**Государственное областное автономное общеобразовательное учреждение**

**«ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ, РЕАБИЛИТАЦИИ И ОЗДОРОВЛЕНИЯ»**

**Оздоровительно-образовательный комплекс «ЗВЁЗДНЫЙ»**

**Утверждаю**

Директор ГОАОУ “ЦОРиО”

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.И. Батищев

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г.

**Дополнительная общеразвивающая программа**

**«Меткий стрелок»**

военно-патриотической направленности

в оздоровительно-образовательном комплексе «Звёздный»

для детей младшего и среднего школьного возраста.

педагог дополнительного образования

первой категории

**Кобзев Игорь Анатольевич**

2016 г.

**Оздоровительно-образовательный комплекс «Звёздный» является круглогодичной базой для отдыха и оздоровления воспитанников «Центра образования, реабилитации и оздоровления»: детей попавших в трудную жизненную ситуацию (дети и подростки с ограниченными возможностями здоровья, дети с нарушением зрения, дети-сироты, дети, оставшихся без попечения родителей) и воспитанников общеобразовательных школ города и области, спортивных секций. Педагогический коллектив лагеря ведет большую работу по патриотическому, духовно-нравственному воспитанию подрастающего поколения. Благодаря системе общелагерных мероприятий, работе кружков и секций у детей происходит повышение интереса к культурному и историческому наследию России, развитие ценностного отношения к людям, природе, творчеству, культуре, правилам поведения, труду.**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Жизнь выдвигает на первый план проблемы укрепления физического, духовного и нравственного здоровья подрастающего поколения.

Стрелковый спорт пользуется большой популярностью среди молодежи и школьников. Он воспитывает у молодежи высокие морально-волевые качества, готовность к защите Отечества. Чем больше подросток получает информации, приобретает практических навыков, чем се­рьезнее психологическая подготовка к всевозмож­ным социальным и природным катаклизмам, тем выше его эмоционально-волевая устойчивость. Стрелковый спорт воспитывает смелость, мужество, самообладание, целеустремленность, трудолюбие, внимательность, самостоятельность. Силь­ные люди умеют распорядиться своими знаниями и опытом на пользу себе и окружающим, готовы прийти на помощь другим, решают проблемы гу­манными, законными путями.

Программа кружка «Меткий стрелок» ориентирована на развитие у школьников таких качеств, как ответственное отношение к труду, дисциплинированность, дружба и товарищество. Соревнования и сопутствующее им эмоциональное возбуждение являются проверкой характера ребенка, его волевых качеств. Доставляя радость или огорчение, они мобилизуют ребенка на дальнейшее совершенствование, на проявление значительных усилий для самовоспитания. В содержание курса «Меткий стрелок» входит обучение школьников основам стрельбы из пневматической винтовки, пистолета, автомата, лука, метании ножа.

***Цель:***

- развитие у детей таких качеств, которые будут обес­печивать не только достижения высоких результатов в стрелковом спорте (самообладание, внимательность и самостоятельность), но и сформируют социальный опыт ребенка: готовность к защите Отечества, коллективизм, дружбу.

- формирование готовности детей к отношениям в обществе и преодоле­нию жизненных трудностей, проверка своих сил и возможностей, активное самовоспитание.

***Задачи:***

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

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

*Знания, умения и навыки:* 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.

Программа рассчитана на детей 8-16 лет.

***Ожидаемый результат изучения курса.***

В результате изучения курса «Меткий стрелок» учащийся должен

**• знать:**

Основы стрельбы их пневматической винтовки, пистолета и автомата, лука, метании ножа.

**• уметь:**

Находить рациональную изготовку для производства точного выстрела, уметь правильно нажимать на спусковой крючок, отпускать тетиву лука;

Разбирать и собирать автомат Калашникова;

Проводить физические упражнения для повышения функциональных возможностей своего организма, для своего всестороннего гармоничного развития.

**Критерии оценки:**  
  
 Ребенок правильно ориентируется в современном стрелковом оружии, знает технику безопасности при стрельбе, теоретические основы стрельбы, умеет правильно занять позицию на стрелковом рубеже, вести прицельную и кучную стрельбу с результатом не ниже 18 очков при 3-х выстрелах, 30 очков при 5-ти выстрелах, 60 очков при 10-ти выстрелах.

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название темы** | **Общее кол-во часов** | **Теоретическая часть**  **(час)** | **Практическая часть**  **(час)** |
| 1 | Введение. Меры безопасности при проведении стрельб | 1 | 1 |  |
| 2 | Основы техники стрельбы | 2 | 2 |  |
| 3 | Правила соревнований | 1 | 1 |  |
| 4 | Изучение и совершенствование техники стрельбы из положения лежа, сидя, стоя. Тренировки по разборке и сборке автомата Калашникова. | 10 |  | 10 |
| 5 | Соревнования | 1 |  | 1 |
|  | **Всего** | 15 | 4 | 11 |

**Содержание программы**

Структурно программа состоит из пяти разделов.

**Раздел 1: Введение.** М**еры обеспечения безопасности при проведении стрельбы из пневматической винтовки, пистолета, автомата, стрельбе из лука (1 час)**

Основы развития стрелкового спорта. Олимпийские чемпионы –россияне в стрелковом спорте. Ознакомление с программой и расписанием занятий. Ознакомление с методами местом проведения занятий. Закон «О всеобщей воинской обязанности». Обязанности дежурного по поддержанию порядка при проведении стрельб. Порядок обращения с оружием. Правила поведения в помещении для проведения стрельбы (спортзале, улице). сигналы и команды, подаваемые при проведении стрельб и их выполнение. Изучение инструкции по обеспечению мер безопасности при проведении стрельб.

**Раздел 2: Основы техники стрельбы (2 часа)**

**Материальная часть пневматической винтовки и пистолета**.

Назначение и боевые свойства пневматического оружия. Общее устройство винтовок МР -520. Виды прицелов и их устройство. Внесение поправок на прицеле. Осмотр оружия. Уход за оружием.

**Основы стрельбы.**

Явление выстрела. Движение пули по каналу ствола. Начальная скорость. Отдача ружья, полет пули в воздухе. Образование траектории и её элементы. Прицеливание. Варианты техники спуска курка. Подбор пулек. Темп стрельбы, выполнение упражнения в условиях соревнований.

**Основы техники стрельбы**.

Изготовки при стрельбе из положения стоя, с колена, лёжа. Особенности изготовки с учетом индивидуальных особенностей спортсмена, баланс оружия. Спуск курка.

**Раздел 3:** **Правила соревнований (1 час)**

Порядок стрельбы. Перерывы в стрельбе. Ошибки и помехи при медленной стрельбе. Нарушение правил соревнований. Определение занятых мест. Представители, тренеры и капитаны команд. Допуск участников к соревнованиям. Меры безопасности при обращении с оружием при проведении соревнований. Общие обязанности и права членов судейской коллегии.

Практические занятия: выполнение обязанностей судьи линии огня, судьи линии мишеней, судьи контролера, судьи показчика.

Тренировка в прицеливании.

**Раздел 4: Изучение и совершенствование техники стрельбы. тренировки (10 часов)**

**Приемы изготовки. Прицеливание. Спуск курка.**

Показ приемов изготовки для стрельбы сидя с опорой локтями о стол или стойку. Положение корпуса, рук, ног, головы, положение кисти правой руки на шейке приклада и приклада у плеча. Положение указательного пальца на спусковом крючке.

Понятие прицеливания. Спуск курка. Порядок заряжания и разряжения винтовки.

Изучение и освоение приемов изготовки. Тренировка.

**Раздел 5: Соревнование (1 час).**

Проведение стрельб из положения лежа, сидя и стоя.

**Методическое обеспечение программы**

Большие возможности для учебно-воспитательной работы заложены в принципе совместной деятельности педагога и ребенка. Занятия необходимо строить так, чтобы дети сами находили нужное решение, опираясь на свой опыт, полученные знания и умения.

Для повышения интереса обучающихся к занятиям и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздо­ровительных задач на занятиях рекомендуется применять разно­образные формы и методы их проведения.

Словесные методы создают у обучающихся предвари­тельные представления об изучаемом движении. Для этой цели педагог использует: объяснение, рассказ, замечание, команды, указания, инструкции.

Наглядные методы применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий. Эти методы помогают создать у детей конкретные пред­ставления об изучаемых действиях.

Практические методы позволяют освоить практиче­ские навыки и умения.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, груп­повая, поточная.

Дидактические и демонстрационные материалы:Упражнения учебные приборы и оборудование: пневматические винтовки, пистолеты, автомат, лук.

Место проведения учебных занятий и тренировок и хранения оружия: стрельбище.

**Список литературы.**

1. Основы стрельбы из стрелкового оружия;

2. Наставления по стрелковому делу, Воениздат, 1985.- 111с.;

3. Дворкин А.Д. Стрельба из пневматических винтовок.- М., ДОСААФ, 1986.

4. Вайнштейн Л.М. Психология в пулевой стрельбе.- М., ФиС, 1969.

5. Гачачиладзе Л.В., Орлов В.А. Физическая подготовка стрелка.- М., ДОСААФ, 1986.

6. История винтовки от пищали до автомата, издание журнала "Техника-молодежи", 1993.- 11с.;

7. Жилина М.Я. Методика тренировки стрелка-спортсмена. –М., ФиС, 1986.