

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА КЕРЧИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА КЕРЧИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ  
«Школа №28 имени героев Эльтигена»

ОДОБРЕНО:  
Педагогическим советом

Эльтигена»  
«Школа №28 имени героев Эльтигана»  
МБОУ г.Керчи РК «Школа №28  
имени героев Эльтигена»  
Протокол № 3  
от «28» августа 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МБОУ г. Керчи РК  
«Школа №28 имени героев

3.С.Шульман  
Приказ №260 от 01.09.2025г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА

**«Меткий стрелок »**

Направленность – физкультурно-спортивная  
Срок реализации программы - 1 год  
Тип программы - общеразвивающая  
Вид программы - модифицированная  
Уровень – базовый  
Возраст обучающихся 7-17 лет  
Составитель: Зеленцов Евгений Викторович,  
педагог дополнительного образования

г. Керчь  
2025 г.

## **Пояснительная записка**

В настоящее время большое внимание уделяется сохранению здоровья учащихся, развитию спорта. Организация физкультурно-спортивного кружка в школе позволит развить общефизическую подготовку учащихся. Основную часть занятий составляет стрелковый спорт. Стрелковый спорт является одним из самых массовых видов спорта; он воспитывает смелость, мужество, решительность, самообладание, целеустремленность, трудолюбие, внимательность, самостоятельность. Особенно большой популярностью он пользуется среди молодежи. Доступной формой обучения учащихся приемам стрельбы является стрельба из пневматических винтовок.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Меткий стрелок» разработана в соответствии с нормативными документами:

- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам »

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»(от 29 декабря 2012г. №273-ФЗ )

- Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерацииот 4 сентября 2014г. №1726-р)

- Письмо Минобрнауки РФ от 18 ноября 2015г. №09-3242 «О направлении информации» (методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)

-Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.12.2006 г. №06-1844 «Примерные требования к программам дополнительного образования детей для использования в практической работе»;

- "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"- СанПиН 2.4.3648-20, от 28 сентября 2020 г. №28

-Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГОАУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015 г., от 18 ноября 2015 г. N 09-3242

**Направленность (профиль) программы:** физкультурно-спортивная.

### **Новизна программы**

Новизна программы заключается в принципиально новом способе организации жизнедеятельности подросткового коллектива как команды: во время занятий каждый из учащихся занимается достижением личностного результата и в то же время работает на общий результат, когда как член команды участвует в соревнованиях различного уровня.

### **Актуальность программы**

Необходимость создания данной программы обусловлена отсутствием разработанных программ, позволяющим обучать подростков военно-прикладным видам спорта внутри образовательного учреждения, и призвана содействовать заинтересованности детей к ведению здорового образа жизни.

### **Отличительные особенности**

Настоящая программа составлена на основе «Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Оборонно-спортивные кружки.» М.: Просвещение, 2007 . Данная программа отличается от базовой тем, что она дает возможность каждому обучающемуся попробовать свои силы одновременно в разных видах военно-спортивной направленности. Позволяет раскрыть как физические способности и возможности учащегося, так и сориентировать на более глубокое изучение вопросов, связанных с изучением новых моделей пневматических винтовок. В программу также включены темы

по изучению материальной части, разборка и сборка автомата Калашникова; топографическая подготовка и строевая подготовка.

### **Педагогическая целесообразность**

«Дух соревнования», защита Отечества как смысл самоопределения, отражены в главной идее детского объединения. Материал, изучение которого предусмотрено программой, изложен так, чтобы обучающиеся впоследствии смогли воспитать в себе лучшие качества человеческого характера: ловкость, выносливость, силу духа, стойкость, аккуратность, коммуникативность, самостоятельность. Привлекает воспитанников эта программа тем, что у них имеется реальная возможность научиться метко стрелять, что крайне важно для будущих защитников Отечества.

### **Адресат программы**

Программа адресована детям от 10 до 18 лет.

**Краткие сведения о коллективе:** состав коллектива постоянный. Участниками осуществления программы являются дети 5-11 классов общеобразовательной школы. Возраст детей, участвующих в программе – средний школьный. В этом возрасте дети любознательны, активны. Ведущей формой деятельности является общение. В соответствии с возрастом применяются разнообразные формы и методы деятельности.

### **Условия набора учащихся**

Для обучения принимаются все желающие.

### **Количество учащихся**

Количество учащихся 1-го года обучения – 25-30 человек.

### **Объем и срок освоения программы**

Продолжительность обучения по данной программе 1 год; количество часов – 34.

### **Формы и режим занятий**

Занятия кружка проводятся 1 раз в неделю по 2 часа. При реализации программы используются следующие формы занятий: индивидуальные, групповые и коллективные. Коллективные формы применяются при

проводении соревнований, учебно-тренировочных занятий. Индивидуальные формы работы применяются при работе с отдельными ребятами, обладающими низким или высоким уровнем развития. Групповые- при выполнении отдельных видов практических заданий. По типу занятия проводятся комбинированные, теоретические, практические, тренировочные, контрольные. Причем большее количество времени занимают учебно-тренировочные занятия.

### **Цель и задачи программы**

**Цель программы:** развивать устойчивый интерес к укреплению психического и физического здоровья через занятия стрелковым спортом.

**Задачи программы:**

#### **1. Образовательные.**

- сформировать первичные знания о современных видах пневматических винтовок, их устройстве и технических характеристиках;
- изучить основы теории стрельбы;
- привить навыки безопасного обращения с оружием, правильному уходу и хранению оружия;
- Сформировать навыки меткой стрельбы из пневматической винтовки на различные расстояния из различных положений;
- изучить основы судейства соревнований.

#### **2. Воспитательные.**

- прививать любовь к военно-прикладным видам спорта;
- готовить молодежь к военной службе;
- сформировать у воспитанников целеустремлённость, настойчивость, коллективизм и коммуникативность.

#### **3. Развивающие.**

- развивать у воспитанников внимание, усидчивость, глазомер, память, внимательность;

- обеспечивать активное участие членов кружка в спортивной и оборонно-массовой работе.

## **1. Содержание программы**

### **Раздел 1. Техника стрельбы из пневматической винтовки ИЖ – 38.**

**Тема №1.** Вводное занятие. Техника безопасности при стрельбе из пневматической винтовки.

**Теория.** Порядок обращения с оружием. Правила поведения при проведении стрельб. Сигналы и команды, подаваемые при проведении стрельб, и их выполнение. Изучение «Инструкции по обеспечению мер безопасности при проведении стрельб в тирах и на стрельбищах».

**Тема №2.** Теоретические основы стрельбы.

**Теория.** Общие понятия о внутренней и внешней баллистике. Выстрел. Отдача оружия. Образование угла вылета, его зависимость от изготовки стрелка. Элементы траектории полета пули. Силы, действующие на пулю при полете. Рассеивание, кучность, меткость.

**Тема №3.** Устройство и взаимодействие частей пневматической винтовки.

**Теория.** Материальная часть оружия. Наименование, назначение основные технические характеристики. Взаимодействие частей винтовки. Уход за оружием.

**Тема №4.** Причины неисправности при стрельбе.

**Теория.** Осмотр оружия. Подготовка оружия к стрельбе, его заряжение и разряжение. Уход за оружием.

**Тема №5.** Техника выполнения выстрела.

**Теория.** Основные элементы техники выполнения выстрела.

**Практика.** Изготовка, прицеливание, методика дыхания стрелка. Техника стрельбы с упора и с руки, с опорой на стол или стойку.

**Тема №6.** Тренировка в изготовке к стрельбе.

**Практика.** Тренировка в изготовке к стрельбе из пневматической винтовки, стоя с опорой на стол, на стойку. Производство холостого выстрела.

**Тема №7.** Тренировка в стрельбе с упора.

**Практика.** Стрельбы по белому листу 10 на 10 см, затем по мишням.

**Тема №8.** Тренировка в стрельбе на кучность.

**Теория.** Причины, влияющие на кучность и меткость стрельбы.

**Практика.** Определение средней точки попадания (с. т. п.) на мишени. Расчет и внесение поправок на прицельных приспособлениях. Тренировки.

**Тема №9.** Стрельба по мишени №8 из положения сидя за столом.

**Практика.** Прицеливание, сущность прицеливания. Показ изготовки стрелка для производства выстрела из положения сидя с опорой на стол. Спуск курка: условия, обеспечивающие правильный спуск курка.

**Тема №10.** Стрельба по мишени №8 из положения стоя .

**Практика.** Прицеливание, сущность прицеливания. Показ изготовки стрелка для производства выстрела из положения стоя с опорой на стойку. Спуск курка: условия, обеспечивающие правильный спуск курка.

**Тема №11.** Стрельба по мишени №8 из положения с колена.

**Практика.** Прицеливание, сущность прицеливания. Показ изготовки стрелка для производства выстрела из положения с колена. Спуск курка: условия, обеспечивающие правильный спуск курка.

**Тема №12.** Скоростная стрельба.

**Практика.** Прицеливание, сущность прицеливания. Спуск курка: условия, обеспечивающие правильный спуск курка.

**Тема №13.** Стрельба по мишени №8 из трех положений.

**Практика.** Прицеливание, сущность прицеливания. Показ изготовки стрелка для производства выстрела из разных положений. Спуск курка: условия, обеспечивающие правильный спуск курка. Расчет и внесение поправок на прицельных приспособлениях. Тренировки.

**Тема №14.** Стрельба на результат.

**Практика.** Подведение итогов соревнований и занятий в кружке.

**Раздел 2.Спортивные игры (общефизическая подготовка).**

**Тема №15.** Пионербол

**Практика.** Правила игры в пионербол. Проведение игры.

**Тема №16.** Спортивные игры.

**Практика.** Подвижные спортивные игры. Развитие общей выносливости, силы, силовой выносливости, ловкости, гибкости, координации движений тела.

**Тема №17.** Баскетбол.

**Практика.** Правила игры в баскетбол. Проведение игры.

**Тема №18.** Русская лапта.

**Практика.** Правила игры в русскую игру. Проведение игры.

**Тема №19.** Футбол.

**Практика.** Правила игры в футбол. Проведение игры.

**Раздел 3. Топографическая подготовка.**

**Тема №20.** Знакомство с условными знаками.

**Теория.** Виды условных знаков.

**Тема №21.** Определение направления по азимуту.

**Практика.** Работа с компасом.

**Тема №22.** Выполнений заданий по физической карте.

**Практика.** Чтение физической карты.

**Тема №23.** Ориентирование на местности.

**Практика.** Ориентирование на местности и плане.

**Тема №24.** Топографическая карта.

**Практика.** Ориентирование по местным признакам. Чтение плана и географической карты.

**Раздел 4. Строевая подготовка.**

**Тема №25.** Стой и его элементы.

**Теория.** Определение строя и его элементов.

**Тема №26.** Повороты на месте и в движении.

**Практика.** Строевые движения без оружия. Одиночная подготовка и в составе отделения. Строевые движения на месте и в движении.

**Тема №27.** Строевой шаг.

**Практика.** Одиночная строевая подготовка и в составе отделения.

## **Раздел5. Разборка и сборка АКМ.**

**Тема №28.** Характеристика и параметры АКМ.

**Теория.** Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата.

**Тема №29.**Разборка и сборка АКМ.

**Практика.** Неполная разборка и сборка автомата. Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами. Осмотр и подготовка АК и патронов к стрельбе. Возможные задержки при стрельбе из автоматов, магазинов.

## **Раздел 6. Соревнования.**

**Тема №30- 34.** Соревнования по стрельбе.

**Практика.** Допуск участников к соревнованиям. Обязанности и права стрелков. Меры безопасности при обращении с оружием при проведении соревнований. Общие обязанности и права. Проведение соревнований.

### **II.Планируемые результаты.**

- Приобретение обучающимися знаний по основам стрельбы из различных видов оружия;
- Развитие и усовершенствование навыков участия в военно-прикладных видах спорта;
- Формирование интереса к регулярным занятиям военно-прикладными видами спорта;
- Овладение двигательными умениями и навыками, улучшение физической подготовки, повышение культурного уровня

### **Требования к уровню подготовки обучающихся.**

В целях оценки и контроля результатов обучения в течение учебного года проводятся:

- проверка выполнения нормативов по ОФП для допризывной молодёжи;
- проверка выполнения нормативов по стрельбе из пневматической винтовки;
- контрольные занятия по проверке усвоения теоретических знаний по темам курса;

- соревнования на личное первенство среди воспитанников объединения;
- общешкольные соревнования по стрельбе из пневматического оружия;
- анализ и обсуждение проводимых мероприятий с учащимися и их родителями.

### **III. Тематическое планирование.**

№ п/п	Тема (вид программного материала)	Количество часов
1	Меры безопасности при стрельбе	4
2	Теоретические основы стрельбы	4
3	Материальная часть оружия	8
4	Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки	48
5	Участие в соревнованиях по стрельбе из пневматической винтовки на личное и командное первенство	4
<b>Всего</b>		<b>68</b>

### **Тематическое планирование (группа 1 и группа 2).**

№ п/п	Содержание учебного материала	Кол- во часо в
1	Вводный инструктаж по ТБ. Закон РФ «О всеобщей воинской обязанности». Стрелковый спорт в России.	2
2	Основы стрельбы из стрелкового оружия.	2
3	Основы стрельбы из стрелкового оружия.	
4	Боевые свойства, назначение и устройство пневматической винтовки, изучение приемов стрельбы и правил поведения в тире.	2
5	Боевые свойства, назначение и устройство пневматической винтовки, изучение приемов стрельбы и правил поведения в тире.	2
6	Боевые свойства, назначение и устройство пневматической винтовки, изучение приемов стрельбы и правил поведения в тире.	2
7	Боевые свойства, назначение и устройство пневматической	2

	винтовки, изучение приемов стрельбы и правил поведения в тире.	
8	Подготовка винтовки стрельбе и стрельба из пневматической винтовки.	2
9	Приёмы стрельбы из пневматической винтовки.	2
10	Приёмы стрельбы из пневматической винтовки.	2
11	Приёмы стрельбы из пневматической винтовки.	2
12	Овладение техникой кучной стрельбы.	2
13	Овладение техникой кучной стрельбы.	2
14	Овладение техникой кучной стрельбы.	2
15	Овладение техникой кучной стрельбы.	2
16	Овладение техникой кучной стрельбы по мишеням с черным кругом.	2
17	Повторный инструктаж по ТБ. Овладение техникой кучной стрельбы по мишеням с черным кругом.	2
18	Овладение техникой кучной стрельбы по мишеням с черным кругом.	2
19	Овладение техникой кучной стрельбы по мишеням с черным кругом.	2
20	Овладение техникой кучной стрельбы по мишеням с черным кругом.	2
21	Овладение техникой кучной стрельбы по мишеням с черным кругом.	2
22	Овладение техникой кучной стрельбы по мишеням с черным кругом.	2
23	Овладение техникой меткой стрельбы.	2
24	Овладение техникой меткой стрельбы.	2
25	Овладение техникой меткой стрельбы.	2
26	Овладение техникой меткой стрельбы.	2
27	Овладение техникой меткой стрельбы.	2

28	Овладение техникой меткой стрельбы.	2
29	Овладение техникой меткой стрельбы.	2
30	Овладение техникой меткой стрельбы.	2
31	Овладение техникой меткой стрельбы.	2
32	Овладение техникой меткой стрельбы.	2
33	Подготовка к соревнованию. Соревнование.	2
34	Подготовка к соревнованию. Соревнование.	2

## **Условия реализации программы**

### **Материально-техническое обеспечение программы**

#### **1. Технические средства обучения**

Имеется возможность доступа в кабинете информатики к информационным ресурсам интернета.

#### **2. Учебно – практическое оборудование:**

- винтовки и пистолеты пневматические спортивные ИЖ;
- мишени стрелковые;
- пули для пневматического оружия.
- демонстрационные таблицы.

#### **3. Оборудование класса**

- классная доска
- ученические столы двухместные с комплектом стульев
- стол учительский с тумбой
- шкафы для хранения учебников, оборудования, дидактических материалов, пособий и др.

#### **4.Спортивная площадка**

#### **5. Спортивный зал**

#### **6.Строевая площадка**

### **Методическое обеспечение.**

При проведении теоретических занятий используются таблицы, плакаты, электронные презентации.

Для проведения практических занятий по стрельбе из пневматической винтовки используется требования «Правила ТБ при проведении практических стрельб» и Инструкция по охране труда при обращении с оружием на уроках ОБЖ.

Контроль знаний по пройденным темам теоретической части производится путем опроса. Контроль знаний правил ТБ при проведении занятий и обращении с оружием проводится в форме опроса с допуском к занятиям только при безусловном знании темы. Контроль качества выполнения нормативов по стрельбе производится по трехбалльной системе в соответствии с результатами и характером упражнения.

### **Педагогические технологии, используемые в обучении.**

- Личностно – ориентированные технологии позволяют найти индивидуальный подход к каждому ребенку, создать для него необходимые условия комфорта и успеха в обучении. Они предусматривают выбор темы, объем материала с учетом сил, способностей и интересов ребенка, создают ситуацию сотрудничества для общения с другими членами коллектива.
- Игровые технологии помогают ребенку приобрести нужные навыки. Они повышают активность и интерес детей к выполняемой работе.

### **Оценочные материалы**

Для оценки результативности учебных занятий, проводимых по дополнительной общеразвивающей программе стартового уровня «Меткий стрелок» применяется:

<b>Виды контроля Наименование и время проведения контроля</b>	<b>Цель проведения</b>	<b>Формы контроля</b>
<b>Входной контроль (в начале курса обучения)</b>	Определение уровня развития детей	Анкетирование, результат стрельбы
<b>Текущий контроль</b>	Оценка качества освоения	Педагогическое наблюдение

(в течение всего учебного года)	какого-либо раздела учебного материала	
<b>Промежуточный контроль</b> (по окончании отчетного периода)	Определение степени усвоения обучающимися учебного материала, Определение результатов обучения.	Выполнение нормативов; соревнование; опрос
<b>Итоговый контроль</b> (в конце учебного года/курса обучения)	Оценка изменения уровня развития детей. Определение результатов обучения.	Выполнение нормативов; опрос; соревнование; итоговое занятие.

**Формами отслеживания и фиксации образовательных результатов по программе при проведении текущего контроля являются:**

- журнал посещаемости кружка «Меткий стрелок»;
- диагностика личностного роста и продвижения;
- наблюдение за деятельностью учащихся;
- грамоты и дипломы учащихся;
- отзывы родителей о работе творческого объединения.

**Формами отслеживания и фиксации образовательных результатов программы при проведении промежуточной аттестации являются:**

- соревнования на школьном уровне;
- протоколы по итогам выполнения нормативов учащихся на уровне учреждения;
- приказы органов управления образования об итогах соревнований и конкурсов учащихся муниципального и регионального уровней.

**Формами предъявления и демонстрации образовательных результатов программы являются:**

- участие в соревнованиях, конкурсах на уровне учреждения и муниципалитета.

*Критерии оценки результативности.*

Отследить уровень усвоения обучающимися содержания программы можно по следующим показателям: умение выполнить работу по образцу; умение анализировать; стабильность практических достижений обучающихся

### **Список литературы**

1. Вайнштейн Л.М. Психология в пулевой стрельбе.- М., ФиС, 2003г..
2. Гачачиладзе Л.В., Орлов В.А. Физическая подготовка стрелка.- М., ДОСААФ, 2008.
3. Жилина М.Я. Методика тренировки стрелка-спортсмена. -М., ФиС, 2007.
4. Иткис М.А. Специальная подготовка стрелка-спортсмена. -М., ДОСААФ России, 2010.
5. Ищенко А. Тиры и стрельбища, М.: Изд-во РОСТО, 2006г., 216с..
6. Корх А.Я. Стрелковый спорт и методика преподавания. - М., ФиС, 2003.
7. Методическое пособие «Стрельба из пневматических винтовок» М.: Воениздат, 2013.
8. Методические рекомендации для обучения стрельбе М.: Воениздат, 2015
9. Павлов А.В. Подготовка стрелка-спортсмена. - М., ДОСААФ России, 2010 .
10. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Оборонно-спортивные кружки. М.: Просвещение, 2007
11. Пулевая стрельба. Программа для тренерских факультетов институтов физической культуры. - М., РГАФК, 2006.
12. Сарычев Н.Г. Спортивная стрельба по силуэтам. -М., ДОСААФ России, 2010.
13. Стрелок и тренер. Вайнштейн Л.Н. М.: Воениздат, 2011.
14. Федорин В.Н. Методика обучения стрелков-спортсменов на начальном этапе подготовки. - КГАФК, 2004.

### **Отметки по результатам стрельбы.**

Возраст стрелков	Положение для стрельбы	Отметки за количество выбитых очков	
		мальчики	девочки

		3	4	5	3	4	5
Первый год обучения	Сидя	14	24	30	11	21	27
	С колена	11	21	27	8	18	24
	Стоя	9	19	25	6	16	22

### **3. Вопросы к теоретическому разделу по стрельбе для контроля знаний учащихся**

1. Расскажите об истории развития пулевой стрельбы в России.
2. Расскажите об участии российских спортсменов на чемпионатах.
3. Что называется выстрелом?
4. Что влияет на дальность и точность полета пули?
5. До каких пор действует сила отдачи винтовки?
6. Как называется наука, изучающая движение пули?
7. Что такое траектория полета пули?
8. От чего зависит величина силы сопротивления воздуха?
9. Расскажите о способах стабилизации полета пули.
10. Явление естественного рассеивания пуль.
11. Расскажите о причинах рассеивания пуль.
12. Что называется отклонениями пробоин?
13. Для какой цели необходимо определять среднюю точку попадания пуль?
14. Какие способы определения средней точки попадания пуль вы знаете?
15. Расскажите о технических характеристиках винтовки ИЖ38.
16. Какие пули используются для стрельбы из пневматических винтовок?
17. Назначение и устройство основных частей пневматической винтовки.
18. Расскажите о положении частей и механизмов винтовки при хранении и до заряжания.
19. Что происходит с механизмом винтовки при заряжании?
20. Как работают части и механизм винтовки при выстреле?
21. Основные правила ухода за пневматической винтовкой.
22. Какие правила безопасности и правила выполнения стрельб должен знать

стрелок?

23. Как производится приведение винтовки к нормальному бою?

24. Что такое точность стрельбы?

25. Что такое кучность стрельбы?

26. Порядок организации и проведение соревнований по стрельбе.