

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
Обуховская средняя общеобразовательная школа

Приложение к ООП ООО

«РАССМОТРЕНО»
Руководитель ШМО
Засек
/Солдатова Н.А./
Протокол № 1
от «29» августа 2016г.

«СОГЛАСОВАНО»
Зам. директора по ВР
Засек
/Н.А.Солдатова/

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МКОУ Обуховская
СОШ
Кузнецова /В.В.Кузнецова/
Приказ № 78/4
от «30» августа 2016г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по курсу «Юный стрелок»
для учащихся 5-7 классов
на 2016/17 учебный год

Составитель:
Юдин Василий Петрович,
учитель технологии

с. Обуховское
2016 год

Пояснительная записка.

Программа занятий кружка «Юный стрелок» для учащихся 5-7 классов МКОУ Обуховской СОШ разработана в соответствии с требованиями Закона РФ «Об образовании», Закона «О воинской обязанности и военной службы», Закона РФ «Об оружии».

Программа предназначена для учащихся 5-7 классов. Срок реализации – 3 года. Программа предусматривает проведение теоретических и практических занятий, рассчитана на объём 17 учебных часов по 0,5 часа.

Цель программы: создание условий для овладения учащимися теоретическими знаниями о типах и системах стрелкового оружия, мерах безопасного обращения с оружием, а также приобретение практических навыков огневой подготовки.

Задачи:

- Способствовать улучшению здоровья учащихся.
- Повышение физической подготовки спортсменов.
- Умение владеть эмоциями в любых экстремальных ситуациях.
- Укрепление обороноспособности нашей Родины.
- Отвлекать молодёжь от вредных привычек.
- Подготовка молодёжи к службе в вооружённых силах России, к защите Отечества.

Занятия предусматривают первоначальное ознакомление с теоретической частью программы, проведение инструктажа по технике безопасности при обращении с оружием, выполнение упражнений по стрельбе из пневматической винтовки с их последующим усложнением, выполнение контрольных нормативов. Занятия кружка «Юный стрелок» могут посещать и мальчики, и девочки. Занятия кружка «Юный стрелок» проводятся в спортивном зале, оборудованном для отработки практических умений и навыков.

В группе особое внимание уделяется:

- общей физической подготовке;
- основным элементам техники стрельбы;
- рациональному дыханию во время стрельбы;
- отработке точного навыка стрельбы;
- техники безопасности во время стрельбы.

Перечень учебного оборудования, необходимого для занятий огневой подготовкой:

- пневматические винтовки
- мишени
- прицельные станки
- мячи для проведения разминки
- квадраты разных размеров
- макеты автоматов

В ходе реализации программы используются следующие **методы и формы обучения:**

- лекционный метод (урок-лекция);
- практикумы;
- тестирование;
- соревнования.

Формой подведения итогов, оценкой результатов деятельности учащихся является участие в соревнованиях, проводимых на различных уровнях: в школе, районе, городе, округе.

Содержание обучения.

1. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СТРЕЛКА. 2 ЧАСА.

Общеразвивающие упражнения без предметов.

Упражнения для развития координации и точности движений.

Упражнения в парах.

Кроссовая подготовка. Упражнения с макетом оружия. Полоса препятствий.

Игра в футбол, баскетбол по 20 минут на каждом занятии.

2. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ ОБ ОРУЖИИ. 2 часа.

Работа основных частей и механизмов оружия. Уход за оружием и пулями, их хранение. Подготовка оружия к стрельбе, его зарядание.

3. ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ ПРИ СТРЕЛЬБЕ. 3 часа.

Тренировочное упражнение Стрельба из винтовки сидя за столом с опорой

локтями о стол. Прицеливание из винтовки с использованием прицельных станков. Стрельба. Т/б при стрельбе из винтовки.

4. ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ ПРИ СТРЕЛЬБЕ. 2 часа.

Стрельба из винтовки по белому листу бумаги.

Стрельба из винтовки по квадрату 10x10 см на листе белой бумаги. Определение средней точки попадания. Т/б при стрельбе из винтовки.

5. ОСНОВНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ ПРИ СТРЕЛЬБЕ. 2 часа.

Стрельба из винтовки по круглой мишени.

Стрельба по квадратам разных размеров, скоростная стрельба, стрельба на точность, пристрелка и регулировка оружия. Т/б при стрельбе из винтовки

6. СОРЕВНОВАНИЯ ПО СТРЕЛЬБЕ ИЗ ВИНТОВКИ Т/Б ПРИ СТРЕЛЬБЕ. 4 часа.

Соревнования среди членов кружка отдельно девочки, отдельно мальчики. Общешкольные соревнования, посвящённые Дню Защитника Отечества. Соревнования с учащимися других школ, соревнования допризывной молодёжи.

7. РАБОТА В ТИРЕ. 2 часа.

Тренировочные упражнения. Стрельба из винтовки. Отработка практических умений и навыков.

Календарно-тематическое планирование.

| № п/п | Содержание (разделы, темы) | Количество часов | |
|--------------|---|-------------------------|-------|
| 1. | Физическая подготовка стрелка. | 2 (Т) | - (П) |
| 2. | Общие сведения об оружии. Работа основных частей и механизмов оружия. Уход за оружием и пулями, их хранение. | 1 (Т) | 1 (П) |
| 3. | Подготовительные упражнения при стрельбе. | 1 (Т) | 2 (П) |

| | | | |
|--------------|--|----------|-----------|
| | Тренировочные упражнения. Прицеливание из винтовки с использованием прицельных станков. Стрельба. | | |
| 4. | Вспомогательные упражнения при стрельбе. Стрельба из винтовки по белому листу бумаги. Определение средней точки попадания. | - (Т) | 2 (П) |
| 5. | Отработка основных умений и навыков при выполнении упражнений при стрельбе. Стрельба из винтовки по круглой мишени. | - (Т) | 2 (П) |
| 6. | Соревнования по стрельбе из пневматической винтовки. | - (Т) | 4 (П) |
| 7. | Тренировочные упражнения. Стрельба из винтовки. Отработка практических умений и навыков. | - (Т) | 2 (П) |
| ИТОГО | | 4 | 13 |

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ

Учащиеся, занимающиеся в кружке «Юный стрелок», должны соблюдать требования по технике безопасности при стрельбе из пневматической винтовки.

ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- Брать и заряжать оружие без команды руководителя кружка.
- Прицеливаться и направлять даже незаряженное оружие на людей.
- Трогать спусковой крючок во время заряжения до прицеливания и после стрельбы.
- Оставлять заряженное оружие без присмотра.
- Выносить заряженное оружие с огневого рубежа.
- Шуметь и отвлекаться от стрельбы.
- Трогать чужое оружие.

СТРЕЛОК ОБЯЗАН:

- Выполнять все команды руководителя кружка.
- Держать даже незаряженное оружие только стволом в направлении стрельбы, а при переходах - стволом вверх, удерживая его около мушки.
- Стрелять только после команды «Старт» и до команды «Стоп».
- Прекратить стрельбу при появлении в огневой зоне человека.
- После стрельбы убедиться, что оружие разряжено.
- Бережно относиться к оружию.

Планируемые результаты

В результате обучения и освоения программы кружка «Юный стрелок» учащиеся должны *знать*:

- правила техники безопасности при обращении с оружием;
- правила поведения в тире;

- правила подготовки мишени;
- правила ухода за оружием и пулями, особенности их хранения и сбережения;
- основные части и механизмы оружия, их работу;
- приёмы и правила прицеливания и ведения огня из различных исходных положений.

уметь:

- объяснять способы и правила прицеливания из пневматической винтовки;
 - не нарушать правила техники безопасности при обращении с оружием;
 - выполнять спортивные упражнения из пневматического оружия («лежа», «стоя», «с колена», после физической нагрузки, в условиях плохой видимости, при сильных внешних раздражителях);
- Владеть навыками первичных приёмов выполнения упражнения по стрельбе из пневматической винтовки.

Список литературы.

1. А.Д.Дворкин «Пневматическое оружие».
2. В.А.Кинль «Пулевая стрельба».
3. М.А.Иткис «Специальная подготовка стрелка-спортсмена».