

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 417  
Петродворцового района Санкт-Петербурга  
198411 г. Санкт-Петербург, г. Ломоносов, ул. Жоры Антоненко, д.1.

СОГЛАСОВАНО  
Заведующий ОДОД  
ГБОУ школы № 417  
*«19» августа 2019*  
*Т.М. Виролайн* Т.М. Виролайн

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ**

**"ЮНЫЙ СТРЕЛОК"**

на 2019-2020 учебный год

Возраст учащихся: 10-17 лет  
Год обучения: 1

Разработчик: Данченко Сергей Петрович,  
педагог дополнительного образования

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа разработана на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей «Юный стрелок» программы, имеет физкультурно-спортивную направленность, общекультурный уровень освоения.

Занятия стрелковой подготовкой предусматривают совершенствование разностороннего физического развития детей и подростков для их последующей трудовой деятельности и подготовку к будущей службе в Вооруженных Силах. Особое внимание обращается на обучение мерам безопасности при обращении с оружием и поведение в тире. Учебные занятия включают как теоретическую (история создания стрелкового оружия, назначение оружия и обращение с ним, теоретические основы стрельбы), так и практическую подготовку (техника выполнения выстрела, тренировки, квалификационные соревнования).

На обучение по программе «Юный стрелок» принимаются дети и подростки в возрасте от 10 до 17 лет. Никакой специальной подготовки для начала обучения не требуется.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа.

### **Задачи:**

#### *Развивающие:*

- развитие духовных и физических качеств личности, обеспечивающих правильное поведение в обществе;
- способствовать развитию лидерских качеств подростков;
- развитие умений работать в группе, коллективе;

#### *Обучающие:*

- получение знаний об основах стрельбы,
- получение навыков стрельбы из пневматической винтовки,
- получение навыков проведения физических упражнений для укрепления общей физической подготовки и для формирования правильной осанки.

#### *Воспитательные:*

- воспитание у школьников смелости и мужества, решительности и самообладания,
- ответственного отношения к личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

## **Планируемые результаты освоения программы**

### *Личностные:*

Включают в себя готовность и способность учащихся к саморазвитию, формирование мотивации к обучению и познанию;  
формирование первоначального целостного представления о стрелковом спорте;  
создание устойчивой и обоснованной мотивации к приобретению навыков, необходимых для участников стрелковых соревнований;  
развитие навыков сотрудничества со сверстниками и со взрослыми в процессе совместной деятельности;  
развитие у обучаемых таких качеств, как ловкость, выносливость, терпеливость, аккуратность, коммуникативность, самостоятельность.

### *Метапредметные:*

Включают освоенные учащимися универсальные учебные действия, обеспечивающие овладение компетенциями, составляющими основу умения учиться вопросам стрелковой подготовки, а именно:

- формирование умения понимать и оценивать свои учебные действия в рамках освоения программы;

- овладение общими сведениями о сущности и особенностях занятий стрелковой подготовкой;

- освоение форм личностной рефлексии;

- умение настраиваться на занятия по стрельбе.

***Предметные:***

Включают в себя освоенный опыт деятельности по получению нового знания и его применению:

- знание основных правил пользования пневматическим оружием;

- умение применять полученные знания по теории стрельбы во время практических стрельб;

- владение умением сохранять эмоциональную устойчивость при производстве выстрела по мишени.

## Содержание программы

### 1. Вводное занятие

**Теория:** Собеседование с учащимися. Формирование мотивации к занятиям стрелковым спортом.

### 2. Военно-патриотическая подготовка

**Теория:** Об истории развития стрелкового спорта. Взаимовлияние физических качеств личности и занятий стрелковым спортом. История создания оружия. Виды оружия и их специфика (занятия проводятся на базе школьного музея).

Воинские и патриотические ритуалы. История российских знамен, герба, гимна. Влияние занятий стрелковым спортом на формирование качеств личности.

### 3. Основы военного дела

**Теория:** Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата. Неполная разборка и сборка автомата. Меры безопасности при обращении с автоматом и патронами. Совершенствование знаний и навыков по разборке и сборке автомата. Принадлежности к автомату. Порядок чистки и смазки автомата после стрельбы. Хранение оружия. Осмотр и подготовка АК и патронов к стрельбе. Возможные задержки при стрельбе и способы их устранения.

**Практика:** Практические занятия по разборке и сборке автомата. Совершенствование навыков разборки и сборки автомата. Практические занятия по снаряжению магазина патронами.

### 4. Специальная подготовка по стрельбе

**Теория:** Инструктаж по мерам безопасности при проведении стрельб. Теоретические основы стрельбы. Техника выполнения стрельбы из пневматической винтовки (ПВ) стоя без упора, с упором. Стрельба на кучность, на меткость. Подготовка и участие в соревнованиях.

**Практика:** Изготовка, прицеливание, методика дыхания стрелка. Техника стрельбы с упора и с руки, с опорой на стол или стойку. Тренировка в изготровке к стрельбе из пневматической винтовки стоя, с опорой на стол, на стойку. Производство холостого выстрела. Тренировка в стрельбе на кучность и результат. Стрельба из ПВ по мишеням. Стрельба на кучность по спортивным мишеням "П" на 5 м с опорой на стол или стойку. Стрельба на кучность и результат из ПВ на 5 м с руки, с опорой на стол по спортивной мишени "П".

Квалификационные соревнования. Условия выполнения упражнения на результат:

- дистанция стрельбы – 5 м
- количество выстрелов – 3 пробных, 5 зачетных;
- норматив – 40 очков.

Стрельба на результат. Подведение итогов соревнований и занятий в кружке.

### 5. Общефизическая подготовка

**Теория:** Занятия в спортзале по общефизической подготовке на совершенствование быстроты реакции, волевых качеств.

**Практика:** Спортивные игры в спортивном зале или на спортплощадке.

### 6. Итоговое занятие

**Теория:** Определение достижений учащихся за год, отчеты об участии в соревнованиях.

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Средняя общеобразовательная школа № 417  
Петродворцового района Санкт-Петербурга



УТВЕРЖДЕН  
Приказом № 90  
от « 29 » августа 2019 г.  
Директор ГБОУ школы № 417  
\_\_\_\_\_ М.Б. Трофимова

**Календарно-тематический план**  
дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы

**«Юный стрелок»**

на 2019-2020 учебный год

для 1 группы 1 года обучения

педагога Данченко Сергея Петровича

### Календарно-тематический план

№ занятия	Дата проведения занятия	Тема учебного занятия	Количество часов		
			всего	теория	практика
1.	02.09	Вводное занятие. Собеседование с учащимися. Мотивация к занятиям стрелковым спортом	2	2	
2.	07.09	Военно-патриотическая подготовка. Взаимовлияние физических качеств личности и занятий стрелковым спортом	2	2	
3.	09.09	Военно-патриотическая подготовка. Об истории развития стрелкового спорта.	2	2	
4.	14.09	Военно-патриотическая подготовка. История создания оружия. Виды оружия и их специфика	2	2	
5.	16.09	Военно-патриотическая подготовка. Влияние занятий стрелковым спортом на формирование качеств личности.	2	2	
6.	21.09	Военно-патриотическая подготовка. Воинские и патриотические ритуалы. История российских знамен, герба, гимна	2	2	
7.	23.09	Специальная подготовка по стрельбе. Теоретические основы стрельбы. Общие понятия о баллистике	2	2	
8.	28.09	Специальная подготовка по стрельбе. Элементы траектории полета пули	2	2	
9.	30.09	ОФП. Значение общефизической подготовки для успешного овладения стрельбой.	2	2	
10.	05.10	ОФП. Спортивные игры, как условие совершенствования быстроты реакции, волевых качеств	2	2	
11.	07.10	Специальная подготовка по стрельбе. Силы, действующие на пулю в полете. Рассеивание, кучность, меткость	2	2	
12.	12.10	Специальная подготовка по стрельбе. Наименование, назначение, основные тактико-технические характеристики частей пневматической винтовки.	2	2	
13.	14.10	Специальная подготовка по стрельбе. Устройство и взаимодействие частей пневматической винтовки.	2	2	
14.	19.10	Специальная подготовка по стрельбе. Уход за оружием. Меры безопасности при обращении с оружием.	2	2	
15.	21.10	ОФП. Спортивные игры с мячом	2		2
16.	26.10	ОФП. Спортивные игры с мячом	2		2
17.	28.10	Специальная подготовка по стрельбе. Техника выполнения выстрела. Основные элементы техники выполнения выстрела.	2	2	
18.	02.11	Специальная подготовка по стрельбе.	2		2

		Изготовка, прицеливание, методика дыхания стрелка.			
19.	09.11	ОФП. Спортивные игры: волейбол, баскетбол.	2		2
20.	11.11	ОФП. Настольный теннис	2		2
21.	16.11	Специальная подготовка по стрельбе. Основные элементы техники выполнения выстрела: с упора и с руки, с опорой на стол или в стойке.	2		2
22.	18.11	Специальная подготовка по стрельбе. Правила поведения в тире. Инструктаж по мерам безопасности при проведении стрельб	2	2	
23.	23.11	Специальная подготовка по стрельбе. Заряжение, прицеливание, подготовка к стрельбе. Стрельба по крупной мишени	2		2
24.	25.11	Специальная подготовка по стрельбе. Специальная подготовка по стрельбе. Стрельба по мишени на расстоянии 5 метров сидя с опорой на стол	2		2
25.	30.11	Специальная подготовка по стрельбе. Диагностические соревнования по стрельбе на расстоянии 5 м в начале учебного года	2		2
26.	02.12	ОФП. Волейбол, пионербол	2		2
27.	07.12	Специальная подготовка по стрельбе. Стрельба по мишени на расстоянии 10 метров сидя с опорой на стол	2		2
28.	09.12	Специальная подготовка по стрельбе. Стрельба по мишени на расстоянии 10 метров сидя с опорой на стол	2		2
29.	14.12	Специальная подготовка по стрельбе. Стрельба по мишени на расстоянии 5 метров сидя с опорой на стол на кучность	2		2
30.	16.12	ОФП. Игра в «картошку», бадминтон	2		2
31.	21.12	Специальная подготовка по стрельбе. Стрельба по мишени на расстоянии 5 метров сидя с опорой на стол	2		2
32.	23.12	ОФП. Игра в пионербол	2		2
33.	28.12	Специальная подготовка по стрельбе. Диагностические соревнования по стрельбе на расстоянии 5 м в начале II полугодия	2		2
34.	30.12	ОФП. Игра в баскетбол	2		2
35.	11.01	ОФП. Игра с баскетбольным мячом в «33»	2		2
36.	13.01	ОФП. Спортивные игры с мячом	2		2
37.	18.01	ОФП. Настольный теннис, бадминтон	2		2
38.	20.01	Специальная подготовка по стрельбе. Стрельба по мишени на расстоянии 5 метров сидя с опорой на стол на кучность	2		2
39.	25.01	Специальная подготовка по стрельбе. Стрельба по мишени на расстоянии 5 метров сидя с опорой на стол на меткость	2		2
40.	27.01	Специальная подготовка по стрельбе. Стрельба по мишени на расстоянии 10 метров сидя с	2		2

		опорой на стол на кучность			
41.	01.02	Специальная подготовка по стрельбе. Стрельба по мишени на расстоянии 10 метров сидя с опорой на стол на меткость	2		2
42.	03.02	Специальная подготовка по стрельбе. Оработка прицеливания. Приемы прицеливания «по центру», «под яблочко».	2		2
43.	08.02	ОФП. Игра в пионербол	2		2
44.	10.02	Специальная подготовка по стрельбе. Стрельба по мишени на расстоянии 5 метров стоя на кучность	2		2
45.	15.02	Специальная подготовка по стрельбе. Стрельба по мишени на расстоянии 5 метров стоя на кучность	2		2
46.	17.02	Специальная подготовка по стрельбе. Стрельба по мишени на расстоянии 5 метров стоя на меткость	2		2
47.	22.02	ОФП. Броски мяча в баскетбольную корзину на меткость.	2		2
48.	24.02	Специальная подготовка по стрельбе. Стрельба по мишени на расстоянии 5 м стоя, на меткость	2		2
49.	29.03	Специальная подготовка по стрельбе. Тренировочные соревнования к Дню защитника Отечества	2		2
50.	02.03	Специальная подготовка по стрельбе. Стрельба по предметам на расстоянии 5 метров сидя с опорой на стол	2		2
51.	07.03	Специальная подготовка по стрельбе. Стрельба по мишени лежа с упором на расстоянии 5 метров на кучность	2		2
52.	09.03	Специальная подготовка по стрельбе. Стрельба по мишени на расстоянии 5 метров сидя с опорой на стол	2		2
53.	14.03	ОФП. Броски мяча в баскетбольную корзину на меткость. Игра в «33»	2		2
54.	16.03	Специальная подготовка по стрельбе. Стрельба по мишени лежа с упором на расстоянии 5 метров на меткость	2		2
55.	21.03	ОФП. Игра в футбол на школьной спортивной площадке	2		2
56.	23.03	Специальная подготовка по стрельбе. Стрельба по мишени лежа с упором на расстоянии 5 метров на меткость	2		2
57.	28.03	ОФП. Игра в футбол на школьной спортивной площадке	2		2
58.	30.03	ОФП. Игра в волейбол на школьной спортивной площадке	2		2
59.	04.04	ОФП. Игра в волейбол на школьной спортивной площадке	2		2
60.	06.04	Специальная подготовка по стрельбе. Стрельба по мишени лежа с упором на расстоянии 10	2		2



		метров на кучность			
61.	11.04	Специальная подготовка по стрельбе. Стрельба по мишени лежа с упором на расстоянии 10 метров на меткость	2	2	
62.	13.04	Специальная подготовка по стрельбе. Стрельба по мишени лежа с упором на расстоянии 10 метров на меткость	2		2
63.	18.04	ОФП. Игра в баскетбол на школьной спортивной площадке	2		2
64.	20.04	Специальная подготовка по стрельбе. Стрельба по предметам на расстоянии 5 метров сидя с опорой на стол	2		2
65.	25.04	Специальная подготовка по стрельбе. Стрельба по предметам на расстоянии 5 метров сидя с опорой на стол	2		2
66.	27.04	ОФП. Игра в баскетбол на школьной спортивной площадке	2		2
67.	02.05	Основы военного дела. Назначение, боевые свойства, общее устройство и принцип работы автомата. Неполная разборка и сборка автомата. Принадлежности к автомату. Порядок чистки и смазки автомата после стрельбы. Хранение оружия. Осмотр и подготовка АК и патронов к стрельбе.	2	2	
68.	04.05	Основы военного дела. Неполная разборка и сборка автомата	2		2
69.	11.05	Основы военного дела. Совершенствование навыков разборки и сборки автомата	2		2
70.	16.05	Основы военного дела. Снаряжение магазина патронами	2		2
71.	18.05	Специальная подготовка по стрельбе. Итоговые соревнования по стрельбе на расстоянии 5 м по окончании учебного года			2
72.	23.05	Итоговое занятие. Подведение итогов участников занятий по стрельбе - за год	2	2	
			144	28	103