Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа №1 «ОЦ» с.Кинель-Черкассы им.Героя Советского Союза Елисова Павла Александровича муниципального района Кинель-Черкасский Самарской области

«ПРОВЕРЕНО **на заседании ШМО»** **Рекомендуется к утверждению** **Протокол № 1** **от 10 августа 2026 г.** **Председать ШМО:** **Негодяева Г.М.**	**«ПРОВЕРЕНО»** **заместитель директора по ВР:** **Ковригина Н.Ю.** **10 августа 2026 г.**	**«УТВЕРЖДЕНО»** **Приказ № 333** **от 10 августа 2026 г.**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности

«Меткий стрелок»

Направление: ВД по развитию личности, ее способностей, удовлетворения образовательных потребностей и интересов, самореализации и профориентации

Класс: 5- 8 классы

Составители: Парамонова И.В.

Срок реализации: 1 год

Подписан цифровой подписью: da829439-b31c-4666-80f2-eee513e2a9f5
DN: CN=da829439-b31c-4666-80f2-eee513e2a9f5
Основание: Я являюсь автором этого документа
Расположение:
Дата: 2026.09.19 20:31:26+04'00'
Foxit PDF Reader Версия: 2025.1.0

с. Кинель-Черкассы 2026 год

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Меткий стрелок» физкультурно-спортивной направленности является программой базового уровня и предназначена для организации занятий по обучению стрельбе из пневматической винтовки во внеурочное время школьников.

Актуальность и новизна

Стрелковое оружие и особенно стрельба из него всегда вызывает живой интерес у подростков. Кроме того, в настоящее время большое внимание уделяется сохранению здоровья школьников. Организация военно-спортивного кружка в школе позволяет развивать общефизическую подготовку учащихся, воспитывать у будущих мужчин смелость, мужество, решительность, самообладание, целеустремленность, трудолюбие, внимательность и самостоятельность. Некоторые девушки также с удовольствием занимаются стрелковым спортом.

В настоящее время актуальность приобретает возрастающая роль физкультуры и спорта в жизни современного общества. К числу наиболее актуальных проблем относится, прежде всего, доступность, массовость видов спорта, наличие определенной материально-технической базы, для занятия определенным видом спорта. Стрелковый спорт по праву считается одним из самых массовых, доступных и увлекательных военно-прикладных видов спорта.

При занятии стрельбой из пневматического оружия идет развитие физических и морально-волевых качеств, совершенствуются специальные психологические качества, умственные и интеллектуальные способности.

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

Новизна программы заключается в том, что все остальные программы средней школы не предусматривают раздел патриотического воспитания и изучение военно-прикладных видов спорта.

Отличительные особенности программы

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.

Адресат программы

Для прохождения программы не требуется предварительная подготовка. Возраст учащихся 12-16 лет. Наполняемость групп: 5-10 человек. Группа может состоять из учащихся разных возрастов. Прием детей осуществляется без специальных условий.

Формы обучения

Обучение осуществляется в очной форме.

Режим занятий

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу.

Цель и задачи дополнительной образовательной программы

Цель программы:

- научить воспитанников разбираться в современном стрелковом и спортивном оружии и метко стрелять.

Программный материал предполагает решение следующих **основных задач**:

1. обучение подростков основам теории и практики стрельбы;

2. воспитание гражданско-патриотических качеств личности, целеустремленности;

3. развитие у воспитанников внимания, усидчивости, глазомера, памяти, внимательности.

Таблица 1

Учебный план

№	Разделы / Темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	История стрелкового оружия.	1	1		наблюдение, опрос
2	Теоретические основы стрельбы	1	1		наблюдение, опрос
3	Устройство и назначение винтовки ИЖ — 38, ИЖ -22	2	1	1	наблюдение, опрос
4	Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием.	1	1		наблюдение, опрос
5	Подготовка пневматической винтовки к стрельбе	1	1		наблюдение, опрос
6	Предварительные упражнения - стрельба без пуль.	1		1	наблюдение, опрос, упражнение
7	Техника стрельбы из пневматической винтовки ИЖ-38 на 5 м. (мишень. №6)	17		17	Наблюдение, оценка педагога,
8	Техника стрельбы из пневматической винтовки ИЖ-38 на 10 м. (мишень. №6)	8		8	Наблюдение, оценка педагога
9	Контрольные испытания	2		2	сдача нормативов по стрельбе
	ИТОГО	**34**			

Содержание программы

Тема 1: История стрелкового оружия, теория

История стрелкового оружия. Развитие стрелкового оружия. Совершенствование составных частей и элементов. Современное стрелковое и спортивное оружие.

Тема 2: Теоретические основы стрельбы теория

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.

Тема 3: Устройство и назначение винтовки ИЖ — 38, ИЖ -22.

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.

Общие требования. Правила обращения с оружием. Права и обязанности стрелка.

Тема 5: Подготовка пневматической винтовки к стрельбе. Практические занятия 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 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 ИЖ-38 на 5 м. (упр. №6) Практические занятия. Упражнение№3. Стрельба по белому листу для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Пули «Диаболо». 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 из50.

Тема 8: Техника стрельбы из пневматической винтовки ИЖ-38 на 10 м. (мишень. №6) Практические занятия. 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 из50.

Тема 9: Стрельба из пневматической винтовки. Практические занятия. .

Правильное положение ног при стрельбе. Прицеливание. Мягкий спуск. Практически выполнить упражнение: расстояние — 5м, мишень №8; Выстрелов — 3*5

Стрельба на время: - сидя за столом с опорой локтями, лежа с упора, стоя с руки; - из пистолета, дистанция 5м, мишень «П».

Планируемые результаты

Прогнозируемый результат:

- Приобретение обучающимися знаний по основам стрельбы из пневматической винтовки;
- Развитие и усовершенствование навыков участия в военно-прикладных видах спорта;
- Формирование интереса к регулярным занятиям военно-прикладными видами спорта;
- Овладение двигательными умениями и навыками, улучшение физической подготовки, повышение культурного уровня.

Таблица 2

Календарный учебный график

№ п/п	Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Сроки проведения промежуточной итоговой аттестации

1	1	01.09.2024	31.05.2025	34	34	34	1 раз в неделю по 1 часу	16-26 декабря 17-26 мая

Календарно-тематическое планирование

Поурочное планирование

на 1 полугодие

Дата	Тема урока	Наименование темы, урока
	Тема 1	**История стрелкового оружия**
	1.1	История стрелкового оружия. Развитие стрелкового оружия. Совершенствование составных частей и элементов. Современное стрелковое и спортивное оружие.
	Тема 2	**Теоретические основы стрельбы теория**
	2.1	История развития пулевой стрельбы, ее значение
	2.2	Траектория полета пули, стабилизация.
	2.3	Определение основы средней точки прицеливания, попадания.
	2.4	Явление выстрела. Отдача винтовки.
	2.5	Факторы, влияющие на траекторию пули и точность выстрела.
	2.6	Отдача винтовки. Правильное положение тела стрелка во время выстрела, правильное дыхание.
	Тема 3	**Устройство и назначение винтовки ИЖ — 38, ИЖ -22.**
	3.1	Общие данные. Назначение и устройство основных частей
	3.2	Работа частей и механизмов. Хранение оружия.
	Тема 4	**Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием.**
	4.1	Общие требования. Правила обращения с оружием.
	4.2	Права и обязанности стрелка.

	Тема 5	**Подготовка пневматической винтовки к стрельбе. Практические занятия**
	5.1	Заряжение винтовки. Принятие положения для стрельбы. Прицеливание. Нажатие на спусковой крючок, режим дыхания.
	5.2	Пристрелка оружия. Отлаживание прицельных приспособлений.
	5.3	Характерные ошибки при стрельбе, возможные неисправности и способы их устранения.
	Тема 6	**Предварительные упражнения - стрельба без пуль. Практические занятия**
	6.1	Упражнение№1 Контроль однообразия прицеливания.
	6.2	Упражнение№2 Тренировка в стрельбе без пуль.
	6.3	Тренировка в удержании винтовки, прицеливании, нажатии на спусковой крючок, соблюдение режима дыхания.
	6.4	Тренировка в удержании винтовки, прицеливании, нажатии на спусковой крючок, соблюдение режима дыхания.
	Тема 7	**Техника стрельбы из пневматической винтовки ИЖ-38 на 5 м. (упр. №6) Практические занятия.**
	7.1	Упражнение№3. Стрельба по белому листу для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Пули «Диаболо». Количество выстрелов — 3.
	7.2	Упражнение№4. Стрельба по квадрату 10*10 на листе белой бумаги. Выстрелов — 3. Задание попасть в квадрат.
	7.3	Упражнение№5. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по пяти пробоинам и научиться делать поправку в наводке винтовки.
	7.4	Упражнение№6 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов 3*5
	7.5	Упражнение№7.Стрельба по спортивной мишени «П», дистанция 5м, Выстрелов 3*5 Задание — набрать наибольшее количество очков.

	7.6	Упражнение№8.Мишень «П», сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов — 3*5 Задание — выбить не менее 40 из50.
	Тема 8	**Техника стрельбы из пневматической винтовки ИЖ-38 на 10 м. (мишень. №6). Практические занятия.**
	8.1	Упражнение№3. Стрельба по белому листу для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Пули «Диаболо». Количество выстрелов — 5.
	8.2	Упражнение№4. Стрельба по квадрату 10*10 на листе белой бумаги. Выстрелов — 10. Задание попасть в квадрат.
	8.3	Упражнение№5. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по пяти пробоинам и научиться делать поправку в наводке винтовки.
	8.4	Упражнение№6 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, лежа с опорой для ствола.

Поурочное планирование

на 2 полугодие

Дата	Тема урока	Наименование темы, урока
	Тема 1	**Теоретические основы стрельбы**
	1.1	Отдача винтовки. Влияние однообразия прикладки винтовки к плечу. Углы возвышения и бросания.
	Тема 2	**Устройство пневматической винтовки ИЖ-38, ИЖ-22 Автомата Калашникова АК-74**
	2.1	Углубленное изучение устройства винтовки и работы частей и механизмов пневматической винтовки ИЖ-38, ИЖ-
		22 ,устройство и принцип действия АК. Необходимые действия по обслуживанию АК
	Тема 3	**Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием.**

	3.1	Права и обязанности стрелка. Правила выполнения стрельбы
	3.2	Правила обращения с оружием. Правила соревнований по стрельбе.
	Тема 4	**Приведение винтовки к нормальному бою. Практические занятия.**
	4.1	Проверка боя винтовки.
	4.2	Регулировка прицела по вертикали и по горизонтали.
	4.3	Регулировка прицела.
	4.4	Регулировка прицела.
	Тема 5	**Техника стрельбы из пневматических винтовок ИЖ-38, ИЖ-22. Практические занятия**
	5.1	Упражнение№9.Стрельба по мишени 8 из положения, сидя за столом или лежа с упора Дистанция- 5м. Выстрелов 3*5, Задание выполнить нормативные установки.
	5.2	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.
	5.3	Упражнение№14Стрельба лежа с руки. Расстояние10м, мишень№8 выстрелов 3* 10.
	Тема 6	**Стрельба на время. Практические занятия.**
	6.1	Стрельба на время: - сидя за столом с опорой локтями, лежа с упора, стоя с руки; - из пистолета, дистанция 5м, мишень «П».

Материально-техническое обеспечение

Оборудование для проведения занятий: тир, пулеулавливатели, пневматические винтовки, пульки для пневматических винтовок, мишени, макет автомата.

Информационное обеспечение

- https://infourok.ru/ – для поиска материалов на занятия.

Формы аттестации и оценочные материалы

Входной контроль: собеседование с подростком и родителем по поводу интересов, запросов и ожиданий от программы.

Текущий контроль: наблюдение, опрос, тестирование, оценка педагога, контрольные стрельбы

Промежуточный контроль: (16-26 декабря) тестирование.

Итоговый контроль: (17-26 мая) тестирование.

Формы подведения итогов результатов обучения детей.

В целях оценки и контроля результатов обучения в течение учебного года проводятся:

- проверка выполнения нормативов по ОФП для допризывной молодёжи;
- проверка выполнения нормативов по стрельбе из пневматической винтовки:
- контрольные занятия по проверке усвоения теоретических знаний по темам курса;
- соревнования на личное первенство среди воспитанников объединения;
- общешкольные соревнования по стрельбе из пневматического оружия;
- анализ и обсуждение проводимых мероприятий с учащимися и их родителями.

Критерии оценки:

«Зачтено» - обучаемый правильно ориентируется в современном стрелковом оружии, знает технику безопасности при стрельбе, теоретические основы стрельбы, умеет правильно занять позицию на стрелковом рубеже, вести прицельную и кучную стрельбу с результатом не ниже 18 очков при 3-х выстрелах, 30 очков при 5-ти выстрелах, 60 очков при 10-ти выстрелах;

«Не зачтено» - А) если обучаемый неправильно ориентируется в современном стрелковом оружии, не знает технику безопасности при стрельбе, теоретические основы стрельбы, не умеет правильно занять позицию на стрелковом рубеже,

Б) ведет прицельную и кучную стрельбу с результатом ниже 18 очков при 3-х выстрелах, 30 очков при 5-ти выстрелах, 60 очков при 10-ти выстрелах.

Методические материалы

Особенности организации образовательного процесса: очный.

Методы обучения и воспитания: словесный, практический, наглядный; мотивация, упражнения, стимулирование.

Формы организации образовательного процесса: групповая.

Формы организации учебного занятия: мастер-класс, наблюдение, практическое занятие.

Педагогические технологии: технология группового обучения.

Алгоритм учебного занятия: актуализация темы, разминка, основная часть, рефлексия.

Дидактические материалы:

- Спортивное оборудование (пневматические винтовки, пули, мишени);
- Звуковые (аудиозаписи);
- Смешанные (видео, учебные фильмы и тд)
- Учебники, учебные пособия, книги.

Список использованной литературы

1. « Программа для кружков по изучению основ военного дела и овладению военно-техническими знаниями в первичных организациях ДОСААФ», М, 1986 г.
2. «Программы допризывной подготовки юношей» 1990 г.
3. В.Е. Маркевич «Ручное огнестрельное оружие», изд. «Полигон» С-Пб.
4. В.И. Мураховский, С.Л. Федосеев «Оружие пехоты», изд. Арсенал- Пресс», М, 1992 г.
5. Д.Н. Болотин « История советского стрелкового оружия и патронов», изд. «Полигон», С- П;
6. Д.Н. Болотин «Советское стрелковое оружие», «Военное издательство», М, 1986 г.
7. Лелюшенко Д.Д., « Пособие для допризывников», Военное издательство Министерства Обороны союза ССР, Москва, 1964.
8. Науменко Ю.А., « Начальная военная подготовка», Москва, Просвещение, 1987 г.
9. Попов Е.А., «Огневая подготовка», Москва, 2004 г.

10. Яковлев Н.П., «Учебник допризывника», Военное издательство Министерства Обороны союза ССР, Москва, 1960.
11. А. Д. Дворкин «Стрельба из пневматических винтовок».
12. А. С. Кузнецов программа кружка «Стрелковые кружки».
13. Правила соревнований по пулевой стрельбе.

Методические пособия:

- Методическое пособие «Стрельба из пневматических винтовок» (А.Д. Дворкин, изд. ДОСААФ, 1986г.)

- Методическое пособие «Пулевая стрельба. Правила соревнований» (Управление прикладных видов спорта Федерации пулевой стрельбы)