


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Лицей № 2» города Чебоксары
Чувашской Республики

Согласовано
Зам. директора
 Антонова Е.В.

Утверждено:
от 09 сентября 2025г. № 203/1
Директор МБОУ «Лицей № 2» г. Чебоксары
 Петрова Т.В.



Рабочая дополнительная общеразвивающая программа «Меткий стрелок»

(военно- патриотическая направленность)

Целевая аудитория: школьники 15-17 лет

Срок реализации программы: 1 год.

Руководитель:
Учитель ОБиЗР
Андрейченко В.П.

Рассмотрена и рекомендована к утверждению на заседании школьного методического объединения учителей физической культуры и ОБиЗР.

Протокол № 1 от « 28 » августа 2025 г.
Председатель школьного методического объединения _____ (Антонов М.В.)

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Рабочая программа дополнительного образования «Меткий стрелок» разработана в соответствии с Федеральным закон «Об образовании в Российской Федерации» (от 29 декабря 2012г. №273-ФЗ), а так же программа опирается на:

- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам

(приказ Минобрнауки России от 29 августа 2013г. №1008)

- Концепция развития дополнительного образования детей

(утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации

от 4 сентября 2014г. №1726-р)

- Письмо Минобрнауки РФ от 18 ноября 2015г. №09-3242 «О направлении информации» (методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014г. №41 г.Москва Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей"

-Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.12.2006 г. №06-1844 «Примерные требования к программам дополнительного образования детей для использования в практической работе»;

- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"

-Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГОАУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015 г.;

Направленность программы кружка «Меткий стрелок» - военно-патриотическая. Направленность дополнительной образовательной программы – это участие в реализации Государственной программы «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2020 - 2030 годы», участие:

- в месячнике военно-патриотического воспитания, посвящённого Дню защитника Отечества, в районном и городском Смотре Строя и Песни;

- военизированной игре юнармейского движения «Орлёнок»;

- в школьных районных, городских соревнованиях по стрельбе из пневматической винтовки.

Необходимость разработки и внедрения программы стрелковой подготовки, приобретение дополнительных знаний и умений обусловлено тем, что в программе курса «Основы безопасности жизнедеятельности» недостаточно времени уделяется этим темам, а в программу учебно-полевых военных сборов входят упражнения по стрельбе из пневматической винтовки. Поэтому данная программа используется для стрелковой подготовки допризывной и призывной молодёжи. Программа предназначена для учащихся 9-10 классов. Возрастной диапазон 14-17 лет. Программа позволяет развить у учащихся такие качества, как ловкость, выносливость, терпеливость, аккуратность, самостоятельность. Привлекает учащихся эта программа тем, что у них имеется реальная возможность в изучении современного стрелкового оружия и возможность научиться метко стрелять, что важно, для будущих защитников Отечества. Также эта программа позволяет готовить стрелков-спортсменов.

Цель программы:

- формирование патриотических чувств, воспитание любви к Родине;
- научить учащихся метко стрелять, разбираться в «Морской азбуке», морских узлах, ориентироваться на местности и по карте;
- научить учащихся разбираться в современном стрелковом оружии.

Задачи программы:

1. Обучающая.

Обучить учащихся основам теории стрельбы, материальной части современного стрелкового и спортивного оружия, мерам безопасности при обращении с оружием.

2. Воспитательная.

Воспитывать любовь к военно-прикладным видам спорта, уважение к Вооружённым Силам Российской Федерации. Сформировать у учащихся целеустремлённость, терпеливость, настойчивость, самоотверженность, коллективизм и коммуникабельность. Формировать навыки меткой стрельбы из пневматической винтовки. Воспитание патриотического чувства к Родине.

3. Развивающая.

Развивать у учащихся внимание, усидчивость, глазомер, память, внимательность, любознательность.

- 1) программа разработана на возрастную группу 14-16 лет;
- 2) программа рассчитана на один учебный год обучения;
- 3) приём детей по желанию;

4) оборудование: пневматические винтовки, макеты АКС-74, пульки для пневматической винтовки, мишени.

Формы проведения занятий – беседа, практические занятия, соревнования.

Режим занятий – один раз в неделю.

Прогнозируемый результат:

- приобретение учащимися знаний по основам стрельбы;
- приобретение и развитие навыков участия в военно-прикладных видах спорта;
- формирование интереса к регулярным занятиям военно-прикладными видами спорта;
- овладение двигательными умениями и навыками, культурным уровнем.

Личностные и метапредметные результаты:

- понимание основных положений Концепции национальной безопасности РФ по обеспечению национальной безопасности России;
- понимание правовых основ военной службы;
- знание основных видов воинской деятельности;
- знание огневой подготовки;
- знание правил применения оружия для поражения различных целей в бою;
- знание материальной части стрелкового оружия;
- знание основ, приемов и правил стрельбы;
- умение проявить лучшие качества при проведении стрельбы;
- умение поражать цель с первого выстрела;
- умение использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности.
- историю, виды и типы российского стрелкового и спортивного оружия;
- правила безопасного поведения при обращении с оружием и боеприпасами во время стрельбы;
- основные правила стрельбы;
- материальную часть пневматического оружия;
- материальную часть автомата Калашникова;
- строение и функции организма человека.
- ремонтировать, обслуживать, чистить, смазывать и ставить на хранение пневматическую винтовку;
- производить неполную разборку и сборку автомата на время;
- чистить, смазывать и ставить на хранение автомат;
- стрелять по мишеням из различных положений, корректировать и самокорректировать стрельбу;
- анализировать результаты своей стрельбы.

Требования к уровню подготовки обучающихся.

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.

Формы подведения итогов результатов обучения:

- проверка нормативов по разборке-сборке АКС-74, одевания противогазов;
- соревнование на личное первенство;
- соревнования школьного и районного уровня;
- анализ и обсуждение проводимых мероприятий с учащимися и их родителями.

Главные принципы:

1. Деятельность кружка не должна нарушать учебного процесса школы.
2. Использование наглядного пособия, ИКТ и всех средств наглядности.
3. Предполагает постепенное усложнение материала.
4. Добровольность участия в данном виде деятельности.
5. Активность и творческий подход к проведению мероприятий.
6. Доброжелательная и непринужденная обстановка работы кружка.

Основные методы, используемые для реализации программы кружка:

В обучении – практический, наглядный, словесный, видеометод.

В воспитании – (по Г.И. Щукиной) – методы формирования сознания личности, методы организации деятельности и формирования опыта общественного поведения, методы стимулирования поведения и деятельности.

Методы и приёмы работы

Для успешного достижения основных целей и задач данной программы предусматривается применение различных методов работы:

1. Методы отечественной педагогики:

Практический:

- информационный – это словесное объяснение материала, беседы по теоретическому курсу, дискуссии, лекция, демонстрация, консультирование.

Наглядный:

- по логике изложения и усвоение учебного материала;
- по уровню творческой активности детей.

Воздействие на сознание, чувства, волю детей (споры и дискуссии):

- по степени самостоятельности детей;
- изучение конкретных ситуаций (наблюдение, анализ практической деятельности);
- метод стимулирования учебно-познавательной деятельности;
- метод прогнозирования;
- метод контроля и самоконтроля.

2. Операционные методы:

Обучение направлено на формирование умений и навыков, действий в типовых ситуациях (практические занятия и упражнения, самокритика).

3. Поисковые методы:

Обучение направлено на решение реальных, конкретных задач и ситуаций (деловая игра, дискуссия, мозговая атака, лабиринт действий).

Основные формы деятельности кружка по данной программе: обучение, применение знаний на практике через практические занятия, соревнования.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

Правила техники безопасности при обращении со стрелковым оружием. Техническое устройство стрелкового оружия. Явление выстрела, образование траектории. Постановка фигуры стрелка для стрельбы из положения «стоя», «С колена», «лёжа». Прикрытое, поражаемое и мёртвое пространство. Безопасная транспортировка и ношение оружия. Элементы наводки, выбор цели прицеливание. Материальная часть оружия: назначение, общее устройство, технические характеристики пневматической винтовки. Техника стрельбы из пневматической винтовки. Устройство автомата Калашникова - разборка, сборка. Строевые приёмы с автоматом Калашникова. Строевой Устав. Строевая подготовка. Морской семафор – изучение и применение. Вязание морских узлов: прямой, шкотовый, брамшкотовый, грёпвайн, булинь, беседочный, штыковой, рифовый, удавка. Топографические карты, определение азимута. Физические тренировки с целью преодоления полосы препятствий. Метание гранаты в цель. Участие в соревнованиях разного уровня. Вспомогательные упражнения. Выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Стрельба из винтовки по квадрату 10x10. Определение средней точки попадания. Занятие. Управление дыханием при стрельбе. Изготовка для стрельбы стоя из пистолета. Устройство автомата АК-74. Основные упражнения по стрельбе. Стрельба по круглой мишени сидя. Стрельба по круглой мишени лёжа. Вынос точки прицеливания. Стрельба лёжа. Стрельба по круглой мишени стоя. Стрельба стоя без опоры. Разборка автомата АК-74. Стрельба из пистолета по круглой мишени стоя. Стрельба по круглой мишени с колена. Стрельба с колена. Разборка АК-74. Стрельба из положения стоя, с колена. "Дуэльная" стрельба по круглой мишени на скорость . "Дуэльная" стрельба по падающим мишеням на скорость.

3. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ.

Теоретическая подготовка знакомит кружковцев с правилами соревнований, с элементами производства меткого выстрела, с необходимостью выполнения большого объема тренировок для достижения высоких спортивно-технических результатов.

Техническая подготовка ставит задачи: найти для каждого занимающегося рациональную изготовку для производства точного выстрела, научить его правильной работе мышц-сгибателей фаланг указательного пальца, нажимающего на спусковой крючок оружия. В конце подготовительного периода со спортсменами, имеющими достаточную техническую подготовку, рекомендуется периодически проводить занятия в условиях, приближенных к соревнованиям.

Физическая подготовка необходима для повышения функциональных возможностей организма, для всестороннего гармоничного развития стрелка-спортсмена. Общая физическая подготовка должна служить основным средством активного отдыха занимающихся, устраняющим застойные явления в организме спортсмена. Могут быть рекомендованы: подвижные игры, умеренный бег по пересеченной местности, коньки, турпоходы и обязательные регулярные занятия утренней гимнастикой.

Психологическая и тактическая подготовка проходит в процессе всего обучения. Постепенно, от занятия к занятию, обучающиеся проходят все более сложный материал, что развивает мышление, способствует проявлению волевых качеств, помогает добиваться поставленной цели. Приобретенные занимающимися знания, хорошая техническая и физическая подготовка делают их более уверенными в своих действиях. Всесторонняя под-

готовка поможет спортсменам в дальнейшем принимать более правильные решения в условиях соревнований.

В процессе занятий одновременно решаются и *воспитательные задачи*. Руководитель кружка воспитывает у занимающихся отношение к труду и общественной собственности, - чувство ответственности перед коллективом, добивается от них сознательного и добросовестного отношения к своим обязанностям, организованности и дисциплины, уважения к старшим.

В плане работы кружка учтено проведение нескольких соревнований, как внутренних — классификационных (на первенство кружка и т. п.), так и массовых (на первенство школы, города). Это необходимо для популяризации стрелкового спорта среди учащихся, показа работы и достижений кружка, привлечения новых ребят к занятиям стрелковым спортом. Массовые соревнования проводятся при самом активном участии членов стрелкового кружка.

3. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН.

№№ Занят	Темы занятий, мероприятия.	Кол-во часов	Метод проведения	Время провед.
1.	Правила техники безопасности при обращении со стрелковым оружием, техническое устройство стрелкового оружия	1 час	Рассказ и наглядная демонстрация.	сентябрь
2.	Постановка фигуры стрелка для стрельбы из положения «стоя», из положения «с колена», из положения «лёжа»	1 час	Рассказ и практическое занятие	сентябрь
3.	Правила безопасной транспортировки и ношения оружия.	1 час	беседа	сентябрь
4.	Тренировки в стрельбе из пневматической винтовки по мишени №6.(положение стоя)	1 час	Практическое занятие	Сентябрь, октябрь
5 и 6.	Профессионально-психологическое тестирование юношей 2000 года рождения	2 часа	Тестирование	октябрь
7.	Правила и приёмы стрельбы из стрелкового оружия	1 час	Практическое занятие	октябрь
8,9,10.	Стрельба из пневматической винтовки из положения «стоя» без упора на дальность 10 метров	3 часа	Практическое занятие	ноябрь
11.	Устройство автомата Калашникова	1 час	Практическое занятие	декабрь
12,13,14.	Участие в соревнованиях по стрельбе из пневматической винтовки из положения «стоя» по мишени №6 на дальность 10 метров.	3 часа	Практическое выполнение упражнений	декабрь
15 и 16.	Выполнение нормативов по сборке-разборке автомата Калашникова.	2 часа	Практическое занятие	декабрь
17.	Стрельба из пневматической винтовки из положения «лёжа» на дистанция 10 метров	1 час	Практическое занятие	январь

18 и 19.	В рамках месячника оборонно-спортивной работы: строевая подготовка. Строевые приёмы с оружием: «Положить оружие», «К оружию», «В ружьё», «Автомат на ремень», Автомат на грудь», «Автомат на спину».	2 часа	Практическое занятие	январь
20 и 21.	Строй отделения, взвода и управление ими. Развёрнутый и походный строй отделения, взвода. Движение строевым шагом	2 часа	Практическое занятие	январь
22 и 23	Тренировка в стрельбе из пневматической винтовки	2 часа	Практическое занятие	февраль
24 и 25.	Изучение «Морской азбуки»	2 ч.	Практико-теоретическое занятие	март
26.	Тренировка в стрельбе из пневматической винтовки. Положение «стоя», 10 метров	1 час	Практическое занятие	март
27 и 28.	Отработка техники вязки узлов (прямой, шкотовый, брамшкотовый, грепвайн, булинь, беседочный, штыковой, рифовый, удавка).	2 часа	Практическое занятие	март
29.	Выполнение нормативов по одеванию противогаза и метанию гранаты.	1 час	Практическое занятие	апрель
30.	Изучение топографической карты, определение азимута, масштаб карты	1 час	Практическое занятие	апрель
31 и 32.	Бросание легости, вождение велосипеда, правила дорожного движения.	1 часа	Практическое занятие	апрель
33 и 34.	Стрельба из пневматической винтовки из положение «стоя» на дальность 10 метров, мишень №6	2 часа	Практическое занятие.	апрель
35.	Преодоление полосы препятствий	1 час	Практические занятия	май
	Итого:	34 часа		

4. ЭТАПЫ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОНТРОЛЯ.

№№ П/П	этапы	Сроки контроля	Какие знания, умения и навыки формируются	Формы контроля
1.	ноябрь	После новой темы	Знание материальной части пневматического оружия, умение его настраивать.	Зачётное упражнение
2.	февраль	После приобретения навыков стрельбы по мишеням и изучения правил стрельбы	Знание правил стрельбы, докладов стрелка и команд старшего. Умение изготавливаться, заряжать, прицеливаться, докладывать о готовности к стрельбе, производить выстрел.	Зачётное упражнение по проверке полученных знаний и умений
3.	март	После приобретения навыков меткой стрельбы	Умение корректировать и самокорректировать огонь	Соревнования на личное первенство

4	май	После ознакомления с правилами соревнований	Знания, полученные за год обучения.	Районные соревнования, военизированная игра «Орлёнок».
---	-----	---	-------------------------------------	--

5. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.

Методическая работа

- разработка планов занятий по темам;
- подготовка дидактического материала к новому учебному году;
- разработка и оформление методических и наглядных пособий;
- использование методических разработок прошлых лет и совершенствование их в процессе применения;
- разнообразить методы проведения занятий, а также использовать теоретические и практические рекомендации методистов и педагогов, применяя для этого журналы «Военные знания», «Основы безопасности жизни» и сеть Интернет.

6. ИСПОЛЬЗУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА.

1. Журнал «Основы безопасности жизни».
2. Журнал «Военные знания»
3. Настольная книга учителя ОБЖ, АСТ. Астрель, М., 2003г.
4. Учебник ОБЖ под ред. А.Т.Смирнов, Б.И.Мишин, В.А.Васнёв, М., «Просвещение» 2009г.
5. Примерные программы по ОБЖ. Сборник нормативных документов. М., «Дрофа», 2009г.
6. Сборник нормативных и правовых документов по основам военной службы. Москва, изд. НЦ ЭНАС, 2001г.
7. А.Юрьев. Спортивная стрельба. М., 1967г.
8. Законы РФ « Об образовании» 2005 г.,
9. Закон РФ «О воинской обязанности и военной службе» 1998 г.
10. Закон РФ «Об оружии» 1998 г. 4. Уголовный кодекс РФ 1996 г.
11. Кодекс об административных правонарушениях. 2001 г.
12. «Справочник по стрелковому оружию». В.Б.Жук М.2001 г.
13. «Военный энциклопедический словарь» Воениздат М.1987 г.
14. «Военно-исторический словарь» М 2000г.

Преподаватель-организатор ОБЖ

В.П.Андрейченко.