

Министерство образования Саратовской области
Администрация Заводского района муниципального образования «Город
Саратов»
Муниципальное общеобразовательное учреждение
Средняя общеобразовательная школа №38

Рассмотрено на заседании МО Протокол № <u>1</u> от « <u>29</u> » <u>08</u> 2023г. Председатель МО классных руководителей <u>Н.И. Гурьева</u> /Н.И. Гурьева/	Согласовано Заместитель директора по УВР <u>Л.В. Малинова</u> /Л.В. Малинова/ « <u>31</u> » <u>августа</u> 2023г.	Утверждаю Директор МОУ «СОШ №38» <u>Е.В. Рябова</u> /Е.В. Рябова/ « <u>31</u> » <u>августа</u> 2023г. <u>Минус 302</u>
---	---	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
неаудиторных занятий
«Меткий стрелок»
для обучающихся 10 класса
преподавателя-организатора ОБЖ
Курчакова Александра Романовича
на 2023– 2024 учебный год

Саратов – 2023г.

ВВЕДЕНИЕ

«Защита Отечества является долгом и
обязанностью гражданина российской Федерации»
(из Конституции РФ)

При реализации программы основное внимание уделяется на выработку у учащихся практических навыков по безопасному обращению с оружием и умению его эффективно использовать при стрельбе.

Программа оказывает помощь в усвоении учащимися знаний и навыков, предусмотренных программой курса ОБЖ для 10 – 11 классов и «Программой проведения учебных сборов с юношами-учащимися 10 классов средних школ» согласно совместному приказу Министерства обороны РФ и Министерства образования № 203;1836.

Пояснительная записка.

Программа разработана в соответствии с требованиями Законов РФ «Об образовании», «О воинской обязанности и военной службе», «Основы стрельбы из стрелкового оружия», первичные навыки обращения с ним для учащихся средней общеобразовательной школы.

Привлекает воспитанников эта программа тем, что у них имеется реальная возможность в изучении современного стрелкового оружия и возможность научиться метко стрелять, что крайне важно для будущих защитников Отечества. Актуальность представленной программы в том, что она способствует подготовке ребят к службе в вооруженных силах России, помогает получить им специальные знания, умения и навыки необходимые будущим защитникам Родины. Ребята в свое свободное время занимаются полезным делом. Программа дает возможность познакомиться с пневматическим оружием, научиться выполнять стрельбу, производить разборку и сборку автомата Калашникова, научиться снаряжать магазин не только мальчикам, которые в дальнейшем предстоит пройти военную службу, но и девочкам, которые проявляют интерес к стрельбе, владению оружием.

Цель программы.

Данная программа имеет цель организации изучения учащимися средней общеобразовательной школы курса «Основы стрельбы и стрелковое дело», первичные навыки обращения с оружием факультативно на кружковой основе, приобретения ими основных теоретических знаний по истории создания различных видов стрелкового оружия, типах и системах отечественного стрелкового оружия, мерах безопасного обращения со стрелковым оружием, а также приобретения практических навыков ухода за стрелковым оружием, выполнения правил его хранения и использования.

Особенности программы:

1. Теоретическая подготовка знакомит учащихся с характеристикой вооружения Российской армии, с историей ее создания, с элементами производства меткого выстрела;

2. Техническая подготовка ставит задачи найти для каждого занимающегося устойчивую изготовку для производства точного выстрела, научить его правильной работе мышц-сгибателей фаланг указательного пальца, нажимающего на спусковой крючок оружия.
3. Физическая подготовка необходима для повышения функциональных возможностей организма, для всестороннего гармоничного развития;
4. Психологическая и тактическая подготовка проходит в процессе всего обучения, развивает мышление, способствует появлению волевых качеств, помогает добиваться поставленной цели.

Задачи программы:

1. Знакомство с пневматическим оружием и автоматом Калашникова, формирование у учащихся первичных знаний по истории создания и развития различных видов стрелкового оружия, его современных модификаций, устройств и технических характеристик;
2. Изучение основ стрельбы из пневматического оружия;
3. Формирование устойчивого интереса к оружию, желание стать метким стрелком;
4. Приобретение учащимися знаний по основам стрельбы из пневматического оружия, достижение способности учащихся к выполнению первичных приемов стрельбы и развитие результативности в выполнении упражнения по стрельбе из пневматической винтовки.
5. Приобретение навыков правильного обращения с оружием, привитие навыков безопасного обращения с оружием, правильного ухода и хранения оружия;
6. Развитие и усовершенствование навыков участия в военноприкладных видах спорта;
7. Овладение двигательными умениями и навыками, улучшение физической подготовки, формирование патриотизма.

Описание программы.

При реализации Программы используются учебные пособия (плакаты по тематике программы, макеты, справочная литература)

Для выполнения практической части Программы используются пневматическая винтовка, макет АК- 74, магазин АК, учебные патроны, стандартные мишени.

Практические занятия по стрельбе проводятся в стрелковом тире, оборудованном в соответствии с требованиями Руководящих документов со строгим выполнением правил ТБ.

Занятия предусматривают первоначальное ознакомление с теоретической частью, проведение инструктажа по мерам безопасности при обращении с оружием, выполнение упражнений по стрельбе из пневматической винтовки с их последующим усложнением и выполнение контрольных нормативов.

При реализации Программы основное внимание уделяется на выработку у учащихся практических навыков по безопасному обращению с оружием и

умению его эффективно использовать с целью формирования кандидатов для участия в соревнованиях по стрельбе.

Программа оказывает помощь в усвоении учащимися знаний и навыков, предусмотренных программой курса ОБЖ для 10 – 11 классов и «Программой проведения учебных сборов с юношами-учащимися 10 классов средних школ» согласно совместному приказу Министерства обороны РФ и Министерства образования № 203;1836.

Алгоритм освоения стрельб

- Прицеливание;
- Явление выстрела;
- Начальная скорость;
- Дальность полета пули;
- Образование траектории;
- Пробивное и убойное действие пули;
- Прямой выстрел и его практическое значение;
- Прикрытое, поражаемое и мертвое пространство;
- Способы определения дальности;
- Выбор прицела и точки прицеливания при стрельбе по неподвижным мишеням.

Обучение ведению огня, овладение приемами стрельбы из различных положений и различными способами:

- Меры безопасности при стрельбе;
- Заряжание оружия;
- Изготовка к стрельбе (лежа, стоя, сидя);
- Производство стрельбы;
- Прекращение стрельбы;
- Разряжание оружия;
- Осмотр оружия.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Модуль 1. Цели и задачи стрелковой подготовки

Организационная работа. Инструктаж по ТБ. Цели и задачи стрелковой подготовки. Воспитание и развитие нравственных, морально – волевых (патриотизм, мужество, бесстрашие, дисциплинированность) и физических качеств (сила, выносливость, ловкость, быстрота, способность преодолевать трудности). Подготовка ребят к службе в Российской армии. Дать допризывникам навыки обращения с оружием, научить метко стрелять.

Модуль 2. Материальная часть оружия

Устройство автомата Калашникова Ствол автомата со ствольной коробкой, затворная рама с затвором, возвратный механизм, спусковой механизм, приклад, цевье, крышка ствольной коробки, газовая трубка. Материалы используемые для изготовления. Приемы обращения с автоматом.

Пневматическая винтовка Иж – 38; Устройство, взаимодействие частей. Характеристика оружия. Экипировка

Модуль 3. Разборка – сборка автомата Калашникова

Разборка – сборка автомата Калашникова Методика выполнения неполной разборки автомата Калашникова.

1. Отделить магазин. Удерживая макет левой рукой за шейку приклада или цевье, правой рукой обхватить магазин, нажимая большим пальцем на защелку, подать нижнюю часть магазина вперед и отделить его.

2. Вынуть пенал с принадлежностью. Утопить пальцем правой руки крышку гнезда приклада так, чтобы пенал под действием пружины вышел из гнезда.

3. Отделить шомпол. Оттянуть конец шомпола так, чтобы головка вышла из-под упора на основании мушки, и вынуть шомпол движением вперед по стволу.

4. Отделить крышку ствольной коробки.левой рукой обхватить шейку приклада, большим пальцем этой руки нажать на выступ возвратного механизма, правой рукой приподнять вверх заднюю часть крышки и отделить крышку.

5. Отделить возвратный механизм. Удерживая макет левой рукой за шейку приклада, правой рукой подать вперед направляющий стержень возвратного механизма до выхода его пятки из паза макета ствольной коробки; приподнять задний конец направляющего стержня и извлечь возвратный механизм из канала макета затворной рамы.

6. Отделить макет затворной рамы. Продолжая удерживать макет левой рукой, правой рукой отвести макет затворной рамы назад до упора, приподнять его и отделить от макета ствольной коробки.

7. Отделить макет затвора от макета затворной рамы. Взять макет затворной рамы в левую руку макетом затвора кверху; правой рукой отвести макет затвора назад, повернуть его так, чтобы ведущий выступ вышел из фигурного паза макета затворной рамы и движением вперед вывести макет затвора из макета затворной рамы.

8. Отделить газовую трубку. Удерживая макет левой рукой, правой рукой надеть пенал принадлежности прямоугольным вырезом на выступ чеки газовой трубки, повернуть чеку от себя до вертикального положения и снять газовую трубку с патрубком газовой камеры.

СБОРКА ПРОИЗВОДИТСЯ В ОБРАТНОЙ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ.

Нормативы неполной разборки АК-74:

За 13 секунд — «отлично»;

за 14 секунд — «хорошо»;

за 17 секунд — «удовлетворительно».

Норматив сборки после проведения неполной разборки:

За 23 секунды — «отлично»;

за 25 секунд — «хорошо»;

за 30 секунд — «удовлетворительно».

Снаряжение магазина патронами производится в следующем порядке:

- взять магазин в левую руку горловиной вверх и выпуклой стороной влево;

- в правую руку взять патроны пулями к мизинцу так, чтобы дно гильзы немного возвышалось над большим и указательным пальцами;

- удерживая магазин с небольшим наклоном влево, нажимом большого пальца вкладывать патроны по одному под загибы боковых стенок дном гильзы к задней стенке магазина. Для снаряжения магазина патронами из обоймы необходимо: - взять магазин в левую руку; - правой рукой присоединить переходник так, чтобы его загибы вошли в соответствующие пазы на горловине магазина; - держа магазин в левой руке, правой вставить обойму с патронами в переходник, при этом патроны должны быть направлены пулями вверх; - нажимая указательным пальцем правой руки на корпус гильзы (у дна) верхнего патрона и пропуская обойму между средним и указательным пальцами, утопить патроны в магазин; - вынуть из переходника пустую обойму, вставить новую обойму с патронами и доснарядить магазин; - снять с магазина переходник.

Для снаряжения обоймы патронами необходимо: - вставить её в переходник так, чтобы она вошла в пазы переходника и упёрлась бы в его упор; - держа обойму с надетым переходником в левой руке, правой рукой, удерживая патрон за пулю и верхнюю часть гильзы тремя пальцами (большим, указательным и средним), вставить его в пазы обоймы. Обойму можно снаряжать патронами и без переходника; для этого взять обойму в левую руку, а в правую – патрон; нажав на зацеп пружины, вставить пулю между обоймой и пружиной (утопить зацеп); вставить патроны в пазы обоймы; вынуть пулю патрона изпод пружины обоймы. Снаряжение магазина патронами (30 патронов):

30 сек. - отлично;

35 сек. - хорошо;

40 сек. - удовлетворительно.

- нормативы считаются выполненными, если соблюдены условия их выполнения и не допущено нарушений требований Курса стрельб, оценка снижается на один бал, если обучаемым нарушена последовательность разборки и сборки оружия; - выполнение норматива оценивается на «неудовлетворительно» - если при отработке норматива обучаемым допущена хотя бы одна ошибка, которая может привести к травме

Модуль 4. Изучение основ баллистики, правил и приемов стрельбы

Прикладная баллистика. Выстрел. Скорость полёта пули. Баллистика – наука изучающая движение пули. Взрывчатые вещества, Иницирующие, дробящие, летательные. Бездымные пороха. Внутренняя баллистика. Отдача оружия и угол вылета пули. Сохранение равновесия сил. Поведение стрелка во время выстрела. Внешняя баллистика. Траектория пули и её элементы. Образование траектории. Понятие о прицеливании. Вертикальная и горизонтальная наводка. Прицельные приспособления. Типы прицелов: открытый, диоптрический, оптический. Ровная мушка; линия прицеливания, точка прицеливания. Сравнительная характеристика прицелов. Аккомодация глаза Рассеивание выстрелов. Причины. Вызывающие рассеивание выстрелов.

Площадь рассеивания. Средняя точка попадания СТП. Кучность боя. Поправки прицела (горизонтальная, вертикальная).

Модуль 5 Ошибки, возникающие при стрельбе и рекомендации по их устранению

Техника стрельбы. Условия меткой стрельбы. Неподвижность оружия. Строго определённое направление, задержка дыхания, нажатие на спусковой крючок. Изготовка. Устойчивость изготовки. Корректирование изготовки. Прицеливание. Прицеливание с открытым и диоптрическим прицелом. Управление дыханием и спуском. Техника нажатия на спусковой крючок. Последовательность выполнения выстрела. . Ошибки, возникающие при стрельбе и рекомендации по их устранению. изготовка – научиться расслаблять мышцы. Найти оптимальное положение головы. Контролировать расслабление. Прицеливание – концентрировать внимание на мушке, не «играть» просветом. Слишком долгое прицеливание – потренироваться в стрельбе с ограничением времени. При слабой концентрации внимания концентрировать внимание на отдельных элементах техники.

Модуль 6. Стрелковые подготовительные упражнения

Обучение управлению дыханием и спуском крючка. Задержка дыхания на «полувдохе», «полувыдохе». Грубая наводка. Корректировка позы. Постепенное, плавное нажатие на спусковой крючок. Не ждать выстрела, не менять позы. Работа над согласованностью всех элементов техники.

В практике применяются три положения при стрельбе из пневматической винтовки: стоя, сидя и лёжа. При каждом положении важно учитывать ряд нюансов: положение ног, таза, головы, рук и даже пальцев обеих рук. Просто прочитав об этом в интернете, понять и применить это в практике сложно, поэтому обратитесь к учителю по стрельбе.

При положении стоя:

Ноги поставьте на ширине плеч, можно даже чуть шире, чтобы придать устойчивости вашему телу. При стрельбе стоя руки находятся на весу. Из-за этого точность стрельбы при обучении может снижаться. Поэтому рекомендуется обучаться сидя либо лёжа. При этом локти плотно ставить на поверхность (стол, земля и т.д.)

Приклад винтовки должен плотно упираться в плечо: если Вы правша — в правое, левша — в левое. Ваша левая рука (опять для правшей) берёт снизу цевьё. Некоторые профессионалы ставят цевьё на кулак своей левой руки. Указательный палец «главной» руки мягко ложится на спусковой крючок. Голова, а именно глаза. Ствол винтовки всегда должен быть направлен либо в землю, когда вы отдыхаете, либо в мишень, когда целитесь. А глаза должны следовать системе прицельных приспособлений (у разных винтовок они могут называться по-разному) в направлении ствола.

Для принятия положения для сидя:

Взять винтовку в правую руку за ствольные накладки дульной частью вперед и

одновременно с этим, опираясь на левую руку, сесть на землю вполборота по отношению к направлению на цель, прочно уперев каблуки в землю, или скрестив ноги и поджав их под себя, чтобы ступня одной ноги была пропущена между бедром и голенью другой ноги, положить левую руку.

Положение для стрельбы лёжа:

Удерживая винтовку в правой руке дульной частью вперед, стрелок делает правой ногой полный шаг вперед и немного вправо. Наклоняясь вперед, опускается на левое колено. Затем, опираясь левой рукой о землю, последовательно опускается на бедро левой ноги и предплечье левой руки. Ложится на левый бок и быстро переворачивается на живот, слегка раскинув ноги в стороны носками наружу.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Модуль 1. Цели и задачи стрелковой подготовки (2 часа)

Меры безопасности при обращении с оружием

Особенности стрельбы как вида спорта.

Модуль 2. Материальная часть оружия (2 часа)

Устройство автомата Калашникова

Устройство пневматической винтовки

Модуль 3. Разборка – сборка автомата Калашникова (10 часов)

Разборка – сборка автомата Калашникова

Снаряжение магазина

Модуль 4. Изучение основ баллистики, правил и приемов стрельбы (6 часов)

Прикладная баллистика.

Понятие о прицеливании.

Рассеивание выстрелов.

Модуль 5. Ошибки, возникающие при стрельбе и рекомендации по их устранению (6 часов)

Техника стрельбы

Обучение изготовке.

Обучение прицеливанию.

Модуль 6. Стрелковые подготовительные упражнения (8 часов)

Управлению дыханием и спуском крючка

Стрельба из положения лёжа

Стрельба из положения сидя

Стрельба из положения стоя.

Календарно- тематическое планирование.

Программа рассчитана на 34 ч. за год, 1 час в неделю. Программа рассчитана для обучающихся 10 класса.

№ п/п	Наименование темы	Количество часов		
		теория	практика	Общее количество
1	Модуль 1. Цели и задачи стрелковой подготовки			
1.1	Меры безопасности при обращении с оружием	1		1
1.2	Особенности стрельбы как вида спорта.	1		1
2	Модуль 2. Материальная часть оружия			
1.1	Устройство автомата Калашникова	1		1
1.2	Устройство пневматической винтовки	1		1
3	Модуль 3. Разборка – сборка автомата Калашникова			
3.1	Разборка – сборка автомата Калашникова		8	8
3.2	Снаряжение магазина АК		2	2
4	Модуль 4. Изучение основ баллистики, правил и приемов стрельбы			
4.1	Прикладная баллистика.	2		2
4.2	Понятие о прицеливании	2		2
4.3	Рассеивание выстрелов	2		2
5	Модуль 5 Ошибки, возникающие при стрельбе и рекомендации по их устранению			
5.1	Техника стрельбы		2	2
5.2	Обучение изготовке		2	2
5.3	Обучение прицеливанию		2	2
6	Модуль 6. Стрелковые подготовительные упражнения			
6.1	Управлению дыханием и спуском крючка		2	2
6.2	Стрельба из положения лёжа		2	2
6.3	Стрельба из положения сидя		2	2
6.4	Стрельба из положения стоя.		2	2
	Всего	10	24	34

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Бордунова, М.В. Спортивная стрельба / М.В. Бордунова. — М.: Вече, 2002. - 384 с.
2. Бураков, А.М. Подготовка общественных тренеров и инструкторов по пулевой стрельбе / А.М. Бураков. - М., 1987. - 118 с.
3. Вайнштейн, Л.М. Психология в пулевой стрельбе / Л.М. Вайнштейн — М., 1981.- 142 с.
4. Володина И.С. Подготовка стрелка-спортсмена: Учебное пособие для студентов и слушателей ФПК РГАФК. - М., 1995. -117 с. 11
5. Воропаева, Е.В. Динамика работоспособности в пулевой стрельбе и способы ее оптимизации : автореф. дис.... канд. пед. наук / Е. В. Воропаева; Рос. гос. акад. физ. культуры. - М., 2002. - 24 с : ил.
6. Галдин, Г.Н. Подготовка инструкторов по пулевой стрельбе : методическая разработка для студентов ГЦОЛИФКа / Г.Н. Галдин. - М., 1992.-31 с. - 154
7. Гачечиладзе Я.В. Дыхание стрелка / Я.В. Гачечиладзе, В.А. Орлов // Разноцветные мишени: сборник статей и очерков по стрелковому спорту, стендовой стрельбе и стрельбе из лука. - М.: Физкультура и спорт, 1985. -С. 77-80.
8. Гачечиладзе, Я.В. Устойчивость оружия стрелка / Я.В. Гачечиладзе, А.Н. Романин, В.Н. Саблин // Теория и практика физ. культуры. - 1973. - № 12. - С . 32-35.
9. Гачечиладзе, Я.В., Методика формирования рационального дыхания спортсменов, специализирующихся в стрельбе из малокалиберной винтовки: автореф. дис. ... канд. пед. наук/Я. В. Гачечиладзе; Всесоюз. науч.-исслед. ин-т физ. культуры. - М.,

Руководитель кружка
преподаватель – организатор ОБЖ

А.Р. Курчаков

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Саратовской области
Администрация Заводского района муниципального образования
«Город Саратов»
Муниципальное общеобразовательное учреждение
Средняя общеобразовательная школа №38

РАССМОТРЕНО на заседании МО Председатель МО классных руководителей _____ Н.И.Гурьева Протокол № _____ от «__» _____ _____ 2023г.	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР МОУ «СОШ № 38» _____ Л.В.Малинова «__» _____ 2023 г.	УТВЕРЖДЕНО Директор МОУ «СОШ № 38» _____ Е. В. Рябова Приказ № _____ от «__» _____ 2023 г.
---	--	---

**КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ
ПЛАНИРОВАНИЕ**

неаудиторных занятий
«Основы стрельбы и стрелковое дело»
для обучающихся 10 - А класса

на 2023 – 2024 учебный год

Курчакова Александра Романовича
преподавателя-организатора ОБЖ

Саратов 2023

Поурочное планирование

Количество часов: всего – 34, в неделю – 1 час.

№	Наименование раздела и темы урока	Количество часов	Теория	Практика	Дата проведения		Учебный материал
					ПЛАН	ФАКТ	
1	2	3	4	5	6	7	8
1	Модуль 1. Цели и задачи стрелковой подготовки	2					
2	Меры безопасности при обращении с оружием		1				
3	Особенности стрельбы как вида спорта.		1				
4	Модуль 2. Материальная часть оружия	2					
5	Устройство автомата Калашникова		1				
6	Устройство пневматической винтовки		1				
7	Модуль 3. Разборка – сборка автомата Калашникова	10					
8	Разборка – сборка автомата Калашникова			8			
9	Снаряжение магазина АК			2			
10	Модуль 4. Изучение основ баллистики, правил и приемов стрельбы	6					
11	Прикладная баллистика.		2				
12.	Понятие о прицеливании		2				
13.	Рассеивание выстрелов		2				
14.	Модуль 5 Ошибки, возникающие при стрельбе и рекомендации по их устранению	6					
15.	Техника стрельбы			2			
16.	Обучение изготовке			2			
17.	Обучение прицеливанию			2			
18.	Модуль 6. Стрелковые подготовительные упражнения	8					
19.	Управлению дыханием и спуском крючка			2			
20.	Стрельба из положения лёжа			2			
21.	Стрельба из положения сидя			2			
22.	Стрельба из положения стоя.			2			
ито го		34	10	24			

