

Департамент образования мэрии г. Новосибирска

МБУДО «Детский морской центр «Каравелла»
имени А. Москаленко»

Принято на заседании
педагогического совета
от "04" июля 2023 г.
Протокол № 05

Утверждаю
Директор МБУДО ДМЦ «Каравелла»
М.А. Глазачев
приказ от «06» июля 2023 г. № 46



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности "Меткий стрелок"
на 2023 – 2024 учебный год**

✕ Возраст учащихся: 12-16 лет
Срок реализации: 1 год

Автор - составитель:
Кулагина Людмила Николаевна
педагог дополнительного образования
Емцев Андрей Васильевич
педагог дополнительного образования

г. Новосибирск, 2023

Оглавление

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»	3
1.1. Пояснительная записка	3
1.2. Цель и задачи программы	5
1.3. Планируемые результаты	6
Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»	7
2.1. Учебно-тематический план	7
2.2. Условия реализации программы	12
2.3. Программа воспитания «Морская душа»	12
2.4. Формы аттестации	15
2.5. Методические материалы	17
2.6. Список литературы	18

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка

События последнего времени подтвердили, что экономическая дезинтеграция, социальная дифференциация общества, девальвация духовных ценностей оказали негативное влияние на общественное сознание большинства социальных и возрастных групп населения страны, резко снизили воспитательное воздействие российской культуры, спорта, искусства и образования как важнейших факторов формирования патриотизма. Стала все более заметной постепенная утрата нашим обществом традиционно российского патриотического сознания. Патриотизм кое-где стал перерождаться в национализм. В общественном сознании получили широкое распространение равнодушие, эгоизм, индивидуализм, цинизм, немотивированная агрессивность, неуважительное отношение к государству и социальным институтам. Проявляется тенденция к падению престижа военной и государственной службы. Патриотизм является нравственной основой жизнеспособности государства и выступает в качестве важного внутреннего мобилизующего ресурса развития общества, активной гражданской позиции личности, готовности ее к самоотверженному служению своему Отечеству.

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Меткий стрелок» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Форма организации содержания и процесса педагогической деятельности: комплексная программа.

Уровни реализации программы – одноуровневая программа со сроком реализации 1 год.

Актуальность программы и ее концептуальные основы

Подготовка подростков к трудовой и оборонной практике с каждым годом становится все более ответственной и сложной задачей, в связи с возросшими требованиями к уровню физической подготовленности со стороны производства и армии. Несмотря на перспективу создания профессиональной армии, актуальность проблемы повышения физической подготовленности молодежи не снижается, ибо основным источником комплектования, даже армии профессионалов, будет молодежь.

Логичным представляется тот факт, что в последние годы среди многочисленных проблем теории и методики физического воспитания подростков важное место отводится решению вопросов, связанных с повышением уровня двигательной подготовленности, разработкой эффективных форм и методов проведения учебных занятий, что и должно обеспечить рациональную организацию физического воспитания с подростками в условиях общеобразовательной школы.

Программа составлена на основе программ спортивной подготовки ГБУ "Спортивная школа олимпийского резерва №9 "Шабаловка" Москомспорта.

Адресат программы. Особенности обучающихся данного возрастного периода.

Программа рассчитана на работу с учащимися в группах. Группы могут быть одновозрастными или разновозрастными. Они формируются с учётом возрастных и индивидуальных особенностей учащихся, по медицинским показателям (предоставляется медицинская справка), желанию ребёнка и заявлению родителей. Комплектование групп завершается с момента начала образовательного процесса.

Рекомендуемый возраст учащихся с 12 до 16 лет.

Основные характеристики и особенности возраста учащихся указаны в базовой программе (раздел №1, «Адресат программы»).

Возраст учащихся с 12 до 16 лет это подростковый и юношеский возраст.

Подростковый период охватывает возраст от 10-11 до 15 лет. Подростковый, отроческий возраст является переходным, прежде всего в биологическом смысле, поскольку это возраст полового созревания, параллельно которому достигают в основном зрелости и другие

биологические системы организма. В социальном плане подростковая фаза – продолжение первичной социализации. Все подростки этого возраста – школьники, находящиеся на иждивении родителей или государства. Социальный статус подростка мало чем отличается от детского. Психологически этот возраст крайне противоречив. Для него характерны максимальные диспропорции в уровне и темпах развития. Подростковое чувство взрослости – главным образом новый уровень притязаний, предвосхищающий положение, которого подросток фактически еще не достиг. Отсюда – типичные возрастные конфликты и их преломление в самосознании подростка. В целом это период завершения детства и начала "вырастания" из него.

Этот возраст особенно благоприятен для педагогического стимулирования и развития самосознания, самовоспитания.

Подростковый возраст отличается способностью к творческому воображению и фантазии, точностью и глубиной мыслительной деятельности, повышенным интересом к любимым предметам. Наряду с признанием отдельных для него авторитетов, подросток всякий раз стремится высказать своё критическое суждение, проявить своё позитивное или негативное отношение к происходящему.

Таким образом, можно говорить о том, что подростковый возраст можно рассматривать как сенситивный период жизни для формирования и развития личности – это период психофизиологических изменений. В данном возрасте особенную значимость имеет процесс формирования и развития ценностных ориентаций личности, мировоззрения подростка, нравственных и моральных представлений и норм поведения, а также положительного отношения к другим людям и миру в целом.

Так же достаточно самобытным является и период ранней юности.

По сравнению с предыдущим возрастом, ранняя юность имеет свою ситуацию развития, перед старшеклассниками встают новые жизненные задачи, в решении которых происходит их психосоциальное развитие. Прежде всего – это серьёзная задача выбора дальнейшего жизненного пути. В связи с этим меняется и ситуация взаимодействия юноши с социальным окружением. Происходит смена значимых лиц и перестройка взаимоотношений со взрослыми. Возникает особый интерес к общению с взрослыми.

В этот период молодые люди часто сосредотачиваются на профессиональном самоопределении. Оно предполагает самоограничение, отказ от подростковых фантазий, в которых человек мог стать представителем любой, самой привлекательной профессии. Профессиональное самоопределение стимулирует развитие новых интересов к учебным дисциплинам. Нередко родители прививают интерес к определённым дисциплинам и видам деятельности. Юность – это время выбора жизненного пути.

Юность – решающий этап формирования мировоззрения. Мировоззрение, это не только система знаний и опыта, но и система убеждений, переживание которых сопровождается чувством их истинности, правильности. Поэтому мировоззрение связано с решением в юности смысложизненных проблем. Явлений действительности интересуют юношу не сами по себе, а в связи с его собственным отношением к ним.

Режим занятий.

Учебный процесс организовывается с учётом СанПиН 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи" (утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28). СанПиН 3.1/2.4.3598-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения COVID-19" (утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30 июня 2020 года № 16).

Периодичность занятий:

1. количество занятий в неделю – 2 занятия;
2. количество часов в неделю – 4 часа;
3. общее количество часов в год – 144 часа;
4. продолжительность занятия - 40 минут;

5. перерыв между учебными занятиями – 10 минут;

6. наполняемость групп – 15 человек;

7. форма обучения – очная;

Особенности набора - набор в группы без конкурсного отбора, ребёнок может посещать занятия при отсутствии противопоказаний к занятиям по физической культуре (медицинская справка обязательно).

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: формирование здорового образа жизни и привлечение обучающихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом, развитие личности человека - гражданина малой и большой Родины, творческого, самостоятельного, социально ответственного, коммуникативного, с развитой потребностной сферой познания окружающего мира и самопознания.

Для достижения поставленной цели программа предусматривает решение следующих задач.

Задачи программы:

Обучающие:

— формирование знаний по истории развития стрелкового оружия России, физической подготовки стрелка;

— изучение материальной части оружия и приобретение навыков устранения неполадок;

— изучение и освоение основ элементов техники выполнения выстрела;

— усвоение мер безопасности при обращении с оружием и правил поведения в местах проведения стрельб.

Воспитательные:

— формирование активной гражданской позиции, любовь к Родине, готовность встать на ее защиту;

— воспитывать нравственные качества по отношению к окружающим (доброжелательность, чувство товарищества, и т.д.);

— формирование стойкого интереса и сознательного отношения к занятиям физической культурой, спортом и стрельбой в частности;

— укрепление здоровья и закаливание организма учащихся;

— воспитание черт характера, необходимых стрелку и соответствующих нормам высокой морали, гражданской и спортивной этик;

— воспитывать интерес к изучению военно-прикладными видами спорта.

Развивающие:

— развивать творческий интерес обучающихся к изучению истории Отечества, техническим дисциплинам, к занятиям по физической культуре;

— развивать психические процессы (память, внимание, концентрация, глазомер, усидчивость, мышление);

— совершенствование психических качеств, определяющих успешность овладения техникой и тактикой стрельбы и выступлений учащихся на соревнованиях

Миссия программы: удовлетворение стремления подростков допризывного возраста к овладению военными знаниями и занятию военно-прикладными видами спорта; развитие у подростков таких необходимых качеств, как отношение к труду, коллективизм, дисциплинированность, дружба, воспитание смелости, решительности, самообладания, целеустремлённости, трудолюбия, внимательности, самостоятельности через пробуждение и развитие у подростков гражданственности, патриотизма, глубокого уважения к историческому и культурному прошлому России.

1.3. Планируемые результаты

Учащиеся будут **знать**:

- историю развития российского стрелкового и спортивного оружия;
- правила безопасного обращения с оружием и боеприпасами;
- технические характеристики оружия, приемы и правила стрельбы;
- работу основных частей и механизмов пневматического оружия ИЖ-38, МР-532;
- назначение, технические характеристики, устройство автомата АК-74;
- команды, подаваемые при проведении стрельб и их выполнение;
- правила обслуживания и хранения пневматического оружия;
- общие правила физической подготовки стрелка;
- строение и функции организма человека;
- правила проведения спортивных соревнований.

Учащиеся будут **уметь**:

- соблюдать меры безопасности при обращении с оружием, при нахождении в тире;
- провести обслуживание и текущий ремонт пневматического оружия;
- готовить оружие к стрельбе;
- стрелять по мишеням из различных положений, корректировать стрельбу;
- отрабатывать навыки стрельбы на мишенях лазерного тира из винтовки, пистолета;
- анализировать результаты своей стрельбы;
- контролировать себя в процессе ведения стрельбы;
- участвовать в соревнованиях по стрельбе.

Учащиеся будут **владеть**:

- навыкам участия в культурной жизни общества;
- специфическими умениями военного дела, военной службы;
- способностями к выполнению функций по защите государства, общества, отдельных граждан в специфических условиях военной или иной связанной с ней государственной службы, а также в условиях техногенных или природных катастроф.

У учащихся будут развиты следующие **личностные качества**:

- чувство любви к Родине, гражданское сознание, верность Отечеству, готовность к выполнению конституционной обязанности – защита Родины, уважительное отношение к героической истории нашего государства, его вооружённым силам;
- социальная и гражданская ответственность, в том числе умения принимать решения и нести за них ответственность;
- потребность в регулярных занятиях физической культурой, осмысленное отношение к ним как способу самореализации и лично значимому проявлению человеческих способностей;
- сознательная дисциплина, сила воли, умения концентрироваться на выполнение поставленной цели.

В процессе освоения программы, обучающиеся будут иметь возможность приобрести опыт освоения универсальных компетенций, определяющиеся в четырёх основных блоках: личностные (л.к.), регулятивные (р.к.), познавательные (п.к.) и коммуникативные действия (к.к.), и проявить их через:

- демонстрацию критического мышления, потребность, способность и готовность к анализу и принятию решений;
- стремление к познанию, самообучению, саморазвитию, самореализации;
- креативность - потребность, способность и готовность к созданию нового, в том числе и в технической и в культурной сферах;

- коммуникативные навыки – потребность, способность и готовность к общению; потребность, способность и готовность к сотрудничеству, взаимодействию, ситуативной децентрализации общения и совместной деятельности;
- способность к самопрезентации - потребность, способность и готовность представить своё мнение, суждение, отношение и собственные результаты в процессе сотрудничества;
- проявление физических способностей, связанных с приверженностью к здоровому образу жизни, физической активности;
- способности регулировать своё поведение и действия в рамках, одобряемых социумом позитивных нравственно-этических ценностей, культуры, при развитых социально-значимых чувствах;
- умения пользоваться специфическими навыками специальной подготовки.

Учебный план программы

Учебный план программы

Учебный план программы построен с учётом целей и задач воспитания гражданственности и привития профессиональных навыков в морском деле.

№ пп	Тема занятий	Количество часов		
		теоретические	практические	всего
1.	Вводное занятие	1	-	1
2.	Меры безопасности при стрельбе	1	-	1
3.	История создания и развития стрелкового оружия	14	-	14
4.	Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Гигиена спорта.	6	-	6
5.	Физическая подготовка стрелка	2	12	14
6.	Материальная часть оружия ИЖ-38, МР 512, АК-74	4	4	8
7.	Теоретические основы стрельбы	6	2	8
8.	Изготовка к стрельбе из пневматических винтовок	-	8	8
9.	Упражнения по стрельбе	-	38	38
10.	Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки	-	20	20
11.	Стрелковые игры	-	26	26
Итого часов:		34	110	144

Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Учебно-тематический план

Перечень тем и расчёт количества часов по программе «Меткий стрелок»

№ пп	Наименование раздела, темы	Кол-во часов	Место проведения	Материальное и информационное обеспечение занятия	Форма и метод контроля
1.	Вводное занятие	1	класс	ПК, видеопроектор	
2.	Меры безопасности при стрельбе	1	класс	ПК, видеопроектор	опрос
3.	История создания и развития стрелкового оружия	14	класс	ПК, видеопроектор	опрос
4.	Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Гигиена спорта.	6	класс	ПК, видеопроектор	опрос, наблюдение
5.	Физическая подготовка стрелка	14	тир, стадион	Методика физической подготовки стрелка	сдача контрольных нормативов
6.	Материальная часть оружия ИЖ-38, МР 512, АК-74	8	класс, тир	ПК, видеопроектор МР 512, АК-74, плакаты	опрос, соревнование по сборке разборке АК-74
7.	Теоретические основы стрельбы	8	класс, тир	ПК, видеопроектор плакаты	опрос
8.	Изготовка к стрельбе из пневматических винтовок	8	тир	Плакаты, МР 512, АК-74	наблюдение, сдача контрольных нормативов
9.	Упражнения по стрельбе	38	тир	Плакаты, МР 512, АК-74	наблюдение, сдача контрольных нормативов
10.	Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки	20	тир	Плакаты, МР 512, АК-74	наблюдение, соревнование
11.	Стрелковые игры	26	тир	Плакаты, МР 512, АК-74	соревнование

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Вводное занятие

Занятие. **Теоретическое.** Физическая культура и спорт в РФ. Обзор развития стрелкового спорта в РФ. Ознакомление с годовой программой и расписанием занятий. Ознакомление с местами проведения занятий. Регистрация обучающихся – 1 час.

2. Меры безопасности при стрельбе – 1 час

Занятие 2.1. **Теоретическое.** 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» - 1 час.

3. История создания и развития стрелкового оружия – 14 часов

Занятие 3.1 **Теоретическое.** Появление огнестрельного оружия на Руси и развитие гладкоствольного заряжаемого с дула оружия – 2 часа.

Занятие 3.2 **Теоретическое.** Развитие нарезного оружия и принятие его на вооружение русской армии – 2 часа.

Занятие 3.3 **Теоретическое.** Магазинное оружие и перевооружение русской армии 3-линейной винтовкой обр. 1891 г – 2 часа.

Занятие 3.4 **Теоретическое.** Появление автоматического стрелкового оружия и введение его на вооружение русской армии – 2 часа.

Занятие 3.5 **Теоретическое.** Автоматического стрелковое оружие Великой Отечественной войны 1941 – 1945гг. – 2 часа.

Занятие 3.6 **Теоретическое.** История создания автомата Калашникова – 2 часа.

Занятие 3.7 **Теоретическое.** Современное автоматическое оружие. Превосходство отечественного оружия перед иностранными образцами – 2 часа.

4. Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Гигиена спорта – 6 часов

Занятие 4.1 **Теоретическое.** Костная система, связочный аппарат и мышцы, их строение и взаимодействие. Дыхание и газообмен – 2 часа.

Занятие 4.2 **Теоретическое.** Основные сведения о кровообращении. Сердце и сосуды. Значение дыхания для жизнедеятельности организма – 2 часа.

Занятие 4.3 **Теоретическое.** Центральная нервная система. Гигиена спорта. Правила личной и общественной гигиены. Значение утренней гимнастики. Уход за телом. Вред курения для организма человека. Общий режим дня. Режим питания. Значение водных процедур. Гигиена сна. Понятие о спортивной форме. Понятие о переутомлении и восстановлении организма человека – 2 часа.

5. Физическая подготовка стрелка – 14 часов

Занятие 5.1 **Теоретическое.** Значение физической подготовки стрелка. Требования к физической подготовке стрелка. Формирование правильной осанки – 2 часа.

Занятие 5.2 **Практическое.** Развитие общей выносливости, силы, силовой выносливости, ловкости, гибкости, координаций движений тела – 2 часа.

Занятие 5.3 **Практическое.** Развитие устойчивости позы тела при стрельбе из различных положений, статической выносливости, высокой точности, быстроты и координации движений частей тела при стрельбе, способности выключения и фиксации отдельных мышц и суставов, автономности и плавности различных видов нажатия на спусковой крючок – 2 часа.

Занятие 5.4 **Практическое.** Развитие силы. Средства и методы развития силы, дыхательные упражнения. Упражнения для повышения мышечно-суставной чувствительности – 2 часа.

Занятие 5.5 **Практическое.** Силовая тренировка – 2 часа.

Занятие 5.6 **Практическое.** Военно-спортивная эстафета – 2 часа.

Занятие 5.7 **Практическое.** Военно-спортивная эстафета – 2 часа.

6. Материальная часть оружия ИЖ-38, МР 512, АК-74 – 8 часов

Занятие 6.1 **Теоретическое.** Назначение, общее устройство, принцип действия и технические характеристики пневматической винтовки ИЖ-38, МР-512 и Ак-74 – 2 часа.

Занятие 6.2 **Теоретическое.** Возможные неисправности, задержки при стрельбе и их устранение – 2 часа.

Занятие 6.3 **Практическое.** Разборка, сборка автомата АК-74 – 2 часа.

Занятие 6.4 **Практическое.** Чистка, смазка и хранение оружия. Настройка пневматических винтовок. Выверка открытого прицела. Заряжание винтовки – 2 часа.

7. Теоретические основы стрельбы – 8 часов

Занятие 7.1 **Теоретическое.** Явление выстрела – 2 часа.

Занятие 7.2 **Теоретическое.** Траектория полёта пули, стабилизация – 2 часа.

Занятие 7.3 **Теоретическое.** Факторы, влияющие на траекторию пули и точность выстрела – 2 часа.

Занятие 7.4 **Практическое.** Прямой выстрел. Начальная скорость пули. Отдача винтовки. Пробивное и убойное действие пули. Прикрытое, поражаемое и мёртвое пространство. Определение основы средней точки прицеливания, попадания – 2 часа.

8. Изготовка к стрельбе из пневматических винтовок – 8 часов

Занятие 8.1 **Практическое.** Правильное положение тела стрелка во время выстрела. Способы определения расстояния до цели. Обучение прицеливанию. Дыхание стрелка. Нажатие спусковой крючок – 2 часа.

Занятие 8.2 **Практическое.** Заряжание, изготовка к стрельбе из положения сидя за столом с опорой на локоть – 2 часа.

Занятие 8.3 **Практическое.** Заряжание, изготовка, прицеливание, производство выстрела из положения стоя без опоры. Доклады – 2 часа.

Занятие 8.4 **Практическое.** Заряжание, изготовка, прицеливание, производство выстрела из положения с колена и лёжа. Доклады. Изготовка к стрельбе из положения с колена и лёжа с опорой и без опоры. Прицеливание. Производство выстрела. Доклады – 2 часа.

9. Упражнения по стрельбе – 38 часов

Занятие 9.1 **Практическое.** Подготовительные упражнения по стрельбе: их назначение, виды, характеристика – 2 часа.

Занятие 9.2 **Практическое.** Упражнение №3. Стрельба по белому листу для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Количество выстрелов — 3 – 2 часа.

Занятие 9.3 **Практическое.** Упражнение №3. Стрельба по белому листу для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Количество выстрелов — 5 – 2 часа.

Занятие 9.4 **Практическое.** Упражнение №4. Стрельба по квадрату 10*10 на листе белой бумаги. Выстрелов — 3. Задание попасть в квадрат – 2 часа.

Занятие 9.5 **Практическое.** Упражнение №4. Стрельба по квадрату 10*10 на листе белой бумаги. Выстрелов — 10. Задание попасть в квадрат – 2 часа.

Занятие 9.6 **Практическое.** Упражнение №5. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по пяти пробоинам и научиться делать поправку в наводке винтовки – 2 часа.

Занятие 9.7 **Практическое.** Упражнение №5. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по пяти пробоинам и научиться делать поправку в наводке винтовки – 2 часа.

Занятие 9.8 **Практическое.** Упражнение №5. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по пяти пробоинам и научиться делать поправку в наводке винтовки – 2 часа.

Занятие 9.9 **Практическое.** Упражнение №6 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов 3*5 – 2 часа.

Занятие 9.10 **Практическое.** Упражнение №6 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов 3*5 – 2 часа.

Занятие 9.11 **Практическое.** Упражнение №6 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов 3*5 – 2 часа.

Занятие 9.12 **Практическое.** Упражнение №7. Стрельба по спортивной мишени «П», дистанция 5м. Выстрелов 3*5 Задание — набрать наибольшее количество очков – 2 часа.

Занятие 9.13 **Практическое.** Упражнение №7. Стрельба по спортивной мишени «П», дистанция 5м. Выстрелов 3*5 Задание — набрать наибольшее количество очков – 2 часа.

Занятие 9.14 **Практическое.** Упражнение №7. Стрельба по спортивной мишени «П», дистанция 5м. Выстрелов 3*5 Задание — набрать наибольшее количество очков – 2 часа.

Занятие 9.15 **Практическое.** Упражнение №7. Стрельба по спортивной мишени «П», дистанция 5м. Выстрелов 3*5. Задание — набрать наибольшее количество очков – 2 часа.

Занятие 9.16 **Практическое.** Упражнение №8. Мишень «П», сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов — 3*5 Задание — выбить не менее 40 из 50 – 2 часа.

Занятие 9.17 **Практическое.** Упражнение №8. Мишень «П», сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов — 3*5 Задание — выбить не менее 40 из 50 – 2 часа.

Занятие 9.18 **Практическое.** Упражнение №8. Мишень «П», сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов — 3*5 Задание — выбить не менее 40 из 50 – 2 часа.

Занятие 9.19 **Практическое.** Упражнение №8. Мишень «П», сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов — 3*5 Задание — выбить не менее 40 из 50 – 2 часа.

10. Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки – 20 часов

Занятие 10.1 **Практическое.** Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки – 2 часа.

Занятие 10.2 **Практическое.** Упражнение №3. Стрельба по белому листу для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Количество выстрелов — 5 – 2 часа.

Занятие 10.3 **Практическое.** Упражнение №4. Стрельба по квадрату 10*10 на листе белой бумаги. Выстрелов — 10. Задание попасть в квадрат – 2 часа.

Занятие 10.4 **Практическое.** Упражнение №5. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по пяти пробоинам и научиться делать поправку в наводке винтовки – 2 часа.

Занятие 10.5 **Практическое.** Упражнение №6 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, лежа с опорой для ствола – 2 часа.

Занятие 10.6 **Практическое.** Упражнение №6 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, лежа с опорой для ствола – 2 часа.

Занятие 10.7 **Практическое.** Упражнение №7 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, лежа с опорой на локоть, дистанция 10м, Выстрелов 3*5 Задание — набрать наибольшее количество очков – 2 часа.

Занятие 10.8 **Практическое.** Упражнение №7 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, лежа с опорой на локоть, дистанция 10м, Выстрелов 3*5 Задание — набрать наибольшее количество очков – 2 часа.

Занятие 10.9 **Практическое.** Упражнение №8. Мишень «П», сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов — 3*5 Задание — выбить не менее 40 из 50 – 2 часа.

Занятие 10.10 **Практическое.** Упражнение №8. Мишень «П», сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов — 3*5 Задание — выбить не менее 40 из 50 – 2 часа.

11. Стрелковые игры – 26 часов

Занятие 11.1 **Практическое.** Правила соревнований. 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 часа.

Занятие 11.2 **Практическое.** «Дуэльная» стрельба по круглой мишени на лучшее качество без ограничения времени – 2 часа.

Занятие 11.3 **Практическое.** «График» (для тренировки выносливости к длительным напряжениям, развития умения мобилизации на выполнение каждого выстрела) – 2 часа.

Занятие 11.4 **Практическое.** «Турнир» (для укрепления навыков техники стрельбы, развития решительности и настойчивости, умения полной мобилизации своих сил для точной стрельбы) – 2 часа.

Занятие 11.5 **Практическое.** «Биатлон» с бегом (для развития скоростных навыков точной стрельбы после интенсивного бега) – 2 часа.

Занятие 11.6 **Практическое.** «Дуэльная» стрельба по круглой мишени на лучшее качество без ограничения времени – 2 часа.

Занятие 11.7 **Практическое.** «График» (для тренировки выносливости к длительным напряжениям, развития умения мобилизации на выполнение каждого выстрела) – 2 часа.

Занятие 11.8 **Практическое.** «Турнир» (для укрепления навыков техники стрельбы, развития решительности и настойчивости, умения полной мобилизации своих сил для точной стрельбы) – 2 часа.

Занятие 11.9 **Практическое.** «Биатлон» с бегом (для развития скоростных навыков точной стрельбы после интенсивного бега) – 2 часа.

Занятие 11.10 **Практическое.** «График» (для тренировки выносливости к длительным напряжениям, развития умения мобилизации на выполнение каждого выстрела) – 2 часа.

Занятие 11.11 **Практическое.** «Турнир» (для укрепления навыков техники стрельбы, развития решительности и настойчивости, умения полной мобилизации своих сил для точной стрельбы) – 2 часа.

Занятие 11.12 **Практическое.** «График» (для тренировки выносливости к длительным напряжениям, развития умения мобилизации на выполнение каждого выстрела) – 2 часа.

Занятие 11.13 **Практическое.** Соревнование. Проверка знаний пройденного теоретического материала – 2 часа.

2.2. Условия реализации программы

Календарный учебный график

Календарный учебный график составляется педагогом для каждой группы по форме:

**Календарный учебный график
дополнительной общеразвивающей программы «Меткий стрелок»
2023-2024 учебный год**

Группа: _____

Месяц	Номер недели. Даты	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
Сентябрь	1 04- 10.09.					
	2 11- 17.09.					
	3 18- 24.09.					
	4 25- 30.09.					

Условные обозначения	
ПА	Промежуточная аттестация
ИА	Итоговая аттестация

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ:

1. Тир школьный.
2. Винтовки пневматические в количестве – 5 шт.
3. Пистолет лазерный – 2 шт.
4. Сейф для хранения оружия – 1 шт.
5. Макет автомата АК-74 – 2 шт.
6. Магазин с учебными патронами – 2 шт.
7. Пульки для стрельбы из пневматического оружия.
8. Мишени бумажные (различные).
9. Подставки ростовые.

2.3. Программа воспитания

Воспитание — это целенаправленное формирование личности, и направлено оно, в первую очередь, на подготовку этой личности к последующей жизни в согласии с системой

общечеловеческих ценностей и культурных, духовных и нравственных ценностей многонационального народа Российской Федерации.

Одна из приоритетных задач нашего общества и государства воспитание ответственного, инициативного и компетентного гражданина России.

Процесс дополнительного образования - это не столько усвоение системы знаний, умений и навыков, составляющих основу образовательной программы ДМЦ «Каравелла», сколько

- раскрытие и развитие внутреннего потенциала личности ребёнка;
- нравственное воспитание его, как будущего гражданина России;
- создание среды, максимально благоприятной для реализации творческого потенциала учащегося;
- принятие им духовно-нравственных, семейных ценностей и ценностей российского общества в целом.
- воспитание личностной, социальной и семейной культуры.

Цель программы: личностный рост подростка, проявляющийся в приобретении им социально значимых знаний, в развитии его социально значимых отношений и в накоплении им опыта социально значимого действия.

Задачи программы:

- усвоение обучающимися базовых национальных ценностей, духовных традиций народов России;
- укрепление у подростка позитивной нравственной самооценки, самоуважения и жизненного оптимизма;
- развитие способности открыто выражать и аргументированно отстаивать свою нравственно оправданную позицию, проявлять критичность к собственным намерениям, мыслям и поступкам;
- развитие способности к самостоятельным поступкам и действиям, совершаемым на основе морального выбора, к принятию ответственности за их результаты;
- развитие трудолюбия, способности к преодолению трудностей, целеустремлённости и настойчивости в достижении результата;
- формирование творческого отношения к учёбе, труду, социальной деятельности на основе нравственных ценностей и моральных норм;
- формирование у подростка первоначальных профессиональных намерений и интересов, осознание нравственного значения будущего профессионального выбора;
- осознание подростком ценности человеческой жизни, формирование умения противостоять в пределах своих возможностей действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни, физического и нравственного здоровья, духовной безопасности личности;
- развитие навыков и умений организации и осуществления сотрудничества с педагогами, сверстниками, родителями, старшими и младшими в решении лично и социально значимых проблем на основе знаний, полученных в процессе образования;
- формирование у подростков навыков успешной социализации, представлений об общественных приоритетах и ценностях, ориентированных на эти ценности образцах поведения через практику общественных отношений с представителями различных социальных и профессиональных групп;
- формирование культуры межнационального общения, уважения к культурным, религиозным традициям, образу жизни представителей народов России.

Виды, формы и содержание деятельности

	Форма	Мероприятия
<i>Учебная деятельность</i>		
1.	Учебные занятия	Выполнение требований общеобразовательной общеразвивающей программы
2.	Соревнования	Участие в спортивных соревнованиях: городских,

		областных, межрегиональных, всероссийских.
<i>Профессиональное самоопределение</i>		
1.	Организация общения с профессионально успешными людьми с целью обсуждения роли полученного образования и универсальных компетентностей в этом успехе; достойные примеры высокого профессионализма, творческого отношения к труду.	1. Встречи с интересными людьми города Новосибирска и Новосибирской области. 2. Встречи с интересными людьми России, в том числе с применением дистанционных технологий.
2.	Экскурсия	Посещение торжественных мероприятий проходящих в воинских частях, учебных заведениях.
<i>Творческие дела кружка</i>		
1.	Беседа	Проведение бесед на историческую и современную тематику.
2.	Торжественные ритуалы	Торжественные построения, исполнение Гимна России, выпуск.
3.	Познавательная деятельность	Проведение творческих вечеров художественного, литературного характера.
4.	Просмотр кино-, видео -, телефильмов	Просмотр художественных фильмов военных лет, героической и военной тематики, с последующим обсуждением
5.	Экскурсия	Посещение музеев, выставок, концертных площадок города Новосибирска.
<i>Работа с родителями</i>		
1.	Родительское собрание	Беседа с родителями.
2.	Совместные мероприятия	Участие родителей в работе кружка.
<i>Юнармия</i>		
1.	Торжественная церемония	1. Принятие клятвы юнармейца. 2. Несение вахты Памяти в дни воинской славы. 3. Участие в мероприятиях, проводимых региональным штабом «Юнармия» и местным отделением города Новосибирска.

Планируемые результаты:

- ценностное отношение к России, своему народу, краю, отечественному культурно-историческому наследию, государственной символике, законам Российской Федерации;
- понимание защиты Отечества как конституционного долга и священной обязанности гражданина, уважительное отношение к Российской армии, к защитникам Родины;
- знание национальных героев и важнейших событий истории России;
- знание государственных праздников, их истории и значения для общества;
- позитивное отношение, сознательное принятие роли гражданина;
- умение моделировать простые социальные отношения, проследить взаимосвязь прошлых и настоящих социальных событий, прогнозировать развитие социальной ситуации в семье, коллективе;
- ценностное отношение к учебному заведению, городу, народу, России, к героическому прошлому и настоящему нашего Отечества;
- умение сочетать личные и общественные интересы, дорожить своей честью, честью своей семьи, учебного заведения, коллектива;

- понимание отношений ответственной зависимости людей друг от друга, установление дружеских взаимоотношений в коллективе, основанных на взаимопомощи и взаимной поддержке;
- понимание нравственной сущности правил культуры поведения, общения и речи, умение выполнять их независимо от внешнего контроля, умение преодолевать конфликты в общении;
- готовность сознательно выполнять правила для обучающихся, понимание необходимости самодисциплины;
- потребность в выработке волевых черт характера, способность ставить перед собой общественно значимые цели, желание участвовать в их достижении, способность объективно оценивать себя;
- умение рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность, оптимально сочетать труд и отдых, различные виды активности в целях укрепления физического, духовного и социально-психологического здоровья.

Мониторинг эффективности Программы воспитания учащихся

Мониторинг представляет собой систему диагностических исследований, направленных на комплексную оценку результатов Программы воспитания учащихся.

Формы мониторинга:

1. Участие в соревнованиях, творческих вечерах, экскурсиях, встречах.

Повседневная деятельность в образовательном учреждении (усвоение программы обучения, посещение занятий, мероприятий, проводимых в ДМЦ «Каравелла», отношение к своей форме одежды, умение вести диалог со сверстниками и т.д.).

2.4. Формы аттестации

Реализация программы предусматривает входной, текущий контроль, промежуточную и итоговую аттестацию учащихся.

Входной контроль осуществляется в начале учебного года для понимания уровня готовности учащихся к обучению по программе, а также обучения на основе критериев оценки результативности освоения программы:

- критерии оценки уровня теоретической подготовки;
- критерии оценки уровня практической подготовки;
- критерии оценки уровня творческой активности.

Текущий контроль, промежуточная и итоговая аттестация проводятся в соответствии с утверждёнными локальными актами.

Текущий контроль включает следующие формы: соревнование, зачётные занятия.

Промежуточная аттестация проводится в декабре в форме соревнования.

Итоговая аттестация проводится по окончании обучения в форме зачёта.

Результаты итоговой аттестации учащихся фиксируются приказом директора по Учреждению.

Результаты итоговой аттестации учащихся определяют:

- насколько достигнуты прогнозируемые результаты дополнительной образовательной программы каждым учащимся;
- полноту выполнения дополнительной образовательной программы;
- результативность самостоятельной деятельности учащегося в течение всего периода обучения.

Параметры подведения итогов обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе:

- количество учащихся (%), полностью освоивших дополнительную общеобразовательную программу, освоивших программу в необходимой степени, не освоивших программу;
- причины не освоения детьми образовательной программы;
- необходимость коррекции программы.

Оценка уровня теоретической подготовки		
Уровень	Содержание показателей	Соотнесение с блоками компетенций
высокий уровень	учащийся освоил практически весь объём знаний (более 80%), предусмотренных программой за конкретный период; специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием.	<i>Л.К.; П.К.; К.К.</i>
средний уровень	у учащегося объём усвоенных знаний составляет 50-70%; сочетает специальную терминологию с бытовой.	
низкий уровень	учащийся овладел менее чем 50% объёма знаний, предусмотренных программой; учащийся, как правило, избегает употреблять специальные термины.	
Оценка уровня практической подготовки		
высокий уровень	учащийся показывает реализацию умений и практику овладения знаниями предусмотренных конкретной программой более чем на 80% за конкретный период; работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей; выполняет практические задания с элементами творчества.	<i>Л.К.; П.К.; К.К.</i>
средний уровень	у учащегося объём в реализации умений и практики овладения знаниями составляет 70-50% от предусмотренных конкретной программой; работает с оборудованием с помощью педагога; в основном, выполняет задания на основе образца.	
низкий уровень	учащийся овладел менее чем 50%, предусмотренных возможностей в реализации умений и практики овладения знаниями; испытывает серьёзные затруднения при работе с оборудованием; в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога.	
Оценка уровня творческой активности		
высокий уровень	учащийся проявляет ярко выраженный интерес к творческой деятельности, к достижению наилучшего результата, коммуникабелен, активен, склонен к самоанализу, генерирует идеи	<i>Л.К.; П.К.</i>
средний уровень	учащийся имеет устойчивый интерес к творческой деятельности, стремится к выполнению заданий педагога, к достижению результата в обучении, инициативен.	
низкий уровень	учащийся пассивен, безынициативен, неудачи способствуют снижению мотивации, нет стремления к совершенствованию в выбранной сфере деятельности, не может работать самостоятельно	
Оценка уровней коммуникативных компетенций, критического мышления самопрезентации учащихся		
высокий уровень	учащийся демонстрирует высокую заинтересованность в учебной и творческой деятельности; демонстрирует углублённый уровень владения материалом, выходящий за рамки планируемых результатов, указанных в программе; принимает активное участие в общественной деятельности и мероприятиях начиная с городского и заканчивая региональным или международным уровнем. Принимает активное участие в проектной деятельности.	<i>Л.К.; П.К.; К.К.</i>
средний уровень	учащийся демонстрирует достаточную заинтересованность в учебной и творческой деятельности; уровень усвоения материала соответствует планируемым результатам, указанным в программе; участвует в местных, районных и городских мероприятиях, отражающих содержание программы. При итоговом контроле показывает хорошие результаты.	
низкий	учащийся демонстрирует слабую заинтересованность в учебной и	

уровень	творческой деятельности, сталкиваясь с трудностями, не доводит начатую работу до конца; уровень усвоения материала ниже планируемых результатов, указанных в программе.	
Оценка удовлетворённости качеством образовательного процесса родителей		
высокий уровень	более 80% родителей (законных представителей) удовлетворены качеством организации образовательного процесса и условиями реализации программы.	Внешняя оценка, а также определение соответственности с реальными потребностями среды
средний уровень	50-70% родителей (законных представителей) удовлетворены качеством организации образовательного процесса и условиями реализации программы.	
низкий уровень	Менее 50% родителей (законных представителей) удовлетворены качеством организации образовательного процесса и условиями реализации программы.	

Л.К. - личностные компетенции;

Р.К. - регулятивные компетенции;

П.К. - познавательные компетенции;

К.К. - коммуникативные компетенции.

Формы подведения итогов реализации Программы:

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

- проверка выполнения нормативов по физической подготовке;
- проверка выполнения нормативов по стрельбе из пневматической винтовки;
- контрольные занятия по проверке усвоения теоретических знаний по темам программы;
- соревнования на личное первенство среди учащихся кружка;
- общешкольные соревнования по стрельбе из пневматического оружия;
- участие в соревнованиях различного уровня;
- анализ и обсуждение проводимых мероприятий с учащимися и их родителями.

Критерии оценки:

«Зачтено» -

а) учащийся правильно ориентируется в современном стрелковом оружии, знает технику безопасности при стрельбе, теоретические основы стрельбы, умеет правильно занять позицию на стрелковом рубеже;

б) ведёт прицельную и кучную стрельбу с результатом:

- не ниже 18 очков при 3-х выстрелах;
- не ниже 30 очков при 5-ти выстрелах;
- не ниже 60 очков при 10-ти выстрелах.

«Не зачтено» -

а) если учащийся не ориентируется в современном стрелковом оружии, не знает технику безопасности при стрельбе, теоретические основы стрельбы, не умеет правильно занять позицию на стрелковом рубеже;

б) ведет прицельную и кучную стрельбу с результатом:

- ниже 18 очков при 3-х выстрелах;
- ниже 30 очков при 5-ти выстрелах;
- ниже 60 очков при 10-ти выстрелах.

2.5. Методические материалы

Форма обучения: очная.

Особенности организации образовательного процесса: традиционная форма.

Методы обучения, которые используются в программе:

- словесный;
- наглядный;

- практический;
- репродуктивный;
- игровой;
- дискуссионный;
- упражнение;
- стимулирование;
- мотивация и др.

Форма организации образовательного процесса - индивидуально-групповая, групповая.

Формы организации учебного занятия: беседа, встреча с интересными людьми, лекция, практическое занятие, экскурсия, экзамен, и др.

Педагогические технологии, используемые в программе: индивидуального обучения, группового обучения, коллективного взаимообучения, разноуровневого обучения, и др.

Дидактические материалы, используемые в программе:

- раздаточные материалы;
- инструкционные, технологические карты;
- задания;
- упражнения.

2.6. Список литературы

При разработке и реализации программы использованы нормативно-правовые акты, методические материалы

Нормативно-правовые акты и документы

- Федеральный закон РФ от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022г. № 678-р);
- Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. N 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г № 3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;
- СанПиН 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28).
- СанПиН 3.1/2.4.3598-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения COVID-19" (утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30 июня 2020 года № 16).

Локальные нормативные акты

- Положение об основаниях возникновения, изменения и прекращения образовательных отношений в ДМЦ «Каравелла»;
- Положение о порядке зачисления, перевода и отчисления учащихся;
- Положение о формах, порядке и периодичности промежуточной и итоговой аттестации учащихся;
- Положение об организации дистанционного обучения в учреждении;

- Правила внутреннего трудового распорядка учащихся;
- Правила внутреннего трудового распорядка;
- Правила приёма учащихся в образовательную организацию (на обучение по основным общеобразовательным программам и дополнительным образовательным программам);
- Положение об обучении по индивидуальному плану (индивидуальной траектории) и осуществление индивидуального учёта результатов освоения учащимися образовательных программ и хранения в архивах информации об этих результатах на бумажных и (или) электронных носителях;
- Положение о проведении культурно-массовых мероприятий и участии в них;
- Коллективный договор;
- Положение о проведении аттестации в целях подтверждения соответствия педагогических работников занимаемым ими должностям (на основе порядка, установленного федеральным органом исполнительной власти).

Литература для педагога

1. Дворкин А.Д. Пневматическое оружие. Москва, издательство ДОСААФ СССР, 1986г.
2. Жук А.Б. Справочник по стрелковому оружию. Революеры, пистолеты, пистолеты-пулеметы, винтовки, автоматы. – М.: Военное издательство, 1993.
3. Огневая подготовка, под редакцией Ю.Б. Торгованова. Красноярск СФУ, 2015.
4. Основы безопасности жизнедеятельности. 10-11 кл. – М.: «Астрель», 2009.
5. Пулевая стрельба: примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва, училищ олимпийского резерва, школ высшего спортивного мастерства. – М.: Советский спорт, 2005.
6. Юрьев А.А. Пулевая спортивная стрельба. М., 1973.
7. Вайнштейн Л.М. Основы стрелкового мастерства. М., 1960.
8. Содержание и методы патриотического воспитания в общеобразовательной школе. Методическое пособие / под редакцией А.Х. Чанышева. - М.: Центр «Школьная книга», 2010.
9. Стрелковая подготовка. Методические рекомендации. – М.: «Дрофа», 2010.
10. Исполком Стрелкового Союза России «Правила соревнований по пулевой стрельбе». М.2010 г.

Упражнение, количество выстрелов	Звания и разряды, очки						
	МС МК	МС	КМС	1-й	2-й	3-й	юн.
Стрельба с опорой на стол, 20 выстрелов	-	-	-	-	170	150	130
Стрельба стоя, 20 выстрелов	-	-	-	-	150	135	110
Стрельба с колена, 20 выстрелов	-	-	-	190	180	170	160
Стрельба стоя, 40 выстрелов	-	388	380	370	360	-	-
Стрельба стоя, 60 выстрелов	595	585	567	555	545	-	-
Стрельба по движущейся мишени, 20 выстрелов, медленная скорость	-	-	-	183	170	165	150
Стрельба по движущейся мишени, 40 выстрелов (20+20), медленная и быстрая скорости	-	377	370	365	355	347	-
Стрельба по движущейся мишени, 40 выстрелов (20+20), медленная и быстрая скорости в смешанной последовательности	-	378	369	363	355	347	-
Стрельба по движущейся мишени, 60 выстрелов (30+30), медленная и быстрая скорости	-	565	555	542	530	-	-