

Аннотация к Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Пулевая стрельба»

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Пулевая стрельба» разработана на основе нормативно-правовой базы:

- Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в РФ» (с изменениями и добавлениями);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» СП 2.4.3648-20, утверждённые постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. N 28;
- Распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 года № 996 – р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в РФ на период до 2025 года»;
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» (утвержден протоколом заседания комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г.№3);
- Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации и министерства просвещения Российской Федерации от 5.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ»;
- Устав МБУДО «ДЮСШ» Никольского района.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Пулевая стрельба» имеет физкультурно-спортивную направленность, которая ориентирована на создание условий для формирования и реализации комплекса мер, учитывающих особенности современных детей, личностное развитие учащихся и профессионального самоопределения.

Данная программа составлена на основе программы «Пулевая стрельба» (автор А.А. Насонова), утвержденной Государственным комитетом по физической культуре и спорту 2005 году и программы «Оборонно-спортивные кружки» для учреждений дополнительного образования (Москва «Просвещение» 2013 г.)

АКТУАЛЬНОСТЬ заключается в приобщении детей и подростков к здоровому образу жизни, регулярным занятиям стрелковым спортом, в воспитании таких качеств, как воля, дисциплинированность, внимание, собранность, ответственность. Занятия пулевой стрельбой – отличная альтернатива вредным привычкам, форма качественного проведения досуга. Актуальность данной программы базируется на анализе детского и родительского спроса, на социальном заказе на программы физкультурно-спортивной направленности. Изучение данного курса актуально в связи с повышенным интересом школьников к стрелковому оружию. Актуальность программы заключается в предоставлении дополнительного образования в сфере стрелковых видов спорта, способствованию самосовершенствованию, познанию и творчеству личности, формированию здорового образа жизни, профессиональному самоопределению, развитию физических, интеллектуальных и нравственных способностей, достижению уровня спортивных успехов сообразно способностям, развитию личности ребенка, как неотъемлемой ценности и уникальности.

Профессиональному самоопределению, развитию физических, интеллектуальных и нравственных способностей, достижению уровня спортивных успехов сообразно способностям, развитию личности ребенка, как неотъемлемой ценности и уникальности.

Пулевая стрельба, имеющая важное оборонное значение - наиболее развитое и массовое направление. Она входит составной частью и в другие комплексные виды спорта: спортивное пятиборье, биатлон, военно-спортивное многоборье, служебное многоборье, снайперский спорт. Значит, стрельба полезна, интересна и увлекательна. Программа способствует реализации умений и навыков, полученных обучающимися в базовом компоненте, формированию жизненных ценностей, овладению опытом самоорганизации, самореализации, самоконтроля, обеспечивает организацию содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей и подростков в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

Новизна программы состоит в удовлетворении возрастной потребности в идентификации личности, определении жизненных стратегий и обретении навыков их реализации; сохранении и культивировании уникальности личности несовершеннолетних граждан, создание условий, благоприятных для развития спортивной индивидуальности личности учащегося.

ОТЛИЧИТЕЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОГРАММЫ

Программа отличается от базовых тем, что в ней учитывается использование новых моделей пневматических винтовок, а также диоптрических прицелов к ним; курсы специальной подготовки стрелка; целенаправленная подготовка стрелков к соревнованиям различного уровня.

В программу также включены темы по изучению материальной части, разборка и сборка автомата Калашникова.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа позволяет детям и подросткам приобрести навыки стрельбы из пневматического оружия, воспитать важные качества характера и выработать определённую систему нравственных ценностей. Разделы программы взаимосвязаны, смысловое содержание их направлено на воспитание гармонично развитых людей, готовых к трудовой, оборонной, спортивной и другим общественно полезным видам деятельности.

АДРЕСАТ ПРОГРАММЫ

Программа предназначена для детей 7 – 18 лет, без специальных знаний и навыков, не имеющих медицинских противопоказаний для занятий со стрелковым оружием, проявляющих интерес к пулевой стрельбе.

Характеристика возрастнo-психологических особенностей учащихся:

Дети лет обладают низкими показателями мышечной силы. Силовые, в особенности статистические, упражнения вызывают у них быстрое развитие охранительного торможения. Таким образом, возрастные особенности детей ограничивают применение силовых упражнений на тренировках. Дети этого возраста более расположены к кратковременным скоростно - силовым упражнениям. Применение статистических упражнений вызывается необходимостью поддержания правильного положения тела при выполнении упражнений. Особое значение статистические упражнения имеют для выработки и сохранения правильной осанки. К подростковому и в особенности к юношескому возрасту, вследствие относительно высокой морфологической и функциональной зрелости двигательного аппарата, создаются благоприятные возможности для развития силы. Дети младшего школьного возраста отличаются незначительной выносливостью. Однако уже к 10-летнего возраста у них повышается способность к неоднократному выполнению скоростной работы (повторный бег на короткие дистанции), а также малоинтенсивной работы (медленный бег) в течение сравнительно продолжительного времени.

В 11—13 лет - этот период развития детей характеризуется некоторой функциональной неустойчивостью и сравнительно легкой ранимостью организма. В этом возрасте происходят сложные внутренние перестройки, связанные с переходом от детства к юности. Внешне эти преобразования проявляются в резком ускорении роста тела, в некоторой дискоординации движений, довольно быстрой утомляемости, неуравновешенности, появлении новых черт характера. Двигательные навыки начинают автоматизироваться, что очень важно для изучения техники и тактики пулевой стрельбы

поскольку сознание играющих освобождается от постоянного контроля за выполнением приемов и переключается на решение тактических задач. Осознанный стойкий интерес к пулевой стрельбе нередко возникает у подростков старше 13 лет.

В ходе реализации программы «Пулевая стрельба» тренером-преподавателем учитываются вышеперечисленные возрастные и психологические особенности подростков.

Возрастные особенности обучающиеся средней и старшей возрастной группы позволяют проводить тренировки в полном объеме. Обучающиеся младшей возрастной группы подвижные, недостаточно сосредоточенные и внимательные, быстро утомляются. В связи с этим, для них предусмотрены облегченные задания и игровые формы обучения.

Срок реализации программы «Пулевая стрельба» рассчитана на 3 года обучения: 2 уровня освоения: стартовый уровень – 1 год обучения, базовый уровень – 2 и 3 год обучения.

Общий объем 756 часов, из них:

- 1-й год обучения - 252 часа (6 часов в неделю) – **стартовый уровень**;
- 2-й год обучения - 252 часа (6 часов в неделю) – **базовый уровень**;
- 3-й год обучения - 252 часа (6 часов в неделю) – **базовый уровень**.

Занятия проводятся по 3 раза в неделю по 2 часа. Режим занятий реализуется согласно утвержденного календарно-учебного графика. Продолжительность учебного часа – 45 минут.

В первый год обучения больше часов отводится на изучение и совершенствование техники стрельбы, специальную физическую подготовку и углубленное изучение правил соревнований. Второй и третий год обучения предполагает уменьшение часов на изучение материальной части стрелкового оружия, правил соревнований, специальной физической подготовки. За счет этого увеличиваются часы на изучение и совершенствование техники стрельбы, подготовку и проведение спортивных соревнований.

Формы занятий – индивидуальные, групповые и индивидуально-групповые, учебные группы формируются по возрасту. Расписание занятий и наполняемость группы составляется с учетом требований мер безопасности при проведении стрельб и извлечения из правил соревнований «Пулевая стрельба». Исходя из размеров тира и минимального времени, отведенного на выполнение упражнений, состав обучающейся группы не более 15 человек. Интенсивность занятий постепенно повышается из-за возрастания тактической, психологической и судейской подготовки. Учащийся вооружается знаниями и умениями сознательного управления своим состоянием в зависимости от изменения обстановки.

Организация и проведение образовательного процесса предполагает использование комплекса соответствующих методов и форм обучения:

Методы обучения

В подготовке стрелков применяются различные методы обучения и тренировки. Однако, основными следует считать индивидуальный, групповой, индивидуально-групповой и метод самостоятельной работы.

- **Индивидуальный метод** применяется для углубленной отработки техники стрельбы. Его особенность состоит в том, что педагог работает с каждым занимающимся отдельно. Целесообразно применять этот метод в тренировочной работе, и особенно при подготовке стрелков к ответственным соревнованиям.
- **Групповой метод** применяется главным образом на учебных занятиях, когда педагог обучает одновременно несколько занимающихся. Надо иметь в виду, что при таком методе внимание педагога рассредоточивается и возможность подметить и исправить ошибки у каждого обучающегося уменьшается, а это снижает качество отработки приемов.
- **Индивидуально-групповой метод** на занятиях по стрельбе является основным. Особенность его состоит в том, что педагог часть занятий проводит со всей группой одновременно, а часть - с отдельными стрелками. В

то время как педагога занимается с одним-двумя обучающимися, остальные обучаемые работают самостоятельно над выполнением задания.

- **Метод самостоятельной работы** состоит в том, что обучающиеся, получившие от педагога задание, самостоятельно или попарно отработывают приемы стрельбы или тренируются в производстве "холостых" выстрелов.

Формы реализации программы:

- Рассказ-объяснение (беседы, сообщения);
- тренировочные упражнения;
- соревнования;
- работа с наглядным материалом;
- практические занятия.

Применяемые технологии обучения:

- *Специальная физическая подготовка.* Необходима для развития и дальнейшего совершенствования двигательных навыков, лежащих в основе технико-тактической подготовки.
- *Технико-тактическая подготовка.* Включает изучение элементов техники выполнения выстрела из спортивного оружия (винтовки): изготовление, прицеливание, управление спуском, дыхание, выполнение выстрела.
- *Теоретическая подготовка.* Теоретические знания в пулевой стрельбе способствуют целенаправленности подготовки, конкретизации ставящихся тренировочных задач, методической грамотности их решения.
- *Практическая подготовка.* Позволяют определить причины неудач, стимулируют усилия на их преодоление. Создавая убежденность в правильности методов подготовки, раскрывают видение высокой спортивной перспективы.

Форма обучения: При реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Пулевая стрельба» используются следующие формы обучения: очная и дистанционная. Разделы программы, которые могут быть реализованы в форме электронного обучения с использованием дистанционных технологий, отмечены в разделе «Учебный план» знаком *.

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель: создание оптимальных условий для физического и психического развития, самореализации, укрепления здоровья и формирования позитивных жизненных ценностей, обучающихся посредством систематических занятий пулевой стрельбой.

Задачи:

Обучающие:

- обучить основным теоретическим и практическим знаниям в области стрелкового спорта;
- ознакомить с общими сведениями о пневматическом оружии, используемом при стрельбе;
- обучить приемам безопасности при стрельбе из пневматической винтовки;
- формировать навыки меткой стрельбы из пневматической винтовки на различные расстояния из различных положений.

Развивающие:

- развить глазомер, скорость, точность и координацию движений;
- развить выносливость, трудолюбие, меткость, умения правильно анализировать свои действия;
- расширить кругозор и эрудицию учащихся в области стрелкового спорта;
- развитие у детей навыков решения коммуникативных задач в условиях подготовки и проведения соревнований по стрельбе;
- научить детей ориентироваться в сложной ситуации.

Воспитательные:

- воспитание дисциплины, чувства ответственности;
- развитие навыка группового общения, умения работать в команде;

- формировать мотивацию к здоровому образу жизни
- формировать умение работать с партнёром и командой, быть членом коллектива.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате освоения программы к концу обучения учащиеся должны:

- обеспечить разностороннюю физическую подготовку стрелка и сформировать специальные качества, определяющие физкультурно-спортивный рост и успехи в соревнованиях: силовой выносливости, статической выносливости, координирования (движений и внутримышечной), ловкости, скоростных способностей, равновесия, произвольного мышечного расслабления;
- изучить и освоить основные элементы техники выполнения выстрела, соединение их в единое действие, закрепить навык по выполнению целостного выстрела;
- совершенствовать технику и тактику стрельбы в избранном виде оружия.

По окончании первого года обучения, обучающиеся должны

Знать:

- Инструкцию по технике безопасности при проведении стрельбы.
- Тактико-технические характеристики оружия, приемы и правила стрельбы.

Уметь:

- Выполнять последовательность действий стрелка при стрельбе, выполнять элементы техники стрельбы. Анализировать результаты стрельбы.

По окончании второго года обучения, обучающиеся должны

Знать:

- Технику и тактику стрельбы из винтовки.
- Инструкцию по технике безопасности при обращении с оружием и проведении стрельбы. Правила соревнований.

Уметь:

- Готовить оружие к стрельбе.
- Анализировать результаты стрельбы.
- Выполнять обязанности судьи-показчика, судьи-контролера, судьи линиимишеней.

По окончании третьего года обучения, знания обучающихся пополняются и совершенствуются и должны знать/уметь:

- Хорошо владеть одним из видов пневматической винтовки.
- Применять технику и тактику стрельбы.
- Взаимодействовать, общаться, быстро адаптироваться в любой ситуации.