

муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
муниципального образования «Холмский городской округ» Сахалинской области  
средняя общеобразовательная школа № 9 г. Холмска

Принята  
на заседании  
Педагогического совета  
№\_1 от 25.08.2022

Утверждаю директор школы  
МАОУ СОШ № 9 г. Холмска:  
\_\_\_\_\_ / О.И.Миляева  
От 01.09.2022 № 505

## **ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

**Т И Р**

**Уровень программы:** стартовый  
**Направленность программы:** физкультурно-спортивное  
**Категория учащихся 11 - 16 лет**  
**Срок реализации программы – 1 год**

Наливкин Роман Сергеевич,  
педагог дополнительного образования

г. Холмск  
2022г.

## **Пояснительная записка.**

**Направленность программы** – физкультурно-спортивная.

**Уровень программы:** стартовый.

**Актуальность** программы обучения по данной тематике очевидна, внедрения программы стрелковой подготовки в системе дополнительного образования детей обусловлено тем, что позволяет развить подростков такие качества, как ловкость, выносливость, терпеливость, аккуратность, коммуникабельность, самостоятельность, умение концентрироваться на определённой цели. Привлекает воспитанников эта программа тем, что у них имеется реальная возможность в изучении современного стрелкового оружия и возможность научиться метко стрелять, что крайне важно для будущих защитников Отечества.

Привлечение учащихся к военно-прикладным видам спорта позволяет отвлечь детей от безнадзорности и вредных привычек, тем самым снизить уровень детской наркомании и преступности.

**Отличительные особенности данной программы** является, психологическая активность, внимание, эмоциональная устойчивость, волевые усилия.

Как и опорная программа, она содержит нормативные требования по физической, специальной, стрелковой подготовке, учебно-тематический план и содержание курса.

**Адресат программы.** Программа актуальна для обучающихся 11-16 лет. В группу принимаются ученики, у которых нет первоначальных знаний.

### **Формы и методы обучения, тип и формы организации занятий:**

Формы организации деятельности обучающихся на занятии:

- индивидуальная;
- групповая;
- фронтальная.

Формы проведения занятий:

- практическое занятие;
- презентация;
- тематическое занятие;
- беседа;
- игра;
- дискуссия;
- выполнение самостоятельной работы.

Методы проведения занятий:

- словесные (беседа, объяснение, диалог);
- наглядные (демонстрация видео-уроков);
- практические (стрельба).

**Объём программы – 68 часа.**

**Срок реализации программы- 1 год.**

**Режим занятий:** 2 раза в неделю, продолжительность занятия – 1 академических часа (40 минут). Программа реализуется МАОУ СОШ № 9 г. Холмска.

*В конце каждого часа предусмотрен пятнадцатиминутный перерыв (отдых, проветривание помещений).*

**Цель** воспитание патриотов России. Удовлетворение постоянно возникающего стремления юношей и девушек допризывного возраста к овладению военными знаниями и занятию военно-прикладными видами спорта.

**Основные задачи программы:**

**Обучающие:**

- формирование первичных знаний по истории Вооруженных Сил Российской Федерации;
- формирование теоретических знаний и практических навыков основ стрельбы и обращения с лазерным оружием, пневматическим оружием;
- воспитание чувств патриотизма, любви к Родине;
- профилактика здорового образа жизни;
- укрепление здоровья;
- организация отдыха и занятости детей;
- профилактика социально-негативных явлений среди детей.

**Развивающие:**

- популяризация технических и военно-прикладных видов спорта, направленных на дальнейшее участие обучающихся в образовательных программах учреждения;
- развитие памяти, физической подготовленности;

– профилактика и преодоление вредных привычек;

**Воспитательные:**

– организация содержательного досуга;

– воспитание приоритета общественных ценностей;

– ориентация на труд, собственные усилия.

**Ожидаемые результаты:**

*Предметные:*

*Ученики будут знать:*

– меры безопасности при обращении с оружием;

– порядок обращения с оружием, правила поведения в тире;

– основные технические приёмы прицеливания;

*Ученики будут уметь:*

– выполнять стрельбу по мишеням из лазерного оружия;

– выполнять стрельбу по мишеням из пневматического оружия;

– оказывать первую помощь.

*Ученики будут иметь навыки:*

– выступлений в соревнованиях;

– трудолюбия и самостоятельности в решении поставленных задач;

– коммуникабельности и взаимопомощи в общении с товарищами.

*Личностные:*

- формирование нравственных, морально-волевых качеств;

- формирование психологической и волевой готовности к патриотическому поведению;

- формирование понимания необходимости вести здоровый образ жизни, систематически заниматься физической культурой и спортом;

- формирование навыков культуры общения, коллективизма;

- отвлечение подростков от антисоциальной деятельности;

- правовое воспитание, профилактика негативного поведения;
- привлечение подростков к систематическим занятиям физической культурой и спортом;

*Метапредметные:*

- активизация познавательной активности в различных областях деятельности человека, связанных с безопасной жизнедеятельностью;
- расширение и углубление знаний, умений и навыков по стрелковой подготовке, здоровому образу жизни;
- формирование чувства осмысления необходимости полученных знаний, эффективности проводимых практических мероприятий.

### СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

#### Учебный план

№	Название раздела	Кол-во часов			Формы аттестации/контроля
		теория	практика	всего	
1	<b>1. Вводное занятие ТБ на занятия, знакомство с видами оружия.</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>зачёт</b>
	<b>2. Инструкции при обращении с оружием</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	<b>зачёт</b>
2.1	Меры безопасности при обращении с оружием. Порядок обращения с оружием во время переноса, стрельбы и чистки оружия (пневматическая винтовка, лазерная винтовка)	1	1		
2.2	Меры безопасности при обращении с оружием. Порядок обращения с оружием во время переноса, стрельбы и чистки оружия (спортивный лук, метательные ножи)	1	1		
3	<b>3. Правила поведения в тире и на линии огня</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>зачёт</b>
	<b>4. Материальная и практическая часть лазерный тир</b>	<b>11</b>	<b>11</b>	<b>22</b>	<b>тестирование</b>

4.1	Материальная часть лазерной винтовки. Назначение, устройство и взаимодействие частей и механизмов лазерной винтовки	1	1		
4.2	Характерные неисправности, их устранение	1	1		
4.3	Уход за оружием, хранение	1	1		
4.4	Основные элементы техники выполнения выстрела: изготовление, прицеливание, спуск курка, дыхание	1	1		
4.5	Правила и приемы стрельбы стоя по неподвижной мишени	3	3		
4.6	Правила и приемы стрельбы сидя «с колена» по неподвижной мишени	4	4		
	<b>5. Материальная и практическая часть пневматическая винтовка</b>	<b>15</b>	<b>15</b>	<b>30</b>	<b>тестирование</b>
5.1	Материальная часть пневматической винтовки. Назначение, устройство и взаимодействие частей и механизмов пневматической винтовки	1	1		
5.2	Порядок разборки и сборки пневматической винтовки	1	1		
5.3	Характерные неисправности, их устранение	1	1		
5.4	Уход за оружием, хранение	1	1		
5.5	Основные элементы техники выполнения выстрела: изготовление, прицеливание, спуск курка, дыхание	1	1		
5.6	Правила и приемы стрельбы стоя по неподвижной мишени	5	5		
5.16	Правила и приемы стрельбы сидя «с колена» по неподвижной мишени	5	5		
	<b>6. Проведение соревнований</b>	<b>0</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>Итоги соревнований</b>

6.1	Проведение соревнований по стрельбе из лазерной винтовки на 10 метров (личка)		2	2	
6.2	Проведение соревнований по стрельбе из лазерной винтовки на 10 метров (команды)		2	2	
6.3	Проведение соревнований по стрельбе из пневматической винтовки на 10 метров (личка)		2	2	
6.4	Проведение соревнований по стрельбе из пневматической винтовки на 10 метров (команды)		2	2	
<b>ИТОГО:</b>		<b>68</b>	<b>40</b>	<b>28</b>	

### **Содержание учебного плана «Тир» (68 ч.)**

#### **1. Вводное занятие ТБ на занятия, знакомство с видами оружия 2 ч.**

Техника безопасности на занятии. Виды огнестрельного оружия. Виды холодного оружия. Виды спортивного оружия.

#### **2. Инструкции при обращении с оружием 4 ч.**

Правила обращения с огнестрельным оружием. Правила обращения с холодным оружием. Правила обращения со спортивным оружием.

#### **3. Правила поведения в тире и на линии огня 2 ч.**

Правила поведения в тире во время разминки. Правила поведения в тире во время стрельбы. Правила поведения в тире при отдыхе.

#### **4. Материальная и практическая часть лазерный тир 22 ч.**

Что такое лазерный тир. Материальная часть лазерной винтовки. Исходное положение стрелка. Виды стоек. Правила спуска курка. Дыхание при выстрелах. Стрельба стоя на ближней дистанции (3-5 метров). Стрельба стоя на дистанции 10 метров. Стрельба с колена на ближней дистанции (3-5 метров). Стрельба с колена на дистанции 10 метров. Физическая нагрузка для правильного формирования мышечного каркаса стрелка.

#### **5. Материальная и практическая часть пневматическая винтовка 30 ч.**

Что такое пневматический тир. Материальная часть пневматической винтовки. Виды боеприпасов. Исходное положение стрелка. Виды стоек. Правила спуска курка. Дыхание при выстрелах. Стрельба стоя на ближней дистанции (3-5 метров). Стрельба стоя на дистанции 10 метров. Стрельба с колена на ближней дистанции (3-5 метров). Стрельба с колена на дистанции 10 метров. Физическая нагрузка для правильного формирования мышечного каркаса стрелка.

## **6. Проведение соревнований 8 ч.**

Проведение соревнований. Соревнования в личном зачёте по стрельбе из лазерной и пневматической винтовок. Соревнования в командном зачёте по стрельбе из лазерной и пневматических винтовок. Подведение итогов соревнований. Награждение. Анализ результатов соревнований.

### **Календарный учебный график курса**

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество дней	Количество часов	Режим занятий
2022-2023	01.09.2022	31.05.2023	34 недель	34	68	1 раза в неделю, продолжительность занятия – 2 часа, с 10 минутным перерывом.

### **Методическое обеспечение программы**

- методические пособия;
- нормативно-правовая документация;
- аудио и видеоматериалы;
- разработки игр;
- тестовый материал.

Организация и реализация программы процесса предполагает использование комплекса соответствующих методов и форм обучения:

#### **Методы обучения**

В подготовке стрелков применяются различные методы обучения и тренировки. Однако основными следует считать индивидуальный, групповой, индивидуально-групповой и метод самостоятельной работы.

Индивидуальный метод применяется для углубленной отработки техники стрельбы. Его особенность состоит в том, что педагог работает с каждым

занимающимся отдельно. Целесообразно применять этот метод в тренировочной работе, и особенно при подготовке стрелков к ответственным соревнованиям.

Групповой метод применяется главным образом на учебных занятиях, когда педагог обучает одновременно несколько занимающихся. Надо иметь в виду, что при таком методе внимание педагога рассредоточивается и возможность подметить и исправить ошибки у каждого обучающегося уменьшается, а это снижает качество отработки приемов.

Индивидуально-групповой метод на занятиях по стрельбе является основным. Особенность его состоит в том, что педагог часть занятий проводит со всей группой одновременно, а часть - с отдельными стрелками. В то время как педагог занимается с одним-двумя обучающимися, остальные обучаемые работают самостоятельно над выполнением задания.

Метод самостоятельной работы состоит в том, что обучающиеся, получившие от педагога задание, самостоятельно или попарно отработывают приемы стрельбы или тренируются в производстве "холостых" выстрелов.

Словесный (объяснение, рассказ, беседа, консультация).

Игры (игры: развивающие, подвижные; игры на развитие внимания, памяти, глазомера, воображения).

Наглядный (использование наглядных, демонстрационных и видеоматериалов, приборов, моделей и т.д.)

Психологический и социологический (анкетирование, психологические тесты; создание и решение различных ситуаций).

### **Материально-технические условия реализации программы**

Для успешной реализации программы необходимы следующие материально-технические условия:

Интерактивный лазерный тир, спортивные снаряды и спортивное оборудование: гантели; гири; мячи и гранаты для метания, доступ к информационно-коммуникационным сетям.

Пневматические винтовки 4,5 мм Р – 512 – 4 шт, мишень спортивная, мишени разные.

Одежда должна отвечать безопасности. Должна быть из плотной ткани. На ногах спортивная обувь с жестким верхом.

### **Кадровое обеспечение программы**

Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы (*наименование программы*) обеспечивается педагогом дополнительного образования, имеющим среднее профессиональное или высшее образование, соответствующее технической направленности, и отвечающим квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам. Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей

программы: «Тир» обеспечивается педагогом дополнительного образования, указанным в квалификационных справочниках и (или) профессиональным стандартам.

Адрес программы: Сахалинская область, г. Холмск, ул. А. Матросова 2, МАОУ СОШ № 9.

### **Критерии и нормы оценки знаний учащихся**

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

#### **Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки**

*Мелкими ошибками* считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения.

*Значительные ошибки* – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предлагаемого.

*Грубые ошибки* – это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

#### **Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов**

##### **Нормативные документы:**

1. Федеральный закон РФ от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022г. № 678-р.
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

6. Методические рекомендации по проектированию и реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, утв. Распоряжением Министерства образования от 16.09.2021 г. № 3.12-1170-р.

7. Устав МАОУ СОШ № 9 г. Холмска.

#### **Список литературы для педагога:**

1. Примерные программы внеурочной деятельности. М.: Просвещение, 2011
2. «Программа для кружков по изучению основ военного дела и овладению военно-техническими знаниями в первичных организациях ДОСААФ», М, 2013 г.
3. Маркевич В.Е. «Ручное огнестрельное оружие», изд. «Полигон», С-П, 2016г..
4. Мураховский В.И. «Оружие пехоты», изд. «Арсенал-Пресс», М, 2012 г.
5. Болотин Д.Н. «История советского стрелкового оружия и патронов», изд. «Полигон», С-П.
6. Шилин Ю.Н. «Техническая подготовка стрелков из лука» - М.:РГАФК, 1998
7. Григорьев Д.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор. М. Просвещение, 2010.

#### **Список литературы для родителей и обучающихся:**

1. Тарасова Л.В. «Особенности развития организма юных стрелков в подростковом периоде» - М.: ВНИИФК, 2002.
2. Болотин Д.Н. «Советское стрелковое оружие», «Военное издательство», М, 2014 г.