

Муниципальное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 1
Белинского района Пензенской области
имени В. Г. Белинского

Принято решением
педагогического совета
Протокол № 1
от 28.08.2026 г

Утверждаю
Директор  С.Ю. Котелкина
Приказ № 279 от 1 сентября 2026 г



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа
физкультурно-спортивной направленности**

«Юный стрелок»

**Возраст учащихся: 15-17 лет
Срок реализации: 1 год**

Педагог дополнительного образования: Ларин А.В.

г. Белинский, 2026-2027 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.