

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 5

**ПРИНЯТА**  
на заседании педагогического совета  
от «12» апреля 2025 г.  
Протокол № 11  
**УТВЕРЖДАЮ:**

**Подписано электронной подписью**

Сертификат:

00BE288ED3DCD39C2847AD9C7D8351F25B

Владелец:

Петкова Наталья Юрьевна

Действителен: с 31.03.2025 по 24.06.2026

Приказ от «13» мая 2025 г. № Ш5-13-412/5

**ПРОГРАММА**  
**Физкультурно-спортивной направленности**  
**«Пулевая стрельба»**  
(базовый уровень)

Срок реализации: 9 месяцев

Возраст обучающихся: 10 – 17 лет

Автор-составитель программы:

Афанасьев Вячеслав Владимирович,  
преподаватель

г. Сургут, 2025 г.

## АННОТАЦИЯ

Программа «Пулевая стрельба» физкультурно-спортивной направленности является модифицированной и составлена на основе программы «Добровольная подготовка молодежи к военной службе» для детей 10-17 лет, разработана в 2008 году, авторами Шевцовым В.В. профессором, преподавателем ТЮИ МВД РФ, Перовым А.Н. директором ГАУ ДОД ТО ОДЮЦ «Аванпост» (г. Тюмень) с учетом возрастных и индивидуальных особенностей каждого ребенка.

Программа рассчитана на обучающихся 10-17 лет, срок реализации 9 месяцев, объем программы 34 часа.

В процессе обучения, учащиеся познакомятся с мерами безопасности при обращении с любыми видами оружия (стрелковым, холодным, др.), правилами стрельбы, наблюдения за полем боя, выбором цели. Выбором прицела и точки прицеливания. Также узнают о поведении человека в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени и правила оказания первой медицинской помощи, познакомятся с основами стрельбы из стрелкового оружия, с физическими процессами, происходящими при выстреле, сведениями внешней и внутренней баллистики, закона рассеивания, умение определять среднюю точку попадания (СТП), изучение меткости и поражения целей с основными видами стрелкового, холодного и другого оружия.

Программой предусмотрено вариативное использование других форм организации: индивидуальная, комбинированная, практическая, теоретическая работа.

## ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Название программы	«Пулевая стрельба»
Направленность программы	Физкультурно-спортивная
Уровень программы	Базовый
Ф.И.О. автора (составителя) программы	Афанасьев Вячеслав Владимирович, преподаватель
Год разработки или модификации	2025 год
Где, когда и кем утверждена программа	Утверждена приказом директора МБОУ СОШ №5 от 13.05.2025 г. № Ш5-13-412/5
Информация о наличии рецензии/экспертного заключения	Рецензия отсутствует.
Цель	Создание оптимальных условий для физического и психического развития, самореализации, укрепления здоровья и формирования позитивных жизненных ценностей, обучающихся посредством систематических занятий пулевой стрельбой.
Задачи	<p><u>Образовательные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• обучить мерам безопасности при обращении с любыми видами оружия (стрелковым, холодным, др.)</li> <li>• обучить правилам стрельбы, наблюдения за полем боя, выбором цели. Выбором прицела и точки прицеливания.</li> <li>• обучить безопасному поведению человека в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени и правил оказания первой медицинской помощи.</li> <li>• ознакомить с основами стрельбы из стрелкового оружия, с физическими процессами, происходящими при выстреле.</li> <li>• ознакомить со сведениями внешней и внутренней баллистики. Закона рассеивания. Умение определять среднюю точку попадания (СТП), изучение меткости и поражения целей.</li> <li>• познакомить с основными видами стрелкового, холодного и другого оружия.</li> </ul> <p><u>Развивающие:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• развить в каждом учащемся твердую дисциплину, ответственность и самоконтроль при действии в любых ситуациях, собранность и порядок на занятиях и при личной подготовке.</li> <li>• развить умения предвидеть и оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья, принимать обоснованное решение и действовать в конкретной опасной или чрезвычайной ситуации, сообразуясь со своими возможностями.</li> <li>• развить практическое применение приобретенных знаний, умений, навыков в области безопасности жизнедеятельности.</li> </ul>

	<p><u>Воспитательные:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• сформировать у обучающихся ответственность за личную безопасность и здоровье, Безопасность семьи, общества, государства. Ответственное отношение к природной среде, Чувство уважения к героическому наследию России, патриотизма и долга по защите Отечеством.</li> <li>• сформировать личные духовные и физические качества, обеспечивающие адекватное опасностям поведение в различных ситуациях, потребности в соблюдении норм здорового образа жизни.</li> </ul>
<p>Планируемые результаты освоения программы</p>	<p>В результате каждый учащийся должен:</p> <p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• меры безопасности применительно к любым стрельбам и соревнованиям;</li> <li>• основы и правила стрельбы;</li> <li>• порядок действий на огневом рубеже;</li> <li>• порядок определения СТП (средней точки попадания) и определять новую точку прицеливания;</li> <li>• правила ухода за оружием, порядок проведение технического обслуживания (ТО) оружия;</li> <li>• правила поведения при проведении соревнований, стрельб и ТО оружия;</li> <li>• устройство пневматической винтовки и пистолета,</li> <li>• особенности стрельбы, как вида спорта;</li> <li>• поведение стрелка во время выстрела;</li> <li>• причины, вызывающие рассеивание выстрела;</li> <li>• последовательность выполнения выстрела;</li> <li>• как выполняется правильное прицеливание;</li> <li>• знать технику безопасности при выполнении стрельб.</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• соблюдать правила техники безопасности при проведении стрельб и работе с оружием и боеприпасами.</li> <li>• заряжать оружие и вести стрельбу с соблюдением правил техники безопасности;</li> <li>• контролировать мышечное напряжение своего тела;</li> <li>• дифференцировать величину мышечных усилий;</li> <li>• выполнять корректировку прицела во время</li> </ul>

	<p>стрельбы;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• вести наблюдения за мишенным полем;</li> <li>• поражать цели и мишени с высокой точностью;</li> <li>• определять среднюю точку попадания;</li> <li>• собирать и разбирать учебное оружие;</li> <li>• проводить техническое обслуживание оружия;</li> <li>• изготавливать мишени из подручных материалов;</li> <li>• исправлять ошибки, возникающие при стрельбе.</li> </ul>
Срок реализации программы	9 месяцев
Количество часов в неделю/ год	1 академический час в неделю/34 часа в год
Возраст обучающихся	10 -17 лет
Формы занятий	<p>теоретические и практические:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- словесный (познавательный рассказ, рассказ в сочетании с показом устройства, беседа, мини-лекция, диалог педагога с учащимися, учащихся друг с другом);</li> <li>- метод упражнения (упражнение, тренировка);</li> <li>- наглядный, иллюстративно-демонстрационный (просмотр плакатов, карт, оборудования и снаряжения, знакомство с видами оружия, показ способов выполнения упражнений по стрельбе);</li> <li>- репродуктивный (практическое повторение за педагогом приемов изготовления, стрельбы, сборки-разборки оружия и его технического обслуживания);</li> <li>- эвристический (совместное обсуждение итогов выполнения заданий, повторение вслух главных правил техники безопасности);</li> <li>- метод проблемного обучения (самостоятельный поиск индивидуальных особенностей пневматического оружия, настройка прицела, постоянный контроль над правильной изготовкой);</li> <li>- игровой метод (викторина, кроссворд, спортивные и подвижные игры).</li> </ul>
Методическое обеспечение	Вспомогательная литература, папки с разработками по темам программы, видеоматериалы, наглядные пособия и т.д.
Условия реализации программы (оборудование, инвентарь, специальные помещения, ИКТ и др.)	<p>Занятия проводятся в кабинете ОБЖ, спортивном городке, спортивном зале, тире.</p> <p>Используемый инвентарь и оборудование: учебные винтовки, учебные макеты, таблицы, стенд с видами оружия, макеты АК-47, коврики гимнастические, компьютер, колонки, маркировочная лента, свисток, и т.д.</p>

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### **Нормативно-правовое обеспечение программы:**

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными правовыми документами:

1. Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» ([https://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_140174/](https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/)).

2. Распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года» ([https://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_413581/](https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_413581/)).

3. Приказом Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 N 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (<https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405245425/>).

4. Постановлением 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» (<https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/74993644/>).

5. А также другими Федеральными законами, иными правовыми актами РФ, законами и иными нормативными правовыми актами субъектов РФ (Ханты-Мансийского автономного округа-Югры), содержащими нормы, регулирующие отношения в сфере дополнительного образования детей, нормативными и уставными документами МБОУ СОШ № 5.

Реализация программы осуществляется за пределами Федеральных государственных образовательных стандартов и не предусматривает подготовку обучающихся к прохождению государственной итоговой аттестации по образовательным программам

**Актуальность программы:** на школу в современной обстановке ложится и ответственность за первоначальную подготовку юношей к службе в армии. И одним из критериев данной подготовки является умение владеть оружием.

Решению данной задачи может способствовать и данная программа, включающая в себя изучение основ и правил стрельбы, практические занятия по огневой подготовке.

В основу содержания данной программы легли основные положения Курса стрельб из стрелкового оружия, а также ряд методических пособий для подготовки воинов Вооруженных Сил Российской Федерации и другие нормативные акты в области огневой подготовки.

**Новизна программы:** содержание программы учитывает интеграцию со школьными образовательными дисциплинами (ОБЖ, физическая культура, физика) через участие детей в муниципальных и окружных соревнованиях и мероприятиях по направлению пулевая стрельба.

**Направленность:** физкультурно-спортивная.

**Уровень освоения программы:** базовый.

**Отличительные особенности программы:** позволяет дать реальную возможность в изучении современного стрелкового оружия и научить метко стрелять. Привлечение учащихся к военно-прикладным видам спорта позволяет отвлечь детей от безнадзорности и вредных привычек, тем самым снизить уровень наркомании и преступности.

**Адресат программы:** программа предназначена для обучения детей и подростков в возрасте 10-17 лет.

**Количество обучающихся в группе:** 15 человек.

**Срок освоения программы:** 9 месяцев.

**Объем программы:** 34 часа.

**Режим занятий:** 1 раз в неделю по 1 академическому часу.

**Форма обучения:** очная.

### **Особенности организации образовательного процесса:**

**Цель программы:** создание оптимальных условий для физического и психического развития, самореализации, укрепления здоровья и формирования позитивных жизненных ценностей, обучающихся посредством систематических занятий пулевой стрельбой.

#### **Задачи:**

##### Образовательные:

- обучить мерам безопасности при обращении с любыми видами оружия (стрелковым, холодным, др.)
- обучить правилам стрельбы, наблюдения за полем боя, выбором цели. Выбором прицела и точки прицеливания.
- обучить безопасному поведению человека в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени и правил оказания первой медицинской помощи.
- ознакомить с основами стрельбы из стрелкового оружия, с физическими процессами, происходящими при выстреле.
- ознакомить со сведениями внешней и внутренней баллистики. Закона рассеивания. Умение определять среднюю точку попадания (СТП), изучение меткости и поражения целей.
- познакомить с основными видами стрелкового, холодного и другого оружия.

##### Развивающие:

- развить в каждом учащемся твердую дисциплину, ответственность и самоконтроль при действии в любых ситуациях, собранность и порядок на занятиях и при личной подготовке.
- развить умения предвидеть и оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья, принимать обоснованное решение и действовать в конкретной опасной или чрезвычайной ситуации, сообразуясь со своими возможностями.
- развить практическое применение приобретенных знаний, умений, навыков в области безопасности жизнедеятельности.

##### Воспитательные:

- сформировать у обучающихся ответственность за личную безопасность и здоровье, Безопасность семьи, общества, государства. Ответственное отношение к природной среде, Чувство уважения к героическому наследию России, патриотизма и долга по защите Отечеством.
- сформировать личные духовные и физические качества, обеспечивающие адекватное опасностям поведение в различных ситуациях, потребности в соблюдении норм здорового образа жизни.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### Учебный план

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Организационная работа	1	1	-	Наблюдение, игра
2	Цели и задачи стрелковой подготовки.	1	1	-	Тестирование
3	Особенности стрельбы как вида спорта.	1	1	-	Тестирование
4	Материальная часть оружия.	1	1	-	Тестирование
5	Прикладная баллистика.	1	1	-	Тестирование
6	Понятие о прицеливании.	1	1	-	Тестирование
7	Рассеивание выстрелов.	1	1	-	Тестирование
8	Техника стрельбы.	1	1	-	Тренировка, наблюдение
9	Ошибки, возникающие при стрельбе и рекомендации по их устранению.	2	-	2	Наблюдение
10	Обучение изготовке.	2	-	2	Задания практические
11	Обучение прицеливанию.	2	-	2	Задания практические
12	Обучение управлению дыханием и спуском крючка.	2	-	2	Наблюдение
13	Стрелковые подготовительные упражнения.	10	-	10	Задания практические
14	Стрелковые поединки.	2	-	2	Тренировки
15	Устройство автомата Калашникова	3	-	3	Наблюдение
16	Разборка-сборка автомата Калашникова	3	-	3	Сдача норматива
	Итого:	34	8	26	

### Содержание учебного плана

#### **Тема 1. Организационная работа (1 ч.).**

**Теория:** Инструктаж по ТБ

#### **Тема 2. Цели и задачи стрелковой подготовки (1 ч.).**

**Теория:** Воспитание и развитие нравственных, морально – волевых (патриотизм, мужество, бесстрашие, дисциплинированность) и физических качеств (сила, выносливость, ловкость, быстрота, способность преодолевать трудности).

Подготовка ребят к службе в Российской армии. Дать допризывникам навыки обращения с оружием, научить метко стрелять и принимать участие в соревнованиях по стрельбе из малокалиберного оружия и пневматического.

#### **Тема 3. Особенности стрельбы как вида спорта (1 ч.).**

**Теория:** Монотонность, статическая работа мышц ног, туловища, рук. Процесс выполнения выстрела требует тонкой координации движений, умения дифференцировать величину мышечных усилий.

Значительная психическая напряжённость. Специфическая нагрузка статического характера, большое напряжение нервной системы.

#### **Тема 4. Материальная часть оружия (1 ч.).**

**Теория:** Пневматическая винтовка МР-512; пневматический пистолет пневматический МР-654К. Устройство, взаимодействие частей. Характеристика оружия. Экипировка.

#### **Тема 5. Прикладная баллистика (1 ч.).**

**Теория:** Выстрел. Скорость полета пули. Баллистика – наука, изучающая движение пули. Взрывчатые вещества, Иницирующие, дробящие, летательные. Бездымные пороха. Внутренняя баллистика. Отдача оружия и угол вылета пули. Сохранение равновесия сил. Поведение стрелка во время выстрела. Внешняя баллистика. Траектория пули и её элементы. Образование траектории. Точка вылета.

#### **Тема 6. Понятие о прицеливании (1 ч.).**

**Теория:** Вертикальная и горизонтальная наводка. Прицельные приспособления. Типы прицелов: открытый, диоптрический, оптический. Ровная мушка; линия прицеливания, точка прицеливания. Сравнительная характеристика прицелов. Аккомодация глаза.

#### **Тема 7. Рассеивание выстрелов (1 ч.).**

**Теория:** Причины. Вызывающие рассеивание выстрелов. Площадь рассеивания. Средняя точка попадания СТП. Кучность боя. Поправки прицела (горизонтальная, вертикальная).

#### **Тема 8. Техника стрельбы (1 час).**

**Теория:** Условия меткой стрельбы. Неподвижность оружия. Строго определённое направление, задержка дыхания, нажатие на спусковой крючок. Изготовка. Устойчивость изготовки. Корректирование изготовки.

Прицеливание. Прицеливание с открытым и диоптрическим прицелом.

Управление дыханием и спуском. Техника нажатия на спусковой крючок. Последовательность выполнения выстрела.

#### **Тема 9. Ошибки, возникающие при стрельбе и рекомендации по их устранению (2 ч.).**

**Практика:** Изготовка – научиться расслаблять мышцы. Найти оптимальное положение головы. Контролировать расслабление.

Прицеливание – концентрировать внимание на мушке, не «играть» просветом. Слишком долгое прицеливание – потренироваться в стрельбе с ограничением времени. При слабой концентрации внимания концентрировать внимание на отдельных элементах техники. Применять наушники.

Управление дыханием. Не допускать чрезмерной задержки дыхания и чрезмерной гипервентиляции лёгких.

Управление спуском. Плавность нажатия, точно вдоль оси канала ствола, третьей фалангой указательного пальца. Добиться устойчивости оружия, чтобы исключить «поддавливания» благоприятного момента для нажатия на спусковой крючок.

Ошибки тактического характера. Начало стрельбы без специальной разминки. Техника выполнения пробных выстрелов не должна отличаться от выполнения зачётных.

Выяснить причину неудачного выстрела отработать однообразный ритм и темп стрельбы. При утомлении отдохнуть, при неудобной изготовке проверить положение изготовки.

#### **Тема 10. Обучение изготовке (2 ч.)**

**Практика:** Добиться необходимой степени равновесия системы «тело стрелка – оружие» возможно меньшим напряжением мышц. Требование к изготовке – обеспечить хорошую устойчивость оружия за счёт наименьшего напряжения мышц и естественного положения головы, создающего нормальные условия для работы глаза во время прицеливания.

Проверка правильности изготовки «грубой наводкой».

#### **Тема 11. Обучение прицеливанию (2 ч.)**

**Практика:** Понятие о монокулярном и бинокулярном зрении. Правильное прицеливание. Оптимальное время прицеливания (4 – 6 секунд). Между «ровной мушкой» и «яблоком мишени» должен быть всегда одинаковый просвет, настолько тонкий, насколько позволяет острота зрения. Свойства глаза – адаптация.

#### **Тема 12. Обучение управлению дыханием и спуском крючка (2 ч.)**

**Практика:** Задержка дыхания на «полу вдохе», «полу выдохе». Грубая наводка. Корректировка позы. Постепенное, плавное нажатие на спусковой крючок. Не ждать выстрела, не менять позы. Работа над согласованностью всех элементов техники.

#### **Тема 13. Стрелковые подготовительные упражнения (10 ч.)**

**Практика:** в процессе занятий по мере необходимости

а) стрельба без патрона.

Стрельба без патрона проводится до тех пор, пока стрелок не освоил технику выстрела, двигательный навык не сформировался. Это основная форма работы.

б) стрельба по экрану

Стрельба по экрану – промежуточная между тренировкой без патрона и стрельбой по мишени. Проводится для снижения ответственности стрелка за выстрел и тем самым снизить степень возбуждения и избежать непроизвольных мышечных реакций. В последующем необходимо избежать такое нежелательное явление как ожидание выстрела.

Стрельба по экрану проводится сериями по несколько выстрелов.

в) стрельба по мишени на кучность.

Определение средней точки попадания (СТП). Отрывы, их причины и устранение.

г) стрельба по мишени на результат.

Основные задачи (правильная работа над выстрелом, развитие самоконтроля изготовки, дальнейшее овладение техникой выстрела, улучшение кучности стрельбы, расчёт и своевременное внесение поправок в установку прицела).

#### **Тема 14. Стрелковые поединки (2 ч.)**

**Практика:** Условия проведения. Подготовка и участие команды в поединках. Судейство соревнований. Определение результатов.

#### **Тема 15. Устройство автомата Калашникова (3 ч.)**

**Практика:** Ствол автомата со ствольной коробкой, затворная рама с затвором, возвратный механизм, спусковой механизм, приклад, цевье, крышка ствольной коробки, газовая трубка. Материалы, используемые для изготовления. Приемы обращения с автоматом.

### **Тема 16. Разборка – сборка автомата Калашникова (3 ч).**

**Практика:** Методика выполнения неполной разборки автомата Калашникова.

1. Отделить магазин. Удерживая макет левой рукой за шейку приклада или цевье, правой рукой обхватить магазин, нажимая большим пальцем на защелку, подать нижнюю часть магазина вперед и отделить его.
2. Вынуть пенал с принадлежностью. Утопить пальцем правой руки крышку гнезда приклада так, чтобы пенал под действием пружины вышел из гнезда.
3. Отделить шомпол. Оттянуть конец шомпола так, чтобы головка вышла из-под упора на основании мушки, и вынуть шомпол движением вперед по стволу.
4. Отделить крышку ствольной коробки.левой рукой обхватить шейку приклада, большим пальцем этой руки нажать на выступ возвратного механизма, правой рукой приподнять вверх заднюю часть крышки и отделить крышку.
5. Отделить возвратный механизм. Удерживая макет левой рукой за шейку приклада, правой рукой подать вперед направляющий стержень возвратного механизма до выхода его пятки из паза макета ствольной коробки; приподнять задний конец направляющего стержня и извлечь возвратный механизм из канала макета затворной рамы.
6. Отделить макет затворной рамы. Продолжая удерживать макет левой рукой, правой рукой отвести макет затворной рамы назад до упора, приподнять его и отделить от макета ствольной коробки.
7. Отделить макет затвора от макета затворной рамы. Взять макет затворной рамы в левую руку макетом затвора кверху; правой рукой отвести макет затвора назад, повернуть его так, чтобы ведущий выступ вышел из фигурного паза макета затворной рамы и движением вперед вывести макет затвора из макета затворной рамы.
8. Отделить газовую трубку. Удерживая макет левой рукой, правой рукой надеть пенал принадлежности прямоугольным вырезом на выступ чеки газовой трубки, повернуть чеку от себя до вертикального положения и снять газовую трубку с патрубком газовой камеры.

### **Планируемые результаты освоения программы**

По окончании изучения программы обучающийся должен:

#### **Знать:**

- меры безопасности применительно к любым стрельбам и соревнованиям;
- основы и правила стрельбы;
- порядок действий на огневом рубеже;
- порядок определения СТП (средней точки попадания) и определять новую точку прицеливания;
- правила ухода за оружием, порядок проведения технического обслуживания (ТО) оружия;
- правила поведения при проведении соревнований, стрельб и ТО оружия;
- устройство пневматической винтовки и пистолета;
- особенности стрельбы, как вида спорта;
- поведение стрелка во время выстрела;
- причины, вызывающие рассеивание выстрела;
- последовательность выполнения выстрела;

- как выполняется правильное прицеливание;
- знать технику безопасности при выполнении стрельб.

**Уметь:**

- соблюдать правила техники безопасности при проведении стрельб и работе с оружием и боеприпасами.
- заряжать оружие и вести стрельбу с соблюдением правил техники безопасности;
- контролировать мышечное напряжение своего тела;
- дифференцировать величину мышечных усилий;
- выполнять корректировку прицела во время стрельбы;
- вести наблюдения за мишенным полем;
- поражать цели и мишени с высокой точностью;
- определять среднюю точку попадания;
- собирать и разбирать учебное оружие;
- проводить техническое обслуживание оружия;
- изготавливать мишени из подручных материалов;
- исправлять ошибки, возникающие при стрельбе.

# КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

## Календарный учебный график

Количество учебных недель: 34

Количество учебных дней: 204

Сроки учебных периодов: 1 полугодие – 01.09.2025 – 30.12.2025 г.

2 полугодие – 11.01.2026 – 26.05.2026 г.

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь			Теория	1	Организационная работа	Каб. 220	Наблюдение игра
2	Сентябрь			Теория	1	Цели и задачи стрелковой подготовки.	Каб. 220	Тестирование
3	Сентябрь			Теория	1	Особенности стрельбы как вида спорта.	Каб. 220	Тестирование
4	Сентябрь			Теория	1	Материальная часть оружия.	Каб. 220	Тестирование
5	Октябрь			Теория	1	Прикладная баллистика.	Каб. 220	Тестирование
6	Октябрь			Теория	1	Понятие о прицеливании.	Каб. 220	Тестирование
7	Октябрь			Теория	1	Рассеивание выстрелов.	Каб. 220	Задания практические
8	Ноябрь			Теория	1	Техника стрельбы.	Каб. 220	Тренировка, наблюдение
9	Ноябрь			Практика	1	Ошибки, возникающие при стрельбе и рекомендации по их устранению.	Тир	Наблюдение
10	Декабрь			Практика	1	Ошибки, возникающие при стрельбе и рекомендации по их устранению.	Тир	Наблюдение

11	Декабрь			Практика	1	Обучение изготовке.	Тир	Задания практические
12	Декабрь			Практика	1	Обучение изготовке.	Тир	Задания практические
13	Декабрь			Практика	1	Обучение прицеливанию.	Тир	Задания практические
14	Декабрь			Практика	1	Обучение прицеливанию.	Тир	Задания практические
15	Январь			Практика	1	Обучение управлению дыханием и спуском крючка.	Тир	Наблюдение
16	Январь			Практика	1	Обучение управлению дыханием и спуском крючка.	Тир	Наблюдение
17	Январь			Практика	1	Стрелковые подготовительные упражнения.	Тир	Задания практические
18	Февраль			Практика	1	Стрелковые подготовительные упражнения.	Тир	Задания практические
19	Февраль			Практика	1	Стрелковые подготовительные упражнения.	Тир	Задания практические
20	Февраль			Практика	1	Стрелковые подготовительные упражнения.	Тир	Задания практические
21	Февраль			Практика	1	Стрелковые подготовительные упражнения.	Тир	Задания практические
22	Март			Практика	1	Стрелковые подготовительные упражнения.	Тир	Задания практические
23	Март			Практика	1	Стрелковые	Тир	Задания

						подготовительны е упражнения.		практически е
24	Март			Практика	1	Стрелковые подготовительны е упражнения.	Тир	Задания практически е
25	Март			Практика	1	Стрелковые подготовительны е упражнения.	Тир	Задания практически е
26	Апрель			Практика	1	Стрелковые подготовительны е упражнения.	Тир	Задания практически е
27	Апрель			Практика	1	Стрелковые поединки.	Тир	Тренировки
28	Апрель			Практика	1	Стрелковые поединки.	Тир	Задания практически е
29	Апрель			Практика	1	Устройство автомата Калашникова	Тир	Наблюдение
30	Май			Практика	1	Устройство автомата Калашникова	Тир	Наблюдение
31	Май			Практика	1	Устройство автомата Калашникова	Тир	Наблюдение
32	Май			Практика	1	Разборка – сборка автомата Калашникова	Тир	Сдача нормативов
33	Май			Практика	1	Разборка – сборка автомата Калашникова	Тир	Сдача нормативов
34	Май			Практика	1	Разборка – сборка автомата Калашникова	Тир	Сдача нормативов

### Условия реализации программы

Для эффективной реализации настоящей программы необходимы определенные условия:

- наличие 1 кабинета для учебных занятий, рассчитанного на 15 человек и отвечающего правилам СанПин;

- наличие 15 ученических столов и 15 стульев, соответствующих возрастным особенностям обучающимся;
- наличие 1 тира на 1 группу;
- 1 шкаф, 1 стеллажи для оборудования на 1 группу;
- 1 спортивный городок на 1 группу;
- 1 спортивный зал на 1 группу.

### **Методическое обеспечение программы:**

Для проведения занятий по теоретической подготовке имеется класс с комплектом плакатов по теории пулевой стрельбы, практические занятия проводятся в комнатном тире, оборудованном отбойником и креплением для мишеней различного типа (бумажных и падающих). Имеется литература про оружейников, буклеты про воинские звания и награды. В классе размещена копия знамени победы, с кратким пояснением его создания и вооружением над Рейхстагом. Так же для расширения кругозора учащихся на стене класса размещены плакаты: «Символы России и вооруженных сил».

Для подготовки воспитанников к службе в вооруженных силах имеется макет автомата Калашникова ММГ (макет массо – габаритный) АК-74М. Учащиеся учатся разборке – сборке автомата.

В работе используются следующие методы:

- словесный (познавательный рассказ, рассказ в сочетании с показом устройства, беседа, мини-лекция, диалог педагога с учащимися, учащихся друг с другом);
- метод упражнения (упражнение, тренировка);
- наглядный, иллюстративно-демонстрационный (просмотр плакатов, карт, оборудования и снаряжения, знакомство с видами оружия, показ способов выполнения упражнений по стрельбе);
- репродуктивный (практическое повторение за педагогом приемов изготовления, стрельбы, сборки-разборки оружия и его технического обслуживания);
- эвристический (совместное обсуждение итогов выполнения заданий, повторение вслух главных правил техники безопасности);
- метод проблемного обучения (самостоятельный поиск индивидуальных особенностей пневматического оружия, настройка прицела, постоянный контроль над правильной изготовкой);
- игровой метод (викторина, кроссворд, спортивные и подвижные игры).

### **Материально-техническое обеспечение программы:**

Используемый инвентарь и оборудование:

- учебные винтовки - 15 шт. на 1 группу;
- учебные макеты 15 шт. на 1 группу;
- таблицы - 15 шт. на 1 группу;
- стенд с видами оружия – 1 шт. на 1 группу;
- макеты АК-47 5 шт. на 1 группу;
- коврики гимнастические 15 шт. на 1 группу;
- компьютер, колонки - 1 шт. на 1 группу;
- маркировочная лента - 1 шт. (100м.) на 1 группу;
- свисток - 1 шт. на 1 группу.

## Воспитательный компонент

Воспитательная работа в образовании представлена формированием у школьников определенной системы ценностных отношений к гражданскому и патриотическому воспитанию: формирование у детей целостного мировоззрения, российской идентичности, уважения к своей семье, обществу, государству, принятым в семье и обществе духовно-нравственным, социокультурным ценностям, к национальному культурному, историческому наследию, стремления к его сохранению и развитию; создание условий для воспитания у детей активной гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на традиционных культурных, духовных и нравственных ценностях российского общества, для увеличения знаний и повышения способности ответственно реализовывать свои конституционные права и обязанности. В школьном образовании воспитание проводится планомерно, в системе в связи с познавательным процессом и зависит от содержания и аксиологического освещения учебного материала, методов и форм его изучения.

### Формы промежуточной аттестации и итогового контроля:

Аттестация	Сроки проведения	Форма
Текущий контроль знаний	В течение всего срока обучения	В соответствии с программой, на основании положения о контроле
Промежуточная	Декабрь/январь	Оценка нормативов разборка/сборка и стрельба
Итоговая	Май	Участие в соревнованиях юнармейских игр по пулевой стрельбе, «Мастер оружейник», соревнования «А, ну-ка мальчики, а ну-ка, девочки»

### Оценочные материалы:

Примеры оценочных материалов представлены в приложении (см. приложение).

## Список литературы

### Для педагога:

1. Белкин А.А. Идеомоторная подготовка в спорте. – Москва: ФИС, 2019 г.
2. Багаев И.С., Турахин А.Е. Стрелковый спорт, опыт, методика. – Москва: Изд. ДОСААФ, 2018г.
3. Вопросы подготовки молодых стрелков. Методические рекомендации. Комитет по ФК и С. – Москва, 2020 г.
4. Дмитриевский А.А. Внешняя баллистика. – Москва: Воениздат, 2018 г.
5. Джагамадзе Т.А., Корх А.Я. Володина И.С. Подготовка стрелка из пневматического оружия. Методическая разработка для студентов и слушателей РГАФК. – Москва, изд. Редакционно-издательского отдела РГАФК, 2020 г.
6. Кинкль В.А. Пулевая стрельба. – Москва: Просвещение, 2021 г.
7. Михайлов Б.Е., Федорцов В.Б. Вопросы теории, техники пулевой спортивной стрельбы. – Москва: Изд. ДОСААФ, 2019 г.
8. Пулевая стрельба: примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва, училищ олимпийского резерва, школ высшего спортивного мастерства. – М.: Советский спорт, 2019
9. Теория и методика спорта: учебное пособие для училищ Олимпийского резерва. Под общей редакцией д.п.н. Ф.П. Сулова, д.п.н. проф. Ж.К. Холодова. – Москва, 2017 г.
10. Спортивная стрельба. Учебник для институтов физической культуры. Под общей редакцией к.п.н., доцента, заслуженного тренера Корха А.Я. – Москва: ФИС, 2021 г.

### Для обучающихся и родителей:

1. Дворкин А.Д. Стрельба из пневматических винтовок. – Москва: Изд. ДОСААФ, 2017 г.
2. Насонова А.А. пулевая стрельба. Изд.: Советский спорт, 2005 г.
3. Шилин Ю.Н. Физическая подготовка стрелка. – Москва: Изд. Редакционно-издательского отдела РГАФК, 1995 г.
4. Федорин В.Н. Общая и специальная физическая подготовка стрелка спортсмена. – Краснодар: Изд. Редакционно-издательского совета Кубанской Государственной академии Ф.К., 1995 г.
5. Пуцыкович Д.В. Правила соревнований по пулевой стрельбе. – Москва: Изд. «Патриот», 2020

НОРМАТИВЫ ОЦЕНКИ НЕПОЛНОЙ РАЗБОРКИ И СБОРКИ МАКЕТА  
АВТОМАТА КАЛАШНИКОВА

Оценка	Время, секунды	
	Разборка	сборка
«отлично»	18	30
«хорошо»	20	35
«удовлетворительно»	25	40

Контроль проводится в виде опроса и демонстрации, оценивается:

- «Зачтено» - учащийся правильно ориентируется в современном стрелковом оружии, знает технику безопасности при стрельбе, теоретические основы стрельбы, умение правильно занять позицию на стрелковом рубеже, вести прицельную и кучную стрельбу.

- «Не зачтено» - Если учащийся неправильно ориентируется в современном стрелковом оружии, не знает технику безопасности при стрельбе, теоретические основы стрельбы, не умеет правильно занять позицию на стрелковом рубеже.

- исправлять ошибки, возникающие при стрельбе.

Тестирование

1. С какого положения (изготовки) для стрельбы начинается подготовка начинающих стрелков?

- а. стоя.
- б. с колена.
- в. видя.
- г. лежа.

2. Для чего нужен курок.

- а. для направления полёта пули
- б. это механизм управления автоматическим оружием, позволяющий переключаться между режимами ведения огня.
- в. это приспособление, улучшающее удобство при удержании и повышающее устойчивость оружия при ведении стрельбы.
- г для нанесения удара по ударнику

3. Каков калибр пуль для пневматического оружия, использующихся для сдачи норм ГТО?

- а. 5.5 мм.
- б. 6,35 мм.
- в. 4.5 мм.
- г. 9 мм.

4. . Как называется специальное устройство, предназначенное для уменьшения отдачи огнестрельного оружия, использующее кинетическую энергию пороховых газов, которые выходят из ствола вслед за выпущенной пулей или снарядом?

- а. компенсатор.
- б. дульный тормоз-компенсатор.

- в. пламегаситель.
5. Для чего необходимо определить, какой глаз является ведущим (доминирующим) при стрельбе из пневматической винтовки?
- а. чтобы производить выстрел, не прищуривая другой глаз.
  - б. чтобы метко целиться и не промахиваться.
  - в. чтобы целиться метко, а при стрельбе определить, с какой стороны ее держать винтовку.
  - г. чтобы глаза не уставали.
6. Как называется деталь оружия, приспособление для крепления и передвижения ремня ручного огнестрельного оружия.
- а. карабин.
  - б. шлевка.
  - в. вертлюг
  - г. антабка.
7. Какое из требований техники безопасности при стрельбе является неправильным?
- а. оружие заряжается исключительно до прихода на огневой рубеж.
  - б. обращаться с любым оружием стоит как с заряженным - аккуратно и осторожно.
  - в. только при полной готовности к выстрелу палец переносится на спусковой крючок.
  - г. разрешается направление ствола винтовки только в сторону мишени, а при необходимости переместить оружие, его поворачивают стволом вверх.
  - д. при стрельбе из пневматического оружия защитные очки обязательны при стрельбе с близкого расстояния менее 10 метров)
8. Сколько патронов выдают бойцу Российской армии, вооруженному автоматом Калашникова для выполнения боевых задач?
- а. 120 патронов (4 магазина)
  - б. 360 патронов (12 магазинов).
  - в. 320 патронов (8 магазинов) и еще столько же, но в пачках.
9. Во время производства выстрела, при нажатии на спусковой крючок необходимо?
- а. сделать глубокий вдох.
  - б. сделать резкий выдох.
  - г. задержать дыхание.
  - д. выполнить 3-4 глубоких вдоха и выдоха, а затем, медленно выдыхая нажать на спусковой крючок.
10. Какова максимальная дальность полета пули из автомата АК-74?
- а. 2500 м.
  - б. 3500 м.
  - в. 3150 м.
  - г. 3000 м.
11. Что необходимо делать при стрельбе в тире или на стрельбище в случае неисправности оружия или задержки?
- а. устранить задержку самостоятельно.

б. доложить руководителю стрельб или тренеру и принять меры к устранению проблемы.

в. направить оружие в сторону мишени, доложить руководителю стрельб и ждать его дальнейших распоряжений.

г. положить оружие на землю и покинуть огневой рубеж.

12. После стрельб из боевого оружия (Автомата Калашникова) необходимо?

а. разобрать автомат, затем произвести смазку его частей механизмов.

б. произвести чистку частей и механизмов оружия.

в. почистить оружие, затем произвести смазку его частей механизмов.

г. разобрать автомат, произвести чистку его частей и механизмов, смазать металлические части, по окончании смазки собрать автомат, проверить работу его частей и механизмов, вычистить и смазать магазины и принадлежность.

#### Ответы

Вопрос	Ответ
1	г
2	в
3	в
4	б
5	в
6	г
7	а
8	а
9	д
10	в
11	в
12	г