

Министерство образования и науки Алтайского края
КГБПОУ «Рубцовский педагогический колледж»

Рассмотрена на заседании
педагогического совета
протокол № 1 от 31 августа 2020г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Стрелковый кружок»

Содержание

1	Пояснительная записка	3
2	Учебный план	6
3	Календарный учебный график	7
4	Содержание программы	8
5	Используемая литература.	9

Реализация программы обеспечивается доступом обучающихся к базам данных и библиотечному фонду, доступом к сети Интернет. Библиотечный фонд включает официальные, справочно-библиографические и периодические издания. Подписка в проекте «Школа цифрового века»: Здоровье детей, Спорт в школе.

Материально-техническое обеспечение место для стрельбы в здании общежития, винтовки МР 60, МР 512, пульки, маты, мишени.

Использование образовательных технологий: традиционные и современные образовательные технологии, личностно ориентированное обучение, деятельностный и компетентностный подход, просмотры видеофильмов и мультимедийных презентаций. На теоретических занятиях студентов учат планировать, анализировать, проводить рефлексию, самооценку, выражать свое понимание изучаемого вопроса, формулировать выводы и определять понятия, работать с источниками информации и выделять в ней главное, работать в группе, овладевая способами совместной деятельности.

Система оценивания качества освоения программы: сдача контрольных нормативов, спортивные соревнования.

Кадровое обеспечение: педагогические кадры с высшим образованием, опытом работы, прошедшие повышение квалификации не реже 1 раза в 3 лет.

Содержание программы

№/п	Наименование темы	Содержание	Кол-во часов
1.	Введение	Основы развития стрелкового спорта. Олимпийские чемпионы - россияне в стрелковом спорте. Ознакомление с программой и расписанием занятий. Ознакомление с методами, местами проведения занятий. Закон «О всеобщей воинской обязанности». Обязанности дежурного по поддержанию порядка при проведении стрельб.	1
2.	Меры обеспечения безопасности при проведении стрельбы из пневматической винтовки	Порядок обращения с оружием. Правила поведения в помещении для проведения стрельбы, сигналы и команды, подаваемые при проведении стрельб и их выполнение. Изучение инструкции по обеспечению мер безопасности при проведении стрельб.	1
3.	Основы техники стрельбы	Материальная часть ПВ. Назначение и боевые свойства пневматического оружия. Общее устройство винтовок. Виды прицелов и их устройство. Внесение поправок на прицеле. Осмотр оружия. Уход за оружием. Основы стрельбы. Явление выстрела. Движение пули по каналу ствола. Начальная скорость. Отдача ружья, полет пули в воздухе. Образование траектории и её элементы. Прицеливание. Варианты техники спуска курка. Подбор пульек. Темп стрельбы, выполнение упражнения в условиях соревнований. Основы техники стрельбы. Изготовки при стрельбе из положения стоя, с колена, лёжа. Особенности изготовки с учетом индивидуальных особенностей спортсмена, баланс оружия. Спуск курка.	3
4.	Правила соревнований	Порядок стрельбы. Перерывы в стрельбе. Ошибки и помехи при медленной стрельбе. Нарушение правил соревнований. Определение занятых мест. Представители, тренеры и капитаны команд. Допуск участников к соревнованиям. Меры безопасности при обращении с оружием при проведении соревнований. Общие обязанности и права членов судейской коллегии.	1
5.	Изучение и совершенствование техники стрельбы	Приемы изготовки. Прицеливание. Спуск курка. Показ приемов изготовки для стрельбы стоя с опорой локтями о стол или стойку, без опоры, с колена, лежа. Положение корпуса, рук, ног,	52

		головой, положение кисти правой руки на шейке приклада и приклада у плеча. Положение указательного пальца на спусковом крючке. Понятие прицеливания. Спуск курка. Порядок заряжания и разряжения винтовки. Изучение и освоение приемов изготовления. Тренировка.	
6.	Общая физическая подготовка	Упражнения на расслабление различных групп мышц (в том числе глазных). На развитие координации и точности движений. Упражнения на формирование правильной осанки. Упражнения с партнерами в равновесии, в сопротивлении.	17
7.	Соревнования	Организация и проведение соревнований. Значение соревнований. Планирование соревнований. Виды соревнований.	5
Всего			80

Промежуточная аттестация проходит в форме участия в соревнованиях и сдаче контрольных нормативов.

Используемая литература:

1. Болотин Д.Н. История советского стрелкового оружия и патронов», изд. «Полигон», С - П; 1995 г.
2. Данилов А.П. Современное спортивное оружие и его отладка.- М., ДОСААФ, 2005 <http://shooting-iron.ru/blog/2011-07-15-867>
3. Дворкин А.Д. Стрельба из пневматических винтовок.- М., ДОСААФ, 2005
4. Микрюков В.Ю. Безопасность жизнедеятельности.- М.: КноРус, 2010
5. Программа для кружков по изучению основ военного дела и овладению военно-техническими знаниями в первичных организациях ДОСААФ», М, 2013 г. <https://infourok.ru/rabochaya-programma-dopolnitelnogo-obrazovaniya-tir-1308175.html>
6. Федорин В.Н. Методика обучения стрелков-спортсменов на начальном этапе подготовки. – КГАФК, 2006.