ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГИМНАЗИЯ №168
ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО
Решением педагогического совета
Протокол № 1
От «31» августа 2023г.

УТВЕРЖДЕНО
приказ № 70-2/о от «31» августа 2023 г.
И.о. директора ГБОУ № гимназии 168
Центрального района
Т.Н. Судакова-Голлербах _____

Судакова-Голлербах Татьяна Николаевна

Подписано цифровой подписью: Судакова-Голлербах Татьяна Николаевна
Дата: 2023.12.21 12:02:53 +03'00'

Дополнительная общеобразовательная программа

«Юный защитник»

Возраст учащихся: 16-18 лет.
Срок реализации 1 год.
2023-2024 учебный год

Педагог дополнительного образования
Гугнин Александр Алексеевич

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ
2023

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка

1.1. Цель программы

1.2. Задачи программы

1.3 Направленность программы

1.4. Отличительные особенности программы

1.5. Актуальность программы

1.6. Адресат программы

1.7. Организационно-педагогические условия реализации программы

1.8. Планируемые результаты

1.9. Материально-техническое обеспечение

2. Учебный план

3. Календарный учебный график

4. Рабочая программа

4.1. Содержание программы

4.2. Календарно-тематическое планирование

5. Оценочные и методические материалы

5.1. Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы

5.2. Формы проведения контроля

5.3. Список литературы.

1. Пояснительная записка

1.1 Цель программы - формирование умений и навыков в стрельбе учащихся, а также укрепление здоровья и военно-патриотическое воспитание личности.

1.2 Задачи программы.

Обучающие:

- Способствовать усвоению учащимися объема знаний по теории и методики стрельбы;
- Сформировать навыки по владению оружием;
- Приобщить детей к занятиям спортом;
- Сформировать систему умений и навыков на основе изучения техники стрельбы;

Сформировать военно- патриотическое воспитание личности.

- Приобщить детей к культуре здорового образа жизни.

Развивающие:

- Развить координацию, физическую выносливость, пластику;
- Развить привычку к здоровому образу жизни.
- Развить интерес к занятиям стрельбой;
- Развить гибкость и быстроту реакции;
- Развить внимание;
- Развить уверенность в себе.

Воспитывающие:

- Воспитать военно-патриотические, нравственные качества личности;
- Воспитать коммуникативный потенциал личности;
- Воспитать умение тренироваться в коллективе;
- Воспитать тягу к самосовершенствованию;
- Воспитать умение принимать решения;
- Воспитать чувство ответственности к занятиям спортом.
-

1.3 Направленность – военно-спортивная.

1.4.Отличительные особенности и условия реализации программы

Учащиеся не проходят конкурсный отбор. Заниматься в объединении может каждый, допущенный родителями к занятиям. При планировании

физической нагрузки необходимо учитывать индивидуальные особенности учащихся. Для учащихся тренировочный процесс строится через игровую модель, через командное взаимодействие.

Уровень усвоения программы – общекультурный.

Предполагает формирование и развитие способностей учащихся, формирование общей культуры учащихся военно-патриотического направления воспитания, а также укрепление здоровья и формирование культуры здорового образа жизни.

1.5 Актуальность – соответствует социальному заказу общества.

Занятия способствуют развитию у детей интереса к спорту, позволяет совершенствовать и поддерживать свою физическую форму, воспитывают волевые качества, целеустремленность, дисциплинированность, решительность действий в принятии решения, способность продолжать борьбу в трудной ситуации, настойчивость, упорство в достижении цели. Также воспитывают спортивное трудолюбие (выполнение больших объемов интенсивных и соревновательных нагрузок ради решения индивидуальных и коллективных задач); интеллектуальное воспитание (овладение специальными занятиями в области теории и методики тренировки, анатомии, физиологии, психологии, гигиены и других смежных со спортом дисциплинах, формирование творческого отношения к труду и занятиям спортом); воспитывают чувства ответственности за порученное дело. В процессе занятий стрельбой формируются выраженные черты характера и свойства личности, чтобы достичь высоких результатов не только в спорте, но и в жизни.

1.6.Адресат:

Программа рассчитана на детей возраста 16-18 лет, не имеющих медицинских противопоказаний, которые принимаются без специального отбора при наличии разрешения от родителей. Данная программа рассчитана на все возрастные группы с учетом физических и психологических особенностей детей.

Возможность реализации программ с использованием дистанционных технологий и электронного обучения, внеаудиторной работы.

Сроки реализации программы

Данная дополнительная общеобразовательная программа рассчитана на 1 год обучения:

1 год обучения (10-11 классы) – (72 часа).

Форма занятий – групповая
Форма обучения – очная
Режим занятий- 1раз в неделю по 2 часа.

1.7 Организационно – педагогические условия реализации программы:

Условия набора учащихся - В объединение принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой. Состав групп постоянный, но при наличии объективных причин допускается переход обучающихся из одной группы в другую

Условия формирования групп: разновозрастные

Количество детей в группе: 15 человек.

Основные формы проведения занятий – беседа, теоретическое занятие, практическое занятие, показательные выступления, соревнования,.

Формы организации деятельности детей – групповая (работа в больших и малых группах) и индивидуально – групповая (работа над индивидуальными и общими ошибками).

1.8 Планируемые результаты:

Личностные:

- Понимать необходимость личного участия в формировании собственного здоровья.
- Знать навыки формирования собственной культуры здорового образа жизни.
- Приобрести уважительное отношение к иному мнению.
- Развить дисциплинированность, внимательность, патриотизм, а также трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

Метапредметные:

- Уметь работать в команде – находить компромиссы и общие решения, разрешать конфликтные ситуации.

- Уметь оценивать уровень сложности упражнений в соответствии с возможностями своего организма.
- Уметь взаимодействовать в команде – уметь общаться и принимать решения в команде.

Предметные:

- Знать о основных правилах обращения с оружием.
- Знать о правилах техники безопасности при обращении с оружием.
- Уметь самостоятельно проводить разминку перед занятием.
- Правильно выполнять сборку и разборку оружия.
- Знать условия хранения оружия.
- Выполнять чистку и смазку оружия.

1.8. Материально-техническое обеспечение

- Оборудованный спортивный зал для занятий в зимний, весенний, летний и осенний период;
- Пневматические винтовки, мишени, макеты Автомата Калашникова;
- Пылеулавливатель.

2 Учебный план.

№	Тема занятий	Количество часов			
		теория	практика	всего	контроль
1	Вводное занятие	1		1	беседа
2	Меры безопасности	1		1	Контрольные задания
3	Теоретические основы стрельбы	4		4	Контрольные задания
4	Материальная часть оружия	3	9	12	Контрольные задания
5	Основы и правила практической стрельбы. Изготовка к стрельбе из пневматических винтовок.		15	15	Контрольные задания
6	Участие в соревнованиях по стрельбе из пневматической винтовки на личное и командное первенство.		15	15	
7	Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки.		24	24	
	ИТОГО:	9	63	72	

3 Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	02.09.2023	25.05.2024	36	72	1 раз по 2 часа

4. Рабочая программа

4.1. Содержание программы 1-го года обучения

Тема № 1.Вводное занятие

- Ознакомление с годовой программой и расписанием занятий. История и виды стрелкового оружия. История вооруженных сил, реформы Петра I, мировые войны, Советские вооруженные силы. Современные Вооруженные сила РФ.
-

Тема №2. Меры безопасности при стрельбе

- Техника безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Техника безопасности при заряжании, наводке и выстреле.
-

Тема №3. Теоретические основы стрельбы

- Явление выстрела. Образование траектории. Прямой выстрел. Начальная скорость пули. Отдача оружия. Пробивное и убойное действие пули. Прикрытое, поражаемое и мёртвое пространство. Способы определения расстояния до цели.
- Элементы наводки. Выбор цели и точки прицеливания при стрельбе по неподвижным целям.
-

Тема №4. Материальная часть оружия

- Назначение, общее устройство, принцип действия и технические характеристики пневматической винтовки ИЖ-38.
- Техническое обслуживание, ремонт, чистка и смазка винтовки ИЖ-38.
- Хранение винтовки. Замена основных частей и механизмов винтовки.
- Назначение, общее устройство, принцип действия и технические характеристики пневматической винтовки МР-521.
- Техобслуживание, ремонт, чистка и смазка. Хранение винтовки МР-512.
- Замена основных частей и механизмов винтовки МР-512.
- Назначение, общее устройство, принцип действия и технические характеристики малокалиберной винтовки ТОЗ-8 и Автомата Калашникова.
- Техобслуживание и ремонт АК. Возможные неисправности, задержки при стрельбе и их устранение.

- Чистка, смазка и хранение АК.
- Настройка пневматических винтовок. Выверка открытого прицела.
- Установка и выверка оптического прицела на винтовке МР-512. пристрелка пневматических винтовок.

Тема №5. Основы и правила практической стрельбы.

Изготовка к стрельбе из пневматических винтовок.

- Заряжание винтовки. Изучение докладов о получении боеприпасов, готовности к стрельбе и о завершении стрельбы.
- Заряжание, изготовка к стрельбе из положения сидя за столом с опорой на локоть. Доклады о получении боеприпасов. Прицеливание. Производство выстрела. Доклад о завершении стрельбы.
- Заряжание, изготовка, прицеливание, производство выстрела из положения стоя без опоры. Доклады. Изготовка к стрельбе из положения с колена и лёжа с опорой и без опоры. Прицеливание. Производство выстрела. Доклады.

Участие в соревнованиях по стрельбе из пневматической винтовки на личное и командное первенство.

- Участие в соревнованиях на личное первенство среди гимназистов, прошедших инструктаж по ТБ при стрельбе (в том числе) по нормативам ГТО.

Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки.

- Тренировка в стрельбе по мишени «П» на расстояние 5 -10 метров из положения сидя за столом с опорой на локоть.
- Совершенствование техники и навыков стрельбы. Тренировка в стрельбе из
- положения стоя с опорой и без опоры.
- Тренировка в стрельбе из пневматической винтовки по мишени «П» на расстояние 5-10 метров из положения стоя и с колена с опорой и без опоры. Дальнейшее совершенствование техники и навыков стрельбы
- из этих положений. Стрельба лёжа с опорой на локоть.
- Тренировка в стрельбе из пневматической винтовки по мишени «П» на расстояние 5 и 10 метров из положения лёжа с
- опорой и без опоры. Подготовка к соревнованиям по стрельбе из пневматической
- винтовки по нормативам ГТО.

Участие в соревнованиях по стрельбе из пневматической винтовки на личное и командное первенство.

- Участие в общешкольных соревнованиях по стрельбе из пневматической винтовки. Анализ соревнований.

4.3. Календарно-тематический план группы 16-18 лет 2023-2024 учебный год.

месяц	Тема занятия		Формы проведения	Кол-во часов			Дата проведения	
				всего	теория	практика	по плану	по факту
СЕНТЯБРЬ	1	Вводное занятие Меры безопасности при стрельбе	Практический семинар. инструктаж	2	1	1	02.09	
	2	Явление выстрела. Образование траектории. Прямой выстрел. Начальная скорость пули. Отдача оружия. Пробивное и убойное действие пули.	Практический семинар. лекция	2	1	1	09.09	
	3	Прикрытое, поражаемое и мёртвое пространство. Способы определения расстояния до цели. Элементы наводки. Выбор цели и точки прицеливания при стрельбе по неподвижным целям.	Практический семинар. лекция	2	1	1	16.09	
	4	Назначение, общее устройство, принцип действия и технические характеристики пневматической винтовки ИЖ-38. Техническое обслуживание, ремонт, чистка и смазка винтовки ИЖ-38.	Практический семинар. лекция	2	1	1	23.09	
ОКТЯБРЬ	5	Хранение винтовки. Замена основных частей и механизмов винтовки.	Практический семинар. лекция	2	1	1	30.09	
	6	Назначение, общее устройство, принцип действия и технические характеристики пневматической винтовки МР-521. Техобслуживание, ремонт, чистка и смазка. Хранение винтовки МР-512. Замена основных частей и механизмов винтовки МР-	Практический семинар. лекция	2	1	1	07.10	

		512.						
	7	Назначение, общее устройство, принцип действия и технические характеристики малокалиберной винтовки ТОЗ-8 и автомата Калашникова. .Техобслуживание и ремонт АК . Возможные неисправности, задержки при стрельбе и их устранение.	Практический семинар. лекция	2	1	1	14.10	
	8	Чистка, смазка и хранение АК. Настройка пневматических винтовок. Выверка открытого прицела.	Практический семинар.	2	1	1	21.10	
	9	Установка и выверка оптического прицела на винтовке МР-512. пристрелка пневматических винтовок.	Практический семинар. лекция	2	1	1	28.10	
НОЯБРЬ	10	Заряжание, изготовка к стрельбе из положения сидя за столом с опорой на локоть. (изучение нового материала).	Практический семинар.	2	1	1	11.11	
	11	Изготовка к стрельбе из положения сидя Доклады о получении боеприпасов.	Практический семинар.	2	1	1	18.11	
	12	Правила прицеливания. (изучение нового материала)	Практический семинар. лекция	2	1	1	25.11	
	13	Правила прицеливания. (совершенствование)	Практический семинар.	2	1	1	02.12	
ДЕКАБРЬ	14	Производство выстрела. Доклад о завершении стрельбы.	Практический семинар.	2	1	1	09.12	
	15	Заряжание, прицеливание, производство выстрела из положения стоя без опоры.	Практический семинар.	2	1	1	16.12	
	16	Изготовка к стрельбе из положения с колена и лёжа с опорой и без опоры. (изучение нового	Практический семинар.	2	1	1	23.12	

		материала)						
	17	Производство выстрела из положения с колена с опорой и без опоры. Зачет.	Практический семинар.	2	1	1	30.12	
Я Н В А Р Ь	18	Правила участия в соревнованиях на личное первенство среди гимназистов	Практический семинар. лекция	2	1	1	13.01	
	19	ТБ при стрельбе по нормативам ГТО.	Практический семинар. лекция	2	1	1	20.01	
	20	Нормативы ГТО по стрельбе.	Практический семинар. лекция	2	1	1	27.01	
	21	Правила соревнований по стрельбе из пневматической винтовки	Практический семинар. лекция	2	1	1	03.02	
Ф Е В Р А Л Ь	22	Судейство в соревнованиях по стрельбе из пневматической винтовки 10-метров из положения сидя за столом с опорой на локоть.	Практический семинар. лекция	2	1	1	10.02	
	23	Подготовка и анализ соревнований по стрельбе из пневматической винтовки	Практический семинар. лекция	2	1	1	17.02	
	24	Тренировка в стрельбе по мишени «П» на расстояние 5 -метров из положения лежа.	Практический семинар.	2	1	1	24.02	
	25	Тренировка в стрельбе по мишени «П» на расстояние 5	Практический семинар.	2	1	1	02.03	
М А Р Т	26	Совершенствование техники и навыков стрельбы по мишени «П» на расстояние 10 -метров из положения лежа.	Практический семинар.	2	1	1	16.03	
	27	Совершенствование навыков в стрельбе по мишени «П» на расстояние 10 -метров из положения сидя за столом с опорой на локоть.	Практический семинар.	2	1	1	23.03	

	28	Тренировка в сборке разборке макета автомата Калашникова.	Практический семинар.	2	1	1	30.03	
	29	Тренировка в стрельбе из положения стоя с опорой .	Практический семинар.	2	1	1	06.04	
А П Р Е Л Ь	30	Тренировка в стрельбе из положения стоя без опоры.	Практический семинар.	2	1	1	13.04	
	31	Тренировка в стрельбе из пневматической винтовки по мишени «П» на расстояние 5 метров из положения стоя и с колена с опорой и без опоры.	Практический семинар.	2	1	1	20.04	
	32	Стрельба лёжа с опорой на локоть.	Практический семинар.	2	1	1	27.04	
	33	Тренировка в стрельбе из пневматической винтовки по мишени «П» на расстояние 10 метров из положения стоя и с колена с опорой и без опоры.	Практический семинар.	2	1	1	04.05	
М А Й	34	Тренировка -соревнование среди гимназистов в сборке разборке макета автомата Калашникова.	Практический семинар.	2	1	1	11.05	
	35	Тренировка в стрельбе из пневматического пистолета по мишени «П» на расстояние 5 метров из положения стоя.	Практический семинар.	2	1	1	18.05	
	36	Совершенствование техники стрельбы из пневматического пистолета по мишени «П» на расстояние 10 метров из положения стоя.	Практический семинар.	2	1	1	25.05	
			ИТОГО:	**72**	**36**	**36**		

5. Оценочные и методические материалы

5.1. Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы (1 год обучения)

№ п/п	Раздел/тема	Формы занятий	Приемы и методы	Дидактический материал	Формы подведения итогов
1	Правила техники безопасности	УТЗ (учебно-тренировочное занятие)	При изучении данной темы используется *объяснение.* Также используется метод *иллюстрации*	Памятка	Опрос, тестирование
2	Теоретическая подготовка	Тренировка	*Наглядно-практические* методы – при выполнении общефиз.упр-ий	----------	Тестирование, зачет
3	Материальная часть оружия	УТЗ	При изучении данной темы используется *объяснение.* Также используется метод *иллюстрации*	Памятка, схема, таблица	Контрольное занятие
4	Основы практической стрельбы	Тренировка	*Наглядно-практические* методы – при отработке техн.приемов	---------	Открытое занятие, зачет
5	Правила соревнований	Тренировка	При изучении данной темы используется *объяснение.* Также используется метод участия в соревнованиях	Схема, модели	Тестирование, открытое занятие

5.2.Формы проведения контроля

Итоговый контроль 1- год обучения

Программа предусматривает промежуточный и итоговый контроль результатов обучения детей.

В начале года проводится входное тестирование. Промежуточный контроль проводится в виде текущего контроля в течение всего учебного года. Он предусматривает 1 раз в полгода зачетное занятие - по общей и специальной подготовке при выполнении контрольных упражнений, а также участие в районных или городских соревнованиях по стрельбе.

Итоговый контроль проводится в конце года обучения и предполагает зачет в форме учебного тестирования по общей и специальной физической подготовке, участия в соревнованиях разных уровней: школьного, муниципального, районного и прочих, а также открытого мероприятия для родителей, с последующим совместным анализом проведенного мероприятия.

Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения и получения сведений для совершенствования программы и методов обучения.

Критерии уровня усвоения программы

Теоретическая подготовка:

- Знать нормативы ГТО по стрельбе из пневматической винтовки
- Знать основы и правила стрельбы
- Меры безопасности при выполнении стрелковых упражнений.

Техническая подготовка

- Умение правильно обращаться с оружием.
- Техника сборки разборки оружия;
- Тренировочные стрельбы
- Развитие координации и правильного прицеливания
- Улучшение скоростно-силовых качеств путем отработки стрельб.
- Выполнение контрольных нормативов.

5.3 Список литературы

1. Программа для кружков по изучению основ военного дела и овладению военно-техническими знаниями

Редактор ИА Рязанова. Издательство ДОСАФ СССР, Москва 1986.

2. Стрелковый спорт. Программа для спортивной секции коллективов физической культуры и спортивных клубов.

Москва «Физкультура и спорт» 2000 г. Автор Скопинцев ГВ.

3. Положение о Всероссийской спартакиаде школьников по военно-прикладным видам спорта.

4. Методические рекомендации ГОУ ЦДТ «Щит» г. Москва Корчагин А.В. Драгин О.В. 2010 г.

Электронные ресурсы: сайты передач «Полигон», «Оружие России», «Присяга», журналы «Арсенал России», «Авиация и космонавтика», «Национальная оборона», Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс. Смирнов А.Т.,Хренников Б.О.

http://www.alleng.ru/d/saf/saf83.htm