

Муниципальное
бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №1»
города Кирсанова Тамбовской области

РАССМОТРЕНО
на Педагогическом совете
МБОУ «СОШ № 1».
Протокол от ____ ____ ____
№ _____

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «СОШ №1»
_____ Волынкина С.Ю.
Приказ от ____ ____ ____
№ _____

РЕШЕНИЕ

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Меткий стрелок»
Военно-спортивной направленности
для детей 11-15 лет
срок реализации 1 год

Автор разработки:
Учитель физической культуры

МБОУ «СОШ №1»
Меньших Александр Николаевич

г. Кирсанов, 2017 г

Пояснительная записка.

Патриотическое воспитание молодежи – важнейшая задача государства. Патриотом можно считать того, кто любит свое Отечество не за то, что оно дает ему какие –то блага и привилегии , а потому , что это его Родина.

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 узнают историю и традиции ВС. Основную часть занятий составляет стрелковый спорт.

Стрелковый спорт является одним из самых массовых видов спорта. Особенно большой популярностью он пользуется среди молодежи и школьников. Стрелковый спорт воспитывает смелость, мужество, решительность, самообладание, целеустремленность, трудолюбие, внимательность, самостоятельность. Доступной формой обучения школьников приемам стрельбы является стрельба из пневматических винтовок.

В области теоретической, технической, тактической и психологической подготовки ставится *цель*: расширить объем знаний, научить занимающихся анализировать свои действия, научить их понимать, из каких компонентов складывается производство точного и меткого выстрела; научить самостоятельно развивать свои физические качества (выносливость, силу, быстроту и ловкость), повысить интерес к занятиям физкультурой и спортом. В конце обучения чаще практикуются тренировки, соревнования.

Задачи занятий:

1. Обучить приемам и правилам стрельбы.
2. Воспитывать любовь к оружию, терпение и настойчивость в достижении мастерства пулевой стрельбы; воспитание патриотизма и гордости за свою Родину. В процессе занятий одновременно решаются и ***воспитательные задачи***. Руководитель кружка воспитывает у учащихся чувство ответственности, добивается от них сознательного и добросовестного отношения к своим обязанностям, организованности и дисциплины.
3. Развитие функциональных возможностей организма.

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 11-15 лет.**

Срок реализации 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.

Должны знать:

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

Должны уметь:

- метко стрелять;
- выполнять строевые приемы без оружия.

Должны принимать активное участие:

в проведении школьных, городских, областных, Российских соревнований.

Использованная литература:

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

Редактор И.А. 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. Правила дорожного движения

5. Положение о юношеских добровольных пожарных дружинах (ЮДПД) СССР

6. Положение о республиканском финале военно-патриотической игре "Зарница – 2004"

7. Положение о Всероссийской спартакиаде школьников по военно-прикладным видам спорта.

8. Настольная книга учителя ОБЖ Составитель БИ Мишин Издательства "Аустраль"

Тематический план
Кружка «Меткий стрелок»

| № | Тема | Теория | Практика | Итого |
|---|--|--------|----------|-------|
| 1 | Вводное занятие. Инструктаж по ТБ и ОЗ. ПДД | 1 | - | 1 |
| 2 | Меры безопасности при стрельбе из огнестрельного и спортивного оружия. | 1 | - | 1 |
| 3 | История создания спортивного оружия. | 1 | - | 1 |
| 4 | Строение и функции организма человека, вредные привычки. | 1 | - | 1 |
| 5 | Сборка, разборка оружия. | 1 | 4 | 5 |
| 6 | Правила проведения соревнований. | 1 | - | 1 |
| 7 | Стрельба из пневматической винтовки. | 1 | 45 | 46 |
| 8 | Экскурсия в музей | 1 | 4 | 5 |
| 9 | Зачетные стрельбы. | 2 | 5 | 7 |
| | Всего | 10 | 58 | 68 |

Календарно – тематический план кружка «Меткий стрелок»

| № | Дата | Тема занятия | Теория | Практика | Итого |
|----|------|--|--------|----------|-------|
| 1 | | Вводное занятие. Инструктаж по ТБ и ОЗ. ПДД | 1 | - | 1 |
| 2 | | История развития стрелкового оружия. | 1 | - | 1 |
| 3 | | Строение и функции организма человека, вредные привычки. | 1 | - | 1 |
| 4 | | Сборка, разборка пневматической винтовки. | 1 | 1 | 2 |
| 5 | | Ремонт пневматической винтовки. | 1 | 1 | 2 |
| 6 | | Правила соревнований, их организация и поведение. Практические занятия. | 1 | 1 | 2 |
| 7 | | Практические стрельбы из пневматической винтовки. Меры безопасности | | 2 | 2 |
| 8 | | Приемы стрельбы сидя с упора. | - | 2 | 2 |
| 9 | | Приемы стрельбы сидя с упора. | - | 2 | 2 |
| 10 | | Приемы стрельбы сидя с упора. | - | 2 | 2 |
| 11 | | Приемы стрельбы сидя с упора. | - | 2 | 2 |
| 12 | | Приемы стрельбы сидя с упора. | - | 2 | 2 |
| 13 | | Назначение и устройство частей и механизмов АК-74. | 1 | 1 | 2 |
| 14 | | Общие сведения о выстреле. | 1 | - | 1 |
| 15 | | Меры безопасности при стрельбе из АК-74. | 1 | - | 1 |
| 16 | | Разборка, сборка автомата АК-74. | - | 2 | 2 |

| | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|
| | | Экскурсия в музей. | | | |
| 17 | | Зачетная стрельба из пневматической винтовки. | | 2 | 2 |
| 18 | | Приемы стрельбы лежа с упора. Практические занятия. | | 1 | 1 |
| 19 | | Приемы стрельбы лежа с упора. | - | 2 | 2 |
| 20 | | Приемы стрельбы лежа с упора. | - | 2 | 2 |
| 21 | | Приемы стрельбы лежа с упора. | - | 2 | 2 |
| 22 | | Приемы стрельбы лежа с упора. | - | 2 | 2 |
| 23 | | Зачетная стрельба. | | 2 | 2 |
| 24 | | Устройство, назначение и боевые свойства пистолета ПМ. | 1 | 1 | 2 |
| 25 | | Разборка, сборка ПВ. Практические занятия, меры безопасности. | - | 2 | 2 |
| 26 | | Приемы стрельбы от стойки с упора. Пневматическая винтовка. Практические занятия. | | 2 | 2 |
| 27 | | Приемы стрельбы от стойки с упора. | - | 2 | 2 |
| 28 | | Приемы стрельбы от стойки с упора. | - | 2 | 2 |
| 29 | | Приемы стрельбы от стойки с упора. | - | 2 | 2 |
| 30 | | Приемы стрельбы от стойки с упора. | - | 2 | 2 |
| 31 | | Зачетные стрельбы. | - | 2 | 2 |
| 32 | | Приемы стрельбы стоя. Практические занятия. | | 2 | 2 |
| 33 | | Приемы стрельбы стоя. | - | 2 | 2 |
| 34 | | Приемы стрельбы стоя. | - | 2 | 2 |

| | | | | | |
|----|--|-----------------------|----|----|----|
| 35 | | Приемы стрельбы стоя. | - | 2 | 2 |
| 36 | | Приемы стрельбы стоя. | - | 2 | 2 |
| 37 | | Зачетные стрельбы. | - | 2 | 2 |
| | | Всего | 10 | 58 | 68 |