

**Рабочая программа
курса внеурочной деятельности физкультурно-оздоровительной
направленности «Стрелковый кружок»**

Пояснительная записка.

Патриотическое воспитание молодежи – важнейшая задача государства. Актуальность данного направления в воспитании в наше время очевидна. Появляются националистические формирования молодежи, растет детская и подростковая преступность, алкоголизм и наркомания, популярность в ВС России падает. Нужно дать подросткам альтернативу, заинтересовать их. Этому, способствует занятия пулевой стрельбой. Программа носит военно-спортивную направленность. В настоящее время большое внимание уделяется сохранению здоровья школьников, развитию спорта. Организация военно-спортивного кружка в школе позволит развить общефизическую подготовку учащихся, они познакомятся с историей и традициями ВС. Основную часть занятий составляет стрелковый спорт. Стрелковый спорт воспитывает смелость, мужество, решительность, самообладание, целеустремленность, трудолюбие, внимательность, самостоятельность. Доступной формой обучения школьников приемам стрельбы является стрельба из пневматических винтовок.

Задачи:

1. Совершенствование физической подготовки воспитанников.
2. Укрепление здоровья.
3. Обучение приемам и правилам стрельбы.
4. Воспитание патриотизма, уважения к героическим традициям русской армии.
5. Воспитывать любовь к оружию, терпение и настойчивость в достижении мастерства пулевой стрельбы.
6. Выявлять наиболее способных учащихся школы и создать сборную команды школы по стрелковому спорту.
7. Изучить некоторые виды стрелкового и автоматического оружия (макет АК-74).

Отличительные особенности данной программы:

теоретическая подготовка знакомит кружковцев с правилами соревнований, с элементами производства меткого выстрела, с необходимостью выполнения тренировок; с характеристикой вооружения Российской армии, с историей ее создания.

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.

физическая подготовка необходима для повышения функциональных возможностей организма, для всестороннего гармонического развития.

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.

Программа разработана с учетом имеющегося в наличии школы оборудования.

В реализации данной программы участвуют **дети в возрасте 12-17 лет.**

Срок реализации программы 1 год;

При реализации программы используются следующие формы: беседы, лекции, практические занятия; подведение итогов проводится в форме соревнований.

Занятия проводятся согласно программе по тематическому плану с соблюдением основных педагогических принципов обучения: сознательности, доступности, активности, индивидуальности, систематичности.

Занятия строятся по обычной схеме: вводная часть, разминка, основная часть и заключительная часть, где подводятся итоги занятий и даются рекомендации по спортивному совершенствованию.

Планируемые результаты освоения курса:

Личностные результаты

1. Патриотическое воспитание:

- осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России; ценностное отношение к достижениям своей Родины — России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа;
- уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране;

2. Гражданское воспитание:

- готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей; активное участие в жизни семьи; неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека; представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе; представление о способах противодействия коррупции; готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении; готовность к участию в гуманитарной деятельности

(волонтерство, помощь людям, нуждающимся в ней);

сформированность активной жизненной позиции, умений и навыков личного участия в обеспечении мер безопасности личности, общества и государства.

3. Духовно-нравственное воспитание:

ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора; готовность оценивать своё поведение и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства;

развитие ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключающего употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесение иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих;

формирование личности безопасного типа, осознанного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности других людей.

4. Эстетическое воспитание:

формирование гармоничной личности, развитие способности воспринимать, ценить и создавать прекрасное в повседневной жизни;

понимание взаимозависимости счастливого юношества и безопасного личного поведения в повседневной жизни.

5. Ценности научного познания:

овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия;

формирование современной научной картины мира, понимание причин, механизмов возникновения и последствий распространённых видов опасных и чрезвычайных

ситуаций, которые могут произойти во время пребывания в различных средах (бытовые условия, дорожное движение, общественные места и социум, природа, коммуникационные связи и каналы);

овладение способностью оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы обстановки и принимать обоснованные решения в опасной (чрезвычайной) ситуации с учётом реальных условий и возможностей.

6. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:

осознание ценности жизни; ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность); осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья; соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде; способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысливая собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели;

умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, уметь управлять собственным эмоциональным состоянием;

сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

7. Трудовое воспитание:

установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность; интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода,

в том числе на основе применения изучаемого курса;

укрепление ответственного отношения к учёбе, способности применять меры и средства индивидуальной защиты, приёмы рационального и безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;

овладение умениями оказывать первую помощь пострадавшим;

установка на овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций, во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды).

8. Экологическое воспитание:

ориентация на применение знаний из социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды; повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения; активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред;

освоение основ экологической культуры, методов проектирования собственной безопасной жизнедеятельности с учётом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

Метапредметные результаты

- меры безопасности и правила безопасности стрельбы из пневматического оружия;
- основы и правила стрельбы из пневматического оружия (пневматической винтовки «ИЖ-38», «МП-512»);
- устройство и назначение механизмов и деталей пневматического оружия;
- о частичных отказах при стрельбе из пневматического оружия.

- об эксплуатации пневматического оружия;
- о работе и взаимодействии механизмов пневматического оружия;

Предметные результаты

- фиксировать в руках оружие;
- произвести пристрелку оружия;
- производить изготровку к стрельбе;
- целиться;
- контролировать дыхание;
- производить спуск курка;
- неполной разборки и сборки автомата (АКМ, АК-74)

Основные требования к уровню подготовки обучаемых.

В результате обучения учащиеся должны **знать**:

- меры безопасности при стрельбе;
- устройство пневматической винтовки;
- боевые традиции В.С. России;
- характеристику вооружения Российской армии;

Учащиеся должны **уметь**:

- метко стрелять;
- выполнять строевые приемы без оружия.

Должны принимать активное участие:

в проведении школьных, муниципальных, региональных, всероссийских соревнованиях.

2. Содержание учебного предмета, курса Тематический план

№ п/п	Наименование раздела и тем	Количество часов		
		Теория	Практика	Итого
1	Военно-историческая подготовка	2		2
2	Стрелковый спорт	3		3
3	Основы военного дела	2		2
4	Специальная подготовка.	2	25	27
	Всего	9	25	34

Тема 1. Стрелковое оружие российской армии.

Автомат Калашникова.

Тема 2. Стрелковое оружие в годы Великой Отечественной войны.

Стрелковое оружие и конструкторы оружия Победы в годы В.О.В.

Тема 3. История стрелкового спорта, достижения советских и российских спортсменов.

Олимпийские и чемпионы мира по стрельбе из стрелкового оружия.

Тема 4. Правила соревнований. Их организация и проведение.

Организация и правила проведения соревнований.

Тема 5. Правила поведения в тире и меры безопасности в обращении с оружием. Правила безопасности при проведении стрельб.

Тема 6. Явление выстрела, траектория полета пули.

Явление выстрела. Начальная скорость пули.

Тема 7. Приемы и способы стрельбы из стрелкового оружия.

Способы стрельбы из пневматического оружия.

Тема 8. Устройство и взаимодействие частей пневматической винтовки.

Назначение, устройство и техническая характеристика пневматической винтовки.

Тема 9. Техника выполнения выстрела.

Прицеливание, спуск курка.

Производство стрельбы.

Тема 10. Тренировка в изготовке к стрельбе.

Изготовка и стрельба, лежа из винтовки. Тренировка в однообразии прицеливания лежа.

Тема 11. Тренировка в стрельбе с упора.

Тренировка в однообразии прицеливания с упора.

Тема 12. Тренировка в стрельбе на кучность и результат.

Тренировка в стрельбе на кучность.

Тренировка в стрельбе на результат.

Подготовка к соревнованиям по стрельбе.

Подведение итогов кружка.

3.Календарно – тематическое планирование кружка «Меткий стрелок»

№ раздела, темы, занятия	Содержание занятия	Кол-во часов	Дата проведения	
			план	факт
Раздел I Военно-историческая подготовка		2		
<i>Тема 1.</i>	<i>Стрелковое оружие российской армии.</i>	1		
Занятие 1	Автомат Калашникова.			
<i>Тема 2.</i>	<i>Стрелковое оружие в годы Великой Отечественной войны.</i>	1		
Занятие 1	Стрелковое оружие и конструкторы оружия Победы в годы В.О.В.			
Раздел II Стрелковый спорт.		3		
<i>Тема 3.</i>	<i>История стрелкового спорта, достижения советских и российских спортсменов.</i>	1		
Занятие 1	Олимпийские и чемпионы мира по стрельбе из стрелкового оружия			
<i>Тема 4.</i>	<i>Правила соревнований. Их организация и проведение.</i>	1		
Занятие 1	Организация и правила проведения соревнований.			
<i>Тема 5</i>	<i>Правила поведения в тире и меры безопасности в обращении с оружием.</i>	1		
Занятие 1	Правила безопасности при проведении стрельб.			
Раздел III Основы военного дело.		2		
<i>Тема 6.</i>	<i>Явление выстрела, траектория полета пули.</i>	1		
Занятие 1	Явление выстрела. Начальная скорость пули.			
<i>Тема 7.</i>	<i>Приемы и способы стрельбы из стрелкового оружия.</i>	1		
Занятие 1	Способы стрельбы из пневматического оружия.			
Раздел IV Специальная подготовка.		27		
<i>Тема 8.</i>	<i>Устройство и взаимодействие частей пневматической винтовки.</i>	1		
Занятие 1	Назначение, устройство и техническая характеристика пневматической винтовки.			
<i>Тема 9</i>	<i>Техника выполнения выстрела.</i>	2		
Занятие 1	Прицеливание, спуск курка.			
Занятие 2	Производство стрельбы			
<i>Тема 10.</i>	<i>Тренировка в изготовке к стрельбе.</i>	5		
Занятие1	Изготовка и стрельба, лежа из винтовки			
Занятие2-4	Тренировка в однообразии прицеливания лежа			
<i>Тема 11.</i>	<i>Тренировка в стрельбе с упора.</i>	5		
Занятие 1-4	Тренировка в однообразии прицеливания с упора			

Тема 12.	Тренировка в стрельбе на кучность и результат.	14		
Занятие 1-4	Тренировка в стрельбе на кучность.			
Занятие 5-9	Тренировка в стрельбе на результат.			
Занятие 10-11	Подготовка к соревнованиям по стрельбе.			
Занятие 12	Подведение итогов кружка.			
Итого		34		

Использованная литература:

1. Программа для кружков по изучению основ военного дела и овладению военно-техническими знаниями

Редактор ИА Рязанова. Издательство ДОСАФ СССР, Москва 1986.

2. Стрелковый спорт. Программа для спортивных секции коллективов физической культуры и спортивных клубов.

Москва "Физкультура и спорт" 1974 Автор Скопинцев ГВ.

3. Всероссийская газета для детей, педагогов, родителей "Добрая дорога детства" №4-6 2004 год.
4. Положение о военно-патриотической игре "Зарница "
5. Положение о Всероссийской спартакиаде школьников по военно-прикладным видам спорта.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 298758671356317544631232521185682992068791923323

Владелец Сорокина Виктория Николаевна

Действителен с 31.01.2024 по 30.01.2025