

Министерство образования Иркутской области  
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение  
Иркутской области  
«Братский профессиональный техникум»

УТВЕРЖДАЮ  
Директор БПТ  
«12» нояб 2023 г.  
Приказ № 9



Дополнительная общеразвивающая программа  
«Пулевая стрельба»  
На 2023-2024 учебный год

Срок реализации – 1 год  
Возраст обучающихся – 15-16 лет  
Автор-составитель:  
преподаватель - организатор ОБЖ  
ГАПОУ ИО БПТ Н.Н. Гантимурова

Братск, 2023

## Содержание

1. Пояснительная записка
2. Учебный план
3. Календарно-учебный график
4. Содержание программы
5. Формы аттестации
6. Планируемые результаты
7. Оценочные материалы
8. Методические материалы
9. Организационно-педагогические условия

## 1. Пояснительная записка

Стрелковый спорт в нашей стране является одним из популярных видов спорта. Особенно большой популярностью он пользуется среди молодежи и студентов, которые с увлечением отдают свое свободное время этому замечательному виду спорта. Обучающиеся, приступив к занятиям стрелковым спортом, входят в новый для себя коллектив. Правильно поставленная в спортивном коллективе воспитательная работа способствует развитию у ребят таких необходимых качеств, как отношение к труду, дисциплинированность, дружба, товарищество. Стрелковый спорт воспитывает волю, смелость, мужество, ответственность, решительность, самообладание, целеустремленность, трудолюбие, внимательность, самостоятельность, спокойствие, самоконтроль.

Соревнования и сопутствующее им эмоциональное возбуждение являются проверкой характера юного спортсмена, его спортивно-технической подготовки и волевых качеств. Доставляя радость или огорчение, они мобилизуют стрелка на дальнейшее совершенствование, на проявление значительных усилий для самовоспитания. Доступной формой массового обучения студентов приемам стрельбы является стрельба из пневматических винтовок.

Преимущества пневматического оружия: доступность приобретения, хранения, невысокая стоимость винтовки и пуль к ней; возможность использования свободных помещений для стрельбы; небольшой вес оружия. Эти преимущества дают возможность успешно решать задачи развития стрелкового спорта в образовательных учреждениях.

Отсутствие принципиальных различий в технике производства выстрела из пневматического и огнестрельного оружия позволяет применять навыки и умения, сформированные стрельбой из пневматического оружия, при дальнейшем обучении стрельбе из малокалиберного и боевого оружия.

Стрельба из пневматического оружия, проводимая на начальной стадии подготовки, оказывает непосредственное влияние на дальнейшее спортивное совершенствование стрелка. По существу начальное обучение стрельбе из пневматической винтовки проводится в следующей последовательности: ознакомление с понятием выстрела, приемами и правилами меткой стрельбы, овладение основами техники производства прицельного выстрела.

Занятия проводятся согласно программе по тематическому плану с соблюдением основных педагогических принципов обучения: сознательности, активности, индивидуальности, доступности, систематичности. Занятия строятся по обычной общепринятой схеме: вводная часть, разминка, основная часть и заключительная часть, где подводятся итоги занятий и даются рекомендации по спортивному совершенствованию. При прохождении темы «Изучение и совершенствование техники стрельбы» 25% времени отводится на тренировки без действительного выстрела. В области теоретической, технической, тактической и психологической подготовки ставится задача: расширить объем знаний, научить обучающихся анализировать свои действия, научить их понимать, из каких компонентов складывается производство точного и меткого выстрела. В конце обучения рекомендуется чаще практиковать тренировки, приближенные к условиям соревнований, больше участвовать в соревнованиях.

**Теоретическая подготовка** знакомит Обучающихся с правилами соревнований, с элементами производства меткого выстрела, с необходимостью выполнения большого объема тренировок для достижения высоких спортивно-технических результатов.

**Техническая подготовка** ставит задачи: найти для каждого занимающегося рациональную изготровку для производства точного выстрела, научить его правильной работе мышц-сгибателей фаланг указательного пальца, нажимающего на спусковой

крючок оружия. В конце подготовительного периода со спортсменами, имеющими достаточную техническую подготовку, рекомендуется периодически проводить занятия в условиях, приближенных к соревнованиям.

**Физическая подготовка** необходима для повышения функциональных возможностей организма, для всестороннего гармоничного развития стрелка-спортсмена. Общая физическая подготовка должна служить основным средством активного отдыха обучающихся, устраняющим застойные явления в организме спортсмена. Могут быть рекомендованы: подвижные игры, умеренный бег по пересеченной местности, плавание, лыжи, коньки, турпоходы и обязательные регулярные занятия утренней гимнастикой.

**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, позволяет более полно контролировать внимание, помогает добиваться поставленной цели. Приобретенные обучающимися знания, хорошая техническая и физическая подготовка делают их более уверенными в своих действиях. Всесторонняя подготовка поможет спортсменам в дальнейшем принимать более правильные решения в условиях соревнований.

В процессе занятий одновременно решаются и **воспитательные задачи**. Руководитель секции воспитывает у обучающихся отношение к труду и общественной собственности, чувство ответственности перед коллективом, добивается от них сознательного и добросовестного отношения к своим обязанностям, организованности и дисциплины, уважения к старшим. Необходимое условие успешной воспитательной работы - четкая организация занятий, высокая требовательность преподавателя к обучающимся, соблюдение норм поведения на занятиях и в быту.

Воспитательная работа проводится в форме собраний, бесед, лекций, докладов, встреч, посещения музеев, выполнения общественных поручений и т. п.

В плане работы секции военно – патриотического направления учтено проведение нескольких соревнований, как внутренних (первенство техникума), так и массовых (на первенство среди образовательных организаций города). Это необходимо для популяризации стрелкового спорта среди обучающихся, показа работы и достижений секции военно – патриотического направления, привлечения новых ребят к занятиям стрелковым спортом.

#### **Программа разработана с учетом:**

- использования имеющегося в наличии в ГАПОУ ИО БПТ простейшего спортивного инвентаря;
- освоения простейших упражнений, выполнение которых из пневматического оружия в условиях соревнований дает право на присвоение спортивного разряда;
- использовании лазерного стрелкового тренажера «Рубин».

Программа разработана в соответствии со следующими документами:

- программа кружка «Стрелковые кружки», автор А.С.Кузнецов, 1987 год;
- требования Единой всесоюзной спортивной классификации;
- правила соревнований по пулевой стрельбе.

#### **Цель программы:**

Формирование и развитие социально-значимых гражданско – патриотических качеств личности гражданина России и защитника Отечества через занятия пулевой стрельбой, изучения основ военной службы в рамках учебных дисциплин Основы безопасности жизнедеятельности и Безопасность жизнедеятельности.

#### **Задачи:**

1. Обучить основам теории стрельбы; материальной части современного стрелкового и спортивного оружия; истории создания и развития стрелкового оружия России; мерам

безопасности при обращении с оружием и боеприпасами во время учебных стрельб и соревнований; основам судейства соревнований по стрельбе. Научить разбираться в современном стрелковом и спортивном оружии. Формировать навыки меткой стрельбы из пневматической винтовки на различные расстояния из различных положений.

2. Воспитывать любовь к военно-прикладным видам спорта; уважение к Вооружённым Силам России и их истории; уважение к Российскому оружию и его истории. Формировать целеустремлённость, терпеливость, настойчивость, самоотверженность, коллективизм и толерантность.

3. Развивать внимание, усидчивость, глазомер, память, внимательность, профессиональное самоопределение, профессиональный интерес.

По окончании изучения программы обучающиеся имеют представление о работе спускового механизма при выстреле, о личностных качествах, необходимых для занятий стрельбой. Знают все составляющие части пневматической винтовки, составляющие части пневматического пистолета, составляющие части автомата Калашникова, имеют навыки ухода за стрелковым оружием, настройкой прицела, правильного дыхания при готовности к стрельбе, меткой и кучной стрельбы по бумажной мишени из разных исходных положений с 10 метров, сборки и разборки автомата Калашникова. Особенности программы в том, что в отличие от спортивной школы, основной акцент в деятельности секции «Пулевая стрельба» делается не на достижение спортивных результатов (они не являются самоцелью), а на массовое вовлечение обучающихся, развитие интереса к стрелковому спорту, постановку начальных навыков стрельбы.

**Возраст обучающихся:** 15-16 лет.

**Состав группы:** 10-12 человек

**Срок реализации программы:** 1 год (144 учебных часа).

Режим занятий секции два раза в неделю по 2 академических часа.

## 2. Учебный план

| №/№ | Наименование разделов<br>и тем                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Количество часов |        |          |
|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|--------|----------|
|     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Всего            | Теория | Практика |
| 1   | <p><b>Набор и комплектация обучающимися секции по военно – патриотическому направлению.</b></p> <p><b>Введение.</b> Обзор развития стрелкового спорта в РФ и в мире. Ознакомление с программой и расписанием занятий. Ознакомление с местами проведения занятий.</p>                                                                              | 2                | 2      |          |
| 2   | <p><b>Меры обеспечения безопасности при проведении стрельб.</b> Порядок обращения с оружием. Правила поведения в тирах и на стрельбищах 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».</p> | 2                | 2      |          |
| 3   | <p><b>Материальная часть оружия и основы стрельбы из пневматической винтовки.</b> Назначение и боевые свойства пневматического оружия. Общее устройство винтовки МР-512. Понятие о выстреле. Явления, связанные с выстрелом. Рассеивание выстрелов. Определение средней точки попадания (с. т. п.). Расчет поправок.</p>                          | 6                | 2      | 4        |
|     | <p><b>Основы техники стрельбы.</b> Прицеливание, сущность прицеливания.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                       |                  |        |          |

|   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |    |   |    |
|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|---|----|
| 4 | Показ изготовления стрелка-спортсмена для производства выстрела из положения сидя с руки с опорой локтями о стол или стоя с опорой на стойку. Спуск курка: условия, обеспечивающие правильный спуск курка. Причины, влияющие на кучность и меткость стрельбы. Определение средней точки попадания (с. т. п.) на мишени. Расчет и внесение поправок на прицельных приспособлениях. Тренировки.                                                                                                                         | 14 | 4 | 10 |
| 5 | <b>Правила соревнований.</b> Допуск участников к соревнованиям. Обязанности и права стрелков. Меры безопасности при обращении с оружием при проведении соревнований. Общие обязанности и права членов судейской коллегии.                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 2  | 2 |    |
| 6 | <b>Изучение и совершенствование техники стрельбы.</b> Тренировки. Изучение изготовления для стрельбы сидя с руки с опорой локтями о стол или стоя с опорой на стойку. Прицеливание с открытым прицелом. Техника отработки спуска (производство выстрела). Тренировка в прицеливании и отработке спуска без действительного выстрела. Стрельба. Тренировка в изготовке без выстрела. Стрельба по белому листу на кучность. Стрельба по мишени с черным кругом, с выносом района прицеливания для совмещения с. т. п. с | 24 |   | 24 |

|   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |    |  |    |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|--|----|
|   | <p>центром мишени.<br/>Стрельба с<br/>корректировкой. Освоение<br/>стрельбы из положения<br/>стоя и с колена.<br/>Тренировки.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |    |  |    |
| 7 | <p><b>Материальная часть<br/>оружия и основы<br/>стрельбы из автомата<br/>Калашникова.</b><br/>Материальная часть<br/>автомата Калашникова,<br/>общие сведения,<br/>назначение, боевые<br/>свойства, общее<br/>устройство автомата.<br/>Назначение, устройство<br/>частей и механизмов<br/>автомата. Порядок<br/>неполной разборки<br/>автомата. Порядок сборки<br/>автомата после неполной<br/>разборки. Положение<br/>частей и механизмов до<br/>заряжания. Работа частей<br/>и механизмов при<br/>заряжании. Работа частей<br/>и механизмов при<br/>автоматической стрельбе.<br/>Работа частей и<br/>механизмов при стрельбе<br/>одиночными выстрелами.<br/>Чистка, смазка и хранение<br/>автомата: принадлежность<br/>автомата, хранение и<br/>сбережение автомата.<br/>Осмотр и подготовка<br/>автомата к стрельбе,<br/>возможные задержки при<br/>стрельбе и способы их<br/>устранения.<br/>Отработка снаряжения<br/>магазина АК патронами.</p> | 30 |  | 30 |
| 8 | <p><b>Работа на<br/>интерактивном лазерном<br/>тренажёре «Рубин».</b><br/>Материальная часть<br/>лазерного АК, назначение,<br/>устройство. Выработка<br/>постановки правильной<br/>стойки, удержания<br/>оружия, прицеливания,<br/>постановки дыхания,</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | 26 |  | 26 |

|    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |            |           |            |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|-----------|------------|
|    | <p>производство плавного спуска курка с боевого взвода, выработка мышечной памяти.</p> <p>Проведение тренировки «безпулевым методом», отсутствие отдачи при выстреле (перед каждым выстрелом необходимо ставить курок на боевой взвод, чтобы уменьшить силу нажатия на спусковой крючок).</p> <p>Отработка первоначальных навыков стрельбы: с места; из различных положений – стоя, с колена, лёжа; с коротких остановок после передвижения; с разворотом и переносом точки прицеливания по фронту; скоростная стрельба с ограничением времени.</p> |            |           |            |
| 9  | <p><b>Общая и специальная физическая подготовка.</b></p> <p>Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения с партнером в равновесии, в сопротивлении.</p> <p>Специальные упражнения для формирования и улучшения стрелковых навыков.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 30         |           | 30         |
| 10 | <p><b>Участие в соревнованиях.</b> Проверка знаний пройденного теоретического материала.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 8          | 2         | 6          |
|    | <b>ВСЕГО:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>144</b> | <b>14</b> | <b>130</b> |

### 3. Календарно-учебный график

[illegible]

#### 4. Содержание программы

##### УЧЕБНЫЙ ПЛАН

| Месяц    | Номер недели | Кол-во часов | Тема занятий                                                                                                                                                                                                                                                           |
|----------|--------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Сентябрь | 1            | 2            | <b>Введение.</b> Обзор развития стрелкового спорта в РФ и в мире. Ознакомление с программой и расписанием занятий. Ознакомление с местами проведения занятий.<br><b>Меры обеспечения безопасности при проведении стрельб.</b> Порядок обращения с оружием. Тренировки. |
|          |              | 2            | Правила поведения в тирах и на стрельбищах при проведении стрельб.<br>Сигналы и команды, подаваемые при проведении стрельб, и их выполнение. Тренировки.                                                                                                               |
|          | 2            | 2            | Изучение «Инструкции по обеспечению мер безопасности при проведении стрельб в тирах и на стрельбищах».                                                                                                                                                                 |
|          |              | 2            | <b>Материальная часть оружия и основы стрельбы из пневматической винтовки.</b> Назначение и боевые свойства пневматического оружия.                                                                                                                                    |
|          | 3            | 2            | Общее устройство винтовки МР-512.                                                                                                                                                                                                                                      |
|          |              | 2            | Понятие о выстреле.<br>Явления, связанные с выстрелом. Тренировки.                                                                                                                                                                                                     |
|          | 4            | 2            | Рассеивание выстрелов.<br>Определение средней точки попадания (с. т. п.).                                                                                                                                                                                              |
|          |              | 2            | Расчет поправок. Тренировки.                                                                                                                                                                                                                                           |
| Октябрь  | 5            | 2            | <b>Основы техники стрельбы.</b> Прицеливание, сущность прицеливания. Тренировки.                                                                                                                                                                                       |
|          |              | 2            | Показ изготовления стрелка-спортсмена для производства выстрела из положения сидя с руки с опорой локтями о стол или стоя с опорой на стойку.                                                                                                                          |
|          | 6            | 2            | Спуск курка: условия, обеспечивающие правильный спуск курка.<br>Причины, влияющие на кучность и меткость стрельбы.                                                                                                                                                     |
|          |              | 2            | Определение средней точки попадания (с. т. п.) на мишени.                                                                                                                                                                                                              |
|          | 7            | 4            | Расчет и внесение поправок на прицельных приспособлениях. Тренировки.                                                                                                                                                                                                  |
|          | 8            | 2            | <b>Правила соревнований.</b> Допуск участников к соревнованиям. Обязанности и права стрелков.                                                                                                                                                                          |
|          |              | 2            | Меры безопасности при обращении с оружием при проведении соревнований.<br>Общие обязанности и права членов судейской коллегии.                                                                                                                                         |
| Ноябрь   | 9            | 2            | <b>Изучение и совершенствование техники стрельбы.</b> Тренировки. Изучение изготовления для стрельбы сидя с руки с опорой локтями о стол или стоя с опорой на стойку.                                                                                                  |
|          |              | 2            | Прицеливание с открытым прицелом.<br>Техника отработки спуска (производство выстрела).                                                                                                                                                                                 |
|          |              |              |                                                                                                                                                                                                                                                                        |

|         |    |   |                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------|----|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|         | 10 | 2 | Тренировка в прицеливании и отработке спуска без действительного выстрела. Стрельба.                                                                                                                                                           |
|         |    | 2 | Тренировка в изготовке без выстрела.                                                                                                                                                                                                           |
|         | 11 | 2 | Стрельба по белому листу на кучность.                                                                                                                                                                                                          |
|         |    | 2 | Стрельба по мишени с черным кругом, с выносом района прицеливания для совмещения с. т. п. с центром мишени.                                                                                                                                    |
|         | 12 | 2 | Стрельба с корректировкой.<br>Освоение стрельбы из положения стоя и с колена.                                                                                                                                                                  |
|         |    | 2 | Тренировки.                                                                                                                                                                                                                                    |
| Декабрь | 13 | 2 | <b>Материальная часть оружия и основы стрельбы из автомата Калашникова.</b>                                                                                                                                                                    |
|         |    | 2 | Материальная часть автомата Калашникова, общие сведения, назначение, боевые свойства, общее устройство автомата. Назначение, устройство частей и механизмов автомата.                                                                          |
|         | 14 | 2 | Порядок неполной разборки автомата. Тренировки.                                                                                                                                                                                                |
|         |    | 2 | Порядок сборки автомата после неполной разборки. Положение частей и механизмов до заряжания. Тренировки.                                                                                                                                       |
|         | 15 | 2 | Работа частей и механизмов при заряжании.                                                                                                                                                                                                      |
|         |    | 2 | Работа частей и механизмов при автоматической стрельбе.                                                                                                                                                                                        |
|         | 16 | 4 | Работа частей и механизмов при стрельбе одиночными выстрелами. Принятие положения для стрельбы, подготовка автомата к стрельбе, прицеливание.                                                                                                  |
| Январь  | 17 | 4 | Чистка, смазка и хранение автомата: принадлежность автомата, хранение и бережение автомата. Тренировки.                                                                                                                                        |
|         | 18 | 4 | Осмотр и подготовка автомата к стрельбе, возможные задержки при стрельбе и способы их устранения.                                                                                                                                              |
|         | 19 | 4 | Отработка снаряжения магазина АК патронами. Тренировки.                                                                                                                                                                                        |
|         | 20 | 4 | Отработка нормативов по неполной разборке, сборке автомата АК. Тренировки.                                                                                                                                                                     |
| Февраль | 21 | 2 | <b>Работа на интерактивном лазерном тренажёре «Рубин».</b> Материальная часть лазерного АК, назначение, устройство.                                                                                                                            |
|         |    | 2 | Выработка постановки правильной стойки, удержания оружия, прицеливания, постановки дыхания, производство плавного спуска курка с боевого взвода, выработка мышечной памяти. Тренировки.                                                        |
|         | 22 | 4 | Проведение тренировки «безпулевым методом», отсутствие отдачи при выстреле (перед каждым выстрелом необходимо ставить курок на боевой взвод, чтобы уменьшить силу нажатия на спусковой крючок).                                                |
|         | 23 | 4 | Отработка первоначальных навыков стрельбы: с места; из различных положений – стоя, с колена, лёжа; с коротких остановок после передвижения; с разворотом и переносом точки прицеливания по фронту; скоростная стрельба с ограничением времени. |

|        |    |     |                                                                                                                                                                                                                                |
|--------|----|-----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|        | 24 | 4   | Отработка первоначальных навыков стрельбы: с места; из различных положений – стоя, с коротких остановок после передвижения; с разворотом и переносом точки прицеливания по фронту; скоростная стрельба с ограничением времени. |
| Март   | 25 | 2   | <b>Общая и специальная физически подготовка.</b><br>Упражнения для формирования правильной осанки.                                                                                                                             |
|        |    | 2   | Упражнения с партнером в равновесии, в сопротивлении. Специальные упражнения для формирования и улучшения стрелковых навыков.                                                                                                  |
|        | 26 | 4   | Специальные упражнения для формирования и улучшения стрелковых навыков.                                                                                                                                                        |
|        | 27 | 4   | <b>Участие в соревнованиях.</b> Проверка знаний пройденного теоретического материала.                                                                                                                                          |
|        | 28 | 4   | Материальная часть автомата Калашникова, общие сведения, назначение, боевые свойства, общее устройство автомата. Назначение, устройство частей и механизмов автомата.                                                          |
| Апрель | 29 | 4   | Порядок неполной разборки автомата.                                                                                                                                                                                            |
|        | 30 | 4   | Порядок сборки автомата после неполной разборки. Положение частей и механизмов до заряжания.                                                                                                                                   |
|        | 31 | 4   | Отработка снаряжения магазина АК патронами.                                                                                                                                                                                    |
|        | 32 | 4   | Чистка, смазка и хранение автомата: принадлежность автомата, хранение и бережение автомата. Назначение и боевые свойства пневматического оружия.                                                                               |
| Май    | 33 | 4   | Назначение и боевые свойства пневматического оружия.                                                                                                                                                                           |
|        | 34 | 4   | Осмотр и подготовка автомата к стрельбе, возможные задержки при стрельбе и способы их устранения.                                                                                                                              |
|        | 35 | 4   | Отработка нормативов по неполной разборке, сборке автомата АК.                                                                                                                                                                 |
|        | 36 | 4   | <b>Участие в соревнованиях.</b> Проверка знаний пройденного теоретического материала.                                                                                                                                          |
| ВСЕГО  |    | 144 |                                                                                                                                                                                                                                |

## **5. Формы аттестации**

Участие в соревнованиях: внутри техникума, городских, региональных.

## **6. Планируемые результаты**

### **Обучающийся должен знать:**

- 1.Порядок обращения с оружием.
- 2.Правила поведения в тирах и на стрельбищах при проведении стрельб.
- 3.Сигналы и команды, подаваемые при проведении стрельб.
4. Назначение и боевые свойства пневматического оружия.
5. Общее устройство винтовки МР-512.
6. Материальную часть автомата Калашникова, общие сведения, назначение, боевые свойства, общее устройство автомата.
7. Материальную часть лазерного АК, назначение, устройство.
- 8.Обязанности и права стрелков. Меры безопасности при обращении с оружием при проведении соревнований. Общие обязанности и права членов судейской коллегии.

### **Обучающийся должен уметь:**

- 1.Выполнить норматив «Начинающий стрелок» и «Юный стрелок».
- 2.Выполнить норматив по разборке – сборке АК.
- 3.Выполнить норматив по снаряжении АК-74 патронами.

## 7. Оценочные материалы

### Нормативы при неполной разборке – сборке Автомата Калашникова

#### Норматив № 13 – неполная разборка автомата АК-74.

##### Условия выполнения норматива.

1. Автомат лежит на столе (чистой подстилке) дульной частью вперед, а ручной пулемет установлен на сошку дульной частью влево. У автомата магазин пристегнут.
2. Обучающийся находится у оружия (на исходном положении) с опущенными руками.

##### Порядок выполнения норматива.

Руководитель занятия подает команду: **«К неполной разборке оружия – ПРИСТУПИТЬ»**.

При выполнении неполной разборки автомата обучающийся отделяет магазин и проверяет, нет ли патрона в патроннике. Вынимает пенал принадлежности из гнезда приклада. Последовательно отделяет шомпол, крышку ствольной коробки, возвратный механизм, затворную раму с затвором, затвор от затворной рамы и газовую трубку со ствольной накладкой.

Время отсчитывается от команды **«К неполной разборке оружия – ПРИСТУПИТЬ»** до доклада обучаемого **«ГОТОВО»**.

##### Временные показатели и оценка за выполнение норматива № 13

Вид оружия – автомат АК-74

**Оценка по времени (секунд):** «отлично» - 15 сек; «хорошо» - 17сек; «удовлетворительно» - 19 сек.

#### Норматив № 14 - сборка автомата АК-74 после неполной разборки.

##### Условия выполнения норматива

1. Оружие разобрано. Части и механизмы автомата аккуратно разложены на столе (чистой подстилке) в порядке разборки и не касаются друг друга.
2. Обучающийся находится у оружия (на исходном положении) с опущенными руками.

##### Порядок выполнения норматива

1. Руководитель занятия подает команду: **«К сборке оружия - ПРИСТУПИТЬ»**.
2. При выполнении сборки после неполной разборки автомата обучающийся последовательно выполняет все операции в обратном порядке.
3. Время отсчитывается от команды **«К сборке оружия - ПРИСТУПИТЬ»** до доклада обучаемого **«ГОТОВО»**.

##### Временные показатели и оценка за выполнение норматива № 14

Вид оружия – автомат АК-74

**Оценка по времени (секунд):** «отлично» - 25 сек; «хорошо» - 27сек; «удовлетворительно» - 32 сек.

#### Выполнение норматива № 16. Снаряжение магазина автомата АК-74 патронами.

**Условия выполнения норматива** 1. Обучаемый находится перед подстилкой, на которой разложены магазины и учебные патроны россыпью. 2. Время отсчитывается от команды руководителя **«К снаряжению магазина приступить»** до доклада обучаемого **«Готово»**.

##### Временные показатели и оценка за выполнение норматива № 16

##### Снаряжения магазина автомата АК-74 30 патронами:

**Оценка по времени (секунд):**

«отлично» - 33 сек

«хорошо» - 38 сек

«удовлетворительно»- 43 сек

## Разрядные нормы по стрельбе пулевой:

Пневматические винтовки, пули ДН или ДЦ, прицел открытый

| Индекс упражнения    | Положение для стрельбы                       | Дистанция<br>м | пол | Спортивные разряды |     |     |     |
|----------------------|----------------------------------------------|----------------|-----|--------------------|-----|-----|-----|
|                      |                                              |                |     | переходной         | 3-й | 2-й | 1-й |
| «Начинающий стрелок» | Сидя или стоя с опорой на стол (5 выстрелов) | 5              | м   | 40                 |     |     |     |
|                      |                                              |                | д   | 34                 |     |     |     |
| «Юный стрелок»       | С опорой о стол (20 выстрелов)               | 10             | ю   |                    | 130 | 150 | 170 |
|                      |                                              |                | д   |                    | 122 | 142 | 162 |
| «Меткий стрелок»     | Стоя<br><br>(20 выстрелов)                   | 10             | ю   |                    | ПО  | 130 | 150 |
|                      |                                              |                | д   |                    | 100 | 120 | 140 |
| «Снайпер»            | Стоя. С колена. (40 выстрелов 20/20)         | 10             | ю   |                    | 310 | 330 | 350 |
|                      |                                              |                | д   |                    | 300 | 320 | 340 |

## Условия выполнения упражнений:

| Индекс упражнения    | Дистанция, м | Положение для стрельбы         | Количество выстрелов |          | Мишени |                |                 | Время на стрельбу, мин. |
|----------------------|--------------|--------------------------------|----------------------|----------|--------|----------------|-----------------|-------------------------|
|                      |              |                                | пробное              | зачетное | №      | Кол-во пробных | Кол-во зачетных |                         |
| «Начинающий стрелок» | 5            | Сидя или стоя с опорой на стол | 3                    | 5        | 4      | 1              | 1               | неограниченное          |
| «Юный стрелок»       | 10           | С опорой о стол                | 6                    | 20       | 8      | 2              | 4               | 30 мин                  |
| «Меткий стрелок»     | 10           | Стоя                           | 6                    | 20       | 8      | 2              | 4               | 45 мин                  |
| «Снайпер»            | 10           | Стоя. с колена                 | 6                    | 20       | 8      | 2              | 4               | 40 мин                  |

## **8. Методические материалы**

**Тема 1: Введение.** Обзор развития стрелкового спорта в РФ и в мире. Ознакомление с программой и расписанием занятий. Ознакомление с местами проведения занятий.

**Цель:** ознакомить с программой, расписанием занятий, местом проведения занятий.

**Тема 2: Меры обеспечения безопасности при проведении стрельб.**

**Цель:** Обеспечить безопасность при проведении стрельб.

**Задачи:** Воспитание дисциплинированности, воли, самостоятельности.

Порядок обращения с оружием. Правила поведения в тирах и на стрельбищах 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 3: Материальная часть оружия и основы стрельбы из пневматической винтовки.**

**Цель:** Познакомить обучающихся с назначением, устройством и свойствами пневматической винтовки.

**Задачи:** Научить первоначальным навыкам стрельбы из пневматической винтовки.

Назначение и боевые свойства пневматического оружия. Общее устройство винтовки МР-512. Понятие о выстреле. Явления, связанные с выстрелом. Рассеивание выстрелов. Определение средней точки попадания (с. т. п.). Расчет поправок.

**Тема 4: Основы техники стрельбы.**

**Цель:** Ознакомить с техникой стрельбы.

**Задачи:** Воспитывать решительность, самообладание, мужество.

Прицеливание, сущность прицеливания. Показ изготовления стрелка-спортсмена для производства выстрела из положения сидя с руки с опорой локтями о стол или стоя с опорой на стойку. Спуск курка: условия, обеспечивающие правильный спуск курка. Причины, влияющие на кучность и меткость стрельбы. Определение средней точки попадания (с. т. п.) на мишени. Расчет и внесение поправок на прицельных приспособлениях. Тренировки.

**Тема 5: Правила соревнований.**

**Цель:** Познакомить обучающихся с правилами соревнований.

**Задачи:** Воспитывать ответственность.

Допуск участников к соревнованиям. Обязанности и права стрелков. Меры безопасности при обращении с оружием при проведении соревнований. Общие обязанности и права членов судейской коллегии.

**Тема 6: Изучение и совершенствование техники стрельбы.**

**Цель:**

**Задачи:**

Тренировки. Изучение изготовления для стрельбы сидя с руки с опорой локтями о стол или стоя с опорой на стойку. Прицеливание с открытым прицелом. Техника отработки спуска (производство выстрела). Тренировка в прицеливании и отработке спуска без действительного выстрела. Стрельба. Тренировка в изготовке без выстрела. Стрельба по белому листу на кучность. Стрельба по мишени с черным кругом, с выносом района прицеливания для совмещения с. т. п. с центром мишени. Стрельба с корректировкой. Освоение стрельбы из положения стоя и с колена. Тренировки.

**Тема 7: Материальная часть оружия и основы стрельбы из автомата Калашникова.**

**Цель:**

**Задачи:**

Материальная часть автомата Калашникова, общие сведения, назначение, боевые свойства, общее устройство автомата. Назначение, устройство частей и механизмов автомата. Порядок неполной разборки автомата. Порядок сборки автомата после неполной разборки. Положение частей и механизмов до заряжания. Работа частей и механизмов при заряжании. Работа частей и механизмов при автоматической стрельбе. Работа частей и

механизмов при стрельбе одиночными выстрелами. Чистка, смазка и хранение автомата: принадлежность автомата, хранение и сбережение автомата. Осмотр и подготовка автомата к стрельбе, возможные задержки при стрельбе и способы их устранения. Отработка снаряжения магазина АК патронами.

#### **Тема 8: Работа на интерактивном лазерном тренажёре «Рубин».**

##### **Цель:**

##### **Задачи:**

Материальная часть лазерного АК, назначение, устройство. Выработка постановки правильной стойки, удержания оружия, прицеливания, постановки дыхания, производство плавного спуска курка с боевого взвода, выработка мышечной памяти. Проведение тренировки «безпулевым методом», отсутствие отдачи при выстреле (перед каждым выстрелом необходимо ставить курок на боевой взвод, чтобы уменьшить силу нажатия на спусковой крючок).

Отработка первоначальных навыков стрельбы: с места; из различных положений – стоя, с колена, лёжа; с коротких остановок после передвижения; с разворотом и переносом точки прицеливания по фронту; скоростная стрельба с ограничением времени.

#### **Тема 9: Общая и специальная физически подготовка.**

##### **Цель:**

##### **Задачи:**

Упражнения для формирования правильной осанки. Упражнения с партнером в равновесии, в сопротивлении. Специальные упражнения для формирования и улучшения стрелковых навыков.

#### **Тема 10: Участие в соревнованиях.**

##### **Цель:**

##### **Задачи:**

Проверка знаний пройденного теоретического материала.

## **«Инструкции по обеспечению мер безопасности при проведении стрельб в тирах и на стрельбищах»**

**В тире (месте, оборудованном для стрельбы) запрещается:**

- производить стрельбу из неисправного пневматического оружия;
- брать или трогать на огневом рубеже оружие или подходить к нему без команды (разрешения) руководителя стрельбы;
- заряжать пневматическое оружие до команды руководителя стрельбы или до сигнала «Огонь»;
- прицеливаться и направлять оружие в стороны и в тыл, а также в людей, в каком бы состоянии оружие ни находилось;
- прицеливаться в мишени даже из незаряженного оружия, если в направлении их находятся люди;
- выносить заряженное оружие с огневого рубежа;
- находиться на огневом рубеже посторонним, кроме стреляющей смены;
- оставлять где бы то ни было заряженное оружие или передавать другим лицам без команды руководителя стрельбы;
- производить стрельбу не параллельно директрисе (направлению) тира (места, оборудованного для стрельбы);
- допускать к стрельбе лиц, не имеющих твердых практических навыков в выполнении стрельбы;

Выдача пульк производится руководителем стрельбы исключительно на огневом рубеже. Если показ попаданий делается после каждого выстрела, выдается только по одной пульке.

Заряжается оружие на огневом рубеже только по команде руководителя стрельбы «Заряжай!», открытие огня - после команды «Огонь!». По команде «Отбой!» необходимо немедленно разрядить и отложить оружие.

Чистка и смазка пневматического оружия производится в специально отведенных местах под руководством преподавателя.

Стрелки, допустившие нарушение правил безопасности, к стрельбе не допускаются.

Для проведения стрельбы (соревнований) руководитель образовательного учреждения издает письменный приказ, в котором указывает дату, время и место, наименование класса (группы) и количество привлекаемых учащихся, наименование упражнения, фамилию руководителя, а также необходимые средства для оказания первой медицинской помощи.

## 9. Организационно-педагогические условия

|                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Технические средства обучения | 1.Электронный лазерный тренажёр «Рубин»<br>2.Компьютер<br>3.Мультимедийное оборудование.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Учебные пособия               | 1.Место для стрельбы (учебный кабинет).<br>2.Винтовки пневматические в количестве – 3 шт.<br>3.Пистолеты пневматические – 1 шт.<br>4.Пульки для стрельбы из пневматического оружия.<br>5.Мишени бумажные (различные).<br>6.Мишени электронные (различной величины).<br>7.Стол и стулья для стрельбы сидя с упором о стол.<br>8.Масштабные макеты автомата Калашникова – 2 шт.<br>9.Стол для разборки – сборки АК.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Список литературы             | А. Д. Дворкин «Стрельба из пневматических винтовок».<br>Сборник руководящих документов по стрелковому спорту.<br>Правила соревнований по пулевой стрельбе.<br>ЦВП и ГВ ДО города Москвы методические материалы и нормативные документы «Основы подготовки к военной службе».<br>ЦВП и ГВ ДО города Москвы «Методические рекомендации по организации учета, хранения и выдачи оружия и боеприпасов».<br>Военная академия имени Ф.Э.Дзержинского методические рекомендации «Организация и проведение занятий по огневой подготовке из стрелкового оружия».<br>Материалы семинара «Методика обучения точному выстрелу, в том числе в сложных условиях».<br>Опыт ГОУ ЗОУО города Москвы по оборудованию тиров для стрельбы из пневматической винтовки, организации и работе кружков. |

