

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа № 1 г. Белинского Пензенской области им.
В.Г. Белинского**

СОГЛАСОВАНО

педагогическим советом

МОУ СОШ №1 г. Белинского,
Пензенской области

(протокол № 1 от 27.08.2025г.)

УТВЕРЖДЕНО

приказом МОУ СОШ №1 г. Белинского
Пензенской области

Директор  Котелкина С.Ю.

Приказ № 190 от 27.08.2025 г.



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Юный стрелок»**

Возраст обучающихся 12-18 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:

Ларин А.В.

педагог дополнительного образования

г. Белинский, 2025 г.

1. Комплекс основных характеристик программы

Пояснительная записка

1.1 Направленность, профиль программы

Данная рабочая программа составлена на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юный стрелок». По своей **направленности программа «Юный стрелок»** является физкультурно-оздоровительной, способствует военно – патриотическому воспитанию обучающихся. В системе физического воспитания молодежи стрелковый спорт занимает одно из ведущих мест. Недаром, до «перестройки», пулевая стрельба была включена во все ступени комплекса «ГТО». Соревнования по стрельбе из винтовки и пистолета были включены в программу первых Олимпийских игр 1896г, а с 1897 г стали регулярно проводиться чемпионаты мира по пулевой стрельбе. Опыт стрельбы из пневматических винтовок показал, что обучаемые получают достаточно хорошие навыки и потом успешно стреляют из других видов оружия.

Стрелковый спорт считается дорогим видом спорта, в финансовом плане, и поэтому в конце прошлого века его массовость, заметно упала. Возрождение и развитие этого спорта – благородное дело, так как отчасти мы готовим будущих защитников Отечества и резерв для пополнения сборных команд города и, возможно, России.

Программа разработана в соответствии со следующими нормативно – правовыми документами:

- Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в РФ»;
- Федеральный Закон от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20».

- Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;

Национальный проект «Образование» (утвержден Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);

- Целевая модель развития региональной системы дополнительного образования детей (приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467);

- Устав МОУ СОШ№1 им. В.Г.Белинского г. Белинского;

-Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МОУ СОШ№1 им. В.Г.Белинского г. Белинского.

1.2 Актуальность программы

Актуальность разработанной программы состоит в том, что она позволяет развить у учащихся такие качества, как ловкость, выносливость, терпеливость, аккуратность, самостоятельность. Привлекает учащихся тем, что у них имеется реальная возможность в изучении современного стрелкового оружия и возможность научиться метко, стрелять, выполнить разрядные нормативы по стрельбе и повышать спортивную квалификацию и иметь возможность в дальнейшем участвовать в различных соревнованиях по пулевой стрельбе, 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.

1.3 Отличительные особенности программы

Рабочая программа кружка «Юный стрелок» физкультурно-спортивного направления разработана в соответствии авторской программой кружка «Юный стрелок», автор Д.Н. Балугев, 2021 год и на основе методического пособия «Стрельба из пневматических винтовок», предназначенного для военно-патриотических клубов (объединений), кадетских государственных общеобразовательных учреждений. Опыт стрельбы из пневматических винтовок показал, что обучаемые получают достаточно хорошие навыки и потом успешно стреляют из других видов оружия.

1.4 Цели и задачи программы:

Цель – организация изучения учащимися школы курса «Юный стрелок» на кружковой основе, приобретения ими основных теоретических знаний по истории создания различных видов стрелкового оружия, типах и системах отечественного стрелкового оружия, мерах безопасного обращения со стрелковым оружием, а также приобретения практических навыков ухода за стрелковым оружием, выполнения правил его хранения и использования.

Задачи – формирование у учащихся первичных знаний по истории создания и развития различных видов стрелкового оружия, его современных типах, устройстве и технических характеристиках; привитие навыков безопасного обращения с оружием, правильного ухода и хранения оружия; достижение способности учащихся к выполнению первичных приемов стрельбы и развитие результативности в выполнении упражнения по стрельбе из пневматической винтовки.

1.5 Адресат программы

Программа «Юный стрелок» адресована детям от 11 до 17 лет, имеющих интерес к военно-прикладным видам спорта и проявляющих спортивные задатки.

1.6 Форма обучения, объем программы, режим проведения занятий

Форма проведения занятий: очная, аудиторная, тир.

Занятия проводятся в групповой и индивидуальной форме.

Для успешного освоения программы количество детей в группе - 25 человек.

Организационная форма обучения: индивидуальная и групповая.

Учащиеся делятся на группы. В каждой из них по-разному организуется деятельность учеников.

Индивидуальная форма - углубленная индивидуализация обучения, когда каждому дается самостоятельное задание и предполагается высокий уровень познавательной активности и самостоятельности каждого ребенка.

Групповая форма - предусматривает разделение группы обучающихся на подгруппы для выполнения определенных одинаковых или различных заданий.

Режим занятий: 68 часов, занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа.

1.7 Особенности организации образовательного процесса

- занятия проводятся в тире и (или) в учебном кабинете;
- организация деятельности – индивидуально-групповая, работа в парах;
- учитываются индивидуальные особенности и возможности учащихся;
- занятия проводятся в форме практических занятий, экскурсий, участия в соревнованиях и учебно-тренировочных сборах;
- практикуется совместное обсуждение результатов, взаимопомощь при выполнении заданий.

Программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий соответствующий уровень квалификации и подготовки, необходимой для работы по образовательным программам гражданского и военно-патриотического направления. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный стрелок» может быть реализована с использованием дистанционных технологий и электронного обучения.

1.8 Планируемые результаты

Личностные результаты включают:

- уважительное, бережное отношение к другим людям;
- умение разрешать конфликтные ситуации ненасильственными методами в разных ситуациях;
- ответственное отношение к своему здоровью, соблюдение основных принципов здорового образа жизни;
- устойчивое проявление волевых качеств – терпеливости, выдержки, самообладания, целеустремленности, настойчивости.

Метапредметные результаты включают:

- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль и самооценку своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение использовать различные схемы для изучения теории стрелкового дела и отработки практических навыков стрелковой подготовки;

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками; умение работать индивидуально и в группе.

Предметные результаты включают:

- формирование представлений об устройстве пневматического оружия;
- знание основ безопасного поведения при обращении с оружием;
- овладение техникой стрельбы из пневматического оружия;
- наличие знаний по истории создания и развития стрелкового оружия;
- умение использовать возможности комплексов упражнений для развития физических качеств, необходимых для повышения результативности в стрельбе и укрепления состояния здоровья.

Учебный план дополнительной общеобразовательной – общеразвивающей программы:

Наименование раздела и темы занятия	Количество учебных часов	Количество учебных часов
	Теория-10	Практика-58
1. Раздел. История создания и развития стрелкового оружия.		
1. Метательное оружие, его виды, принцип действия и использования 2. Огнестрельное оружие. Возникновение, первые исторические факты использования. Эволюция.	2	
3. Современные виды стрелкового оружия. 4. Отечественные образцы современного стрелкового оружия. Их виды и характеристики.	2	
2. Раздел. Правила безопасного обращения с оружием. Правила техники безопасности при обращении с оружием.		
5. Правила ТБ при обращении с оружием. Хранение и уход за оружием. Возможные последствия нарушений ТБ. Правовые стороны вопроса.	2	
6. Примеры несчастных случаев и их последствия при нарушении правил ТБ. Правила хранения и использования оружия на занятиях Оборудование стрелкового тира.	2	
7. Устройство и технические характеристики		

пневматической	винтовки.		
Порядок выполнения упражнения по стрельбе.	2		
3. Раздел. Практические занятия			
8. Выполнение упражнения по стрельбе из пневматической винтовки. Упражнение на дистанции 5 метров 8 выстрелами по круглой мишени диаметром 88 мм.			10
9. Упражнение на дистанции 8 метров 8 выстрелами по круглой мишени диаметром 88 мм.			10
10. Выполнение контрольных нормативов по круглой мишени диаметром 88 мм на дистанции 5 и 8 метров 8 выстрелами.			4
11. Выполнение контрольных нормативов по группе опрокидывающихся мишеней на дистанции 8 метров 5 выстрелами.			4
12. Упражнение на дистанции 10 метров по круглой мишени диаметром 88 мм 8 выстрелами			10
13. Упражнение по группе опрокидывающихся мишеней на дистанции 10 метров 5 выстрелами.			10
14. Проведение внутрисекционных соревнований на дистанции 10 метров по круглой мишени диаметром 88 мм. 8 выстрелами.			4
15. Проведение внутрисекционных соревнований на дистанции 10 метров по группе опрокидывающихся мишеней 5 выстрелами.			4
16. Проведение внутрисекционных соревнований на дистанции 10 метров по группе опрокидывающихся мишеней 5 выстрелами с учетом норматива времени			2
Всего за курс	68	10	58

1.9 Содержание программы 1 года обучения

1. Раздел. История создания и развития стрелкового оружия.

1. История создания стрелкового оружия.

Метательное оружие, его виды, принцип действия и использования

2. Огнестрельное оружие. Возникновение, первые исторические факты использования. Эволюция.

3. Современные виды стрелкового оружия.

4. Отечественные образцы современного стрелкового оружия. Их виды и характеристики.

2. Раздел. Правила безопасного обращения с оружием. Правила техники безопасности при обращении с оружием

5. Правила ТБ при обращении с оружием. Хранение и уход за оружием. Возможные последствия нарушений ТБ. Правовые стороны вопроса.
6. Примеры несчастных случаев и их последствия при нарушении правил ТБ. Правила хранения и использования оружия на занятиях. Оборудование стрелкового тира.
7. Устройство и технические характеристики пневматической винтовки. Порядок выполнения упражнения по стрельбе.

3. Раздел. Практические занятия

8. Выполнение упражнения по стрельбе из пневматической винтовки. Упражнение на дистанции 5 метров 8 выстрелами по круглой мишени диаметром 88 мм.
9. Упражнение на дистанции 8 метров 8 выстрелами по круглой мишени диаметром 88 мм.
10. Выполнение контрольных нормативов по круглой мишени диаметром 88 мм на дистанции 5 и 8 метров 8 выстрелами.
11. Выполнение контрольных нормативов по группе опрокидывающихся мишеней на дистанции 8 метров 5 выстрелами.
12. Упражнение на дистанции 10 метров по круглой мишени диаметром 88 мм 8 выстрелами
13. Упражнение по группе опрокидывающихся мишеней на дистанции 10 метров 5 выстрелами.
14. Проведение внутрисекционных соревнований на дистанции 10 метров по круглой мишени диаметром 88 мм. 8 выстрелами.
15. Проведение внутрисекционных соревнований на дистанции 10 метров по группе опрокидывающихся мишеней 5 выстрелами.
16. Проведение внутрисекционных соревнований на дистанции 10 метров по группе опрокидывающихся мишеней 5 выстрелами с учетом норматива времени.

2 Комплекс организационно-педагогических условий

2.1 Календарный график образовательного процесса

№ п/п	Тема	Кол- во часо в	Дата проведени я
I Раздел. История создания и развития стрелкового оружия.			
1	Метательное оружие, его виды, принцип действия и использования.	1	
2	Огнестрельное оружие. Возникновение, первые исторические факты использования. Эволюция.	1	
3	Современные виды стрелкового оружия.	1	
4	Отечественные образцы современного стрелкового оружия. Их виды и характеристики.	1	

II Раздел. Правила безопасного обращения с оружием. Правила техники безопасности при обращении с оружием.			
5	Правила ТБ при обращении с оружием. Хранение и уход за оружием.	1	
6	Возможные последствия нарушений ТБ. Правовые стороны вопроса.	1	
7	Примеры несчастных случаев и их последствия при нарушении правил ТБ.	1	
8	Правила хранения и использования оружия на занятиях	1	
9	Оборудование стрелкового тира.	1	
10	Устройство и технические характеристики пневматической винтовки. Порядок выполнения упражнения по стрельбе.	1	
III Раздел. Практические занятия			
11	Выполнение упражнения по стрельбе из пневматической винтовки.	1	
12	Упражнение на дистанции 5 метров 8 выстрелами по круглой мишени диаметром 88 мм.	1	
13	Техника выполнения выстрела.	1	
14	Тренировка в стрельбе на кучность с 5 метров сидя с упора.	1	
15	ОФП.	1	
16	Стрельба по мишени на кучность.	1	
17	Тренировка в стрельбе на меткость сидя без упора.	1	
18	Отработка навыков меткой стрельбы, корректировка выстрела.	1	
19	ОФП.	1	
20	Стрельба на зачет.	1	
21	Упражнение на дистанции 8 метров 8 выстрелами по круглой мишени диаметром 88 мм.	1	
22	Техника выполнения выстрела.	1	
23	Тренировка в стрельбе на кучность с 8 метров сидя с упора.	1	
24	ОФП.	1	
25	Стрельба на кучность.	1	
26	Тренировка в стрельбе на меткость сидя без	1	

	упора.		
27	Тренировка в стрельбе стоя с 8 метров.	1	
28	Техника выполнения выстрела.	1	
29	ОФП.	1	
30	Стрельба на зачет.	1	
31	Выполнение контрольных нормативов по круглой мишени диаметром 88 мм на дистанции 5 и 8 метров 8 выстрелами.	1	
32	Автомат Калашникова во всех его модификациях.	1	
33	Отработка нормативов по сборке-разборке АК-74.	1	
34	Снаряжение магазина.	1	
35	Выполнение контрольных нормативов по группе опрокидывающихся мишеней на дистанции 8 метров 5 выстрелами.	1	
36	ОФП.	1	
37	Проведение внутришкольных соревнований.	1	
38	Стрельба стоя с 8 метров.	1	
39	Упражнение на дистанции 10 метров по круглой мишени диаметром 88 мм 8 выстрелами	1	
40	ОФП.	1	
41	Сборка-разборка АК-74.	1	
42	Стойка при стрельбе с 10 метров.	1	
43	Стрельба по падающей мишени с 10 метров.	1	
44	Стрельба по мишени.	1	
45	ОФП.	1	
46	Тренировка по удержанию оружия в районе выстрела.	1	
47	Овладение техникой меткой стрельбы.	1	
48	Сборка-разборка АК-74 на время.	1	
49	Упражнение по группе опрокидывающихся мишеней на дистанции 10 метров 5 выстрелами.	1	
50	Упражнение по группе опрокидывающихся мишеней на дистанции 10 метров 5 выстрелами.	1	
51	Упражнение по группе опрокидывающихся мишеней на дистанции 10 метров 5 выстрелами.	1	
52	Упражнение по группе опрокидывающихся мишеней на дистанции 10 метров 5 выстрелами.	1	

53	Упражнение по группе опрокидывающихся мишеней на дистанции 10 метров 5 выстрелами.	1	
54	ОФП.	1	
55	Внутришкольные соревнования.	1	
56	ОЗК, Противогазы ГП-5, ГП-7.	1	
57	Одевание и снятие ОЗК.	1	
58	Стрельба на зачет с 10 метров стоя.	1	
59	Проведение внутрисекционных соревнований на дистанции 10 метров по круглой мишени диаметром 88 мм. 8 выстрелами.	1	
60	Стрелковые соревнования на дистанции 10 метров.	1	
61	Соревнования между 7-8 классами.	1	
62	Соревнования между 10-11 классами.	1	
63	Проведение внутрисекционных соревнований на дистанции 10 метров по группе опрокидывающихся мишеней 5 выстрелами.	1	
64	Сдача норматива ГТО.	1	
65	Сдача норматива ГТО.	1	
66	Стрелковые соревнования в рамках района.	1	
67	Проведение внутрисекционных соревнований на дистанции 10 метров по группе опрокидывающихся мишеней 5 выстрелами с учетом норматива времени	1	
68	Проведение внутрисекционных соревнований на дистанции 10 метров по группе опрокидывающихся мишеней 5 выстрелами с учетом норматива времени	1	
Всего за курс.		68	

2.2 Формы контроля и система аттестации учащихся

Формы контроля:

Текущий контроль включает следующие формы: устные опросы, контрольные стрельбы, классификационные соревнования, зачетные занятия и другое.

Формы аттестации:

- теоретические и практические зачёты, тестирования;
- промежуточная аттестация.

2.3 Оценочные материалы

Методики, позволяющие определить достижение учащимися планируемых результатов:

- карта личностного роста,

- индивидуальная карточка учета результатов обучения по дополнительной общеразвивающей программе,
- схема самооценки «Мои достижения».

2.4 Примерная форма рабочей программы на 1 учебный год

Месяц	№ занятия	Тема занятия	Теория / часов	Практика / часов	Досуговая деятельность / часов	Место проведения
						Тир
						Тир
						Тир
						Тир
						Тир
						Тир
						Тир

2.5 Методическое обеспечение программы

Форма проведения занятий: аудиторная, тир.

Занятия проводятся в групповой и индивидуальной форме. Для успешного освоения программы количество детей в группе - 25 человек. Учащиеся делятся на группы. В каждой из них по-разному организуется деятельность учеников.

Индивидуальная форма - углубленная индивидуализация обучения, когда каждому дается самостоятельное задание и предполагается высокий уровень познавательной активности и самостоятельности каждого ребенка.

Групповая форма - предусматривает разделение группы обучающихся на подгруппы для выполнения определенных одинаковых или различных заданий.

Форма обучения: очная, 68 часов, занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа.

Методы:

Словесные: рассказ, беседа.

Наглядные: использование экспонатов в оружейной комнате, просмотр фотографий, схем, видеофильмы, виртуальные музеи, презентации.

Практические: ролевые игры. Погружение в эпоху крестьянского быта, экспедиции, занятия исследования, разработка докладов.

Методы контроля: теоретические и практические зачёты, тестирования.

Для реализации данной программы требуется аудиторное помещение, обеспеченное необходимыми техническими средствами и пособиями.

Технические средства:

- проектор для демонстрации презентаций;
- компьютер с доступом в Интернет;

Наглядные пособия:

- видеофильмы по истории России;
- видеофильмы по истории Пензенской области;
- ксерокопии портретов "действующих лиц" истории России, нашего края;
- фотографии памятников истории, промышленных объектов и природных

ландшафтов, расположенных на территории края;
-макеты автомата Калашникова,
-пневматическое оружие.

Список литературы

1. Алексеев А.В. Преодолей себя! – Москва! – Москва: ФКС. 2003 г.
2. Багаев И.С., Турахин А.Е. Стрелковый спорт, опыт, методика. – Москва: Изд. ДОСААФ, 1985 г.
3. Белкин А.А. Идеомоторная подготовка в спорте. – Москва: ФИС, 1983 г.
4. Бураков А.М. Подготовка общественных тренеров и инструкторов по пулевой стрельбе. – Москва: изд. ДОСААФ, 1987 г.
5. Вайнштейн Л.М. Психология в пулевой стрельбе. – Москва: Изд. ДОСААФ, 1981 г.
6. Володина И.С. Физическая подготовка стрелка-спортсмена. – Москва: Изд. Редакционно-издательского отдела РГАФК, 1997 г.
7. Вопросы подготовки молодых стрелков. Методические рекомендации. Комитет по ФК и С. – Москва, 1977 г.
8. Дворкин А.Д. Стрельба из пневматических винтовок. – Москва: Изд. ДОСААФ, 1986 г.
9. Дмитриевский А.А. Внешняя баллистика. – Москва: Воениздат, 1979 г.
10. Джагамадзе Т.А., КорхА.Я. Володина И.С. Подготовка стрелка из пневматического оружия. Методическая разработка для студентов и слушателей РГАФК. – Москва, изд. Редакционно-издательского отдела РГАФК, 1998 г.
11. Кинкль В.А. Пулевая стрельба. – Москва: Просвещение, 1989 г.
12. Михайлов Б.Е., Федорцов В.Б. Вопросы теории, техники пулевой спортивной стрельбы. – Москва: Изд. ДОСААФ, 1987 г.
13. Насонова А.А. пулевая стрельба. Изд.: Советский спорт, 2005 г.
14. Пулевая стрельба: примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детскоюношеских школ олимпийского резерва, училищ олимпийского резерва, школ высшего спортивного мастерства. – М.: Советский спорт, 2005.
15. Пуцыкович Д.В. Правила соревнований по пулевой стрельбе. – Москва: Изд. «Патриот», 199
16. Спортивная стрельба. Учебник для институтов физической культуры. Под общей редакцией к.п.н., доцента, заслуженного тренера Корха А.Я. – Москва: ФИС, 1987 г.
12. Дворкин А.Д. Стрельба из пневматических винтовок. – Москва: Изд. ДОСААФ, 1986 г.
17. 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, 1997 г.
8. Джагамадзе Т.А., КорхА.Я. Володина И.С. Подготовка стрелка из пневматического оружия. Методическая разработка для студентов и слушателей РГАФК. – Москва, изд. Редакционно-издательского отдела РГАФК, 1998 г.
18. Федорин В.Н. Общая и специальная физическая подготовка стрелка спортсмена. – Краснодар: Изд. Редакционно-издательского совета Кубанской Государственной академии Ф.К., 1995 г.

19. Шилин Ю.Н. Физическая подготовка стрелка. – Москва: Изд. Редакционно- издательского отдела РГАФК, 1995 г.
20. Юрьев А.А. Пулевая стрельба. – Москва, Физкультура и спорт, 1973 г.