4.</p> <p>Упражнение 5.</p> <p>Упражнение 6.</p> <p>Упражнение 7. Комбинированное.</p> <p>Упражнение 8. Комбинированное.</p> <p>Упражнение 9. Дуэльная стрельба</p>	70	<p>Стрельба по мишени №8 из положения сидя за столом. Дистанция 5-10м. Количество выстрелов 25.</p> <p>Стрельба по мишени № 8 из положения стоя с опорой локтями на стол или стойку. Дистанция 5-10м. Количество выстрелов 25.</p> <p>Стрельба по мишени № 6 или № 8 из положения, лежа с упором. Дистанция 5-10м. Количество выстрелов - 10.</p> <p>Стрельба по мишени № 6 или № 8 из положения, лежа без упора. Количество выстрелов - 20.</p> <p>Стрельба по мишени «П» или №8 из положения, стоя без упора. Дистанция 5-10м. Количество выстрелов 25.</p> <p>Стрельба по мишени «П» или №8 из положения, стоя без упора. Дистанция 5-10м. Количество выстрелов 13. Задание выбить не менее 70 очков.</p> <p>Стрельба по мишени «П» или № 8 из двух положений: лежа с упора, затем стоя. Дистанция 5-10м. Количество выстрелов 25. Показ мишени после выполнения каждого упражнения. Цель - подготовка к сдаче нормативов высших разрядов.</p> <p>Стрельба по мишени «П» или №8 из трех положений: сидя за столом или лежа с упора, затем колена, затем стоя. Дистанция 10 или 5 метров. Количество выстрелов 35 (5 пробных + 10 зачетных на каждое положение). Осмотр мишеней после выполнения каждого упражнения. Цель - подготовка к сдаче нормативов высших разрядов.</p> <p>Стрельбу ведут на скорость одновременно два стрелка каждый по обоим мишеням. И.П.: пули и заряженная винтовка с открытым стволом лежат на столах перед стрелками. Стрелки стоят около столов. Стрельба начинается по команде руководителя. Задание за минимальное время поразить все 5 мишеней, опередив противника «дуэлянта». Цель выработка необходимых качеств скоростной</p>
---	--	----	---

			стрельбы в условиях психологического напряжения соревнований.
7	Техника стрельбы из пневматических пистолетов Упражнение 1.  Упражнение 2.  Упражнение 3.	24	Стрельба по мишени № 6 или № 8 из положения, лежа с упором. Дистанция 5-10м. Количество выстрелов - 10. Стрельба по мишени № 6 или № 8 из положения, лежа без упора. Количество выстрелов - 20. Задание выполнить нормативы юношеского, третьего и второго спортивных разрядов. Стрельба по мишени «П» или №8 из положения, стоя без упора. Дистанция 5-10 м. Количество выстрелов 13. Задание выбить не менее 70 очков.
8	Отработка навыков стрельбы с использованием лазерного тренажера SKATT	30	Стрельба с использованием лазерного тренажера SKATT
9	Изучение узлов и механизмов ММГ АК	1	Изучение узлов и механизмов автомата Калашникова, их назначения и проверка пригодности к стрельбе. Порядок чистки оружия. Устранение неисправностей и отказа при стрельбе
10	Выполнение нормативов «Неполная разборка АК», «Сборка после неполной разборки», «Снаряжение магазина АК»	27	Выполнение нормативов № 13, № 14, № 16 и достижение временных показателей.
11	Специальная физическая подготовка.	20	Длительное пребывание в позе подготовки и многократное повторение элементов техники стрельбы в тренировке без патрона.
12	Соревнования по стрельбе.	30	Участие в соревнованиях по стрельбе из пневматической винтовки различного уровня. Цель выполнить нормативы II и выше спортивных разрядов.
	<b>ИТОГО:</b>	<b>216</b>	

## Наглядные материалы программы

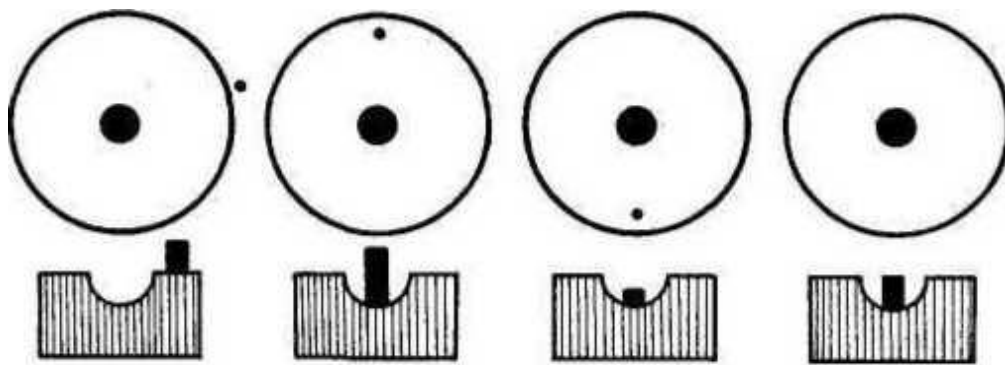
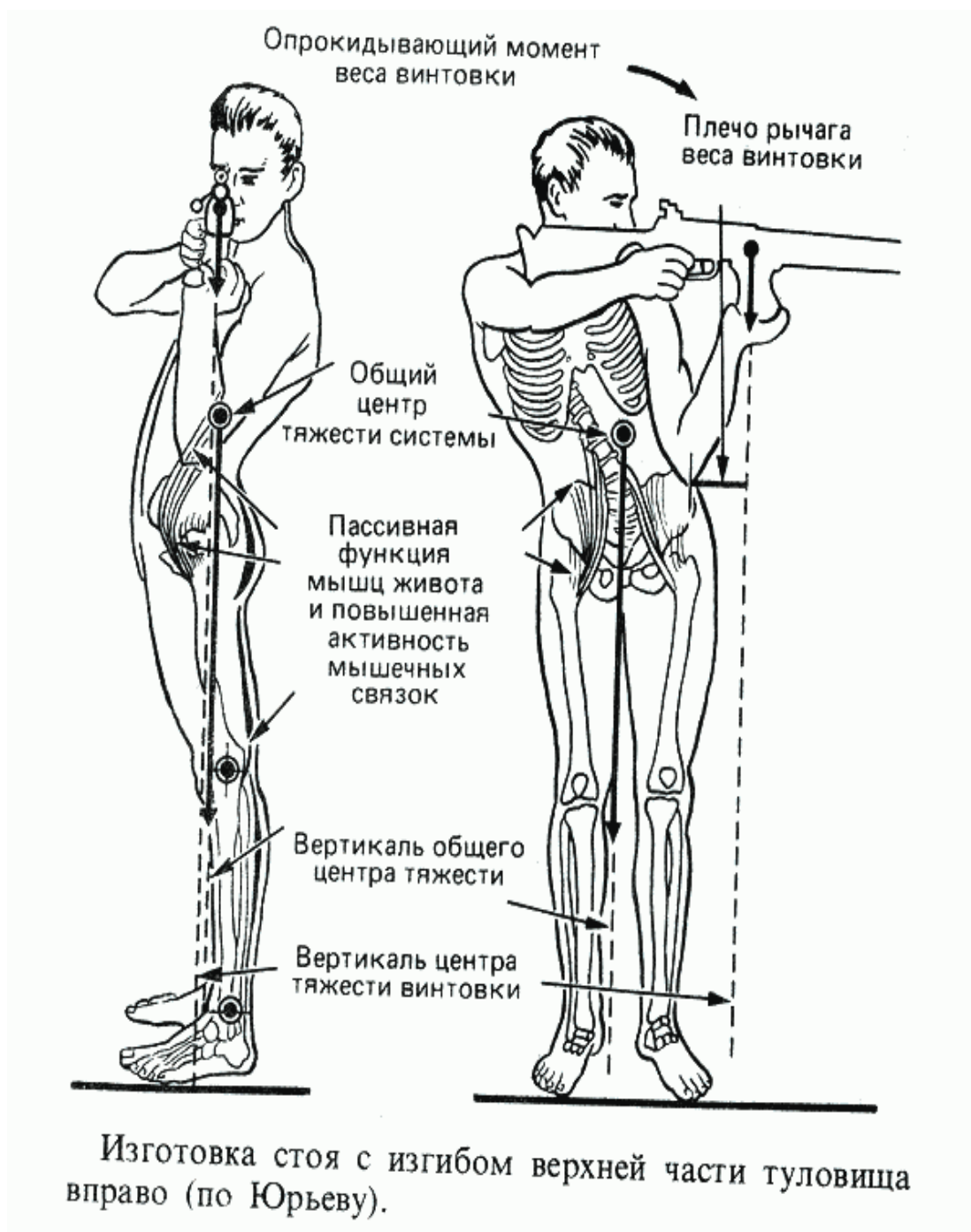
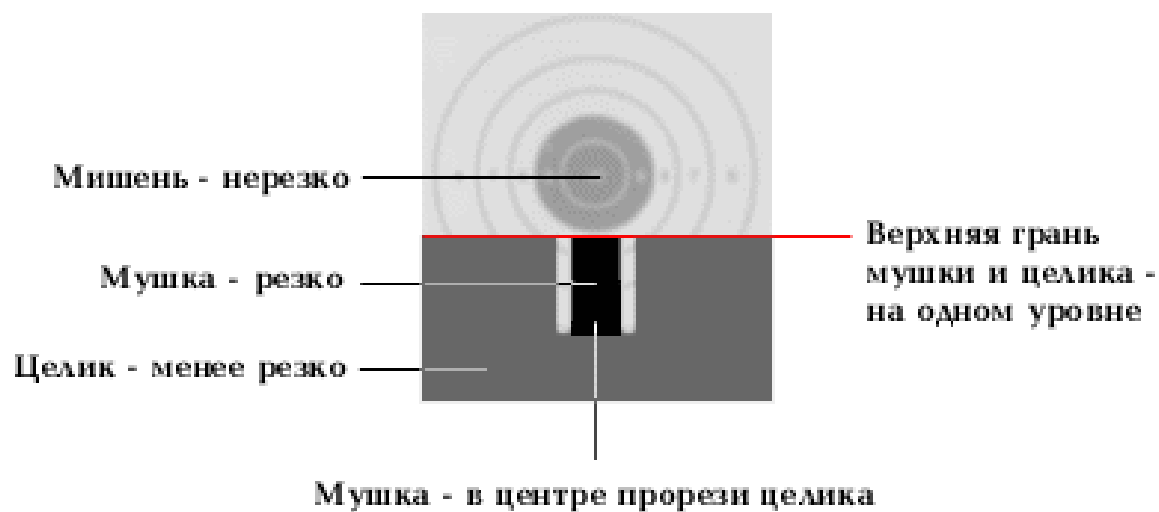


Рис. 7. Мишени для стрельбы





## Правила прицеливания - винтовка



## Из истории развития стрелкового спорта.

Материалы для беседы с обучающимися.

Стрелковый спорт берет свое начало от состязаний в стрельбе из лука и арбалета. С появлением в середине 14 века огнестрельного оружия начались состязания по стрельбе, сначала из гладкоствольных ружей, а создание нарезного оружия обусловило развитие пулевой стрельбы. В далекой древности было придумано «духовное» ружье. Изготавливалась бамбуковая трубка длиной 1,5-3м прообраз ствола современного огнестрельного и пневматического оружия. Снарядом для метания и поражения цели служила маленькая стрела, которую охотники вставляли в дальний конец бамбуковой трубы, а потом, глубоко вдохнув, резко и сильно вдвигал воздух в трубу, и стрела выбрасывалась на расстояние до 50м.

Современное пневматическое оружие винтовки и пистолеты это сложные и совершенные машины. Лучшие типы пневматического оружия делаются с высокой точностью из высококачественных материалов.

Пневматическое оружие имеет те же технические данные, что и огнестрельное, но уступает в дальности стрельбы и убойной действии пуль. Поэтому пневматическое оружие используется в основном как тренировочное и спортивное. Пневматические винтовки имеют целый ряд ценных качеств, благодаря которым должны занять важное место, как при массовом обучении стрелков, так и при дальнейшем совершенствовании мастерства.

- Во-первых, усилие спуска с боевого взвода у простейших пневматических винтовок около 2,5 кг, т.е. такое же, как и у боевого оружия.
- Во-вторых, тир для стрельбы из пневматических винтовок можно оборудовать в любом месте из подручных материалов своими силами, в любой комнате, где будет свободна одна стена, так как требуется всего 6-1дм свободного пространства.
- В-третьих, пропускная способность такого тира больше. Стрельба из пневматического оружия очень информативна, поэтому стрелки сами видят пробойны и быстрее выясняют причины ошибок при стрельбе. Это позволяет ускорить процесс обучения стрельбе и сделать его интереснее, что очень важно для молодежи.
- В-четвертых, стрельба из пневматических винтовок обходится намного дешевле, а эксплуатация тира требует минимальных затрат.

Первые состязания в стрельбе на меткость прошли в 1452 году в Швейцарии, а первые соревнования по стрельбе из винтовок состоялись в Швейцарии в 1824г.

Соревнования по стрельбе из винтовки и пистолета были включены в программу первых Олимпийских игр 1896г, а с 1897 г стали регулярно проводиться чемпионаты мира по пулевой стрельбе.

В дореволюционной России стрелковый спорт не нашел широкого распространения. Занятия пулевой стрельбой были привилегией имущих классов. Только после 1917 года в стране развернулась широкая сеть спортивных кружков и секций. В 1927 году было организовано добровольное общество Осоавиахим, которое стало руководить стрелковым спортом в стране. С 1935 по 1941 год в стране было подготовлено около 6 миллионов ворошиловских стрелков. Многие спортсмены и ворошиловские стрелки во время Великой Отечественной войны, защищая свою Родину, стали снайперами, некоторые из них удостоены звания Героя Советского Союза.

С 1950 года советские стрелки начинают принимать участие в официальных международных соревнованиях и одерживать победы. Светские стрелки участвуют в

Олимпийских играх с 1952 года. А.Богданов, А.Газов, Н. Салуквадзе. Советские стрелки установили 18 мировых рекордов.

Развитию стрелкового спорта способствовало Постановление 1983 года " О мерах по дальнейшему развитию пулевой стрельбы". Наши спортсмены обеспечены лучшим в мире оружием и боеприпасами.

Военно-спортивные общества и объединения способствуют развитию массовости занятий пулевой стрельбой и на ее основе достижению высоких спортивных результатов.

## ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ

### на занятиях по огневой подготовке

1. Безопасность при стрельбе обеспечивается высокой дисциплинированностью всех её участников, четкой организацией и точным соблюдением установленных правил и мер безопасности.
2. Лица, не усвоившие правила и меры безопасности, к стрельбе не допускаются.
3. Ведение огня разрешается только после команды «Огонь». Разрешение на открытие огня в тире, на стрельбище дает руководитель стрельбы, главный судья соревнований.
4. Патроны и пули выдаются стреляющим на огневом рубеже, перед началом стрельбы. Заряжать оружие на огневом рубеже разрешается только после команды «Заряжай».
5. По окончании стрельбы по команде «Отбой», «Разряжай» оружие разряжается. Стреляющий докладывает: «Оружие разряжено». Затем оружие осматривается, неизрасходованные боеприпасы возвращаются руководителю стрельбы.
6. Ведение огня каждым стреляющим должно немедленно прекращаться по команде руководителя (главного судьи) или самостоятельно в случаях:
  - появления людей или животных в огневой зоне.
  - по команде или установленному сигналу о прекращении огня.
7. Категорически запрещается:
  - находясь вне линии огня изготавливаться к стрельбе и прицеливаться в мишени или другие предметы, независимо от того, заряжено оружие или нет.
    - стрелять или заряжать оружие на линии огня без разрешения ответственных за стрельбу лиц.
    - поворачивать оружие на линии огня в сторону от направления стрельбы при всех действиях с оружием (при стрельбе, перезарядке, задержке, осечке и т.п.).
    - прикасаться к оружию, когда в зоне стрельбы находятся люди или животные.
    - стрелять из неисправного оружия.
    - оставлять на линии огня заряженное оружие или с закрытым затвором.
    - оставлять оружие без присмотра, брать в руки или прикасаться к оружию без разрешения стрелка, в распоряжении которого оно находится.
    - выносить заряженное оружие с линии огня.
    - стрелять по предметам, не относящимся к выполнению упражнения (по рамам, тросам, аппаратуре, флажкам, номерам щитов и т.д.)

### *Список используемой литературы.*

1. Александренок А. С. «Учись метко стрелять». Издательство «Беларусь», 1976.
2. Ашурков В.Н, «Мосин С.И. - создатель русской винтовки», М, 1951.
3. Благонравов А.А. «Основы проектирования автоматического оружия». М. 1940.
4. Д.Н. Болотин Д.Н. «Советское стрелковое оружие». Издание третье. М, Военное издательство, 1990.
5. Быстров Ф. «Советские автоматы». Военные знания, N2, 1950.
6. Вайнштейн Л.М. «Психология в пулевой стрельбе». М, 1981.
7. Глотов И.А. «Пистолеты-пулеметы оружие ближнего боя», Военный вестник, N9, 1940.
8. Гнатовский И.Н., Шорин П.А. «История развития отечественного стрелкового оружия». М, 1959.
9. Иткис М.А. «Специальная подготовка стрелка спортсмена». М, 1982.
10. Кинль В.А. «Пулевая стрельба». Учебное пособие для студентов педагогических институтов по специальности «Физическое воспитание». М, Просвещение, 1989.
11. Корх А.Я. «Стрелковый спорт и методика преподавания». М. 1986.
12. Лови А.А., Р.А. Минин Р.А., В.Я. Капустин В.Я., Б.Р. Кашанский Б.Р. «Правила стрельбы из стрелкового оружия и гранатометов». М, Военное издательство, 1972.
13. Лодяев Н.Ф. «Военное троеборье». М, Военное издательство, 1978.
14. Майн П.И. «Материальная часть стрелкового оружия». М, 1946.
15. Методические рекомендации по организации военно-патриотической и оборонно-массовой работы среди допризывной и призывной молодежи. Составлены на основе положений и рекомендаций ЦК ВЛКСМ. Ашхабад, 1986.
16. Огневая подготовка мотострелковых подразделений. Под редакцией генерал-полковника В. А. Меримского, М, Военное издательство, 1988.
17. Позднев А. «Творцы отечественного оружия». М, 1955.
18. Правила стрельбы из стрелкового оружия и боевых машин. Под редакцией Н.Г. Аблясова. М, Военное издательство, 1992.
19. Сборник руководящих документов по пулевой стрельбе. М, 1989 Издательство ДОСААФ СССР.
20. Федоров В. «Эволюция стрелкового оружия». М, 1938.
21. Юрьев А.А. «Спортивная стрельба». М, «Физкультура и спорт», 1974.
22. Янчук А.М. Справочные баллистические и конструктивные данные образцов стрелкового оружия. Л.1935.

23. Александренок А. С. «Учись метко стрелять». Издательство «Беларусь», 1976.
24. Ашурков В.Н, «Мосин С.И. - создатель русской винтовки», М, 1951.
25. Благонравов А.А. «Основы проектирования автоматического оружия». М. 1940.
26. Д.Н. Болотин Д.Н. «Советское стрелковое оружие». Издание третье. М, Военное издательство, 1990.
27. Быстров Ф. «Советские автоматы». Военные знания, N2, 1950.
28. Вайнштейн Л.М. «Психология в пулевой стрельбе». М, 1981.
29. Глотов И.А. «Пистолеты-пулеметы оружие ближнего боя», Военный вестник, N9, 1940.
30. Гнатовский И.Н., Шорин П.А. «История развития отечественного стрелкового оружия». М, 1959.
31. Иткис М.А. «Специальная подготовка стрелка спортсмена». М, 1982.
32. Кинль В.А. «Пулевая стрельба». Учебное пособие для студентов педагогических институтов по специальности «Физическое воспитание». М, Просвещение, 1989.
33. Корх А.Я. «Стрелковый спорт и методика преподавания». М. 1986.
34. Лови А.А., Р.А. Минин Р.А., В.Я. Капустин В.Я., Б.Р. Кашанский Б.Р. «Правила стрельбы из стрелкового оружия и гранатометов». М, Военное издательство, 1972.
35. Лодяев Н.Ф. «Военное троеборье». М, Военное издательство, 1978.
36. Майн П.И. «Материальная часть стрелкового оружия». М, 1946.
37. Методические рекомендации по организации военно-патриотической и оборонно-массовой работы среди допризывной и призывной молодежи. Составлены на основе положений и рекомендаций ЦК ВЛКСМ. Ашхабад, 1986.
38. Огневая подготовка мотострелковых подразделений. Под редакцией генерал-полковника В. А. Меримского, М, Военное издательство, 1988.
39. Позднев А. «Творцы отечественного оружия». М, 1955.
40. Правила стрельбы из стрелкового оружия и боевых машин. Под редакцией Н.Г. Аблясова. М, Военное издательство, 1992.
41. Сборник руководящих документов по пулевой стрельбе. М, 1989 Издательство ДОСААФ СССР.
42. Федоров В. «Эволюция стрелкового оружия». М, 1938.
43. Юрьев А.А. «Спортивная стрельба». М, «Физкультура и спорт», 1974.
44. Янчук А.М. Справочные баллистические и конструктивные данные образцов стрелкового оружия. Л.1935.