ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ МО Г. КРАСНОДАР

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА «ПРИКУБАНСКИЙ»

Принята на заседании
педагогического совета
МАОУДО ЦДТ «Прикубанский»
Протокол № 2
от «25» мая 2023г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
МАОУДО «ЦДТ «Прикубанский»
Н. Н. Щеглова-Лазарева
Приказ №
от «» 2023г.

ЩЕГЛОВА-ЛАЗАРЕВА НИНА НИКОЛАЕВНА

Подписано цифровой подписью: ЩЕГЛОВА-ЛАЗАРЕВА НИНА НИКОЛАЕВНА
Дата: 2023.10.12 16:33:02 +03'00'

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно–спортивной направленности

«МЕТКИЙ СТРЕЛОК»

Уровень: базовый
Срок реализации: 1 год
Возраст обучающихся: 9-14 лет
Состав группы: до 12 человек
Форма обучения: очная
Программа реализуется на бюджетной основе
ID-номер Программы в Навигаторе: 4

Авторы-составители:
Александров Спартак .Геннадьевич,
педагог дополнительного образования
Шиповская Татьяна Владимировна,
методист

Краснодар, 2023

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемы результаты»

1.1. Пояснительная записка

Нормативно-правовой базой создания программы послужили следующие документы:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Федеральный закон от 31.07.2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
3. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» (с изменениями на 21 июля 2020 года).
4. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
5. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р.
6. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 07 декабря 2018 года.
7. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”
8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
9. Приказ Министерства просвещения РФ от 03.09.2019 г. № 467 «Об

утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (с изменениями и дополнениями).

10. «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)» (приложение к письму Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015г. № 09-3242).

11. Приказ Минобрнауки России от 22 декабря 2014 г. № 1601 «О продолжительности рабочего времени (нормах часов педагогической работы за ставку заработной платы) педагогических работников и о порядке определения учебной нагрузки педагогических работников, оговариваемой в трудовом договоре».

12. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 22 сентября 2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

13. Краевые методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, 2020 г.

14. Устав муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования муниципального образования город Краснодар «Центр детского творчества «Прикубанский».

15. Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МАОУДО «ЦДТ «Прикубанский».

16. Положение о порядке организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам в МАОУДО «ЦДТ «Прикубанский».

17. Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по общеобразовательным общеразвивающим программам в МАОУДО «ЦДТ «Прикубанский».

1.2. Направленность программы физкультурно-спортивная

1.3. Новизна, актуальность и педагогическая целесообразность.

Новизна данной программы заключается в применении новых интерактивных технологий обучения в сочетании с традиционными.

Актуальность и целесообразность состоит в том, что стрелковый спорт в нашей стране является одним из популярнейших видов спорта и данная программа способствует развитию у ребят таких необходимых качеств, как коллективизм, дисциплинированность, дружба, товарищество. Стрелковый спорт воспитывает смелость, мужество, решительность, самообладание, целеустремленность, трудолюбие, внимательность, самостоятельность.

Соревнования и сопутствующее им эмоциональное возбуждение являются проверкой характера юного спортсмена, его спортивно-технической подготовки и волевых качеств. Доставляя радость или огорчение, они мобилизуют стрелка на дальнейшее совершенствование, на проявление значительных усилий для самовоспитания.

Педагогическая целесообразность программы заключается в многообразии форм обучения, позволяющих сделать образовательный процесс увлекательным и эффективным.

1. 4. Отличительная особенность В данной программе разработаны инновационные подходы к обучению технике прицеливания и выполнения выстрела из пневматического оружия. Привлекает учащихся эта программа тем, что у них имеется реальная возможность изучить современное оружия и научиться метко стрелять, что крайне важно для будущих защитников Отечества.

1.5. Адресат программы. Обучение по программе осуществляется с детьми в возрасте 9 – 14 лет, слюбым видом и типом психофизиологических особенностей (в том числе детей с ОВЗ), с разным уровнем интеллектуального развития (в том числе и одаренных, мотивированных), имеющими разную социальную принадлежность (в том числе детей, находящихся в трудной жизненной ситуации), пол и национальность и не имеющих медицинских противопоказаний для занятий данным видом деятельности.

1.6. Наполняемость группы: 8-12 человек.

1.7. Условия приема детей: запись на программу осуществляется через систему заявок на сайте «Навигатор дополнительного образования детей Краснодарского края» https://p23.навигатор.дети/. Обязательное предоставление медицинской справки об отсутствии противопоказаний для занятий данным видом деятельности.

1.8. Уровни программы, объем и сроки реализации. Уровень освоения программы базовый, что предполагает формирование у учащихся стойкой мотивации к избранному виду физической активности, освоение обучающимися специализированных знаний и формирование специализированных умений.

Запланированное количество часов для реализации программы - 144 часа. Из них:

Модуль 1 –36 часов;

Модуль 2 – 69 часа;

Модуль 3 – 39 часа.

Срок реализации программы – 1 год.

1.9. Форма обучения

Форма обучения: очная.

В программе предусмотрено использование дистанционных и комбинированных форм взаимодействия в образовательном процессе. Так же возможно использование программы в сетевой и комбинированной формах реализации.

1.10. Режим занятий: Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность занятий - 40 минут. Между занятиями предусмотрен перерыв 10 минут

1.11. Особенности организации образовательного процесса:

Занятия проводятся в сформированных группах детей одного возраста или разных возрастных категорий (разновозрастные группы), являющихся основным составом объединения; состав группы постоянный.

Виды занятий по программе определяются ее содержанием и предусматривают проведение выездных соревнований, а также организацию занятий в дистанционном-режиме – на платформах Zoom, Moodle и др.

Программа разработана на основе модульного принципа и состоит из трех модулей, каждый из которых представляет собой относительно самостоятельные части образовательной программы. Все модули программы взаимосвязаны друг с другом и объединены единой целью дополнительной образовательной общеразвивающей программы. Содержание каждого модуля формируется с учетом сохранения преемственности образовательных частей. В программе учитываются возрастные особенности учащихся.

Цель и задачи программы.

Цель программы – создание условий для развития личностных компетенций и формирования устойчивой мотивации к здоровому образу жизни, занятиям стрелковым спортом.

Задачи программы:

1. Образовательные (предметные):

- Обучить детей основам теории стрельбы.

- Обучить технике безопасности при стрельбе.

- Сформировать навыки стрельбы из пневматической винтовки на различные расстояния из различных положений.

2. Развивающие (метапредметные):

- Совершенствовать физическое развитие детей и подростков.

- Формировать у учащихся целеустремлённость, терпеливость, настойчивость, самоотверженность, коллективизм и коммуникативность.

- Развивать потребность в регулярных занятиях стрелковой подготовкой.

3. Воспитательные (личностные):

- Воспитание гражданственности и патриотизма, готовности к воинской службе по защите территориальной целостности РФ;

- Воспитание культуры здорового образа жизни.

- Воспитание чувства ответственности перед коллективом.

- Развитие сознательного и добросовестного отношения к своим обязанностям, организованности и дисциплины, уважения к старшим.

3. Содержание программы

3.1. Учебный план программы

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации
		всего	теория	практика	
	Модуль 1. «Основы и правила стрельбы»				
1.	Вводное занятие	3	3		Опрос
2.	Меры безопасности при стрельбе	15	9	6	Опрос
3.	Теоретические основы, правила стрельбы.	18	4	14	Контрольное задание
	Всего	**36**	**16**	**20**	
	Модуль 2. «От знания - к действию»»				
1	Материальная частьоружия	13		13	Опрос
2	Изготовка к стрельбе из пневматических винтовок	16		16	
3.	Совершенствование техники и навыковстрельбы из пневматической винтовки.	40		40	Контрольные нормативы
	Всего	**69**		**69**	
	Модуль 3. «Спортивная меткость»				
1.	Правила проведения соревнований по стрельбе. Психологическая подготовка стрелка	16		16	Контрольные нормативы
2.	Участие в соревнованиях по стрельбеизпневматической винтовкина личное и командноепервенство	23		23	Участие в соревнованиях
	Итого	**144**	**16**	**128**	

Содержание учебного плана

Содержание учебного плана модуля «Знание-сила».

Тема №1. Вводное занятие – 3 часа.

История и виды Российской пневматической винтовки. Обзор развития стрельбы из П.В. в России. Единая всероссийская программа и классификация. Разрядные нормы при стрельбе из пневматической винтовки.

Тема №2. Меры безопасности при стрельбе – 15 часов.

Теория: Техника безопасности при обращении с пневматической винтовкой. Техника безопасности при заряжании, наводке и выстреле. Правила поведения во время стрельбы по мишеням.

Практика: Порядок обращения с винтовкой. Сигналы и команды, подаваемые при проведении стрельб и их выполнение. Обязанности дежурного на занятиях.

Тема №3. Теоретические основы, правила стрельбы – 18 час.

Теория: Явление выстрела. Образование траектории. Прямой выстрел. Начальная скорость пули. Отдача оружия. Пробивное и убойное действие пули. Прикрытое, поражаемое и мертвое пространство.

Практика: Способы определения расстояния до цели. Элементы наводки. Выбор цели и точки прицеливания по неподвижным целям.

Правила стрельбы

Теория: Рассеивание выстрелов. Кучность и меткость стрельбы.

Практика: Определение средней точки попадания. Определение поправок. Правила прицеливания. Ошибки, допускаемые при прицеливании. Внесение поправок на боковой ветер и движение цели.

Содержание учебного плана модуля «От знания – к действию».

Тема №1. Материальная часть оружия – 13 часов.

Теория: Назначение, общее устройство, принцип действия и техническиехарактеристики пистолета ИЖ-53.

Техническое обслуживание, ремонт, чистка и смазка пистолета ИЖ-53 Хранение винтовки. Замена основных частей и механизмов винтовки

Назначение, общее устройство, принцип действия и технические характеристики пневматической винтовки МР-512.

Практика: Замена основных частей и механизмов винтовки МР-512. Техобслуживание и ремонт пневматической винтовки МР-512. Возможные неисправности, задержки при стрельбе и их устранение. Чистка, смазка и хранение винтовки МР-512. Настройка пневматических винтовок. Выверка открытого прицела. Установка и выверка оптического прицела на винтовке МР-512. Пристрелка винтовок.

Тема №2. Изготовка к стрельбе из пневматических винтовок – 16 час.

Теория: Заряжание винтовки. Изучение докладов о получении боеприпасов, готовности к стрельбе, завершение стрельбы.

Практика: Заряжание, изготовка к стрельбе из положения, сидя за столом с опорой на локоть. Прицеливание. Произведение выстрела. Заряжание, изготовка, прицеливание, произведение выстрела изположения, стоя без опоры. Изготовка к стрельбе из положения с колена и лежа с опорой и без опоры. Прицеливание. Произведение выстрела. Изготовка, заряжание. Выбор точки прицеливания. Производство выстрела. Доклады о получении винтовки, о готовности к стрельбе и о завершении. Изготовка к стрельбе стоят с опорой и без опоры. Стрельба из пневматической винтовки из положения, стоя с опорой и без опоры на расстоянии 15 метров по противникам в двух сериях 1-я 10 пробных. Отработка спуска курка. Ошибки при спуске курка и меры борьбы с ними. Изготовка к стрельбе из положения, лёжа с опорой и без опоры Стрельба на расстоянии 15 и 25 метров по мишени в двух сериях 1-я 10 пробных. Тренировка на длительное удержание винтовки в положении лежа без опоры. Стрельба на время из различных положений на результативность с опорой и без опоры. Тренировка на длительное удержание винтовки в положении стоя и с колена без опоры.

Тема №3 Совершенствование техники и навыков стрельбы из пневматической винтовки – 40 часа.

Практика: Тренировка стрельбы на расстоянии 15 метров из положения,

сидя за столом с опорой на локоть. Совершенствование техники и навыков стрельбы. Тренировка стрельбы из положения, стоя с опорой и без опоры. Тренировка стрельбы из пневматической винтовки по мишеням на расстоянии 15 метров из положения, стоя и с колена с опорой и без опоры. Дальнейшее совершенствование техники и навыков стрельбы из этих положений. Стрельба, лежа с опорой на локоть. Тренировка стрельбы из пневматической винтовки по мишеням нарасстоянии 15 и 25 метров из положения, лежа с опорой и без опоры. Подготовка к соревнованиям к стрельбе из пневматической винтовки. Тренировка стрельбы из положения, стоя с опорой и без опоры. Совершенствование техники стрельбы. Приобретение навыков корректировки выстрелов. Стрельба на время и результативность, приобретение навыков кучной стрельбы. Тренировка стрельбы из положения с колена с опорой и без опоры на различные расстояния по мишеням. Совершенствование техники стрельбы данного положения. Приобретение навыков корректирования стрельбы и кучности стрельбы. Тренировка стрельбы на скорости. Тренировка стрельбы из положения,лёжа с опорой и без опоры на различные расстояния. Совершенствование техники и навыков стрельбы из положения лёжа. Техника скоростной стрельбы и её совершенствование. Тренировка стрельбы из различных положений по движущимся мишеням. Корректирование. Совершенствование техники стрельбы по движущимся мишеням. Приобретение навыков внесения поправки на движения и боковой ветер.

Содержание учебного плана модуля «Спортивная меткость».

Тема №1. Правила проведения соревнований по стрельбе.

Психологическая подготовка стрелка. - 16 часов

Теория: Общие правила проведения спортивных соревнований. Особенности соревнований по стрельбе. Техника безопасности.

Практика: «Психология победы».

Тема №2. Участие в соревнованиях по стрельбе из пневматической

винтовки на личное и командное первенство – 23 часов.

Практика: Участие в соревнованиях на личное первенство среди учащихся объединения «Меткий стрелок». Участие в общешкольных соревнованиях по стрельбе из пневматической винтовки. Анализ соревнований. Участие в районных соревнованиях по стрельбе из пневматической винтовки на личное и командное первенство. Анализ соревнований.

1.4. Планируемые результаты (должны вытекать из задач)

Предметные :

по результатам освоения 1 модуля обучающийся будет знать:

- Технику безопасности и правила поведения при стрельбе из пневматической винтовки.
- материальную часть пневматической винтовки, пистолета.

уметь:

- производить неполную разборку и сборку винтовки;
- снаряжать пульками;
- готовить винтовку к стрельбе и устранять возможные задержки при стрельбе.

По результатам освоения 2 модуля обучающийся будет знать:

- историю и виды Российской пневматической винтовки.
- основные правила стрельбы;

уметь:

- кучно стрелять в мишень из пневматической винтовки;
- чистить, смазывать и ставить на хранение винтовку.

По результатам освоения 3 модуля обучающийся будет **знать:**

- разрядные нормы по стрельбе из пневматической винтовки
- правила участия в спортивных соревнованиях по стрельбе.

уметь:

- анализировать результаты своей стрельбы;

- осуществлять корректировку и самокорректировку.

Личностные:

- уважение и любовь к Родине, готовность к самопожертвованию во имя ее процветания;
- развитие внимания, глазомера, внимательности.
- формирование морально – этических и волевых качеств;
- формирование гражданской позиции
- формирование культуры спортивного поведения
- формирование навыков здорового образа жизни,

Метапредметные:

- формирование устойчивой мотивации к занятиям спортом;
- формирование коммуникативной компетентности, умения вести диалог, координировать свои действия со взрослыми и сверстниками;
- развитие сознательного и добросовестного отношения к своим обязанностям, ответственности, организованности и дисциплины.

Достижению личностных и метапредметных результатов способствуют занятия по каждому из 3 модулей программы.

Раздел № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий, включающих формы аттестации»

2.1. Календарный учебный график

1. Дата начала обучения - 01.09.2023
2. Дата окончания обучения -31.05.2024
3. Количество учебных недель - 36

4. Количество учебных дней – 72

5. Количество учебных часов: всего – _144_, из них: теоретических – _16_ ч.;

практических – _128_ ч.

(Детальный график - Приложение №1)

2.2. Условия реализации программы

1. Материально-техническое обеспечение.

Специализированное помещение – стрелковый тир, оснащенный типовым оборудованием, в том числе специализированной учебной мебелью, тренажерно-измерительными комплексами для организации занятий пулевой стрельбой приспособления для разбирания-собирания и чистки оружия, сектором для стрельбы, пулеуловителями.

Перечень оборудования, инструментов и материалов, необходимых для реализации программы

- пневматические винтовки МР – 512 и МР – 61м, калибра 4,5 мм.;
- пневматические пистолеты ИЖ – 53, калибра 4,5 мм.;
- оптические прицелы для пневматической винтовки;
- приспособления для чистки оружия;
- пульки – 2000 шт.;
- мишени – 250 шт.;
- электронно-обучающий стрелковый комплекс «Патриот», включающиймакет ПМ с лазерным прицелом, сенсорную мишень, ноутбук.

Каждому обучающемуся необходимо иметь:

Защитные (пластиковые) очки для стрельбы

Информационное обеспечение:

Интернет-источники:

http://shooting-russia.ru/news/ Всероссийская федерация стрелкового спорта;

https://rsport.ria.ru/20200626/1573534027.html - Правила соревнований популевой стрельбе;

https://p23.навигатор.дети/ Навигатор дополнительного образования детейКраснодарского края».

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования, имеющий профессиональные знания и умения по данному виду деятельности: спортивную разрядную квалификацию (1-2 взрослый разряд, звание КМС или МС по пулевой стрельбе); имеющий высшее или средне-специальное физкультурно- педагогическое, высшее военное либо юридическое образование по специальности «правоохранительная деятельность».

2.3. Формы аттестации

Время проведения	Цель проведения	Формы мониторинга
Начальная или входная диагностика		
По факту зачисления в объединение	Диагностика стартовых возможностей	Беседа, опрос, тестирование.
Текущий контроль		
В течение всего учебного года	Определение степени усвоения обучающимися учебного материала. Определение готовности детей к восприятию нового материала. Повышение ответственности и заинтересованности в обучении. Выявление детей, отстающих и опережающих обучение. Подбор наиболее эффективных методов и средств обучения.	Педагогическое наблюдение, устный опрос, викторины, конкурсы, олимпиады, самостоятельная работа и т.д.
Итоговая диагностика		
В конце каждого образовательного модуля (с занесением результатов в диагностическую карту)	Определение степени усвоения учебного материала. Определение результатов обучения.	Творческая работа, презентация творческих работ, тестирование.

Формы отслеживания образовательных результатов: педагогическое наблюдение, зачетные занятия, сдача контрольных нормативов, соревнования.

Формы фиксации образовательных результатов: сводные карты диагностики, протоколы соревнований, грамоты, дипломы, разрядные (зачетные) книжки спортсмена.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов:

Личные портфолио учащихся, размещение фото-и - видеоматериалов в соцсетях, отчеты и аналитические справки.

2.4. Оценочные материалы.

Мониторинг предметных результатов. В соответствии с целями и задачами программы предусмотрено проведение мониторинга и диагностических исследований учащихся. В качестве критериев диагностики в программе запланировано применение метода оценки знаний и умений. (Приложение № 2)

Мониторинг оценки личностных результатов осуществляется педагогом дополнительного образования преимущественно на основе наблюдений во время образовательной деятельности, результаты которого обобщаются в конце каждого образовательного модуля и фиксируются в диагностической карте (Приложение № 3).

Мониторинг метапредметных результатов. Система внутренней оценки метапредметных результатов включает в себя следующие процедуры: педагогическое наблюдение (Приложение №4, 5).

2.5. Методические материалы.

Методы обучения**:** словесные методы обучения, практические методы обучения, наглядные методы обучения

Педагогические технологии: технология группового обучения, технология коллективного взаимообучения, технология обучения в сотрудничестве включает индивидуально-групповую работу и командно-игровую работу; технология игрового обучения применяется в группах младшего школьного возраста, технология здоровьесберегающего обучения включает в себя организацию работы с детьми таким образом, чтобы достичь

наибольшего эффекта для сохранения и укрепления здоровья обучающихся; информационные технологии – для качественного прицеливания и хвата винтовки, используются компьютерные технологии, позволяющие: накапливать и хранить графические результаты стрельбы; хранить фото и видеоматериалы объединения; активно использовать доступ в глобальную сеть Интернет; эффективно осуществлять поиск и переработку информации.

Формы организации учебного занятия. Занятия строятся по обычной общепринятой схеме: вводная часть, разминка, основная часть и заключительная часть, где подводятся итоги занятий и даются рекомендации по спортивному совершенствованию. При прохождении темы «Изучение и совершенствование техники стрельбы» 25% времени отводится на тренировки без действительного выстрела. Теоретическая подготовка знакомит воспитанников с правилами соревнований, с элементами производства меткого выстрела, с необходимостью выполнения большого объема тренировок для достижения высоких спортивно- технических результатов. Теоретические занятия проводятся в форме бесед, конкурсов, викторин и др., включающих в себя сведения о строении и функциях организма, влиянии стрельбы на развитие глазомера, физических упражнений на развитие человека, о вреде для организма негативных привычек, о здоровом образе жизни, выживании в экстремальных условиях и ситуациях, встречающихсяв повседневной жизни, о развитии стрельбы в России и мире. Теоретические занятия могут проходить в дистанционном формате.

Практические занятия предполагают закрепление полученных знаний, умений по технике стрельбы:

- проведения стрельбы в группах;
- посещения соревнований по стрельбе;
- участие в показательных выступлениях по стрельбе;
- участие в соревнованиях, турнирах по стрельбе;
- совместные занятия с учащимися различных объединений данногонаправления.

Совместные занятия с родителями предполагают:

- подготовку и проведение показательных выступлений, спортивных праздников, турниров, соревнований;
- участие в открытых, итоговых занятиях, аттестациях;
- участие в экскурсиях, походах выходного дня;
- участие в проводимых встречах с известными спортсменами, специалистами.

В программе используются средства и способы организации образовательного процесса, позволяющие успешно решать поставленные задачи.

Одной из форм учебно-воспитательного процесса является комплексное занятие, включающее в себя элементы специальной подготовки, игр, стрельбы и самообороны.

При подготовке к соревнованиям отработка технических приёмов проводится в конце основной части занятия на фоне общей утомляемости.

Большое внимание уделяется дыхательной гимнастике, отработке правильного дыхания при выполнении сложных приёмов стрельбы, восстановительной гимнастики, умению восстанавливаться после двигательных нагрузок.

Таким образом, чередование предметной деятельности в процессе каждогозанятия позволяет своевременно регулировать нагрузку.

Все занятия базируются на принципах постепенности и последовательности, повторения и систематичности.

Дидактические материалы.

Стрельба по мишени на кучность выдвигает два новых требования:

1) наводить винтовку теперь нужно не просто на белый фон, а в четкообозначенный район прицеливания;

2) попадание в мишень конкретно оценивается в очках и можетсравниваться с результатами других стрелков.

Четко видимая точка (район) прицеливания вызывает желание

выполнить выстрел в момент более точного положения мушки в прорези прицела. Устойчивость винтовки на данном этапе подготовки еще недостаточна, что также побуждает использовать кратковременные периоды выгодного положения винтовки для выполнения выстрела.

При стрельбе на кучность не обязательно пристреливать винтовку так, чтобы средняя точка попадания непременно совмещалась с центром мишени. Достаточно, если пробоины располагаются в черном круге или даже в площади мишени.

Кучность стрельбы можно оценить с помощью специального шаблона, изготовленного своими руками. На куске прозрачной пластмассы наносят окружности, повторяющие мишень для стрельбы на данную дистанцию. Шаблон накладывается на мишень так, чтобы его центр совмещался с средней точкой попадания СТП. После этого по нему подсчитывается результат серии.

При занятиях с группами винтовочников тренеру для оценки результатов неизбежно придется прибегать к помощи шаблона. Каждый стрелок должен научиться самостоятельно, определять СТП отстрелянной серии.

Нередко большая часть пробоин располагается кучно, а отдельные отстоят далеко в стороне. Такие отрывы - следствие допущенных ошибок.

Отрывы - это основной тормоз роста результатов. Они могут быть следствием общей неподготовленности стрелка или периодически повторяемых одних и тех же ошибок. В первом случае отрывы, если вынести их на отдельную мишень, будут располагаться хаотично, равномерно во всех направлениях. При повторении ошибок будут группироваться по определенным направлениям.

Ориентируясь на направление отрывов, тренер определяет, за какими элементам работе стрелка ему следует проследить, чтобы выявить причины ошибок, разобрать их и добиться устранения.

Стрельба на совмещение СТП. При переходе к стрельбе по мишени на результат иногда сталкивается с явлением, когда СТП, казалось бы,

беспричинно меняет свое положение, вызывая необходимость постоянно вносить поправки в прицел.

Причинами перемещения СТП являются постоянные, хотя и незначительные, изменения изготовки, положения звеньев тела, положения и натяжения ремня, видимости мишени или ухудшение адаптации зрения.

Хотя полностью устранить смещение СТП не удается, можно значительно уменьшить его величину. Для этого стрелок должен научиться полноценно контролировать свою изготовку во всех ее элементах. При стрельбе на кучностьот стрелка требовалось, чтобы все пробоины в серии располагались на возможно меньшей площади. При этом расположение средней точки попадания в различныхсериях во внимание не принималось (если смещение незначительно).

При стрельбе на результат успешно решить эту задачу не удается, так как внимание начинающего слишком поглощено завершающим элементом выстрела и он забывает о постоянном контроле изготовки. Отработку изготовки, которая влияет на стабильность СТП, целесообразно рассматривать как самостоятельную учебную задачу.

Занятие строится следующим образом. Стрелок тщательно выполняет серию из 5-10 выстрелов. За этим следуют осмотр мишени, определение СТП, отметка. Месторасположение СТП переносится в блокнот. Во второй серии выстрелов определяется СТП, измеряется линейкой ее удаленность от СТП первой серии. Удовлетворительной может считаться удаленность не более чем на 15 мм при стрельбе на дистанцию 50 м. Если СТП сместилась при неизменной установке прицела и наводке винтовки в ту же точку прицеливания, то причину нужно искать в неоднообразной изготовке, неумении контролировать свои действия. Для лучшего контроля отстреливается третья, а при возможности и четвертая серии выстрелов и результаты сравниваются.

Стрельба по мишени на результат. Стрельба на результат отличается от предыдущих форм тренировки тем, что здесь необходимо совмещать СТП с

центром мишени. Согласно правилам соревнований снайпер должен самостоятельно рассчитать и внести поправки в установку прицела.

Первые серии на тренировках в стрельбе на результат целесообразно проводить с помощником-корректором.

Получив сообщение о месте пробоины, снайпер обозначает его в контрольной мишени и по мере надобности вносит поправки в установку прицела. СТП должна определяться не менее чем по трем пробоинам. Для горизонтальных и вертикальных поправок расчет делается раздельно если попадание в молоко, вертикальный прицел держать вертикально 3-4 попаданий в десятку, если попадание в молоко горизонтально в лево - прицел держать в право, если вправо - прицел держать в лево попадаем в десятку.

Основными задачами при стрельбе на результат являются: правильная работа над выстрелом; развитие самоконтроля изготовки; дальнейшее овладение техникой выстрела; улучшение кучности стрельбы; расчет и своевременное внесение поправок в установку прицела.

Сдача нормативов комплекса ГТО проводится по правилам стрелковых соревнований на дистанциях 25 или 50 м по мишеням № 6 «Б» или № 7 из расчета3 пробных и 10 зачетных выстрелов из положения лежа с упора или с ремня.

Техническая подготовка ставит задачи: найти для каждого занимающегося рациональную изготовку для производства точного выстрела, научить его правильной работе мышц-сгибателей фаланг указательного пальца, нажимающего на спусковой крючок оружия. В конце подготовительного периода со спортсменами, имеющими достаточную техническую подготовку, рекомендуется периодически проводить занятия в условиях, приближенных к соревнованиям.

Физическая подготовка необходима для повышения функциональных возможностей организма, для всестороннего гармоничного развития стрелка-спортсмена. Общая физическая подготовка должна служить основным средством активного отдыха занимающихся, устраняющим застойные

явления в организме. Психологическая и тактическая подготовка проходит в процессе всего обучения. Постепенно, от занятия к занятию, обучающиеся проходят все более сложный материал, что развивает мышление, способствует проявлению волевых качеств, помогает добиваться поставленной цели. Приобретенные занимающимися знания, хорошая техническая и физическая подготовка делают их более уверенными в своих действиях. Всесторонняя подготовка поможет спортсменам в дальнейшем

Алгоритм учебного занятия.

1. Подготовительная часть:

- настройка эмоционального и интеллектуального аппарата ребёнка;
- подготовка всех систем организма к тренировочным нагрузкам посредством разминки;
- активация внимания и создания благоприятного психологического климата.

Основная содержательная часть:

- формирование двигательных навыков;
- отработка базовой техники стрельбы;
- отработка технических приёмов стрельбы;
- развитие физических качеств.

Заключительная часть:

- снижение функционального состояния систем организма до уровня исходного положения;
- формирование умения произвольного расслабления мышц, используя дыхательные, восстановительные упражнения.

Воспитательная работа. Воспитание – это целенаправленное управление процессом становления личности. Воспитательные задачи связаны с ориентацией обучающихся на критерии добра и зла, постановка их в ситуации нравственного выбора и конкретизация нравственных норм в реальной жизни. Педагог решает поставленные задачи в соответствии со

спецификой возраста обучающихся и взаимоотношений внутри учебной группы, учитывая при этом индивидуальные особенности каждого обучающегося. Основным в воспитательной работе является содействие саморазвитию личности, реализации творческого потенциала ребенка, обеспечение активной социальной адаптации, создание необходимых и достаточных условий для активизации усилий обучающихся по преодолению собственных проблем.

Воспитательная работа осуществляется как в процессе учебных занятий, так и в процессе подготовки и участия детей в массовых мероприятиях Центра. В течение всего года ведется работа по формированию сознательного и добросовестного отношения к занятиям, привитию организованности, трудолюбия и дисциплины. В работе с учащимися применяется широкий круг средств и методов воспитания:

- личный пример и педагогическое мастерство педагога;
- высокая организация учебного процесса;
- атмосфера трудолюбия, взаимопомощи, творчества;
- дружный коллектив;
- система морального стимулирования

Программа «Меткий стрелок» помогает овладеть наиболее перспективными универсальными компетенциями (soft skills), позволяющими ребёнку в дальнейшем найти своё место в мире, успешно решать профессиональные и социальные задачи.

Деятельность педагога по реализации задач профориентации:

• составляет для конкретного класса (группы) план педагогической поддержки самоопределения учащихся, включающий разнообразные формы, методы, средства, активизирующие познавательную, творческую активность школьников;

• организует индивидуальные и групповые профориентационные беседы;

• ведет психолого-педагогические наблюдения склонностей учащихся (данные наблюдений, анкет);

• оказывает помощь психологу в проведении анкетирования, учащихся и их родителей по проблеме самоопределения;

• обеспечивают профориентационную направленность занятий, формируют у учащихся общетрудовые, профессионально важные навыки;

• способствуют формированию у школьников адекватной самооценки;

• проводят наблюдения по выявлению склонностей и способностей обучающихся;

• адаптируют учебные программы в зависимости от профиля класса, особенностей учащихся.

Развитие стрелковых навыков и психологической устойчивости позволит обучающимся подготовиться к службе в вооруженным силах России и поступлении в военные училища Министерства обороны.

Сформированность позитивных психологических качеств личности улучшит процесс адаптации к обучению в Вузах и Сузах различного профиля.

2.6. Список литературы

1. Александров С.Г. Профилактика травматизма на занятиях по физкультуре и спорту: Учебно-методическое пособие. – Краснодар: ККИ (РУК), 2014. – 72 с.

2. Алексндров С.Г., Белинский Д.В. История, теория и методика физической культуры и отдельных видов спорта: Практикум для студентов вузов. – Краснодар: КГУФКСТ, 2017. – 113 с.

3. Подготовка спортивных судей по ВФСК «ГТО»: Рабочие материалы. – Краснодар: КИПО, 2016. – 95 с.

4. Алексндров С.Г., Белинский Д.В. Физическая культура и спорт: Сборник лекций. – Ч. 2. – Краснодар: ККИ (РУК), 2018. – 149 с.

Приложение № 1.

Календарный учебный график
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Графический дизайн»
на 2023-2024 учебный год

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.2023	31.05.2024	36	144	2 раза в неделю по 2 часа

2.1. Календарный учебный график.

Календарный учебный график составляется для каждой группы и размещается в журнале посещаемости объединения.

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Сентябрь		Октябрь		Ноябрь		Декабрь		Январь		Февраль		Март		Апрель		Май	
		Теория	Практика	Всего	**т**	**п**	**т**	**п**	**т**	**п**	**т**	**п**	**т**	**п**	**т**	**п**	**т**	**п**	**т**	**п**	**т**	**п**
1.	Вводное занятие	3		**3**	3																	
2.	Меры безопасности при стрельбе	9	6	**15**	3		3		3			3		3								
3.	Теоретические основы, правила стрельбы	4	14	**18**	2	2		2	2	2		2		2		2		2				
4.	Материальная часть оружия		13	**13**		2		2		2		2		2		2		1				
5.	Изготовка к стрельбе		16	**16**		2		2		2		2		2		2		2		2		
6.	Совершенствование техники и навыков стрельбы		40	**40**		8				8				8				8		8		
7.	Правила проведения соревнований. Психологическая подготовка стрелка		16	**16**				2		2		2		2		2		2		2		2

8.	Участие в соревнованиях по стрельбе		23	**23**														4		9		10
9.	Итого:	**16**	**128**	**144**																		

Приложение № 2.

Оценочные материалы для диагностики сформированности личностных качеств.

№	Показатели	Высокий	Средний	Низкий	Методика
1.	Коммуникативные способности	Умеет быстро устанавливать прочные деловыесвязи, дружеские отношения со сверстниками	Малоактивен в установлении контактов с людьми. Обычно ждет встречной инициативы от других.	Отсутствие стремление расширять контакты в среде сверстников. Трудности во взаимоотношениях слюдьми.	КОС - 2
2	Организаторскиеспособности	Вынослив в работе, активен в достижении цели. Умеет принимать решения, брать насебя ответственность	Теряется в трудных ситуациях, проявляет мало инициативы и настойчивости в достижении цели. Не хочет брать на себя ответственность.	Неспособность и нежелание проявлять инициативу. Боится трудностей	КОС - 2

Приложение № 3.

Оценочные материалы для диагностики развития эмоционально-волевойсферы

Диагностируемая характеристика	Критерии по степени выраженностиоцениваемого качества	метод	Теоретико-методологическая основа
Эмоционально-волевые качества			
Терпение	**низкий уровень (Н)** Терпения хватает меньше. чем на ½ занятия; **средний уровень (С)** Терпения хватает больше. чем на ½ занятия **высокий уровень (В)** Терпения хватает на всё занятие	наблюдение наблюдение	Теоретическо- экспериментальное наследие учёных (М.Я. Басов, К.Н. Корнилов, С.Л. Рубинштейн, И.П. Павлов, Л.С. Выготский, И.М. Сеченов, А.В. Веденов, В.И. Селиванов, К.М. Гуревич, Е.П. Ильин, и другие) взаимодействие волевых и эмоциональных процессов указывали психологи О.В. Дашкевич, В.К. Калин, Л.С. Рубинштейн, В.И. Селиванов, А.И. Щербаков.
Воля	**низкий уровень (Н)** Волевые усилия обучающихся побуждаютсяизвне **средний уровень (С)** Иногда - сам побуждает себя к практическимдействиям **высокий уровень (В)** Способность активно побуждать себя к практическим действиям	наблюдение	
Самоконтроль	**низкий уровень (Н)** Слабо контролирует мгновенные импульсы ижелания. постоянно находится под воздействием контроля извне. **средний уровень (С)** Иногда сам успешно контролирует мгновенные импульсы и желания. **высокий уровень (В)** Способность обеспечить господство высшихмотивов над низшими и контролировать импульсы и желания	наблюдение	
Самооценка	Способность оценивать себя адекватнореальным достижениям заниженная самооценка (Н) адекватная уровень (С) завышенная уровень (В	тестирование	Экспресс-диагностика уровня самооценки Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М.

Приложение № 4.

Оценочные материалы для диагностики сформированности физическихкачеств

№	Фамилия, имя	Физические качества							
		Быстрота		Сила		Меткость		Координация	
		Челноч-ный бег 4х10 м.		Отжимание		Метание мяча в цель		Проба Ромберга	
		Нач	Закл	Нач	Закл	Нач.	Закл	Нач	Закл

Критерии оценки:
Высокий – 5 баллов
Средний – 4 балла
Низкий – 3 балла

Приложение № 5.

Оценочные материалы для диагностики предметных результатов

№ п\п	Фамилия, Имя	Количество набранных очков по итогам стрельбы из пневматической винтовки				
		До 60	60-70	70-80	80-90	90-100
1.						
2.						
3.						

Критерии оценки:

«Зачтено» - обучаемый правильно ориентируется в современной пневматической винтовке, знает технику безопасности при стрельбе, теоретические основы при стрельбе, умеет правильно занять позицию, вести прицельную и кучную стрельбу с результатом не ниже 60 очков при 3-х выстрелах, 90 очков при 10-ти выстрелах и 30 очков.

«Не зачтено» - если обучаемый неправильно ориентируется в современной пневматической винтовке, не знает технику безопасности при стрельбе, теоретические основы стрельбы, не умеет правильно занять позицию на стрелковом рубеже, ведет прицельную и кучную стрельбу с результатом ниже 60 очков при 3-х выстрелах, 30 очков.