

Администрация города Пскова
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
"Военно-патриотический Центр "Патриот"

«Согласовано»
на заседании педагогического совета
МБУ ДО Центр «Патриот»
протокол №1 от «02» сентября 2022 года

«Утверждаю»
директор МБУ ДО Центр "Патриот"
 А.И. Мультых
Приказ №137 от «02» сентября 2022 года



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности
«Юный стрелок»
для детей 10-17 лет (срок реализации - 4 года)



Исполнитель: Никитин Виталий Тимофеевич

Педагог дополнительного образования МБУ ДО Центр «Патриот»

Псков – 2022 г.

Содержание:

1. Раздел 1. Комплекс основных характеристик образовательной программы

1.1. Пояснительная записка

1.2. Цель и задачи программы

1.3. Содержание программы

- учебный план (первый год обучения)
- содержание учебного плана
- учебно-тематический план (первый год обучения);
- учебный план (второй год обучения)
- содержание учебного плана
- учебно-тематический план (второй год обучения);
- учебный план (третьего года обучения)
- содержание учебного плана
- учебно-тематический план (третий год обучения);
- учебный план (четвертый год обучения)
- содержание учебного плана
- учебно-тематический план (четвертый год обучения);

1.4. Планируемые результаты

2 Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

- группа №1 2-го года обучения (сентябрь-май)

2.2. Условия реализации программы

2.3. Формы аттестации

2.4. Методические материалы

2.5. Список литературы

2.6. Приложение

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы. 1-й год обучения - Ознакомительный уровень дополнительной общеразвивающей военно-патриотической программы «Юный стрелок» имеет физкультурно-спортивную **направленность**, которая предоставляется для ознакомления со спецификой вида спорта- пулевая стрельба. При разработке программы учитывались современные требования к общеобразовательным программам.

Ознакомительный уровень предполагает:

- наличие у ребенка к концу обучения общих представлений об изучаемой предметной области;
- появление у обучающегося первичного интереса к деятельности в данной предметной сфере,
- появление потребности к продолжению изучения выбранного вида деятельности по программам базового уровня.

Предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

Направленность программы. 2-й и 3-й год обучения - Базовый уровень дополнительной общеобразовательной общеразвивающей военно-патриотической программы «Юный стрелок» имеет физкультурно-спортивную **направленность**, которая предоставляется на освоение определённого вида деятельности, углубление и развитие у обучающегося интересов и навыков, расширение спектра специализированных занятий по различным дисциплинам; формирование устойчивой мотивации к выбранному виду деятельности; формирование специальных знаний и практических навыков, развитие способностей ребенка. В процессе обучения накапливаются базовые знания, умения и навыки, что способствует успешности обучения,

При разработке программы учитывались современные требования к общеобразовательным программам.

Направленность программы. 4-й год обучения - Углубленный уровень дополнительной общеобразовательной общеразвивающей военно-патриотической программы «Юный стрелок» имеет физкультурно-спортивную **направленность**. **Углубленный уровень** предполагает выстраивание индивидуальной траектории дальнейшего личностного, культурного и профессионального самоопределения обучающихся. Происходит обучение в процессе участия в спортивно-продуктивной деятельности. Данный уровень ориентирован на развитие

и профессиональное становление личности. Также предполагает углубленное изучение содержания программы и доступ к околопрофессиональным и профессиональным знаниям в рамках содержательно- тематического направления программы.

При разработке программы учитывались современные требования к общеобразовательным программам.

Данная программа актуальна, так как при занятиях стрелковым спортом вырабатываются такие волевые качества, как целеустремленность, настойчивость, выдержка, самообладание. Стрельба развивает память, способствует развитию вестибулярного аппарата, зрительного анализатора, ассоциативного мышления. Соревнования по пулевой стрельбе эмоционально напряжены, поэтому у стрелков развиваются устойчивость к стрессовым ситуациям, контроль над эмоциями. Поэтому стрельба является одной из наиболее эффективных оздоровительных технологий, способствующих формированию здорового образа жизни у подрастающего поколения. Данная программа дает возможность научиться обращению с оружием, формирует навыки стрелковой техники. В ходе занятий, соревнований, конкурсов и различных воспитательных мероприятий обучающиеся приобщаются к героической истории своего Отечества, вырабатывают в себе готовность стать его достойным защитником.

Инновационные технические средства обучения пулевой стрельбы. Одним из перспективных направлений использования инноваций при обучении стрельбы является применение стрелковых тренажеров («СКАТТ»). Обеспечивая высокий уровень наглядности, они позволяют с высокой точностью фиксировать результаты стрельбы и проводить анализ допущенных ошибок. Это позволяет разнообразить занятия по пулевой стрельбе, повысить заинтересованность и активность обучающихся. Стрелковые тренажеры предназначены как для первоначального обучения стрельбе, так и для последующих повседневных занятий с целью совершенствования полученных навыков:

- упрощает отбор оптимальных изготовок;
- ускоряет процесс улучшения устойчивости системы «стрелок-оружие»;
- позволяет спортсмену уже на этапе начального обучения понять, разучить и совершенствовать «правильный» для него способ нажима на с пусковой крючок.

Отличительные особенности программы – Данная общеобразовательная программа физкультурно-спортивную направленности имеет военно-патриотическую составляющую. Программа включает в себя три блока: историко-эстетическое воспитание, основы общевойсковой подготовки и основы специальной подготовки.

Адресат программы – обучающиеся от 10 до 18 лет. К занятиям допускаются все желающие по письменному заявлению родителей с предоставлением медицинской справки.

В группе могут быть обучающиеся разного возраста.

Объем программы:

- 1 год обучения – 216 часов.

- 2 год обучения – 216 часов.

- 3 год обучения – 216 часов.

- 4 год обучения – 216 часов.

Форма обучения – очная.

Наиболее часто применяются **следующие методы обучения:**

а) словесный метод (беседа, объяснение).

б) наглядный метод (показ педагогом приемов исполнения, наблюдение).

в) практический метод (тренировочные упражнения).

Тип занятия: комбинированный, теоретический, практический, тренировочный, соревновательный.

Формы проведения занятий – групповая.

Основными формами занятий являются учебно-тренировочные, теоретические, и практические занятия, спортивные игры и соревнования, экскурсии.

Срок освоения программы – 4 года.

Режим занятий – 6 часов в неделю.

1.2. Цель и задачи программы:

Цель: развитие личности обучающихся, укрепление их здоровья, психологическое и физическое совершенствование организма, адаптация их к военной службе, профессиональное самоопределение, создание условий для развития у обучающихся качеств, которые будут обеспечивать не только достижения высоких результатов в стрелковом спорте, но и готовность к отношениям в обществе, патриотизму, способностей к активному самовоспитанию.

Задачи:

- изучение теоретических основ пулевой стрельбы;
- изучение материальной части оружия;
- изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» с опорой;
- изучение элементов техники стрельбы в положении «лежа» с упора из м/к винтовки;

- изучение элементов техники и тактики стрельбы в положении «лежа» с применением ремня из м/к винтовки;
- усвоение обязанностей и прав участника соревнований;
- обеспечение разносторонней физической подготовки;
- усвоение мер безопасности при обращении с оружием и правил поведения в местах проведения стрельбы;
- формирование сознательного отношения к занятиям физической культурой и стойкого интереса к пулевой стрельбе;
- воспитание уважения к Вооруженным Силам России и их истории.
- обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического, военно-патриотического, трудового воспитания;
- социализация и адаптация к жизни в обществе;
- формирование общей культуры.

1.3. Содержание программы:

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

программы «Юный стрелок»

1 год обучения

№ п/п		Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1	ВВОДНАЯ ЧАСТЬ: Тема 1. Комплектование групп. Тема 2. История создания и развития клуба.	14	14	-	
2	ИСТОРИКО-ЭСТЕТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ: Тема 1. Псков в системе древнерусской государственности. Тема 2. Дни воинской славы (победные дни) России. Тема 3. Ратные страницы истории. Тема 4. Основы безопасности жизнедеятельности. Тема 5. Общие сведения об истории развития пулевой	14	6	8	Зачет

	стрельбы. Тема 6. Контрольные занятия с принятием зачета.				
3	ОСНОВЫ ОБЩЕВОЙСКОВОЙ ПОДГОТОВКИ:	80	19	61	
	Огневая подготовка: Тема 1. Материальная часть стрелкового оружия. Тема 2. Общие сведения о выстреле. Тема 3. Метание ручных гранат.	20	5	15	Зачет
	Радиационная, химическая и биологическая защита: Тема 1. Боевые свойства и поражающие факторы ядерного, химического, оружия. Тема 2. Средства индивидуальной защиты и пользование ими.	3	2	1	Педагогическое наблюдение
	Общевойские уставы: Тема 1. Права, общие обязанности и ответственность военнослужащих. Тема 2. Военная дисциплина.	2	2	-	Педагогическое наблюдение
	Строевая подготовка: Тема 1. Строевые приемы и движение без оружия. Тема 2. Строй подразделений в пешем порядке.	7	-	7	Смотр-конкурс
	Физическая подготовка: Тема 1. Общефизическая подготовка. Тема 2. Специальная физическая подготовка.	33	-	33	Сдача нормативов
	Военно-медицинская подготовка: Тема 1. Личная и общественная гигиена. Предупреждение заразных заболеваний.	5	4	1	Зачет

	<p>Тема 2. Индивидуальные и коллективные средства защиты и оказания помощи.</p> <p>Тема 3. Первая медицинская помощь при травмах и несчастных случаях.</p>				
	<p>Противопожарная подготовка:</p> <p>Тема 1. Основные правила пожарной безопасности.</p> <p>Тема 2. Основные способы и приемы тушения пожаров.</p>	2	2	-	Педагогическое наблюдение
	<p>Экологическая подготовка:</p> <p>Тема 1. Общие понятия об экологии и экологических факторах.</p>	2	2	-	Педагогическое наблюдение
	<p>Контрольные занятия:</p> <p>Зачёт по огневой подготовке.</p> <p>Конкурс – «смотр строя и песни».</p> <p>Сдача нормативов по ОФП.</p> <p>Зачет по военно-медицинской подготовке.</p>	6	2	4	
	ОСНОВЫ СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ СТРЕЛКОВ:	106	29	77	
4	<p>Тема 1. Меры безопасности.</p> <p>Тема 2. Материальная часть оружия.</p> <p>Тема 3. Основы техники стрельбы.</p> <p>Тема 4. Правила соревнований.</p> <p>Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» с опорой.</p> <p>Тема 6. Изучение элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки.</p>				Участие в соревнованиях

	Тема 7. Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки. Тема 8. Участие в соревнованиях. Тема 9. Контрольное занятие – участие в соревнованиях.				
5	Промежуточная аттестация: Тема 1. Переводные испытания.	2	-	2	Сдача нормативов
	ИТОГО ПО ПРОГРАММЕ:	216	68	148	

Содержание учебного плана – 1-го года обучения –

Комплектование групп.

Комплектование групп. Набор детей в клуб.

История создания и развития клуба, его традиции и база. Права и обязанности учащихся.

Теория. История создания и развития клуба, его традиции и база. Права и обязанности учащихся (занятие проводится в начале учебного года).
Меры электробезопасности, вводный инструктаж.

Псков в системе древнерусской государственности.

Практика. Экскурсия по древним святыням Пскова (Довмонтов город, Ольгинская часовня, Мирожский монастырь).

Дни воинской славы. Победные дни России.

Практика. 9 мая – главный праздник воинской славы России (Ежегодное участие в мероприятиях праздничного парада и чествования ветеранов).

8 мая – участие в вахте Памяти в составе смен Почетного караула (пл. Победы).

6 мая – вахта Памяти (воинские захоронения).

Ратные страницы истории.

Теория. Символы и атрибуты Российской Федерации. Эмблемы Вооруженных Сил Российской Федерации.

Основы безопасности жизнедеятельности.

Теория. Правила дорожного движения. Безопасность на водоемах.

Общие сведения об истории развития пулевой стрельбы.

Теория. Беседа об истории развития пулевой стрельбы. Причины, обусловившие возникновение пулевой стрельбы

Теория. Контрольные занятия с принятием зачета.

Материальная часть стрелкового оружия.

Теория. Назначение, боевые свойства и общее устройство автомата. Уход за автоматом, его хранение и сбережение.

Практика. Неполная разборка и сборка автомата. снаряжение магазина патронами и зарядание оружия.

Общие сведения о выстреле.

Теория. Внутренняя баллистика (общие сведения). Внешняя баллистика (общие сведения).

Метание ручных гранат.

Теория. Назначение и боевые свойства ручных гранат. Устройство гранат. Требования безопасности при обращении с ручными гранатами.

Практика. Метание ручных гранат на дальность и меткость с места.

Боевые свойства и поражающие факторы ядерного, химического оружия.

Теория. Боевые свойства и поражающие факторы ядерного оружия. Краткая характеристика поражающих факторов ядерного взрыва и их воздействие на организм человека, боевую технику и вооружение.

Средства индивидуальной защиты и пользование ими.

Теория - Практика. Правила пользования противогазом, респиратором и средствами защиты органов дыхания от окиси углерода (ГП-2) (Н-РХБЗ-1,2).

Права, общие обязанности и ответственность военнослужащих.

Теория. Военнослужащий Вооруженных Сил Российской Федерации – защитник Отечества. Положение о военной присяге и Боевом знамени части. Права и общие обязанности военнослужащего.

Воинская дисциплина.

Теория. Понятие воинской дисциплины. Обязанности военнослужащих по соблюдению воинской дисциплины.

Строевые приемы и движение без оружия.

Практика. Выполнение команд: «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Заправиться», «Отставить», «Головные уборы снять (надеть)». Повороты на месте. Движение строевым шагом. Изменение скорости движения. Повороты в движении. Выполнение воинского приветствия на месте и в движении. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Тренировка в выполнении строевых приемов.

Строй подразделений в пешем порядке.

Практика. Развернутый и походный строй отделения. Построения, перестроения, повороты, перемещения и выполнение приемов с оружием. Отдание воинской чести в строю на месте.

Общефизическая подготовка.

Практика. Общеразвивающие упражнения. Упражнения, направленные на развитие силовых качеств. Упражнения, направленные на развитие быстроты. Упражнения, направленные на развитие выносливости (бег, ходьба, плавание, спортивные игры). Техника пешеходного туризма. Скалодром.

Специальная физическая подготовка.

Практика. Изометрические упражнения. Упражнения, направленные на развитие специальной выносливости.

Упражнения, направленные на развитие и отработку устойчивости. Упражнения, направленные на развитие вестибулярного аппарата, координацию движений.

Личная и общественная гигиена. Предупреждение заразных заболеваний.

Теория. Личная и общественная гигиена. Предупреждение заразных заболеваний.

Индивидуальные и коллективные средства защиты и оказания помощи.

Теория. Аптечка индивидуальная, пакет перевязочный индивидуальный (ППИ), пакет противохимический индивидуальный (ИПП). Состав, предназначение и правила пользования.

Первая медицинская помощь при травмах и несчастных случаях.

Теория. Первая медицинская помощь при ушибах, ссадинах и порезах. Тепловой и солнечный удар.

Основные правила пожарной безопасности.

Теория. Правила пожарной безопасности.

Основные способы и приемы тушения пожаров.

Теория. Средства пожаротушения и ручной пожарный инструмент, назначение и порядок их применения. Порядок оповещения о пожаре. Сбор по пожарной тревоге. Действия при тушении пожаров огнетушителями, песком, водой из ведер и ручным пожарным инструментом.

Общие понятия об экологии и экологических факторах.

Теория. Лекция. Что изучает экология. Основные составляющие окружающей природной среды (воздушная и водная среда, животный и растительный мир, почва, недра).

Контрольное занятие.

Практика. Строевая подготовка (Смотр строя и песни).

Теория. Огневая подготовка.

Практика. Физическая подготовка (Сдача нормативов).

Теория. Медицинская подготовка.

Меры безопасности.

Теория. Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами, при проведении занятий и соревнований. Зачет по мерам безопасности (конкурс).

Материальная часть оружия.

Теория. Характеристика, основные части винтовки ИЖ-38. Характеристика, основные части м/к винтовки ТОЗ-12. Неполная разборка и сборка м/к винтовки ТОЗ-12. Устройство прицелов: открытого, диоптрического. Устройство патронов, пулек, виды. Уход за оружием.

Основы техники стрельбы.

Теория. Значение однообразия изготовления. Изготовка для стрельбы «сидя» из пневматической винтовки. Прицеливание с открытым прицелом. Значение однообразия изготовления. Управление спуском. Дыхание. Изготовка для стрельбы «лежа» с применением упора из м/к винтовки. Значение однообразия изготовления. Прицеливание с диоптрическим прицелом.

Правила соревнований.

Теория. Обязанности и права участника соревнований. Условия выполнения норматива из пневматической винтовки.

Требования к изготовкам. Нарушение правил соревнований.

Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» с опорой.

Теория. Понятие об изготовке: положение туловища, рук, ног, головы, затыльника приклада; варианты изготовления.

Практика. Принятие изготовления в целом. Проверка правильности принятой изготовления.

Теория. Прицеливание: величина просвета между вершиной мушки и нижним обрезом «яблока» мишени; ровная мушка; удержание мушки в районе прицеливания; ошибки, допускаемые при прицеливании. Дыхание, задержка дыхания.

Нажим на спусковой крючок, условия, обеспечивающие правильный нажим на спусковой крючок. Ошибки, допускаемые при нажиме на спусковой крючок.

Практика. Стрельба с пулькой по белому листу. Стрельба на кучность. Стрельба на результат. Тренировка на стрелковом тренажере «СКАТТ».

Изучение элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки.

Теория. Понятие об изготовке: положение рук, туловища, ног, головы, затыльника приклада. Варианты изготовления. Принятие изготовления для стрельбы. Проверка правильности принятой изготовления. Прицеливание: однообразие в прицеливании, ошибки, допускаемые при прицеливании, удержание мушки в районе прицеливания. Дыхание, задержка дыхания. Нажим на спусковой крючок, условия, обеспечивающие правильный нажим на спусковой крючок. Ошибки, допускаемые при нажиме на спусковой крючок.

Практика. Стрельба по белому листу. Стрельба на кучность

Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки.

Практика. Стрельба на результат. Тренировка по условиям выполнения упражнения МВ-20.

Участие в соревнованиях.

Практика. Соревнования Центра «Патриот» («Папа, мама, я – спортивная семья; День матери; КСУ; военизированная эстафета и др.).

Практика. Участие в городских соревнованиях по пулевой стрельбе.

Контрольное занятие – участие в соревнованиях.

Практика. Участие в соревнованиях.

Практика. Промежуточная аттестация.

УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

программы «Юный стрелок»

1 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов	
		Теория	Практика
	Раздел 1. Вводная часть.	14	-
1	Тема 1. Комплектование групп. Занятие 1- 12 час.	12	-
2	Тема 2. История создания и развития клуба.	2	-

	Занятие 1- 1 час. История создания и развития клуба. Права и обязанности учащихся. Занятие 2- 1 час. Меры электробезопасности, вводный инструктаж.		
	Раздел 2. Историко-эстетическое воспитание.	6	8
1	Тема 1. Псков в системе древнерусской государственности. Занятие 1- 2 час. Экскурсия по древним святыням Пскова (Довмонтов город, Ольгинская часовня, Мирожский монастырь).	-	2
2	Тема 2. Дни воинской славы (победные дни) России. Занятие 1- 2 час. 6 мая – вахта Памяти (воинские захоронения). Занятие 2- 2 час. 8 мая – участие в вахте Памяти в составе смен Почетного караула (пл.Победы). Занятие 3 - 2 час. 9 мая – главный праздник воинской славы России (Ежегодное участие в мероприятиях праздничного парада и чествования ветеранов).	-	6
3	Тема 3. Ратные страницы истории. Занятие 1- 1 час. Символы и атрибуты Российской Федерации. Занятие 2- 1 час. Эмблемы Вооруженных Сил Российской Федерации.	2	-
4	Тема 4. Основы безопасности жизнедеятельности. Занятие 1- 1 час. Правила дорожного движения. Занятие 2- 1 час. Безопасность на водоемах.	2	-
5	Тема 5. Общие сведения об истории развития пулевой стрельбы. Занятие 1- 1 час. Беседа об истории развития пулевой стрельбы. Причины, обусловившие возникновение пулевой стрельбы.	1	-
6	Тема 6. Контрольные занятия с принятием зачета. Занятие 1- 1 час.	1	-
	Раздел 3. Основы общевойсковой подготовки юных стрелков.	19	61

	Огневая подготовка.		
1	Тема 1. Материальная часть стрелкового оружия. Занятие 1- 2 час. Назначение, боевые свойства и общее устройство автомата. Занятие 2- 14 час. Неполная разборка и сборка автомата. Снаряжение магазина патронами и зарядание оружия. Уход за автоматом, его хранение и сбережение.	2	14
2	Тема 2. Общие сведения о выстреле. Занятие 1- 1 час. Внутренняя баллистика (общие сведения). Занятие 2- 1 час. Внешняя баллистика (общие сведения).	2	-
3	Тема 3. Метание ручных гранат. Занятие 1- 1 час. Назначение и боевые свойства ручных гранат. Устройство гранат. Требования безопасности при обращении с ручными гранатами. Занятие 2- 1 час. Метание ручных гранат на дальность и меткость с места.	1	1
4	Тема 4. Контрольные занятия с принятием зачета. Занятие 1- 1 час.	1	-
	Радиационная, химическая и биологическая защита.		
1	Тема 1. Боевые свойства и поражающие факторы ядерного, химического, оружия. Занятие 1- 1 час. Боевые свойства и поражающие факторы ядерного оружия. Краткая характеристика поражающих факторов ядерного взрыва и их воздействие на организм человека, боевую технику и вооружение.	1	-
2	Тема 2. Средства индивидуальной защиты и пользование ими. Занятие 1- 2 час. Правила пользования противогазом, респиратором и средствами защиты органов дыхания от окиси углерода (ГП-2) (Н-РХБЗ-1,2).	1	1
	Общевоинские уставы.		

1	<p>Тема 1. Права, общие обязанности и ответственность военнослужащих.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Военнослужащий Вооруженных Сил Российской Федерации - защитник Отечества. Положение о военной присяге и Боевом знамени части. Права и общие обязанности военнослужащего.</p>	1	-
2	<p>Тема 2. Военская дисциплина.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Понятие воинской дисциплины. Обязанности военнослужащих по соблюдению воинской дисциплины.</p>	1	-
	Строевая подготовка.		
1	<p>Тема 1. Строевые приемы и движение без оружия.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Выполнение команд: "Становись", "Равняйся", "Смирно", "Вольно", "Заправиться", "Отставить", "Головные уборы снять (надеть)". Повороты на месте.</p> <p>Занятие 2- 1 час. Движение строевым шагом. Изменение скорости движения.</p> <p>Занятие 3- 1 час. Повороты в движении. Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.</p> <p>Занятие 4- 2 час. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Тренировка в выполнении строевых приемов.</p>	-	5
2	<p>Тема 2. Строи подразделений в пешем порядке.</p> <p>Занятие 1- 2 час. Развернутый и походный строи отделения. Построения, перестроения, повороты, перемещения и выполнение приемов с оружием. Отдание воинской чести в строю на месте.</p>	-	2
3	<p>Тема 3. Контрольные занятия – смотр-конкурс.</p> <p>Занятие 1- 2 час.</p>	-	2
	Физическая подготовка.		
1	<p>Тема 1. Общефизическая подготовка.</p> <p>Занятие 1- 4 час. Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Занятие 2- 5 час. Упражнения, направленные на развитие силовых качеств.</p> <p>Занятие 3- 3 час. Упражнения, направленные на развитие быстроты.</p>	-	23

	<p>Занятие 4- 7 час. Упражнения, направленные на развитие выносливости (бег, ходьба, плавание, спортивные игры).</p> <p>Занятие 5- 2 час. Техника пешеходного туризма.</p> <p>Занятие 6- 2 час. Скалодром.</p>		
2	<p>Тема 2. Специальная физическая подготовка.</p> <p>Занятие 1- 2 час. Изометрические упражнения;</p> <p>Занятие 2- 2 час. Упражнения, направленные на развитие специальной выносливости.</p> <p>Занятие 3- 3 час. Упражнения, направленные на развитие и отработку устойчивости.</p> <p>Занятие 4- 3 час. Упражнения, направленные на развитие вестибулярного аппарата, координацию движений.</p>	-	10
3	<p>Тема 3. Контрольные занятия – сдача нормативов.</p> <p>Занятие 1- 2 час.</p>	-	2
	Военно-медицинская подготовка.		
1	<p>Тема 1. Личная и общественная гигиена. Предупреждение заразных заболеваний.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Личная и общественная гигиена. Предупреждение заразных заболеваний.</p>	1	-
2	<p>Тема 2. Индивидуальные и коллективные средства защиты и оказания помощи.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Аптечка индивидуальная, пакет перевязочный индивидуальный (ППИ), пакет противохимический индивидуальный (ИПП). Состав, предназначение и правила пользования.</p>	1	-
3	<p>Тема 3. Первая медицинская помощь при травмах и несчастных случаях.</p> <p>Занятие 1- 2 час. Первая медицинская помощь при ушибах, ссадинах и порезах.</p> <p>Занятие 2- 1 час. Тепловой и солнечный удар.</p>	2	1
4	<p>Тема 4. Контрольные занятия с принятием зачета.</p> <p>Занятие 1- 1 час.</p>	1	-
	Противопожарная подготовка.		

1	Тема 1. Основные правила пожарной безопасности. Занятие 1- 1 час. Правила пожарной безопасности.	1	-
2	Тема 2. Основные способы и приемы тушения пожаров. Занятие 1- 1 час. Средства пожаротушения и ручной пожарный инструмент, назначение и порядок их применения. Порядок оповещения о пожаре. Сбор по пожарной тревоге. Действия при тушении пожаров огнетушителями, песком, водой из ведер и ручным пожарным инструментом.	1	-
	Экологическая подготовка.		
1	Тема 1. Общие понятия об экологии и экологических факторах. Занятие 1- 2 час Лекция. Что изучает экология. Основные составляющие окружающей природной среды (воздушная и водная среда, животный и растительный мир, почва, недра).	2	-
	Раздел 4. Основы специальной подготовки юных стрелков.	29	77
1	Тема 1. Меры безопасности. Занятие 1- 2 час. Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами, при проведении занятий и соревнований. Занятие 2- 1 час. Зачет по мерам безопасности (конкурс).	3	-
2	Тема 2. Материальная часть оружия. Занятие 1- 2 час. Характеристика, основные части винтовки ИЖ-38. Занятие 2- 1 час. Характеристика, основные части м/к винтовки ТОЗ-12. Неполная разборка и сборка м/к винтовки ТОЗ-12. Занятие 3- 1 час. Устройство прицелов: открытого, диоптрического. Занятие 4- 1 час. Устройство патронов, пулек, виды. Уход за оружием.	5	-
3	Тема 3. Основы техники стрельбы.	7	-

	<p>Занятие 1- 3 час. Изготовка для стрельбы «сидя» из пневматической винтовки. Прицеливание с открытым прицелом. Значение однообразия изготовки.</p> <p>Занятие 2- 2 час. Управление спуском. Дыхание.</p> <p>Занятие 3- 2 час. Изготовка для стрельбы «лежа» с применением упора из м/к винтовки. Значение однообразия изготовки. Прицеливание с диоптрическим прицелом.</p>		
4	<p>Тема 4. Правила соревнований.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Обязанности и права участника соревнований. Условия выполнения норматива из пневматической винтовки.</p> <p>Занятие 2- 1 час. Требования к изготовкам. Нарушение правил соревнований.</p>	2	-
5	<p>Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» с опорой.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Понятие об изготовке: положение туловища, рук, ног, головы, затыльника приклада.</p> <p>Занятие 2- 1 час. Варианты изготовки.</p> <p>Занятие 3- 1 час. Принятие изготовки в целом. Проверка правильности принятой изготовки.</p> <p>Занятие 4- 1 час. Прицеливание: величина просвета между вершиной мушки и нижним обрезом «яблока» мишени; ровная мушка; удержание мушки в районе прицеливания; ошибки, допускаемые при прицеливании.</p> <p>Занятие 5- 1 час. Дыхание, задержка дыхания.</p> <p>Занятие 6- 1 час. Нажим на спусковой крючок, условия, обеспечивающие правильный нажим на спусковой крючок. Ошибки, допускаемые при нажиме на спусковой крючок.</p> <p>Занятие 7- 3 час. Стрельба с пулькой по белому листу.</p> <p>Занятие 8- 22 час. Стрельба на кучность.</p> <p>Занятие 9- 12 час. Стрельба на результат.</p> <p>Занятие 10- 2 час. Тренировка на стрелковом тренажере «СКАТТ» - выявление ошибок.</p>	6	39
6	<p>Тема 6. Изучение элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки.</p> <p>Занятие 1- 2 час. Понятие об изготовке: положение рук, туловища, ног, головы, затыльника приклада. Варианты изготовки.</p> <p>Занятие 2- 1 час. Принятие изготовки для стрельбы. Проверка правильности принятой изготовки.</p>	6	16

	<p>Занятие 3- 1 час. Прицеливание: однообразие в прицеливании, ошибки, допускаемые при прицеливании, удержание мушки в районе прицеливания.</p> <p>Занятие 4- 1 час. Дыхание, задержка дыхания.</p> <p>Занятие 5- 1 час. Нажим на спусковой крючок, условия, обеспечивающие правильный нажим на спусковой крючок. Ошибки, допускаемые при нажиме на спусковой крючок.</p> <p>Занятие 6- 2 час. Стрельба по белому листу.</p> <p>Занятие 7- 14 час. Стрельба на кучность.</p>		
7	<p>Тема 7. Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки.</p> <p>Занятие 1- 5 час. Стрельба на результат.</p> <p>Занятие 2- 4 час. Тренировка по условиям выполнения упражнения МВ-20.</p>	-	9
8	<p>Тема 8. Участие в соревнованиях.</p> <p>Занятие 1- 6 час. Соревнования Центра «Патриот» («Папа, мама, я – спортивная семья; День матери; КСУ;военизированная эстафета и др.).</p> <p>Занятие 2- 5 час. Участие в городских соревнованиях по пулевой стрельбе.</p>		11
9	<p>Тема 9. Контрольное занятие – участие в соревнованиях.</p> <p>Занятие 1- 2 час.</p>	-	2
	Раздел 5. Промежуточная аттестация.		
1	<p>Тема 1. Переводные испытания.</p> <p>Занятие 1- 2 час.</p>	-	2
		68	148

1.4. Планируемые результаты.

1-й год обучения:

- формирование сознательного отношения к занятиям физической культурой и интереса к пулевой стрельбе;

- освоение мер безопасности при обращении с оружием и правил поведения в местах проведения стрельб;
- знание материальной части пневматического оружия;
- ознакомление с общими сведениями о выстреле, элементах техники его выполнения;
- освоение элементов техники стрельбы в положении сидя с опорой из пневматической винтовки;
- освоение элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки;
- участие в соревнованиях и выполнение норматива;
- умение свободно общаться в группе, осуществлять взаимоподдержку, взаимовыручку;
- формирование гражданско-патриотического сознания у обучающихся.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

программы «Юный стрелок»

2 год обучения

№ п/п		Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1	ВВОДНАЯ ЧАСТЬ: Тема 1. История создания и развития клуба.	2	2	-	
2	ИСТОРИКО-ЭСТЕТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ: Тема 1. Псков в системе древнерусской государственности. Тема 2. Дни воинской славы (победные дни) России. Тема 3. Ратные страницы истории. Тема 4. Основы безопасности жизнедеятельности.	14	6	8	Зачет

	Тема 5. Общие сведения об истории развития пулевой стрельбы Тема 6. Контрольные занятия с принятием зачета.				
3	ОСНОВЫ ОБЩЕВОЙСКОВОЙ ПОДГОТОВКИ:	72	15	57	
	Огневая подготовка: Тема 1. Материальная часть стрелкового оружия. Тема 2. Общие сведения о выстреле. Тема 3. Метание ручных гранат.	13	4	9	Зачет
	Радиационная, химическая и биологическая защита: Тема 1. Боевые свойства и поражающие факторы ядерного, химического, оружия. Тема 2. Средства индивидуальной защиты и пользование ими.	4	2	2	Педагогическое наблюдение
	Общевоинские уставы: Тема 1. Права, общие обязанности и ответственность военнослужащих. Тема 2. Воинская дисциплина.	2	2	-	Педагогическое наблюдение
	Строевая подготовка: Тема 1. Строевые приемы и движение без оружия. Тема 2. Строй подразделений в пешем порядке.	7	-	7	Смотр-конкурс
	Физическая подготовка: Тема 1. Общефизическая подготовка. Тема 2. Специальная физическая подготовка.	33	-	33	Сдача нормативов
	Военно-медицинская подготовка:	5	3	2	Зачет

	<p>Тема 1. Первая медицинская помощь при несчастных случаях.</p> <p>Тема 2. Первая медицинская помощь при травмах и несчастных случаях.</p>				
	<p>Противопожарная подготовка:</p> <p>Тема 1. Основные правила пожарной безопасности.</p> <p>Тема 2. Основные способы и приемы тушения пожаров.</p>	2	2	-	Педагогическое наблюдение
	<p>Экологическая подготовка:</p> <p>Тема 1. Общие понятия об экологии и экологических факторах.</p>	1	1	-	Педагогическое наблюдение
	<p>Контрольные занятия:</p> <p>Зачёт по огневой подготовке.</p> <p>Конкурс – «смотр строя и песни».</p> <p>Сдача нормативов по ОФП.</p> <p>Зачет по военно-медицинской подготовке.</p>	6	2	4	
4	<p>ОСНОВЫ СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ СТРЕЛКОВ:</p> <p>Тема 1. Меры безопасности.</p> <p>Тема 2. Материальная часть оружия.</p> <p>Тема 3. Основы техники стрельбы.</p> <p>Тема 4. Правила соревнований.</p> <p>Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» с опорой.</p> <p>Тема 6. Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки.</p> <p>Тема 7. Изучение элементов техники стрельбы в положении</p>	126	27	99	Участие в соревнованиях

	«лежа» с применением ремня из м/к винтовки. Тема 8. Участие в соревнованиях. Тема 9. Участие в соревнованиях.				
5	Промежуточная аттестация: Тема 1. Переводные испытания.	2	-	2	Сдача нормативов
	ИТОГО ПО ПРОГРАММЕ	216	50	166	

Содержание учебного плана – 2-го года обучения.

История создания и развития клуба, его традиции и база. Права и обязанности учащихся.

Теория. История создания и развития клуба, его традиции и база. Права и обязанности учащихся (занятие проводится в начале учебного года).
Меры электробезопасности, вводный инструктаж.

Псков в системе древнерусской государственности.

Практика. Экскурсия по древним святыням Пскова (Довмонтов город, Ольгинская часовня, Мирожский монастырь).

Дни воинской славы. Победные дни России.

Практика. 9 мая - главный праздник воинской славы России (Ежегодное участие в мероприятиях праздничного парада и чествования ветеранов).

8 мая – участие в вахте Памяти в составе смен Почетного караула (пл. Победы).

6 мая – вахта Памяти (воинские захоронения).

Ратные страницы истории.

Теория. Символы и атрибуты Российской Федерации. Эмблемы Вооруженных Сил Российской Федерации. Города – герои.

Основы безопасности жизнедеятельности.

Теория. Правила дорожного движения. Безопасность на водоемах.

Общие сведения об истории развития пулевой стрельбы.

Теория. Беседа об истории развития пулевой стрельбы. Причины, обусловившие возникновение пулевой стрельбы

Теория. Контрольные занятия с принятием зачета.

Материальная часть стрелкового оружия.

Теория. Назначение, боевые свойства и общее устройство автомата, его неполная разборка и сборка. Снаряжение магазина патронами и зарядание оружия. Уход за автоматом, его хранение и сбережение.

Практика. Неполная разборка и сборка автомата. Снаряжение магазина патронами и зарядание оружия.

Общие сведения о выстреле.

Теория. Внутренняя баллистика (общие сведения). Внешняя баллистика (общие сведения).

Метание ручных гранат.

Практика. Метание ручных гранат на дальность и меткость с места.

Боевые свойства и поражающие факторы ядерного, химического оружия.

Теория. Боевые свойства и поражающие факторы ядерного оружия. Виды ядерных взрывов и их отличие по внешним признакам. Краткая характеристика поражающих факторов ядерного взрыва и их воздействие на организм человека, боевую технику и вооружение. Назначение и боевые свойства химического оружия. Основные типы ОВ.

Средства индивидуальной защиты и пользование ими.

Теория. Правила пользования противогазом, респиратором и средствами защиты органов дыхания от окиси углерода (ГП-2) (Н-РХБЗ-1,2).

Практика. Общевоинской защитный комплект и общевоинской защитный костюм фильтрующий. Надевание, снятие, укладка и переноска защитного комплекта, костюма (Н- РХБЗ-3,5,6).

Права, общие обязанности и ответственность военнослужащих.

Теория. Военнослужащий Вооруженных Сил Российской Федерации - защитник Отечества. Положение о военной присяге и Боевом знамени части. Права и общие обязанности военнослужащего.

Воинская дисциплина.

Теория. Понятие воинской дисциплины. Обязанности военнослужащих по соблюдению воинской дисциплины. Обязанности военнослужащих по сохранению военной и государственной тайны и ответственность за ее разглашение.

Строевые приемы и движение без оружия.

Практика. Выполнение команд: "Становись", "Равняйся", "Смирно", "Вольно", "Заправиться", "Отставить", "Головные уборы снять (надеть)". Повороты на месте. Движение строевым шагом. Изменение скорости движения. Повороты в движении. Выполнение воинского приветствия на месте и в движении. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Тренировка в выполнении строевых приемов.

Строй подразделений в пешем порядке.

Практика. Развернутый и походный строй отделения. Построения, перестроения, повороты, перемещения и выполнение приемов с оружием. Отдание воинской чести в строю на месте.

Общефизическая подготовка.

Практика. Общеразвивающие упражнения. Упражнения, направленные на развитие силовых качеств. Упражнения, направленные на развитие быстроты. Упражнения, направленные на развитие выносливости (бег, ходьба, плавание, спортивные игры). Техника пешеходного туризма. Скалодром.

Специальная физическая подготовка.

Практика. Изометрические упражнения. Упражнения, направленные на развитие специальной выносливости.

Упражнения, направленные на развитие и отработку устойчивости. Упражнения, направленные на развитие вестибулярного аппарата, координацию движений.

Первая медицинская помощь при несчастных случаях.

Теория. Первая медицинская помощь при утоплении, удушении, поражении электрическим током и молнией. Признаки поражения. Оказание первой медицинской помощи и меры профилактики. Понятие о простейших реанимационных мероприятиях..

Первая медицинская помощь при травмах и несчастных случаях.

Теория. Первая медицинская помощь при ушибах, ссадинах и порезах. Тепловой и солнечный удар.

Основные правила пожарной безопасности.

Теория. Противопожарная защита и правила пожарной безопасности.

Основные способы и приемы тушения пожаров.

Теория. Средства пожаротушения и ручной пожарный инструмент, назначение и порядок их применения. Порядок оповещения о пожаре. Сбор по пожарной тревоге. Действия при тушении пожаров огнетушителями, песком, водой из ведер и ручным пожарным инструментом.

Общие понятия об экологии и экологических факторах.

Теория. Лекция. Что изучает экология. Основные составляющие окружающей природной среды (воздушная и водная среда, животный и растительный мир, почва, недра).

Контрольное занятие.

Практика. Строевая подготовка (Смотр строя и песни).

Теория. Огневая подготовка.

Практика. Физическая подготовка (Сдача нормативов).

Теория. Медицинская подготовка.

Меры безопасности.

Теория. Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами, при проведении занятий и соревнований. Зачет по мерам безопасности (конкурс).

Материальная часть оружия.

Теория. Характеристика, основные части винтовки ИЖ-38. Характеристика, основные части м/к винтовки ТОЗ-12. Неполная разборка и сборка м/к винтовки ТОЗ-12. Устройство прицелов: открытого, диоптрического. Устройство патронов, пулек, виды. Уход за оружием.

Основы техники стрельбы.

Теория. Изготовка для стрельбы «лежа» с применением упора из м/к винтовки. Значение однообразия изготовки. Прицеливание с диоптрическим прицелом. Изготовка для стрельбы «сидя» из пневматической винтовки. Прицеливание с открытым прицелом. Значение однообразия изготовки. Изготовка для стрельбы «лежа» с применением ремня. Управление спуском. Дыхание.

Правила соревнований.

Теория. Обязанности и права участника соревнований. Условия выполнения норматива из пневматической винтовки.

Требования к изготовкам. Нарушение правил соревнований.

Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой.

Теория. Понятие об изготовке: положение туловища, рук, ног, головы, затыльника приклада; варианты изготовки.

Прицеливание: величина просвета между вершиной мушки и нижним обрезом «яблока» мишени; ровная мушка; удержание мушки в районе прицеливания; ошибки, допускаемые при прицеливании. Дыхание, задержка дыхания.

Нажим на спусковой крючок, условия, обеспечивающие правильный нажим на спусковой крючок. Ошибки, допускаемые при нажиме на спусковой крючок.

Практика. Принятие изготовки в целом. Проверка правильности принятой изготовки. Тренировка на стрелковом тренажере «СКАТТ» - выявление ошибок. Стрельба с пулькой по белому листу. Стрельба на кучность. Стрельба на результат.

Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки.

Теория. Понятие об изготовке: положение рук, туловища, ног, головы, затыльника приклада. Варианты изготовки.

Принятие изготовки для стрельбы. Проверка правильности принятой изготовки. Прицеливание: однообразие в прицеливании, ошибки, допускаемые при прицеливании, удержание мушки в районе прицеливания. Дыхание, задержка дыхания. Нажим на спусковой крючок, условия, обеспечивающие правильный нажим на спусковой крючок. Ошибки, допускаемые при нажиме на спусковой крючок.

Практика. Стрельба по белому листу. Стрельба на кучность. Тренировка на стрелковом тренажере «СКАТТ» - выявление ошибок.

Изучение элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением ремня из м/к винтовки.

Теория. Понятие об изготовке: подбор длины ремня, положение рук, туловища, ног. Варианты изготовки. Принятие изготовки для стрельбы.

Проверка правильности принятой изготовки. Прицеливание с диоптрическим прицелом. Дыхание. Управление спуском.

Практика. Выполнение выстрелов в «районе колебаний» (без патрона и с патроном). Стрельба по белому листу. Стрельба на кучность. Стрельба на результат.

Участие в соревнованиях.

Практика. Соревнования Центра «Патриот» («Папа, мама, я – спортивная семья; День матери; КСУ; военизированная эстафета и др.).

Практика. Участие в городских соревнованиях по пулевой стрельбе.

Контрольное занятие – участие в соревнованиях.

Практика. Участие в соревнованиях.

Практика. Промежуточная аттестация.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

программы "Юный стрелок"

2-го года обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов	
		Теория	Практика
	Раздел 1. Вводная часть.	2	
2	Тема 1. История создания и развития клуба. Занятие 1- 1 час. История создания и развития клуба. Права и обязанности обучающихся Занятие 2- 1 час. Меры электробезопасности, вводный инструктаж.	2	-
	Раздел 2. Историко-эстетическое воспитание.	6	8
1	Тема 1. Псков в системе древнерусской государственности.	-	2

	Занятие 1- 2 час. Экскурсия по древним святыням Пскова (Довмонтов город, Мирожский монастырь).		
2	<p>Тема 2. Дни воинской славы (победные дни) России.</p> <p>Занятие 1- 2 час. 6 мая – вахта Памяти (воинские захоронения).</p> <p>Занятие 2- 2 час. 8 мая – участие в вахте Памяти в составе смен Почетного караула (пл.Победы).</p> <p>Занятие 3- 2 час. 9 мая – главный праздник воинской славы России (Ежегодное участие в мероприятиях праздничного парада и чествования ветеранов).</p>	-	6
3	<p>Тема 3. Ратные страницы истории.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Символы и атрибуты Российской Федерации.</p> <p>Занятие 2- 1 час. Эмблемы Вооруженных Сил Российской Федерации.</p> <p>Занятие 3- 1 час. Города – герои.</p>	3	-
4	<p>Тема 4. Основы безопасности жизнедеятельности.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Безопасность на водоемах.</p>	1	-
5	<p>Тема 5. Общие сведения об истории развития пулевой стрельбы.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Беседа об истории развития пулевой стрельбы. Причины, обусловившие возникновение пулевой стрельбы.</p>	1	-
6	<p>Тема 6. Контрольные занятия с принятием зачета.</p> <p>Занятие 1- 1 час.</p>	1	-
	Раздел 3. Основы общевойсковой подготовки юных стрелков.	15	57
	Огневая подготовка.		
1	Тема 1. Материальная часть стрелкового оружия.	1	8

	<p>Занятие 1- 1 час. Назначение, боевые свойства и общее устройство автомата.</p> <p>Занятие 2- 8 час. Неполная разборка и сборка автомата. Снаряжение магазина патронами и зарядание оружия. Уход за автоматом, его хранение и сбережение.</p>		
2	<p>Тема 2. Общие сведения о выстреле.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Внутренняя баллистика (общие сведения).</p> <p>Занятие 2- 1 час. Внешняя баллистика (общие сведения).</p>	2	-
3	<p>Тема 3. Метание ручных гранат.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Назначение и боевые свойства ручных гранат. Устройство гранат. Требования безопасности при обращении с ручными гранатами.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Метание ручных гранат на дальность и меткость с места.</p>	1	1
4	<p>Тема 4. Контрольные занятия с принятием зачета.</p> <p>Занятие 1- 1 час.</p>	1	-
	Радиационная, химическая и биологическая защита.		
1	<p>Тема 1. Боевые свойства и поражающие факторы ядерного, химического, оружия.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Боевые свойства и поражающие факторы ядерного оружия. Виды ядерных взрывов и их отличие по внешним признакам. Краткая характеристика поражающих факторов ядерного взрыва и их воздействие на организм человека, боевую технику и вооружение. Назначение и боевые свойства химического оружия. Основные типы ОВ.</p>	1	-
2	<p>Тема 2. Средства индивидуальной защиты и пользование ими.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Правила пользования противогазом, респиратором и средствами защиты органов дыхания от окиси углерода (ГП-2) (Н-РХБЗ-1,2).</p> <p>Занятие 2- 2 час. Общевоинской защитный комплект и общевоинской защитный костюм фильтрующий. Надевание, снятие, укладка и переноска защитного комплекта, костюма (Н- РХБЗ-3,5,6).</p>	1	2
	Общевоинские уставы.		

1	<p>Тема 1. Права, общие обязанности и ответственность военнослужащих.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Военнослужащий Вооруженных Сил Российской Федерации - защитник Отечества. Положение о военной присяге и Боевом знамени части. Права и общие обязанности военнослужащего.</p>	1	-
2	<p>Тема 2. Военская дисциплина.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Понятие воинской дисциплины. Обязанности военнослужащих по соблюдению воинской дисциплины. Обязанности военнослужащих по сохранению военной и государственной тайны и ответственность за ее разглашение.</p>	1	-
	Строевая подготовка.		
1	<p>Тема 1. Строевые приемы и движение без оружия.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Выполнение команд: "Становись", "Равняйся", "Смирно", "Вольно", "Заправиться", "Отставить", "Головные уборы снять (надеть)". Повороты на месте.</p> <p>Занятие 2- 1 час. Движение строевым шагом. Изменение скорости движения.</p> <p>Занятие 3- 1 час. Повороты в движении. Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.</p> <p>Занятие 4- 2 час. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Тренировка в выполнении строевых приемов.</p>	-	5
2	<p>Тема 2. Строи подразделений в пешем порядке.</p> <p>Занятие 1- 2 час. Развернутый и походный строи отделения. Построения, перестроения, повороты, перемещения и выполнение приемов с оружием. Отдание воинской чести в строю на месте.</p>	-	2
3	<p>Тема 3. Контрольные занятия – смотр-конкурс.</p> <p>Занятие 1- 2 час.</p>	-	2
	Физическая подготовка.		
1	<p>Тема 1. Общефизическая подготовка.</p> <p>Занятие 1- 4 час. Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Занятие 2- 6 час. Упражнения, направленные на развитие силовых качеств.</p>	-	24

	<p>Занятие 3- 3 час. Упражнения, направленные на развитие быстроты.</p> <p>Занятие 4- 7 час. Упражнения, направленные на развитие выносливости (бег, ходьба, плавание, спортивные игры).</p> <p>Занятие 5- 2 час. Техника пешеходного туризма.</p> <p>Занятие 6- 2 час. Скалодром.</p>		
2	<p>Тема 2. Специальная физическая подготовка.</p> <p>Занятие 1- 2 час. Изометрические упражнения;</p> <p>Занятие 2- 2 час. Упражнения, направленные на развитие специальной выносливости.</p> <p>Занятие 3- 2 час. Упражнения, направленные на развитие и отработку устойчивости.</p> <p>Занятие 4- 3 час. Упражнения, направленные на развитие вестибулярного аппарата, координацию движений.</p>	-	9
3	<p>Тема 3. Контрольные занятия - сдача нормативов.</p> <p>Занятие 1- 2 час.</p>	-	2
	Военно-медицинская подготовка.		
1	<p>Тема 1. Первая медицинская помощь при несчастных случаях.</p> <p>Занятие 1- 2 час. Первая медицинская помощь при утоплении, удушении, поражении электрическим током и молнией. Признаки поражения. Оказание первой медицинской помощи и меры профилактики. Понятие о простейших реанимационных мероприятиях.</p>	1	1
3	<p>Тема 2. Первая медицинская помощь при травмах и несчастных случаях.</p> <p>Занятие 1- 2 час. Первая медицинская помощь при ушибах, ссадинах и порезах.</p>	1	1
4	<p>Тема 4. Контрольные занятия с принятием зачета.</p> <p>Занятие 1- 1 час.</p>	1	-
	Противопожарная подготовка.		
1	Тема 1. Основные правила пожарной безопасности.	1	-

	Занятие 1- 1 час. Противопожарная защита и правила пожарной безопасности.		
2	Тема 2. Основные способы и приемы тушения пожаров. Занятие 1- 1 час. Средства пожаротушения и ручной пожарный инструмент, назначение и порядок их применения. Порядок оповещения о пожаре. Сбор по пожарной тревоге. Действия при тушении пожаров огнетушителями, песком, водой из ведер и ручным пожарным инструментом.	1	-
	Экологическая подготовка.		
1	Тема 1. Общие понятия об экологии и экологических факторах. Занятие 1- 1 час. Лекция. Что изучает экология. Основные составляющие окружающей природной среды (воздушная и водная среда, животный и растительный мир, почва, недра).	1	-
	Раздел 4. Основы специальной подготовки юных стрелков.	27	99
1	Тема 1. Меры безопасности. Занятие 1- 2 час. Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами, при проведении занятий и соревнований. Занятие 2- 1 час. Зачет по мерам безопасности (конкурс).	3	-
2	Тема 2. Материальная часть оружия. Занятие 1- 1 час. Характеристика, основные части винтовки ИЖ-38. Занятие 2- 1 час. Характеристика, основные части м/к винтовки ТОЗ-12. Неполная разборка и сборка м/к винтовки ТОЗ-12. Занятие 3- 1 час. Устройство прицелов: открытого, диоптрического. Занятие 4- 1 час. Устройство патронов, пулек, виды. Уход за оружием.	4	-
3	Тема 3. Основы техники стрельбы. Занятие 1- 1 час. Изготовка для стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» с опорой. Прицеливание с открытым прицелом. Значение однообразия изготовки. Занятие 2- 1 час. Изготовка для стрельбы из пневматической винтовки в положении «стоя» с опорой. Занятие 3- 1 час. Управление спуском. Дыхание.	5	-

	<p>Занятие 4- 1 час Изготовка для стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки. Значение однообразия изготовки.</p> <p>Занятие 5- 1 час. Виды изготовки для стрельбы в положении «лежа» с применением ремня из м/к винтовки.. Однообразие выполнения всех элементов изготовки.</p>		
4	<p>Тема 4. Правила соревнований.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Обязанности и права участника соревнований. Условия выполнения норматива из пневматической и м/к винтовки.</p> <p>Занятие 2- 1 час. Требования к изготовкам. Нарушение правил соревнований.</p>	2	-
5	<p>Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Понятие об изготовке: положение туловища, рук, ног, головы, затыльника приклада.</p> <p>Занятие 2- 1 час. Варианты изготовки. Проверка правильности принятой изготовки.</p> <p>Занятие 3- 1 час. Прицеливание: величина просвета между вершиной мушки и нижним обрезом «яблока» мишени; ровная мушка; удержание мушки в районе прицеливания; ошибки, допускаемые при прицеливании.</p> <p>Занятие 4- 1 час. Дыхание, задержка дыхания.</p> <p>Занятие 5- 1 час. Нажим на спусковой крючок, условия, обеспечивающие правильный нажим на спусковой крючок. Ошибки, допускаемые при нажиме на спусковой крючок.</p> <p>Занятие 6- 4 час. Стрельба с пулькой по белому листу.</p> <p>Занятие 7- 1 час. Тренировка на стрелковом тренажере «СКАТТ» - выявление ошибок.</p> <p>Занятие 8- 22 час. Стрельба на кучность.</p> <p>Занятие 9- 21 час. Стрельба на результат.</p>	5	48
6	<p>Тема 6. Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Понятие об изготовке: положение рук, туловища, ног, головы, затыльника приклада. Варианты изготовки.</p> <p>Занятие 2- 1 час. Принятие изготовки для стрельбы. Проверка правильности принятой изготовки.</p> <p>Занятие 3- 1 час. Прицеливание: однообразие в прицеливании, ошибки, допускаемые при прицеливании, удержание мушки в районе прицеливания.</p>	5	23

	<p>Занятие 4- 1 час. Дыхание, задержка дыхания.</p> <p>Занятие 5- 1 час. Нажим на спусковой крючок, условия, обеспечивающие правильный нажим на спусковой крючок. Ошибки, допускаемые при нажиме на спусковой крючок.</p> <p>Занятие 6- 3 час. Стрельба по белому листу.</p> <p>Занятие 7- 1 час. Тренировка на стрелковом тренажере «СКАТТ» - выявление ошибок.</p> <p>Занятие 8- 10 час. Стрельба на кучность.</p> <p>Занятие 9- 9 час. Стрельба на результат.</p>		
7	<p>Тема 7. Изучение элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением ремня из м/к винтовки.</p> <p>Занятие 1- 2 час. Понятие об изготовке: подбор длины ремня, положение рук, туловища, ног. Варианты изготовления. Принятие изготовления для стрельбы. Проверка правильности принятой изготовления.</p> <p>Занятие 2- 1 час. Прицеливание с диоптрическим прицелом. Дыхание. Управление спуском.</p> <p>Занятие 3- 3 час. Выполнение выстрелов в «районе колебаний» (без патрона и с патроном).</p> <p>Занятие 4- 2 час. Стрельба по белому листу.</p> <p>Занятие 5- 10 час. Стрельба на кучность.</p>	3	15
8	<p>Тема 8. Участие в соревнованиях.</p> <p>Занятие 1 – 5 час. Соревнования Центра «Патриот» («Папа, мама, я – спортивная семья; День матери; КСУ; военизированная эстафета и др.).</p> <p>Занятие 2- 6 час. Участие в городских соревнованиях по пулевой стрельбе.</p>		11
8	<p>Тема 9. Контрольное занятие – участие в соревнованиях.</p> <p>Занятие 1- 2 час.</p>	-	2
	Раздел 5. Промежуточная аттестация.		
1	<p>Тема 1. Переводные испытания.</p> <p>Занятие 1- 2 час.</p>	-	2

		50	166
--	--	----	-----

1.4. Планируемые результаты.

2-й год обучения:

- формирование сознательного отношения к занятиям физической культурой и интереса к пулевой стрельбе;
- усвоение мер безопасности при обращении с оружием и правил поведения в местах проведения стрельб;
- знание материальной части пневматического и малокалиберного оружия;
- ознакомление с общими сведениями о выстреле, элементах техники его выполнения;
- совершенствование элементов техники стрельбы в положении сидя или «стоя» с опорой из пневматической винтовки;
- изучение элементов техники стрельбы в положении лежа с применением упора из м/к винтовки;
- изучение элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением ремня из м/к винтовки;
- участие в соревнованиях и выполнение норматива;
- формирование гражданско-патриотического сознания у обучающихся.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

программы «Юный стрелок»

3 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	

1	ИСТОРИКО-ЭСТЕТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ: Тема 1. Псковский край в годы ВОВ. Тема 2. Дни воинской славы (победные дни) России. Тема 3. Ратные страницы истории. Тема 4. Контрольные занятия с принятием зачета.	13	7	6	Зачет
2	ОСНОВЫ ОБЩЕВОЙСКОВОЙ ПОДГОТОВКИ:	71	14	57	
	Огневая подготовка: Тема 1. Материальная часть стрелкового оружия. Тема 2. Общие сведения о выстреле. Тема 3. Метание ручных гранат.	11	3	8	Зачет
	Радиационная, химическая и биологическая защита: Тема 1. Средства индивидуальной защиты и пользование ими.	3	1	2	Педагогическое наблюдение
	Военная топография: Тема 1. Ориентирование на местности без карты	2	2	-	Педагогическое наблюдение
	Строевая подготовка: Тема 1. Строевые приемы и движение без оружия. Тема 2. Строй подразделений в пешем порядке.	5	-	5	Смотр-конкурс
	Физическая подготовка: Тема 1. Общефизическая подготовка. Тема 2. Специальная физическая подготовка.	34	-	34	Сдача нормативов
	Военно-медицинская подготовка: Тема 1. Первая медицинская помощь при ранениях и кровотечениях.	3	3	-	Зачет

	Противопожарная подготовка: Тема 1. Основные способы и приемы тушения пожаров.	2	1	1	Педагогическое наблюдение
	Экологическая подготовка: Тема 1. Источники загрязнения окружающей среды и ответственность за экологические правонарушения.	1	1	-	Педагогическое наблюдение
	Контрольные занятия: Зачёт по огневой подготовке. Конкурс – «смотр строя и песни». Сдача нормативов по ОФП. Зачет по военно-медицинской подготовке.	6	2	4	
3	ОСНОВЫ СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ СТРЕЛКОВ: Тема 1. Меры безопасности. Тема 2. Материальная часть оружия. Тема 3. Основы техники стрельбы. Тема 4. Правила соревнований. Тема 5. Совершенствование элементов техники и тактики стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Тема 6. Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки. Тема 7. Изучение элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением ремня из м/к винтовки Тема 8. Судейская практика. Тема 9. Участие в соревнованиях. Тема 10. Контрольное занятие – участие в соревнованиях.	130	23	107	Участие в соревнованиях

	Промежуточная аттестация:				
4	Тема 1. Переводные испытания.	2	2	-	Зачет
	ИТОГО ПО ПРОГРАММЕ	216	46	170	

Содержание учебного плана. 3-го года обучения

Псковский край в годы ВОВ.

Теория. Экскурсия по историческим местам г. Пскова.

Дни воинской славы (победные дни) России.

Практика. 9 мая – главный праздник воинской славы России (Ежегодное участие в мероприятиях праздничного парада и чествования ветеранов).

Практика. 8 мая – участие в вахте Памяти в составе смен Почетного караула (пл.Победы).

Практика. 6 мая – вахта Памяти (воинские захоронения).

Теория. Ратные страницы истории.

Подвиги псковичей при выполнении воинского долга. Воинские звания и знаки различия периода ВОВ и нашего времени. Герои советского Союза. Символы и атрибуты Российской Федерации

Теория. Контрольные занятия с принятием зачета.

Материальная часть стрелкового оружия.

Теория. Назначение, боевые свойства и общее устройство автомата, его неполная разборка и сборка. Работа частей и механизмов автомата при зарядании и стрельбе. Возможные задержки и неисправности, возникающие при стрельбе, и способы их устранения. Устройство гранат и запалов к ним. Подготовка ручных гранат к броску. Требования безопасности при обращении с ручными гранатами.

Практика. Неполная разборка и сборка автомата. снаряжение магазина патронами и зарядание оружия.

Общие сведения о выстреле.

Теория. Траектория полета пули и ее элементы. Выстрел и его периоды. Начальная скорость пули. СТП и ее практическое определение. Явление выстрела. Свойства траектории пули в воздухе. Форма траектории и практическое значение. Отдача и ее влияние на кучность боя.

Метание ручных гранат.

Практика. Метание ручных гранат на дальность и меткость с места.

Средства индивидуальной защиты и пользование ими.

Теория. Правила пользования противогазом, респиратором и средствами защиты органов дыхания от окиси углерода (ГП-2) (Н-РХБЗ-1,2).

Практика. Общевоинской защитный комплект. Надевание, снятие, укладка и переноска защитного комплекта

Ориентирование на местности без карты.

Теория. Сущность ориентирования. Определение направлений на стороны горизонта по компасу, небесным светилам, признакам местных предметов. Ориентирование на местности по азимутам. Магнитный азимут. Определение азимуты на местные предметы.

Строевые приемы и движение без оружия.

Практика. Выполнение команд: "Становись", "Равняйся", "Смирно", "Вольно", "Заправиться", "Отставить", "Головные уборы снять (надеть)". Повороты на месте. Движение строевым шагом. Изменение скорости движения Повороты в движении. Выполнение воинского приветствия на месте и в движении. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Тренировка в выполнении строевых приемов.

Строй подразделений в пешем порядке.

Практика. Развернутый и походный строй отделения. Построения, перестроения, повороты, перемещения и выполнение приемов с оружием. Отдание воинской чести в строю на месте. Отдание воинского приветствия в строю и в движении.

Общефизическая подготовка.

Практика. Общеразвивающие упражнения. Упражнения, направленные на развитие силовых качеств. Упражнения, направленные на развитие быстроты. Упражнения, направленные на развитие выносливости (бег, ходьба, плавание, спортивные игры).

Техника пешеходного туризма. Скалодром.

Специальная физическая подготовка.

Практика. Изометрические упражнения. Упражнения, направленные на развитие специальной выносливости. Упражнения, направленные на развитие и отработку устойчивости. Упражнения, направленные на развитие вестибулярного аппарата, координацию движений.

Первая медицинская помощь при ранениях и кровотечениях.

Теория. Первая медицинская помощь при ранениях и кровотечениях. Виды бытовых травм. Способы переноски пострадавших.

Теория. Основные способы и приемы тушения пожаров.

Теория. Средства пожаротушения и ручной пожарный инструмент, назначение и порядок их применения. Порядок оповещения о пожаре.

Практика. Сбор по пожарной тревоге. Действия при тушении пожаров огнетушителями, песком, водой из ведер и ручным пожарным инструментом.

Источники загрязнения окружающей среды и ответственность за экологические правонарушения.

Теория. Источники загрязнения окружающей среды и ответственность за экологические правонарушения.

Контрольное занятие.

Практика. Строевая подготовка (Смотр строя и песни).

Теория. Огневая подготовка.

Практика. Физическая подготовка (Сдача нормативов).

Теория. Медицинская подготовка.

Меры безопасности.

Теория. Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Меры безопасности при проведении занятий и соревнований. Меры электробезопасности, вводный инструктаж. Зачет по мерам безопасности (конкурс).

Материальная часть оружия.

Теория. Устройство, взаимодействие частей и механизмов винтовок СМ-2, Урал -2 (общие сведения). Назначение основных частей и механизмов м/к винтовки СМ-2, Неполная разборка и сборка оружия. Прицельные приспособления: прицелы (открытый, диоптрический, оптический) и мушки (прямоугольная, кольцевая). Уход за оружием, условия его сохранения. Устройство, назначение ложа, ствольной коробки.

Основы техники стрельбы.

Теория. Изготовка для стрельбы в положении «лежа» с применением ремня. Значение однообразия изготовки. Виды изготовки для

стрельбы в положении «лежа» с применением ремня. Однообразие выполнения всех элементов изготовления. Прицеливание. Дыхание. Условия, обеспечивающие формирование правильного навыка управления спуском.

Правила соревнований.

Теория. Обязанности и права участника соревнований. Условия выполнения упражнений МВ-20, МВ-30. Требования к изготовкам. Нарушение правил.

Совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении сидя или «стоя» с опорой.

Теория. . Принятие изготовления в целом. Проверка правильности принятой изготовления. Прицеливание: ровная мушка; удержание мушки в районе прицеливания; ошибки, допускаемые при прицеливании. Освоение плавного нажима на спусковой крючок. Дыхание при стрельбе.

Практика Удержание оружия, прицеливаясь по мишени. Стрельба на кучность. Стрельба на результат. Тренировка по выполнению упражнения ВП-20.

Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки.

Теория. Варианты изготовления. Проверка правильности принятой изготовления. Прицеливание. Дыхание. Нажим на спусковой крючок. Внесение поправок в прицел.

Практика. Стрельба по белому листу. Стрельба на кучность. Стрельба на результат. Тренировка по выполнению упражнения МВ-20.

Изучение элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением ремня из м/к винтовки.

Теория. Понятие об изготовке: подбор длины ремня, положение рук, туловища, ног. Варианты изготовления. Принятие изготовления для стрельбы. Проверка правильности принятой изготовления. Прицеливание с диоптрическим прицелом. Дыхание. Управление спуском.

Практика. Выполнение выстрелов в «районе колебаний» (без патрона и с патроном). Стрельба по белому листу. Тренировка на стрелковом тренажере «СКАТТ» - выявление ошибок.

Стрельба на кучность. Стрельба на результат.

Судейская практика.

Практика. Подготовка (шифровка) мишеней для контрольных, квалификационных соревнований. Работа в качестве показчика, контролера.

Участие в соревнованиях.

Практика. Классификационные соревнования. Соревнования Центра «Патриот». Первенство г. Пскова. Первенство области.

Контрольное занятие – участие в соревнованиях.

Практика. Участие в соревнованиях.

Практика. Промежуточная аттестация.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

программы "Юный стрелок"

3 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов	
		Теория	Практика
	Раздел 1. Историко-эстетическое воспитание	7	6
1	Тема 1. Псковский край в годы ВОВ. Занятие 1 – 2 час. Экскурсия по историческим местам г.Пскова.	2	-
2	Тема 2. Дни воинской славы (победные дни) России. Занятие 1- 2 час. 7 мая – вахта Памяти (воинские захоронения). Занятие 2- 2 час. 8 мая – участие в вахте Памяти в составе смен Почетного караула (пл.Победы). Занятие 3- 2 час. 9 мая – главный праздник воинской славы России (Ежегодное участие в мероприятиях праздничного парада и чествования ветеранов).	-	6
3	Тема 3. Ратные страницы истории. Занятие 1- 1 час. Подвиги псковичей при выполнении воинского долга. Занятие 2- 1 час. Воинские звания и знаки различия периода ВОВ и нашего времени.	4	-

	Занятие 3- 1 час. Герои советского Союза Занятие 4- 1 час. Символы и атрибуты Российской Федерации		
4	Тема 4. Контрольные занятия с принятием зачета. Занятие 1- 1 час.	1	-
	Раздел 2. Основы общевойсковой подготовки юных стрелков.	14	57
	Огневая подготовка.		
1	Тема 1. Материальная часть стрелкового оружия. Занятие 1- 7 час. Назначение, боевые свойства и общее устройство автомата, его неполная разборка и сборка. Занятие 2- 1 час. Снаряжение магазина патронами и зарядание оружия. Работа частей и механизмов автомата при зарядании и стрельбе. Возможные задержки и неисправности, возникающие при стрельбе, и способы их устранения.	1	7
2	Тема 2. Общие сведения о выстреле. Занятие 1- 1 час. Траектория полета пули и ее элементы. Выстрел и его периоды. Начальная скорость пули. СТП и ее практическое определение. Явление выстрела. Занятие 2- 1 час. Свойства траектории пули в воздухе. Форма траектории и практическое значение. Отдача и ее влияние на кучность боя.	2	-
3	Тема 3. Метание ручных гранат. Занятие 1- 1 час. Метание ручных гранат на дальность и меткость с места. Устройство гранат. Подготовка ручных гранат к броску. Требования безопасности при обращении с ручными гранатами.	-	1
4	Тема 4. Контрольные занятия с принятием зачета. Занятие 1- 1 час.	1	-
	Радиационная, химическая и биологическая защита.		

1	<p>Тема 1. Средства индивидуальной защиты и пользование ими.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Правила пользования противогазом, респиратором и средствами защиты органов дыхания от окиси углерода (ГП-2) (Н-РХБЗ-1,2).</p> <p>Занятие 2- 2 час. Общевоинской защитный комплект. Надевание, снятие, укладка и переноска защитного комплекта.</p>	1	2
	Военная топография.		
1	<p>Тема 1. Ориентирование на местности без карты.</p> <p>Занятие 1- 2 час. Сущность ориентирования. Определение направлений на стороны горизонта по компасу, небесным светилам, признакам местных предметов. Ориентирование на местности по азимутам. Магнитный азимут. Определение азимутов на местные предметы.</p>	2	-
	Строевая подготовка.		
1	<p>Тема 1. Строевые приемы и движение без оружия.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Выполнение команд: "Становись", "Равняйся", "Смирно", "Вольно", "Заправиться", "Отставить", "Головные уборы снять (надеть)". Повороты на месте.</p> <p>Занятие 2- 1 час. Движение строевым шагом. Изменение скорости движения.</p> <p>Занятие 3- 1 час. Повороты в движении.</p> <p>Занятие 4- 1 час. Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.</p> <p>Занятие 5- 1 час. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Тренировка в выполнении строевых приемов.</p>	-	5
2	<p>Тема 2. Строй подразделений в пешем порядке.</p> <p>Занятие 1- 2 час. Развернутый и походный строи отделения. Построения, перестроения, повороты, перемещения и выполнение приемов с оружием. Отдание воинской чести в строю на месте. Отдание воинского приветствия в строю и в движении.</p>	-	2
3	<p>Тема 3. Контрольные занятия – смотр-конкурс.</p> <p>Занятие 1- 2 час.</p>	-	2

	Физическая подготовка.		
1	<p>Тема 1. Общефизическая подготовка.</p> <p>Занятие 1- 5 час. Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Занятие 2- 6 час. Упражнения, направленные на развитие силовых качеств.</p> <p>Занятие 3- 3 час. Упражнения, направленные на развитие быстроты.</p> <p>Занятие 4- 8 час. Упражнения, направленные на развитие выносливости (бег, ходьба, плавание, спортивные игры).</p> <p>Занятие 5- 2 час. Техника пешеходного туризма.</p> <p>Занятие 6- 2 час. Скалодром.</p>	-	26
2	<p>Тема 2. Специальная физическая подготовка.</p> <p>Занятие 1- 2 час. Изометрические упражнения.</p> <p>Занятие 2- 3 час. Упражнения, направленные на развитие специальной выносливости.</p> <p>Занятие 3- 2 час. Упражнения, направленные на развитие и отработку устойчивости;</p> <p>Занятие 4- 3 час. Упражнения, направленные на развитие вестибулярного аппарата, координацию движений.</p>	-	10
	<p>Тема 3. Контрольные занятия – сдача нормативов.</p> <p>Занятие 1- 2 час.</p>	-	2
	Медицинская подготовка.		
1	<p>Тема 1. Первая медицинская помощь при ранениях и кровотечениях.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Первая медицинская помощь при ранениях и кровотечениях.</p> <p>Занятие 2- 1 час. Виды бытовых травм.</p> <p>Занятие 3- 1 час. Способы переноски пострадавших.</p>	3	-
2	<p>Тема 2. Контрольные занятия с принятием зачета.</p> <p>Занятие 1- 1 час.</p>	1	-
	Противопожарная подготовка.		

1	<p>Тема 1. Основные способы и приемы тушения пожаров.</p> <p>Занятие 1- 2 час. Средства пожаротушения и ручной пожарный инструмент, назначение и порядок их применения. Порядок оповещения о пожаре. Сбор по пожарной тревоге. Действия при тушении пожаров огнетушителями, песком, водой из ведер и ручным пожарным инструментом.</p>	2	-
	Экологическая подготовка.		
1	<p>Тема 1. Источники загрязнения окружающей среды и ответственность за экологические правонарушения.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Источники загрязнения окружающей среды и ответственность за экологические правонарушения.</p>	1	-
	Раздел 3. Основы специальной подготовки юных стрелков.	23	107
1	<p>Тема 1. Меры безопасности.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Меры безопасности при проведении занятий и соревнований.</p> <p>Занятие 2- 1 час. Меры электробезопасности, вводный инструктаж.</p> <p>Занятие 3- 1 час. Зачет по мерам безопасности (конкурс).</p>	3	-
2	<p>Тема 2. Материальная часть оружия.</p> <p>Занятие 1- 2 час. Устройство, взаимодействие частей и механизмов винтовок СМ-2, Урал -2 (общие сведения). Назначение основных частей и механизмов м/к винтовки СМ-2, Неполная разборка и сборка оружия.</p> <p>Занятие 2- 2 час. Прицельные приспособления: прицелы (открытый, диоптрический, оптический) и мушки (прямоугольная, кольцевая). Уход за оружием, условия его сохранения. Устройство, назначение ложа, ствольной коробки.</p>	4	-
3	<p>Тема 3. Основы техники стрельбы.</p> <p>Занятие 1- 1 час Изготовка для стрельбы в положении «лежа» с применением ремня. Значение однообразия изготовки.</p> <p>Занятие 2- 1 час. Виды изготовки для стрельбы в положении «лежа» с применением ремня. Однообразие</p>	4	-

	<p>выполнения всех элементов изготовления.</p> <p>Занятие 3- 1 час. Прицеливание. Дыхание.</p> <p>Занятие 4- 1 час. Условия, обеспечивающие формирование правильного навыка управления спуском</p>		
4	<p>Тема 4. Правила соревнований.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Обязанности и права участника соревнований. Условия выполнения упражнений МВ-20, МВ-30.</p> <p>Занятие 2- 1 час. Требования к изготовкам. Нарушение правил.</p>	2	-
6	<p>Тема 5. Совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Принятие изготовления в целом. Проверка правильности принятой изготовления.</p> <p>Занятие 2- 1 час. Прицеливание: ровная мушка; удержание мушки в районе прицеливания; ошибки, допускаемые при прицеливании.</p> <p>Занятие 3- 1 час. Освоение плавного нажима на спусковой крючок. Дыхание при стрельбе.</p> <p>Занятие 4- 5 час. Удержание оружия, прицеливаясь по мишени.</p> <p>Занятие 5- 17 час. Стрельба на кучность.</p> <p>Занятие 6- 12 час. Стрельба на результат.</p> <p>Занятие 7- 11 час. Тренировка по выполнению упражнения ВП-20.</p>	3	45
7	<p>Тема 6. Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Варианты изготовления. Проверка правильности принятой изготовления.</p> <p>Занятие 2- 1 час. Прицеливание. Дыхание. Нажим на спусковой крючок.</p> <p>Занятие 3- 1 час. Внесение поправок в прицел.</p> <p>Занятие 4- 1 час. Стрельба по белому листу.</p> <p>Занятие 5- 6 час. Стрельба на кучность.</p> <p>Занятие 6- 9 часов. Стрельба на результат.</p> <p>Занятие 7- 6 час. Тренировка по выполнению упражнения МВ-20.</p>	3	22
8	<p>Тема 7. Изучение элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением ремня из м/к винтовки.</p>	4	26

	<p>Занятие 1- 2 час. Понятие об изготовке: подбор длины ремня, положение рук, туловища, ног. Варианты изготовления. Принятие изготовки для стрельбы. Проверка правильности принятой изготовки.</p> <p>Занятие 2- 2 час. Прицеливание с диоптрическим прицелом. Дыхание. Управление спуском.</p> <p>Занятие 3- 5 час. Выполнение выстрелов в «районе колебаний» (без патрона и с патроном).</p> <p>Занятие 4- 2 час. Стрельба по белому листу.</p> <p>Занятие 5- 2 час. Тренировка на стрелковом тренажере «СКАТТ» - выявление ошибок.</p> <p>Занятие 6- 10 час. Стрельба на кучность.</p> <p>Занятие 7- 7 час. Стрельба на результат.</p>		
10	<p>Тема 8. Судейская практика.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Подготовка (шифровка) мишеней для контрольных, квалификационных соревнований.</p> <p>Работа в качестве показчика, контролера.</p>	-	1
11	<p>Тема 9. Участие в соревнованиях.</p> <p>Занятие 1- 4 час. Соревнования Центра «Патриот».</p> <p>Занятие 2- 5 час. Первенство г. Пскова.</p> <p>Занятие 3- 2 час. Первенство области.</p>	-	11
12	<p>Тема 10. Контрольное занятие – участие в соревнованиях.</p> <p>Занятие 1- 2 час.</p>	-	2
	Раздел 4. Промежуточная аттестация.		
1	<p>Тема 1. Переводные испытания.</p> <p>Занятие 1- 2 час.</p>	2	-
	Всего	46	170

1.4. Планируемые результаты.

3-й год обучения:

- повышение уровня физической подготовки обучающихся, совершенствование специальных качеств;
- укрепление здоровья и закаливание организма;
- закрепление знаний о мерах безопасности при обращении с оружием;
- знание явлений, происходящих в канале ствола при выстреле;
- знание материальной части пневматического и малокалиберного оружия;
- участие в классификационных и городских соревнованиях и выполнение нормативов;
- воспитание важнейших духовно-нравственных и культурно-исторических ценностей;
- совершенствование патриотического воспитания.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
ПРОГРАММЫ «ЮНЫЙ СТРЕЛОК»
 4 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1	ИСТОРИКО - ЭСТЕТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ: Тема 1. Псков и создание первых отрядов Красной гвардии. Тема 2. Дни воинской славы (победные дни) России. Тема 3. Характеристика пулевой стрельбы как вида спорта. Тема 4. Ратные страницы истории. Тема 5. Контрольные занятия с принятием зачета.	12	6	6	Зачет
2	ОСНОВЫ ОБЩЕВОЙСКОВОЙ ПОДГОТОВКИ:	61	9	52	

	Огневая подготовка: Тема 1. Материальная часть стрелкового оружия. Тема 2. Общие сведения о выстреле. Тема 3. Метание ручных гранат.	8	1	7	Зачет
	Радиационная, химическая и биологическая защита: Тема 1. Средства индивидуальной защиты и пользование ими. Тема 2. Средства коллективной защиты личного состава.	2	-	2	Педагогическое наблюдение
	Военная топография: Тема 1. Ориентирование на местности без карты.	2	2	-	Педагогическое наблюдение
	Общевойские уставы: Тема 1. Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих.	1	1	-	Педагогическое наблюдение
	Строевая подготовка: Тема 1. Строевые приемы и движение без оружия. Тема 2. Строевые приемы и движение с оружием.	6	-	6	Смотр-конкурс
	Физическая подготовка: Тема 1. Общефизическая подготовка. Тема 2. Специальная физическая подготовка.	33	-	33	Сдача нормативов
	Военно-медицинская подготовка: Тема 1. Первая медицинская помощь при отравлениях техническими жидкостями. Тема 2. Первая медицинская помощь при ожогах и обморожениях.	3	3	-	Зачет

	Тема 3. Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей.				
	Контрольные занятия: Зачёт по огневой подготовке. Конкурс – «смотри строя и песни». Сдача нормативов по ОФП. Зачет по военно-медицинской подготовке.	6	2	4	
3	ОСНОВЫ СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ЮНЫХ СТРЕЛКОВ: Тема 1. Меры безопасности. Тема 2. Материальная часть оружия. Тема 3. Основы техники стрельбы. Тема 4. Психологическая подготовка. Тема 5. Правила соревнований. Тема 6. Совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении сидя или «стоя» с опорой. Тема 7. Изучение элементов техники стрельбы в положении «стоя» из пневматической винтовки. Тема 8. Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора. Тема 9. Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением ремня. Тема 10. Судейская практика. Тема 11. Участие в соревнованиях	141	25	116	Участие в соревнованиях
4	Промежуточная аттестация:	2	2	-	Зачет

	Тема 1. Переводные испытания.				
	ИТОГО ПО ПРОГРАММЕ	216	42	174	

Содержание учебного плана. 4-го года обучения -

Псков и создание первых отрядов Красной гвардии.

Теория. Экскурсия по историческим местам г. Пскова (Памятник в Крестах в честь первых побед Красной Армии).

Дни воинской славы (победные дни) России.

Практика. 9 мая – главный праздник воинской славы России (Ежегодное участие в мероприятиях праздничного парада и чествования ветеранов).

Практика. 8 мая – участие в вахте Памяти в составе смен Почетного караула (пл.Победы).

Практика. 6 мая – вахта Памяти (воинские захоронения).

Характеристика пулевой стрельбы как вида спорта.

Теория. Возникновение стрелкового спорта. Воспитательное и прикладное значение пулевой стрельбы. Система подготовки стрелков.

Ратные страницы истории.

Теория. Военная техника ВОВ. Символы и атрибуты Российской Федерации. Стрелковое оружие ВОВ.

Материальная часть стрелкового оружия.

Практика. Назначение, боевые свойства и общее устройство автомата, его неполная разборка и сборка. Снаряжение магазина патронами и заряжание оружия. Работа частей и механизмов автомата при зарядании и стрельбе.

Общие сведения о выстреле.

Теория. Движение пули в канале ствола и её вылет; отдача и угол вылета, его зависимость от однообразия удержания оружия. СТП и ее практическое определение по 3,4,5пробоинам.

Метание ручных гранат.

Практика. Метание ручных гранат на дальность и меткость с места.

Средства индивидуальной защиты и пользование ими.

Теория. Правила пользования противогазом, респиратором и средствами защиты органов дыхания от окиси углерода (ГП-2) (Н-РХБЗ-1,2). Общевоинской защитный комплект и общевоинской защитный костюм фильтрующий. Надевание, снятие, укладка и переноска защитного комплекта, костюма (Н-РХБЗ-3,5,6).

Средства коллективной защиты личного состава.

Практика. Практическое. Практическая работа со средствами коллективной защиты.

Ориентирование на местности без карты.

Теория. Занятие 1- 2 час. Сущность ориентирования. Определение направлений на стороны горизонта по компасу, небесным светилам, признакам местных предметов. Ориентирование на местности по азимутам. Магнитный азимут. Определение азимутов на местные предметы.

Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих.

Теория. Закаливание военнослужащих, занятия физической подготовкой и спортом. Санитарно-гигиенические и противоэпидемические мероприятия.

Права, общие обязанности и ответственность военнослужащих.

Теория. Права и общие обязанности военнослужащего. Порядок применения военнослужащими оружия. Должностные и специальные обязанности военнослужащих.

Строевые приемы и движение без оружия.

Практика. Выполнение команд: "Становись", "Равняйся", "Смирно", "Вольно", "Заправиться", "Отставить", "Головные уборы снять (надеть)". Повороты на месте. Движение строевым шагом. Изменение скорости движения.

Повороты в движении. Выполнение воинского приветствия на месте и в движении. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.

Строевые приемы и движение с оружием.

Практика. Строевая стойка с оружием и выполнение приемов с оружием на месте.

Общефизическая подготовка.

Практика. Общеразвивающие упражнения. Упражнения, направленные на развитие силовых качеств. Упражнения, направленные на развитие быстроты. Упражнения, направленные на развитие выносливости (бег, ходьба, плавание, спортивные игры).

Специальная физическая подготовка.

Практика. Изометрические упражнения. Упражнения, направленные на развитие специальной выносливости.

Упражнения, направленные на развитие и отработку устойчивости. Упражнения, направленные на развитие вестибулярного аппарата, координацию движений.

Первая медицинская помощь при отравлениях техническими жидкостями.

Теория. Первая медицинская помощь при отравлениях техническими жидкостями.

Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей.

Теория. Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей.

Первая медицинская помощь при ожогах и обморожениях.

Теория. Ожоги, причины возникновения, признаки и первая медицинская помощь при ожогах. Тренировка в наложении повязок. Профилактика и первая медицинская помощь при обморожениях и замерзании.

Контрольное занятие.

Практика. Строевая подготовка (Смотр строя и песни).

Теория. Огневая подготовка.

Практика. Физическая подготовка (Сдача нормативов).

Теория. Медицинская подготовка.

Меры безопасности.

Теория. Меры безопасности, правила поведения в тирах, на стрельбищах. Меры электробезопасности, вводный инструктаж. Зачет по мерам безопасности (конкурс).

Материальная часть оружия.

Теория. Характеристика, основные части винтовок СМ-2, Урал-2. Осечки, причины, устранение.

Основы техники стрельбы.

Теория. Изготовка для стрельбы в положении «лежа» с применением ремня – понятия: «колебания», «устойчивость», «район колебаний». Работа без патрона, её суть, цель, значение. Пробные выстрелы, их назначение, характер выполнения.

Изучение элементов техники выполнения выстрела из пневматической винтовки в положении «стоя».

Психологическая подготовка.

Теория. Внимание: его значение для стрелка, виды.

Правила соревнований.

Теория. Порядок выполнения упражнений, команды, подаваемые на линии огня. Требование к одежде. Общие требования к изготовке «лежа», «стоя».

Совершенствование элементов техники и тактики стрельбы из пневматической винтовки в положении сидя или «стоя» с опорой.

Теория. Принятие изготовки в целом. Проверка правильности принятой изготовки. Прицеливание: ровная мушка; удержание мушки в районе прицеливания; ошибки, допускаемые при прицеливании. Управление спуском: условия, обеспечивающие правильный спуск курка; ошибки, допускаемые при нажиме на спусковой крючок.

Практика. Стрельба по белому листу. Стрельба на кучность. Стрельба на результат. Тренировка по выполнению упражнения ВП-20..

Изучение элементов техники стрельбы в положении «стоя» из пневматической винтовки.

Теория. Положение ног; положение туловища и рук. Однообразие постановки затыльника приклада; проверка однообразия изготовки.

Практика. Освоение изготовки и выработка устойчивости для стрельбы стоя. Тренировка на стрелковом тренажере «СКАТТ» - выявление ошибок. Стрельба на кучность.

Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора.

Теория. Внесение поправок в прицел.

Практика. Стрельба на кучность.. Стрельба на результат. Тренировка по выполнению упражнения МВ-20.

Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением ремня.

Теория. Принятие изготовки для стрельбы в положении «лежа» с применением ремня. Прицеливание. Дыхание при стрельбе. Управление спуском (плавность, «неожиданность»). Внесение поправок в прицел.

Практика. Выработка устойчивости для стрельбы «лежа». Стрельба на кучность.. Стрельба на результат. Тренировка по выполнению упражнения МВ-30.Тренировка по выполнению упражнения МВ-60.

Судейская практика.

Практика. Шифровка мишеней для контрольных стрельб и соревнований. Работа в качестве показчика контролера, судьи-стажера линии мишеней.

Участие в соревнованиях.

Практика. Областные соревнования. Соревнования Центра «Патриот». Первенство г. Пскова.

Практика. Контрольное занятие – участие в соревнованиях.

Теория. Промежуточная аттестация.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

программы "Юный стрелок"

4 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов	
		Теория	Практика
	Раздел 1. Историко-эстетическое воспитание.	6	6
1	Тема 1. Псков и создание первых отрядов Красной гвардии. Занятие 1- 1 час. Экскурсия по историческим местам Пскова (Памятник в Крестах в честь первых побед Красной Армии).	1	-

2	<p>Тема 2. Дни воинской славы (победные дни) России.</p> <p>Занятие 1- 2 час. 6 мая – вахта Памяти (воинские захоронения).</p> <p>Занятие 2- 2 час. 8 мая – участие в вахте Памяти в составе смен Почетного караула (пл.Победы).</p> <p>Занятие 3- 2 час. 9 мая – главный праздник воинской славы России (Ежегодное участие в мероприятиях праздничного парада и чествования ветеранов).</p>	-	6
3	<p>Тема 3. Характеристика пулевой стрельбы как вида спорта.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Возникновение стрелкового спорта. Воспитательное и прикладное значение пулевой стрельбы. Система подготовки стрелков.</p>	1	-
4	<p>Тема 4. Ратные страницы истории.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Военная техника ВОВ</p> <p>Занятие 2- 1 час. Символы и атрибуты Российской Федерации</p> <p>Занятие 3- 1 час. Стрелковое оружие ВОВ.</p>	3	-
4	<p>Тема 4. Контрольные занятия с принятием зачета.</p> <p>Занятие 1- 1 час.</p>	1	-
Раздел 2. Основы общевойсковой подготовки.		9	52
Огневая подготовка.			
1	<p>Тема 1. Материальная часть стрелкового оружия.</p> <p>Занятие 1- 6 час. Назначение, боевые свойства и общее устройство автомата, его неполная разборка и сборка. Снаряжение магазина патронами и зарядание оружия. Работа частей и механизмов автомата при зарядании и стрельбе.</p>	-	6
2	<p>Тема 2. Общие сведения о выстреле.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Движение пули в канале ствола и её вылет; отдача и угол вылета, его зависимость от однообразия удержания оружия. СТП и ее практическое определение по 3,4,5пробоинам.</p>	1	-

3	Тема 3. Метание ручных гранат. Занятия 1- 1 час. Метание ручных гранат на дальность и меткость с места.	-	1
4	Тема 4. Контрольные занятия с принятием зачета. Занятие 1- 1 час.	1	-
	Радиационная, химическая и биологическая защита.		
1	Тема 1. Средства индивидуальной защиты и пользование ими. Занятия 1- 1 час. Правила пользования противогазом, респиратором и средствами защиты органов дыхания от окиси углерода (ГП-2) (Н-РХБЗ-1,2). Общевоинской защитный комплект и общевоинской защитный костюм фильтрующий. Надевание, снятие, укладка и переноска защитного комплекта, костюма (Н-РХБЗ-3,5,6).	-	1
3	Тема 2. Средства коллективной защиты личного состава. Занятие 1- 1 час. Практическое. Практическая работа со средствами коллективной защиты.	-	1
	Военная топография.		
1	Тема 1. Ориентирование на местности без карты. Занятие 1- 2 час. Сущность ориентирования. Определение направлений на стороны горизонта по компасу, небесным светилам, признакам местных предметов. Ориентирование на местности по азимутам. Магнитный азимут. Определение азимутов на местные предметы.	2	-
	Общевоинские уставы.		
1	Тема 1. Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих. Занятие 1- 1 час. Закаливание военнослужащих, занятия физической подготовкой и спортом. Санитарно-гигиенические и противоэпидемические мероприятия.	1	-
	Строевая подготовка.		

1	<p>Тема 1. Строевые приемы и движение без оружия.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Выполнение команд: "Становись", "Равняйся", "Смирно", "Вольно", "Заправиться", "Отставить", "Головные уборы снять (надеть)". Повороты на месте.</p> <p>Занятие 2– 1 час. Движение строевым шагом. Изменение скорости движения.</p> <p>Занятие 3- 1 час. Повороты в движении.</p> <p>Занятие 4- 1 час. Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.</p> <p>Занятие 5- 1 час. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него.</p>	-	5
2	<p>Тема 2. Строевые приемы и движение с оружием.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Строевая стойка с оружием и выполнение приемов с оружием на месте.</p>	-	1
3	<p>Тема 3. Контрольные занятия – смотр-конкурс.</p> <p>Занятие 1- 2 час.</p>	-	2
	Физическая подготовка.		
1	<p>Тема 1. Общефизическая подготовка.</p> <p>Занятие 1- 5 час. Общеразвивающие упражнения.</p> <p>Занятие 2- 6 час. Упражнения, направленные на развитие силовых качеств.</p> <p>Занятие 3- 2 час. Упражнения, направленные на развитие быстроты.</p> <p>Занятие 4- 6 час. Упражнения, направленные на развитие выносливости (бег, ходьба, плавание, спортивные игры).</p> <p>Занятие 5- 2 час. Техника пешеходного туризма.</p> <p>Занятие 6- 2 час. Скалодром.</p>	-	23
2	<p>Тема 2. Специальная физическая подготовка.</p> <p>Занятие 1- 2 час. Изометрические упражнения;</p> <p>Занятие 2- 3 час. Упражнения, направленные на развитие специальной выносливости.</p>	-	10

	Занятие 3- 3 час. Упражнения, направленные на развитие и отработку устойчивости; Занятие 4- 2 час. Упражнения, направленные на развитие вестибулярного аппарата, координацию движений.		
3	Тема 3. Контрольные занятия – сдача нормативов. Занятие 1- 2 час.	-	2
	Военно-медицинская подготовка.		
1	Тема 1. Первая медицинская помощь при отравлениях техническими жидкостями. Занятие 1- 1 час. Первая медицинская помощь при отравлениях техническими жидкостями.	1	-
3	Тема 2. Первая медицинская помощь при ожогах и обморожениях. Занятие 1- 1 час. Ожоги, причины возникновения, признаки. Профилактика и первая медицинская помощь при ожогах. Тренировка в наложении повязок. Профилактика и первая медицинская помощь при обморожениях и замерзании.	1	-
4	Тема 3. Опасные животные , первая помощь при укусах насекомых и змей. Занятие 1- 1 час. Опасные животные , первая помощь при укусах насекомых и змей.	1	
4	Тема 4. Контрольные занятия – сдача нормативов. Занятие 1- 1 час.	1	-
	Раздел 3. Основы специальной подготовки юных стрелков.	23	116
1	Тема 1. Меры безопасности. Занятие 1- 1 час. Меры безопасности, правила поведения в тирах, на стрельбищах. Занятие 2- 1 час. Меры электробезопасности, вводный инструктаж. Занятие 3- 1 час. Зачет по мерам безопасности (конкурс).	3	-
2	Тема 2. Материальная часть оружия. Занятие 1- 2 час. Характеристика, основные части винтовок СМ-2, Урал-2. Осечки, причины, устранение.	2	-

3	<p>Тема 3. Основы техники стрельбы.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Изготовка для стрельбы в положении «лежа» с применением ремня – понятия:«колебания», «устойчивость», «район колебаний».</p> <p>Занятие 2- 1 час. Работа без патрона, ее суть, цель, значение.</p> <p>Занятие 3- 1 час. Пробные выстрелы, их назначение, характер выполнения.</p> <p>Занятие 4- 1 час. Изготовка для стрельбы в положении «стоя» из пневматической винтовки.</p>	4	-
4	<p>Тема 4. Психологическая подготовка.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Внимание: его значение для стрелка, виды.</p>	1	-
5	<p>Тема 5. Правила соревнований.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Порядок выполнения упражнений, команды, подаваемые на линии огня.</p> <p>Занятие 2- 1 час. Требование к одежде. Общие требования к изготовке «лежа», «стоя».</p>	2	-
6	<p>Тема 6. Совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении сидя или «стоя» с опорой.</p> <p>Занятие 1- 2 час. Принятие изготки в целом. Проверка правильности принятой изготки.</p> <p>Занятие 2- 1 час. Прицеливание: ровная мушка; удержание мушки в районе прицеливания; ошибки, допускаемые при прицеливании.</p> <p>Занятие 3- 1 час. Управление спуском: условия, обеспечивающие правильный спуск курка; ошибки, допускаемые при нажиме на спусковой крючок.</p> <p>Занятие 4- 3 час. Стрельба по белому листу.</p> <p>Занятие 5- 12 час. Стрельба на кучность.</p> <p>Занятие 6- 11 час. Стрельба на результат.</p> <p>Занятие 7- 7 час. Тренировка по выполнению упражнения ВП-20..</p>	4	33
7	<p>Тема 7. Изучение элементов техники стрельбы в положении «стоя» из пневматической винтовки.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Положение ног; положение туловища и рук.</p> <p>Занятие 2- 1 час. Однообразие постановки затыльника приклада; проверка однообразия изготки.</p> <p>Занятие 3- 4 час. Освоение изготки и выработка устойчивости для стрельбы стоя.</p>	2	12

	<p>Занятие 4- 1 час. Тренировка на стрелковом тренажере «СКАТТ» - выявление ошибок.</p> <p>Занятие 5- 7 час. Стрельба на кучность.</p>		
	<p>Тема 8. Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Внесение поправок в прицел.</p> <p>Занятие 2- 5 час. Стрельба на кучность.</p> <p>Занятие 3- 5 час. Стрельба на результат.</p> <p>Занятие 4- 4 час. Тренировка по выполнению упражнения МВ-20.</p>	1	14
8	<p>Тема 9. Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением ремня.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Принятие изготовления для стрельбы в положении «лежа» с применением ремня.</p> <p>Занятие 2- 1 час. Прицеливание.</p> <p>Занятие 3- 1 час. Дыхание при стрельбе. Управление спуском (плавность, «неожиданность»).</p> <p>Занятие 4- 1 час. Внесение поправок в прицел.</p> <p>Занятие 5- 5 час. Выработка устойчивости для стрельбы «лежа».</p> <p>Занятие 6- 12 час. Стрельба на кучность.</p> <p>Занятие 7 - 9 час. Стрельба на результат.</p> <p>Занятие 8- 7 час. Тренировка по выполнению упражнения МВ-30.</p> <p>Занятие 9- 7 час. Тренировка по выполнению упражнения МВ-60.</p>	4	40
9	<p>Тема 10. Судейская практика.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Шифровка мишеней для контрольных стрельб и соревнований.</p> <p>Занятие 2- 1 час. Работа в качестве показчика контролера, судьи-стажера линии мишеней.</p>	-	2
10	<p>Тема 11. Участие в соревнованиях.</p> <p>Занятие 1- 4 час. Областные соревнования.</p> <p>Занятие 2- 4 час. Соревнования Центра «Патриот».</p> <p>Занятие 3- 5 час. Первенство г. Пскова.</p>	-	13
11	<p>Тема 12. Контрольное занятие – участие в соревнованиях.</p>	-	2

	Занятие 1- 2 час.		
	Раздел 4. Промежуточная аттестация.		
1	Тема 1. Переводные испытания. Занятие 1- 2 час.	2	-
	ИТОГО ПО ПРОГРАММЕ	216	42 174

1.4. Планируемые результаты.

4-й год обучения:

- дальнейшее укрепление здоровья;
- дальнейшее повышение уровня физической подготовки обучающихся, совершенствование специальных качеств;
- периодическая проверка знаний о мерах безопасности при обращении с оружием и правилах поведения в тирах;
- дальнейшее освоение и совершенствование техники выполнения выстрела из винтовки;
- участие в календарных соревнованиях разного уровня, выполнение третьего разряда;
- развитие личности юного гражданина нашей страны.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1- Календарный учебный график.

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

на сентябрь 2022 года

Для группы №2 (10 – 17 лет) 2-го года обучения

№ п\п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь	01	16.30-17.10 17.15-17.55	беседа	2	Тема 1. История создания и развития клуба. Занятие 1- 1 час. История создания и развития клуба. Права и обязанности учащихся. Занятие 2- 1 час. Меры электробезопасности, вводный инструктаж.	Тир№1	Педагогическое наблюдение
2	сентябрь	05	16.30-17.10 17.15-17.55	беседа	2	Тема 1. Меры безопасности. Занятие 1- 1 час. Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами, при проведении занятий и соревнований. Тема 1. Общефизическая подготовка. Занятие 2- 1 час. Упражнения, направленные на развитие силовых качеств.	Тир№5	Педагогическое наблюдение
3	сентябрь	07	16.30-17.10 17.15-17.55	беседа	2	Тема 2. Материальная часть оружия. Занятие 1-1 час. Характеристика, основные части винтовки ИЖ-38. Тема 1. Основные правила пожарной безопасности. Занятие 1- 1 час. Противопожарная защита и правила пожарной безопасности.	Тир№5	Педагогическое наблюдение

4	сентябрь	08	16.30-17.10 17.15-17.55	беседа	2	Тема 3. Ратные страницы истории. Занятие 1- 1 час. Символы и атрибуты Российской Федерации. Тема 1. Материальная часть стрелкового оружия. Занятие 1- 1 час. Назначение, боевые свойства и общее устройство автомата.	Тир№1	Педагогическое наблюдение
5	сентябрь	12	16.30-17.10 17.15-17.55	беседа	2	Тема 3. Основы техники стрельбы. Занятие 1- 1 час. Изготовка для стрельбы «сидя» из пневматической винтовки. Прицеливание с открытым прицелом. Значение однообразия изготовки. Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 6- 1 час. Стрельба с пулькой по белому листу.	Тир№5	Педагогическое наблюдение
6	сентябрь	14	16.30-17.10 17.15-17.55	беседа	2	Тема 3. Основы техники стрельбы. Занятие 2- 1 час. Изготовка для стрельбы из пневматической винтовки в положении «стоя» с опорой. Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 8- 1 час. Стрельба на кучность.	Тир№5	Педагогическое наблюдение

7	сентябрь	15	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Правила соревнований. Занятие 1- 1 час. Обязанности и права участника соревнований. Условия выполнения норматива из пневматической винтовки. Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 8- 1 час. Стрельба на кучность.	Тир№1	Педагогическое наблюдение
8	сентябрь	19	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 3. Основы техники стрельбы. Занятие 3- 1 час. Управление спуском. Дыхание. Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 9- 1 час. Стрельба на результат.	Тир№5	Педагогическое наблюдение
9	сентябрь	21	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 8- 1 час. Стрельба на кучность Тема 1. Общефизическая подготовка. Занятие 2- 1 час. Упражнения, направленные на развитие силовых качеств.	Тир№5	Педагогическое наблюдение
10	сентябрь	22	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении	Тир№1	Педагогическое наблюдение

						«сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 1- 1 час. Понятие об изготовке: положение рук, туловища, ног, головы, затыльника приклада. Занятие 6- 1 час. Стрельба с пулькой по белому листу.		
11	сентябрь	26	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 3- 1 час. Прицеливание: величина просвета между вершиной мушки и нижним обрезом «яблока» мишени; ровная мушка; удержание мушки в районе прицеливания; ошибки, допускаемые при прицеливании. Занятие 6- 1 час. Стрельба с пулькой по белому листу.	Тир№5	Педагогическое наблюдение
12	сентябрь	28	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Боевые свойства и поражающие факторы ядерного, химического, оружия. Занятие 1- 1 час. Боевые свойства и поражающие факторы ядерного оружия. Виды ядерных взрывов и их отличие по внешним признакам. Краткая характеристика поражающих факторов ядерного взрыва и их воздействие на организм человека, боевую технику и вооружение. Назначение и боевые свойства химического оружия. Основные типы ОВ. Тема 2. Материальная часть оружия.	Тир№5	Педагогическое наблюдение

						Занятие 3- 1 час. Устройство прицелов: открытого, диоптрического.		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

на октябрь 2022 года

Для группы №2 (10-17) 2-го года обучения

№ п\п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	октябрь	03	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 2- 1 час. Варианты изготовления. Проверка правильности принятой изготовления. Занятие 8- 1 час. Стрельба на кучность.	Тир №5	Педагогическое наблюдение
2	октябрь	05	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 3. Основы техники стрельбы. Занятие 4- 1 час Изготовка для стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки. Значение однообразия изготовления. Тема 6. Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки. Занятие 6- 1 час. Стрельба по белому листу.	Тир №1	Педагогическое наблюдение

3	октябрь	06	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	<p>Тема 2. Общие сведения о выстреле. Занятие 1- 1 час. Внутренняя баллистика (общие сведения).</p> <p>Тема 1. Первая медицинская помощь при несчастных случаях. Занятие 1- 1 час. Первая медицинская помощь при утоплении, удушении, поражении электрическим током и молнией. Признаки поражения. Оказание первой медицинской помощи и меры профилактики. Понятие о простейших реанимационных мероприятиях.</p>	Тир №5	Педагогическое наблюдение
4	октябрь	10	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	<p>Тема 1. Общие понятия об экологии и экологических факторах. Занятие 1- 1 час. Лекция. Что изучает экология. Основные составляющие окружающей природной среды (воздушная и водная среда, животный и растительный мир, почва, недра).</p> <p>Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 9- 1 час. Стрельба на результат.</p>	Тир №5	Педагогическое наблюдение
5	октябрь	12	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	<p>Тема 6. Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки. Занятие 1- 1 час. Понятие об изготовке: положение рук, туловища, ног, головы, затыльника приклада. Варианты изготовки.</p>	Тир №1	Педагогическое наблюдение

						Тема 2. Специальная физическая подготовка. Занятие 3- 1 час. Упражнения, направленные на развитие и отработку устойчивости.		
6	октябрь	13	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 8- 1 час. Стрельба на кучность. Тема 1. Общефизическая подготовка. Занятие 2- 1 час. Упражнения, направленные на развитие силовых качеств.	Тир №5	
7	октябрь	17	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 5- 1 час. Нажим на спусковой крючок, условия, обеспечивающие правильный нажим на спусковой крючок. Ошибки, допускаемые при нажиме на спусковой крючок. Тема 1. Материальная часть стрелкового оружия. Занятие 2- 1 час. Неполная разборка и сборка автомата. снаряжение магазина патронами и зарядание оружия. Уход за автоматом, его хранение и сбережение.	Тир №5	Педагогическое наблюдение
8	октябрь	19	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 3. Ратные страницы истории. Занятие 2- 1 час. Эмблемы Вооруженных Сил Российской Федерации.	Тир №5	Педагогическое наблюдение

						Тема 6. Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки. Занятие 2- 1 час. Принятие изготовления для стрельбы. Проверка правильности принятой изготовления.		
9	октябрь	20	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 2. Средства индивидуальной защиты и пользование ими. Занятие 1- 1 час. Правила пользования противогазом, респиратором и средствами защиты органов дыхания от окиси углерода (ГП-2) (Н-РХБЗ-1,2). Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 8- 1 час. Стрельба на кучность	Тир №1	Педагогическое наблюдение
10	октябрь	24	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 4- 1 час. Дыхание, задержка дыхания. Занятие 6- 1 час. Стрельба с пулькой по белому листу.	Тир №5	Педагогическое наблюдение
11	октябрь	26	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 6. Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки. Занятие 3- 1 час. Прицеливание: однообразие в прицеливании, ошибки, допускаемые при	Тир №5	Педагогическое наблюдение

						прицеливании, удержание мушки в районе прицеливания.			
12	октябрь	27	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Общие сведения об истории развития пулевой стрельбы. Занятие 1- 1 час. Беседа об истории развития пулевой стрельбы. Причины, обусловившие возникновение пулевой стрельбы. Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 9- 1 час. Стрельба на результат.	Тир №1	Педагогическое наблюдение	

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

на ноябрь 2022 года

Для группы №2 (10-17 ЛЕТ) 2-го года обучения

№ п\п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Ко-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	ноябрь	02	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 8- 1 час. Стрельба на кучность. Тема 1. Права, общие обязанности и ответственность военнослужащих. Занятие 1- 1 час. Военнослужащий	Тир №5	Педагогическое наблюдение

						Вооруженных Сил Российской Федерации - защитник Отечества. Положение о военной присяге и Боевом знамени части. Права и общие обязанности военнослужащего.		
2	ноябрь	03	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Псков в системе древнерусской государственности. Занятие 1 – 2 час. Экскурсия по древним святыням Пскова (Довмонтов город, Мирожский монастырь).	г.Псков	Педагогическое наблюдение
3	ноябрь	07	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 9- 1 час. Стрельба на результат. Тема 1. Общефизическая подготовка. Занятие 2- 1 час. Упражнения, направленные на развитие силовых качеств.	Тир №5	Педагогическое наблюдение
4	ноябрь	09	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Правила соревнований. Занятие 2- 1 час. Требования к изготовкам. Нарушение правил соревнований. Тема 6. Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки Занятие 8- 1 час. Стрельба на кучность.	Тир №1	Педагогическое наблюдение
5	ноябрь	10	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 3. Ратные страницы истории. Занятие 3- 1 час. Города – герои. Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении	Тир №5	Педагогическое наблюдение

						«сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 8- 1 час. Стрельба на кучность		
6	ноябрь	14	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 2. Средства индивидуальной защиты и пользование ими. Занятие 2 – 1 час. Общевоинской защитный комплект и общевоинской защитный костюм фильтрующий. Надевание, снятие, укладка и переноска защитного комплекта, костюма (Н- РХБЗ-3,5,6). Тема 1. Общефизическая подготовка. Занятие 2- 1 час. Упражнения, направленные на развитие силовых качеств.	Тир №5	Педагогическое наблюдение
7	ноябрь	16	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Первая медицинская помощь при несчастных случаях. Занятие 1- 1 час. Первая медицинская помощь при утоплении, удушении, поражении электрическим током и молнией. Признаки поражения. Оказание первой медицинской помощи и меры профилактики. Понятие о простейших реанимационных мероприятиях. Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 8- 1 час. Стрельба на кучность	Тир №5	Педагогическое наблюдение
8	ноябрь	17	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 7. Участие в соревнованиях. Занятие 2- 2 час. Участие в городских соревнованиях по пулевой стрельбе.	Тир №5	Педагогическое наблюдение

9	ноябрь	21	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 3. Контрольные занятия – сдача нормативов. Занятие 1 – 2 час. Общая физическая подготовка (силовая гимнастика).	Тир №1	Педагогическое наблюдение
10	ноябрь	23	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 6. Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки. Занятие 4- 1 час. Дыхание, задержка дыхания. Занятие 8- 1 час. Стрельба на кучность	Тир №5	Педагогическое наблюдение
11	ноябрь	24	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 2. Материальная часть оружия. Занятие 4 - 1 час. Устройство патронов, пулек, виды. Уход за оружием. Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 9- 1 час. Стрельба на результат.	Тир №1	Педагогическое наблюдение
12	ноябрь	28	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 9- 1 час. Стрельба на результат. Тема 1. Строевые приемы и движение без оружия. Занятие 1- 1 час. Выполнение команд: "Становись", "Равняйся", "Смирно", "Вольно", "Заправиться", "Отставить", "Головные уборы снять (надеть)". Повороты на месте.	Тир №5	Педагогическое наблюдение

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

на декабрь 2022 года

Для группы №2 (10-17лет) 2-го года обучения

№ п\п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Ко-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	декабрь	01	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 2. Военная дисциплина. Занятие 1- 1 час. Понятие военной дисциплины. Обязанности военнослужащих по соблюдению военной дисциплины. Обязанности военнослужащих по сохранению военной и государственной тайны и ответственность за ее разглашение. Тема 1. Строевые приемы и движение без оружия. Занятие 2- 1 час. Движение строевым шагом. Изменение скорости движения.	Тир №1	Педагогическое наблюдение
2	декабрь	03	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 8. Участие в соревнованиях. Занятие 1- 2 час. Соревнования Центра «Патриот» («Папа, мама, я – спортивная семья; День матери.)).	Тир №5	Педагогическое наблюдение
3	декабрь	05	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Основы безопасности жизнедеятельности. Занятие 2- 1 час. Безопасность на водоемах. Тема 6. Контрольные занятия с принятием зачета. Занятие 1- 1 час.	Тир №1	Педагогическое наблюдение

4	декабрь	07	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 2. Материальная часть оружия. Занятие 2- 1 час. Характеристика, основные части м/к винтовки ТОЗ-12. Неполная разборка и сборка м/к винтовки ТОЗ-12. Тема 6. Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки. Занятие 9- 1 час. Стрельба на результат.	Тир №1	Педагогическое наблюдение
5	декабрь	08	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Материальная часть стрелкового оружия. Занятие 2- 1 час. Назначение, боевые свойства и общее устройство автомата, его неполная разборка и сборка. Снаряжение магазина патронами и зарядание оружия. Уход за автоматом, его хранение и бережение. Тема 2. Средства индивидуальной защиты и пользование ими. Занятие 2- 1 час. Общевоинской защитный комплект и общевоинской защитный костюм фильтрующий.	Тир №5	Педагогическое наблюдение
6	декабрь	12	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 2. Общие сведения о выстреле. Занятие 2- 1 час. Внешняя баллистика (общие сведения). Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой.	Тир №5	Педагогическое наблюдение

						Занятие 7- 1 час. Тренировка на стрелковом тренажере «СКАТТ» - выявление ошибок.		
7	декабрь	14	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 6. Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки. Занятие 5- 1 час. Нажим на спусковой крючок, условия, обеспечивающие правильный нажим на спусковой крючок. Ошибки, допускаемые при нажиге на спусковой крючок. Занятие 6- 1 час. Стрельба по белому листу.	Тир №1	Педагогическое наблюдение
8	декабрь	15	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 9- 1 час. Стрельба на результат. Тема 1. Строевые приемы и движение без оружия. Занятие 3- 1 час. Повороты в движении. Выполнение воинского приветствия на месте и в движении.	Тир №5	Педагогическое наблюдение
9	декабрь	19	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» с опорой. Занятие 8- 1 час. Стрельба на кучность. Тема 3. Первая медицинская помощь при травмах и несчастных случаях.	Тир №5	Педагогическое наблюдение

						Занятие 1- 1 час. Первая медицинская помощь при ушибах, ссадинах и порезах.		
10	декабрь	21	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 2. Строи подразделений в пешем порядке. Занятие 1- 1 час. Развернутый и походный строи отделения. Построения, перестроения, повороты, перемещения и выполнение приемов с оружием. Отдание воинской чести в строю на месте. Тема 2. Специальная физическая подготовка. Занятие 4- 1 час. Упражнения, направленные на развитие вестибулярного аппарата, координацию движений	Тир №5	Педагогическое наблюдение
11	декабрь	22	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 8- 1 час. Стрельба на кучность. Тема 2. Специальная физическая подготовка. Занятие 1- 1 час. Изометрические упражнения;	Тир №5	Педагогическое наблюдение
12	декабрь	26	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» с опорой. Занятие 9- 1 час. Стрельба на результат. Тема 1. Строевые приемы и движение без оружия. Занятие 4- 1 час. Выход из строя и	Тир №1	Педагогическое наблюдение

						возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Тренировка в выполнении строевых приемов.		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

на январь 2023 года

Для группы №2 (10-17 лет) 2-го года обучения

№ п\п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Ко-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	январь	05	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 2. Строи подразделений в пешем порядке. Занятие 1- 1 час. Развернутый и походный строи отделения. Построения, перестроения, повороты, перемещения и выполнение приемов с оружием. Отдание воинской чести в строю на месте. Тема 1. Материальная часть стрелкового оружия. Занятие 2- 1 час. Неполная разборка и сборка автомата. Снаряжение магазина патронами и зарядание оружия. Уход за автоматом, его хранение и сбережение.	Тир №1	Педагогическое наблюдение
2	январь	06	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении	Тир №5	Педагогическое наблюдение

						«сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 8- 2 час. Стрельба на кучность.		
3	январь	10	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 3. Контрольные занятия – смотр-конкурс. Занятие 1- 2 час.	Тир №1	Педагогическое наблюдение
4	январь	12	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 6. Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки. Занятие 8- 2 час. Стрельба на кучность.	Тир №1	Педагогическое наблюдение
5	январь	13	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 2. Первая медицинская помощь при травмах и несчастных случаях. Занятие 1- 1 час. Первая медицинская помощь при ушибах, ссадинах и порезах. Тема 1. Общефизическая подготовка. Занятие 1- 1 час. Общеразвивающие упражнения.	Тир №5	Педагогическое наблюдение
6	январь	17	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 9- 2 час. Стрельба на результат.	Тир №5 Стадион ОУ №4	Педагогическое наблюдение
7	январь	19	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 6. Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки. Занятие 9 - 2 час.	Тир №1	Педагогическое наблюдение

8	январь	20	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	<p>Тема 8. Участие в соревнованиях. Занятие 1- 2 час. Соревнования Центра «Патриот»</p> <p>Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой.</p> <p>Занятие 8- 1 час. Стрельба на кучность.</p> <p>Тема 2. Специальная физическая подготовка. Занятие 1- 1 час. Изометрические упражнения;</p>	Тир №5	Педагогическое наблюдение
9	январь	24	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	<p>Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой.</p> <p>Занятие 9- 1 час. Стрельба на результат.</p> <p>Тема 2. Специальная физическая подготовка. Занятие 2- 1 час. Упражнения, направленные на развитие специальной выносливости.</p>	Тир №5	Педагогическое наблюдение
10	январь	26	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	<p>Тема 3. Основы техники стрельбы. Занятие 5- 1 час. Виды изготовления для стрельбы в положении «лежа» с применением ремня из м/к винтовки.. Однообразие выполнения всех элементов изготовления. Тема 7. Изучение элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением ремня из м/к винтовки.</p> <p>Занятие 1- 1 час. Понятие об изготовке: подбор длины ремня, положение рук,</p>	Тир №5	Педагогическое наблюдение

						туловища, ног. Варианты изготовления. Принятие изготовления для стрельбы. Проверка правильности принятой изготовления.		
11	январь	27	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 2. Основные способы и приемы тушения пожаров. Занятие 1- 1 час. Средства пожаротушения и ручной пожарный инструмент, назначение и порядок их применения. Порядок оповещения о пожаре. Сбор по пожарной тревоге. Действия при тушении пожаров огнетушителями, песком, водой из ведер и ручным пожарным инструментом. Тема 1. Общефизическая подготовка. Занятие 4- 1 час. Упражнения, направленные на развитие выносливости (бег, ходьба, плавание, спортивные игры).	Тир №1	Педагогическое наблюдение
12	январь	31	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Меры безопасности. Занятие 2- 1 час. Зачет по мерам безопасности (конкурс). Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 8- 1 час. Стрельба на кучность.	Тир №5	Педагогическое наблюдение

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

на февраль 2023 года

Для группы №2 (10-17 лет) 2-го года обучения

№ п\п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Ко-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	февраль	02	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Меры безопасности. Занятие 1- 1 час. Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами, при проведении занятий и соревнований. Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 9- 1 час. Стрельба на результат.	Тир №5	Педагогическое наблюдение
2	февраль	03	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Контрольные занятия с принятием зачета. Занятие 1- 1 час. Тема 1. Материальная часть стрелкового оружия. Занятие 2- 1 час. Неполная разборка и сборка автомата. Снаряжение магазина патронами и зарядание оружия. Уход за автоматом, его хранение и сбережение.	Тир №1	Педагогическое наблюдение
3	февраль	07	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 8- 1 час. Стрельба на кучность. Тема 1. Общефизическая подготовка. Занятие 1- 1 час. Общеразвивающие упражнения	Тир №5	Педагогическое наблюдение

4	февраль	09	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 6. Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки. Занятие 8- 1 час. Стрельба на кучность. Тема 1. Материальная часть стрелкового оружия. Занятие 2- 1 час. Неполная разборка и сборка автомата. Снаряжение магазина патронами и зарядание оружия. Уход за автоматом, его хранение и сбережение.	Тир №5	Педагогическое наблюдение
5	февраль	10	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 9 - 1 час. Стрельба на результат. Тема 2. Специальная физическая подготовка. Занятие 1- 1 час. Изометрические упражнения.	Тир №1	Педагогическое наблюдение
6	февраль	14	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 8- 1 час. Стрельба на кучность. Тема 1. Материальная часть стрелкового оружия. Занятие 2- 1 час. Неполная разборка и сборка автомата. Снаряжение магазина патронами и зарядание оружия. Уход за автоматом, его хранение и сбережение.	Тир №5	Педагогическое наблюдение

7	февраль	16	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 7. Изучение элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением ремня из м/к винтовки. Занятие 1- 1 час. Понятие об изготовке: подбор длины ремня, положение рук, туловища, ног. Варианты изготовки. Принятие изготовки для стрельбы. Проверка правильности принятой изготовки. Занятие 3- 1 час. Выполнение выстрелов в «районе колебаний» (без патрона и с патроном).	Тир №5	Педагогическое наблюдение
8	февраль	17	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 8. Участие в соревнованиях. Занятие 2- 2 час. Участие в городских соревнованиях по пулевой стрельбе.	Тир №1	Педагогическое наблюдение
9	февраль	21	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие,	2	Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 9- 1 час. Стрельба на результат. Тема 2. Специальная физическая подготовка. Занятие 4- 1 час. Упражнения, направленные на развитие вестибулярного аппарата, координацию движений.	ОУ №16	Педагогическое наблюдение
10	февраль	24	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 8- 1 час. Стрельба на кучность. Тема 2. Специальная физическая подготовка.	Тир №5	Педагогическое наблюдение

						Занятие 3- 1 час. Упражнения, направленные на развитие и отработку устойчивости		
11	февраль	26	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1.Общефизическая подготовка. Занятие 6- 2 час. Скалодром.	Тир №5	Педагогическое наблюдение
12	февраль	28	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 6. Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки. Занятие 8- 1 час. Стрельба на кучность. Занятие 7- 1 час. Тренировка на стрелковом тренажере «СКАТТ» - выявление ошибок.	Тир №1	Педагогическое наблюдение

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

на март 2023 года

Для группы №2 (10-17лет) 2-го года обучения

№ п\п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Ко-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	март	02	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 9- 1 час. Стрельба на результат. Тема 2. Специальная физическая подготовка.	Тир №5	Педагогическое наблюдение

						Занятие 2- 1 час. Упражнения, направленные на развитие специальной выносливости.		
2	март	03	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 7. Изучение элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением ремня из м/к винтовки. Занятие 2- 1 час. Прицеливание с диоптрическим прицелом. Дыхание. Управление спуском. Занятие 4- 1 час. Стрельба по белому листу.	Тир №1	Педагогическое наблюдение
3	март	05	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 8- 1 час. Стрельба на кучность. Тема 2. Специальная физическая подготовка. Занятие 4- 1 час. Упражнения, направленные на развитие вестибулярного аппарата, координацию движений.	Тир №5	Педагогическое наблюдение
4	март	09	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 6. Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки. Занятие 9- 2 час. Стрельба на результат.	Тир №1	Педагогическое наблюдение
5	март	10	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 8- 1 час. Стрельба на кучность. Тема 1. Материальная часть стрелкового	Тир №5	Педагогическое наблюдение

						оружия. Занятие 2- 1 час. Неполная разборка и сборка автомата. Снаряжение магазина патронами и зарядание оружия. Уход за автоматом, его хранение и сбережение.		
6	март	14	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 9- 1 час. Стрельба на результат. Тема 1. Общефизическая подготовка. Занятие 1- 1 час. Общеразвивающие упражнения.	Тир №5	Педагогическое наблюдение
7	март	16	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 6. Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки. Занятие 8- 2 час. Стрельба на кучность.	Тир №1	Педагогическое наблюдение
8	март	17	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие,	2	Тема 1. Общефизическая подготовка. Занятие 5- 2 час. Техника пешеходного туризма.	ОУ № 16	Педагогическое наблюдение
9	март	21	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 9- 1 часа. Стрельба на результат Тема 1. Материальная часть стрелкового оружия. Занятие 2- 1 час. Неполная разборка и сборка автомата. Снаряжение магазина патронами и	Тир №5	Педагогическое наблюдение

						заряжание оружия. Уход за автоматом, его хранение и сбережение.		
10	март	23	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 7. Изучение элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением ремня из м/к винтовки. Занятие 3- 1 час. Выполнение выстрелов в «районе колебаний» (без патрона и с патроном). Занятие 5- 1 час. Стрельба на кучность.	Тир №1	Педагогическое наблюдение
11	март	24	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 8- 1 час. Стрельба на кучность. Тема 1. Общефизическая подготовка. Занятие 4- 1 час. Упражнения, направленные на развитие выносливости (бег, ходьба, плавание, спортивные игры).	Тир №5	Педагогическое наблюдение
12	март	28	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 8. Участие в соревнованиях. Занятие 1- 1 час. Соревнования Центра «Патриот» Тема 1. Общефизическая подготовка. Занятие 1- 1 час. Общеразвивающие упражнения.	Тир №5	Педагогическое наблюдение

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

на апрель 2023 года

Для группы №2 (10-17лет) 2-го года обучения

№ п\п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Ко-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	апрель	04	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 8- 1 час. Стрельба на кучность. Тема 3. Метание ручных гранат. Занятие 1- 1 час. Назначение и боевые свойства ручных гранат. Устройство гранат. Требования безопасности при обращении с ручными гранатами.	Тир №5 Стадион ОУ №4	Педагогическое наблюдение
2	апрель	06	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие,	2	Тема 6. Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки. Занятие 9- 2 час. Стрельба на результат.	Тир №5	Педагогическое наблюдение
3	апрель	27	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 9- 2 час. Стрельба на результат..	Тир №1	Педагогическое наблюдение

4	апрель	11	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 3. Метание ручных гранат. Занятие 1- 1 час. Метание ручных гранат на дальность и меткость с места. Тема 4. Контрольные занятия с принятием зачета. Занятие 1- 1 час.	Тир №5 Стадион ОУ №4	Педагогическое наблюдение
5	апрель	13	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Общефизическая подготовка. Занятие 3- 2 час. Упражнения, направленные на развитие быстроты.	Тир №5	Педагогическое наблюдение
6	апрель	14	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 6. Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки. Занятие 9- 2 час. Стрельба на результат.	Тир №1	Педагогическое наблюдение
7	апрель	18	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 7. Изучение элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением ремня из м/к винтовки. Занятие 4- 1 час. Стрельба по белому листу. Занятие 5- 1 час. Стрельба на кучность.	Тир №1	Педагогическое наблюдение
8	апрель	20	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 7. Изучение элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением ремня из м/к винтовки. Занятие 5- 2 час. Стрельба на кучность.	Тир №5	Педагогическое наблюдение
9	апрель	21	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 6. Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки. Занятие 8- 2 час. Стрельба на кучность.	Тир №1	Педагогическое наблюдение

10	апрель	25	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение и совершенствование элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» или «стоя» с опорой. Занятие 8- 1 час. Стрельба на кучность Тема 1. Общефизическая подготовка. Занятие 4- 1 час. Упражнения, направленные на развитие выносливости (бег, ходьба, плавание, спортивные игры).	Тир №5	Педагогическое наблюдение
11	апрель	07	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 9. Контрольное занятие – участие в соревнованиях. Занятие 1- 2 час.	Стадион ОУ №4	Педагогическое наблюдение
12	апрель	28	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 8. Участие в соревнованиях. Занятие 2- 2 час. Участие в городских соревнованиях по пулевой стрельбе.	Тир №1	Педагогическое наблюдение

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

на май 2023 года

Для группы №2 (10-17 лет) 2-го года обучения

№ п\п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Ко-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
-------	-------	-------	--------------------------	---------------	-------------	--------------	------------------	----------------

1	май	04	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Общефизическая подготовка. Занятие 3- 1 час. Упражнения, направленные на развитие быстроты. Занятие 4- 1 час. Упражнения, направленные на развитие выносливости (бег, ходьба, плавание, спортивные игры).	Тир №1 Стадион ОУ №4	Педагогическое наблюдение
2	май	05.05	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Строевые приемы и движение без оружия. Занятие 4- 1 час. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Тренировка в выполнении строевых приемов. Тема 1. Общефизическая подготовка. Занятие 4- 1 час. Упражнения, направленные на развитие выносливости (бег, ходьба, плавание, спортивные игры)		
3	май	07	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 2. Дни воинской славы (победные дни) России. Занятие 3- 2 час. 6 мая – вахта Памяти (воинские захоронения).	г. Псков	Педагогическое наблюдение
4	май	08	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 2. Дни воинской славы (победные дни) России. Занятие 2- 2 час. 8 мая – участие в вахте Памяти в составе смен Почетного караула (пл. Победы).	г. Псков	Педагогическое наблюдение
5	май	09	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 2. Дни воинской славы (победные дни) России. Занятие 1- 2 час. 9 мая – главный праздник воинской славы России (Ежегодное участие в	г. Псков	Педагогическое наблюдение

						мероприятиях праздничного парада и чествования ветеранов).		
6	май	11	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 7. Изучение элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением ремня из м/к винтовки. Занятие 5- 2 час. Стрельба на кучность.	Стадион ОУ №4	Педагогическое наблюдение
7	май	12	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 6. Совершенствование элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением упора из м/к винтовки. Занятие 9- 2 час. Стрельба на результат	Тир №1	Педагогическое наблюдение
8	май	16	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Общефизическая подготовка. Занятие 4- 2 час. Упражнения, направленные на развитие выносливости (бег, ходьба, плавание, спортивные игры)	Тир №1	Педагогическое наблюдение
9	май	18	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 7. Изучение элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением ремня из м/к винтовки. Занятие 3- 1 час. Выполнение выстрелов в «районе колебаний» (без патрона и с патроном). Занятие 5- 1 час. Стрельба на кучность.	Тир №1	Педагогическое наблюдение
	май	19	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Переводные нормативы. Занятие 1- 2 час.	Тир №5	Педагогическое наблюдение
11	Май	23	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 7. Изучение элементов техники стрельбы в положении «лежа» с применением ремня из м/к винтовки.	Тир №1	Педагогическое наблюдение

						Занятие 5- 2 час. Стрельба на кучность.		
12	Май	25	16.30-17.10 17.15-17.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Общефизическая подготовка. Занятие 3- 1 час. Упражнения, направленные на развитие быстроты. Занятие 1- 1 час. Общеразвивающие упражнения	Стадион ОУ №4	Педагогическое наблюдение

2.2. Условия реализации программы:

- стрелковый комплекс (приложение №1);
- учебное имущество (приложение №2);
- специальное снаряжение для проведения занятий по общевойсковой подготовке (приложение №3)
- учебное имущество для общефизической подготовки (приложение №4).

2.3. Формы аттестации:

- **итоговая** (по завершении полного 4-х годовичного курса программы)
- **промежуточная** - Общая физическая подготовка (силовая гимнастика) среди обучающихся МБУ ДО Центр «Патриот» в рамках подготовки к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне (ГТО) (середина октября – середина декабря); переводные нормативы (май)
- **текущая** (в процессе изучения темы, учебной дисциплины).

Формы проведения аттестации:

- сдача нормативов;
- зачет;

- участие в соревнованиях;
- организационно-массовые мероприятия;
- педагогическое наблюдение.

2.4. Методические материалы:

- разработка планов занятий по темам;
- подготовка дидактического материала к новому учебному году;
- разработка и оформление методических и наглядных пособий;
- использование методических разработок прошлых лет и совершенствование их в процессе практического применения;
- помощь в проведении соревнований.

Список литературы

1. Бордунова М.В. Спортивная стрельба. М. «Вече», 2002 год.
2. Бологов А.А. Псков. Лениздат, 1974год.
3. Вайнштейн Л.М. Стрелок и тренер. М.ДОСААФ СССР, 1977 год.
4. Вайнштейн Л.М. Психология в пулевой стрельбе. М.ДОСААФ СССР, 1981год.
5. Жук А.Б. Винтовки и автоматы. Военное издательство, 2006год.
6. Кинль В.А. Пулевая стрельба. М. Просвещение, 1989 год.
7. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. / . Москва, Воен-издат, 2008год.
8. Основы медицинских знаний. Учебное пособие для 10 – 11 классов.
9. Потресов А.С. Спутник юного туриста. - М.: ФиС, 1968 год.

10. Пулевая стрельба. Учебно-методическое пособие. Редактор-составитель Золотарев И. М. Стрелковый Союз России.
11. Программа по пулевой стрельбе под общей редакцией Насоновой А.А. М. Советский спорт, 2005 год.
12. Руководство по автомату Калашникова и РПК. / Москва. Воениздат, 1984год.
13. Спортивная стрельба. Учебник для институтов физической культуры/ Под общей редакцией А.Я.Корха. М.ФиС, 1987г.
14. Стрелковый спорт и методика преподавания. Учебник для институтов физической культуры/ Под общей редакцией А.Я.Корха. М.ФиС, 1986 год.
15. Туризм и спортивное ориентирование. Учебник для техникумов и институтов физической культуры. Сост. Ганопольский В.И. - М.: ФиС, 1987.
16. Юрьев А.А. Пулевая спортивная стрельба. М. ФиС, 1973 год.

Приложение №1

ОБОРУДОВАНИЕ СТРЕЛКОВОГО КОМПЛЕКСА

1. 3 тира – 25 м, 2 тира – 10м;
2. Лазерный тир;
3. Оружейная комната;
4. Стол для чистки оружия;
5. Стол для практических занятий;
6. Инструкции по мерам безопасности;
7. Огнетушитель.

Приложение №2

УЧЕБНОЕ ИМУЩЕСТВО

1. Пневматическое оружие;
2. Малокалиберное оружие;
3. Мишени;
4. Пульки – калибр 4,5 мм;
5. Патроны – калибр 5,6 мм;
6. Электронный стрелковый тренажер «СКАТ»;
7. Стрелковые костюмы;
8. Наушники;
9. ЗРТ;
10. Наглядные пособия.

Приложение № 3

СПЕЦИАЛЬНОЕ СНАРЯЖЕНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ ПО ОБЩЕВОЙСКОВОЙ ПОДГОТОВКЕ

1. Макет автомата Калашникова;
2. Магазин с патронами;
3. ОЗК;
4. Л1;
5. Противогазы.

Приложение №4

УЧЕБНОЕ ИМУЩЕСТВО ДЛЯ ОБЩЕФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

1. Столы для игры в настольный теннис;
2. Ракетки и шарики для игры в настольный теннис;
3. Мячи;
4. Секундомеры;
5. Скамейка гимнастическая;
6. Перекладина гимнастическая пристенная;
7. Перекладина навесная универсальная;
8. Тренажер навесной для пресса;
9. Тренажер навесной для спины.
10. Приложение №5

1. НОРМАТИВЫ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ И ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ «ЮНЫЙ СТРЕЛОК» 1 год обучения

Предметы и наименование упражнений	Нормативы									
	8 – 10 лет		11 – 12 лет		13 -14 лет		15 – 16 лет		17 – 18 лет	
	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки	юноши	девушки
Меры безопасности при обращении с оружием	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет
Подтягивание на перекладине (разы)	2	4	3	6	5	8	7	10	10	15

КСУ	20	15	30	24	32	26	40	34	42	36
Нормативы по стрельбе	3+5, 5м 24 очк.	3+5, 5м 24 очк.	3+5, 5м 27 очк.	3+5, 5м 27 очк.	3+10, 5м 55 очк.	3+10, 5м 55 очк.	МВ--1– 80 ВП-1 - 120	МВ-1– 78 ВП-1 - 115	МВ-2 – 87 ВП-1- 140	МВ-2 – 84 ВП-1- 135

1. НОРМАТИВЫ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ И ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ЮНЫЙ СТРЕЛОК» 2 год обучения

Предметы и наименование упражнений	Нормативы	
	мальчики	девочки
Меры безопасности при обращении с оружием	зачёт	зачёт
Подтягивание на перекладине (разы)	3	6
КСУ	30	24
Нормативы по стрельбе	3+10 5м 55 очк.	3+10, 5м 55 очк.
Неполная разборка автомата АКС-74 (мин)	1,21	1,21
Сборка автомата АКС-74 после неполной разборки (мин)	1,35	1,35

НОРМАТИВЫ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ
К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«ЮНЫЙ СТРЕЛОК» 3 год обучения

Предметы и наименование упражнений	Нормативы	
	мальчики	девочки
Меры безопасности при обращении с оружием	зачёт	зачёт
Подтягивание на перекладине (разы)	5	8
КСУ	32	26
Нормативы по стрельбе	3+10, 10 м 55 очк. ВП-20 120 очк.	3+10, 10 м 55очк. ВП-20 115 очк.
Надевание противогаза или респиратора (сек)	14	14
Надевание ОЗК и противогаза (мин)	6,0	6,0

**НОРМАТИВЫ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ
К ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ЮНЫЙ СТРЕЛОК» 4 год обучения**

Предметы и наименование упражнений	Нормативы	
	мальчики	девочки

Неполная разборка автомата АКС-74 (мин)	0,41	0,41
Сборка автомата АКС-74 после неполной разборки (мин):	0,55	0,55
Подтягивание на перекладине (разы)	7	10
Нормативы по стрельбе	ВП-20 140 очк.	ВП-20 135 очк.
Надевание противогаза или респиратора (сек)	12	12
Надевание ОЗК и противогаза (мин)	5,0	5,0
КСУ	40	34
Меры безопасности при обращении с оружием	зачёт	зачёт