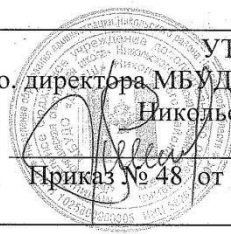


Управление образования администрации Никольского района Пензенской области

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детско – юношеская спортивная школа»
Никольского района Пензенской области

Принята на педагогическом совете
МБУДО «ДЮСШ» Никольского
района
Протокол № 5 от 2 июня 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора МБУДО «ДЮСШ»
Никольского района
А.П. Клоков
Приказ № 48 от 02.06.2025 г.



Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Юный стрелок»

Направленность программы - физкультурно – спортивная

Возраст обучающихся 7-13 лет
Срок реализации: 3 года

Разработчик:
тренер – преподаватель
В.А. Горшков

г. Никольск,
2025 г.

Программа прошла внутреннюю экспертизу:

Экспертное заключение составлено методистом муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «Детско – юношеская спортивная школа» Никольского района Пензенской области - Родиной Ириной Александровной и передана на утверждение педагогического совета.

Содержание

Раздел 1 «Комплекс основных характеристик программы	4
1.1. Пояснительная записка	4
1.2. Учебный план	11
1.3. Учебно-тематический план	12
1.4. Содержание программы	22
1.5. Планируемые результаты программы	38
Раздел 2 «Комплекс организационно-педагогических условий	42
2.1. Календарный учебный график	42
2.2. Формы контроля и система аттестации учащихся	42
2.3. Условия реализации программы	44
2.4. Рабочие программы по годам обучения	47
2.5. Список литературы и интернет ресурсов	76
Приложение № 1 к программе	77
Приложение № 2 к программе	88
Приложение № 3 к программе	92
Приложение № 4 к программе	93

1. Комплекс основных характеристик программы.

1.1. Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный стрелок» имеет *физкультурно – спортивную направленность*, два уровня освоения – *стартовый (1 год обучения), базовый (2 и 3 год обучения)*.

По степени авторства: модифицированная.

Программа по пулевой стрельбе подготовлена на основе Примерной программы спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮСШОР, УОР, ШВСМ – Москва: Советский спорт, 2005.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный стрелок» разработана в соответствии с действующими нормативно - правовыми документами:

- Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в РФ»;
- Федеральный Закон от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи", утверждённые постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20».
- Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 768-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р);
- Федеральный проект «Успех каждого ребёнка» (утверждён 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»;
- Национальный проект «Образование» (утверждён Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);
- Целевая модель развития региональной системы дополнительного

образования детей (приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467);

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «О порядке организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 29 марта 2016 г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально - психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей - инвалидов, с учётом их особых образовательных потребностей»;
- Письмо Министерства Просвещения РФ от 07.05.2020 № ВБ-976-04 «Методические рекомендации по реализации курсов, программ воспитания и дополнительных программ с использованием дистанционных образовательных технологий»;
- Устава МБУДО «ДЮСШ» Никольского района.

Данная программа физкультурно - спортивной направленности разработана для детей, обучающихся в спортивно - оздоровительных группах.

Содержание программы может ежегодно незначительно корректироваться в зависимости от условий реализации.

К спортивно - оздоровительной подготовке допускаются все лица, желающие заниматься пулевой стрельбой и не имеющие медицинских противопоказаний (имеющие письменное разрешение врача).

В спортивно – оздоровительных группах осуществляется физкультурно - оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку преимущественно оздоровительной направленности и овладение основами техники пулевой стрельбы.

Актуальность программы заключается в том, что в программах стрелковой подготовки, как правило, не предусматриваются создание условий для патриотического воспитания. Данная же программа ставит одной из приоритетных задач – военно – патриотического воспитания учащихся.

Патриотическое воспитание - это систематическая и целенаправленная деятельность органов государственной власти и организаций по формированию высокого патриотического сознания, чувства верности своему Отечеству. От уровня сформированности гражданской позиции у подрастающего поколения, уважения к историко-культурному наследию своего народа зависит безопасность нации в целом.

Именно поэтому актуальным является продолжение работы по патриотическому воспитанию.

Данная программа позволяет организовать подготовку учащихся по следующим направлениям: спортивному, военному, патриотическому, интеллектуальному.

Ведущим принципом построения программы является практико - ориентированное обучение - самое необходимое для роста умений и навыков учащихся, перехода к более сложным индивидуальным работам. Это база, которая поможет добиться хороших результатов: позволит поэтапно формировать у обучающихся умение работать как индивидуально, так и в команде; получить навыки выживания в полевых условиях; пробудить интерес к истории своего Отечества.

Отличительные особенности программы.

Особенность данной программы заключается в том, что она даёт возможность всем учащимся, независимо от уровня физической подготовки и природной комплекции, без какой - либо предварительной подготовки получить простейшие навыки техники и тактики пулевой стрельбы, обучиться технике безопасности при обращении с пневматическим оружием.

Программа включает в себя модуль «Юнармейцы», целью которого является военно - патриотическое воспитание учащихся, они получают знания и умения начальной военной подготовки.

Учащиеся смогут применить полученные знания и полученный опыт при поступлении в военные высшие учебные заведения.

В рамках программы планируются специализированные формы проведения занятий: военно - спортивные игры, спартакиады по военно - прикладным видам спорта, интеллектуальные конкурсы, игры, занятия, социальные акции и другие мероприятия, направленные на решение задач программы.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что занятия пулевой стрельбой рассматривается как наиболее эффективное средство военно - патриотического воспитания подрастающего поколения, не только физическом, но и духовно - нравственном аспекте. Важной моментом, является достижения социального эффекта, формирование развитой социально активной личности, воспитание гражданственности, патриотизма. Регулярные занятия по данному направлению в рамках данной программы позволят повысить занятость детей и подростков в свободное время, снизить подростковую преступности и обеспечит успешную социализацию в обществе, развитие творческих, спортивных способностей, лидерских качеств, повысить уверенность в себе при подготовке к службе в армии.

Цель и задачи программы:

Целью программы является создание условий для освоения учащимися навыков стрельбы из пневматической винтовки; развитие физкультурно - спортивных способностей; формирование устойчивого интереса к регулярным занятиям пулевой стрельбой; изучения военно - прикладной деятельности.

Задачи:

Обучающиеся:

- освоение фундаментальных основ теории стрельбы;
- изучение принципов работы огнестрельного и пневматического оружия;
- знакомство с историей развития стрелкового оружия;
- сформировать базовые навыки стрельбы из пневматической винтовки;
- изучить устройства и характеристики стрелкового оружия;
- освоить правила технического обслуживания стрелкового оружия;
- познакомиться с современными видами стрелкового вооружения;
- изучить правила техники безопасности;
- сформировать необходимые знания, умения и навыки по военно - прикладным дисциплинам;
- освоить основы правильного подбора и использования стрелковой экипировки.

Воспитательные:

- сформировать мотивацию к здоровому образу жизни;
- воспитать патриотическое и гражданское самосознание через изучение ратных страниц истории Отечества и родного края;
- воспитать личностные качества: усидчивость, аккуратность, настойчивость, трудолюбие, целеустремлённость, волю к победе, эмоциональную устойчивость к поражениям;
- воспитать способность работать в группе, сотрудничать в решении общих творческих задач;
- воспитать навыки поиска необходимой информации;
- сформировать у учащихся мотивацию к выбору спортивных профессий и содействовать приобретению учащимися образовательных результатов для самореализации, самосовершенствования и самоопределения в этой сфере.

Развивающиеся:

- расширить кругозор и эрудицию учащихся в области стрелкового спорта;
- развивать у детей навыки решения коммуникативных задач в условиях подготовки и проведения соревнований по стрельбе;
- развивать долговременную и оперативную память, концентрацию внимания;
- развивать умения производить логические операции (анализ, синтез, сравнение, обобщение).

Адресат программы: обучающиеся с 7 до 13 лет.

Возрастные особенности.

В младшем школьном возрасте (7-10 лет) дети располагают значительными резервами развития. Этот возраст является периодом интенсивного развития и качественного преобразования познавательных процессов: они начинают приобретать опосредствованный характер и становятся осознанными и произвольными. Ребёнок постепенно овладевает своими психическими процессами, учится управлять восприятием, вниманием, памятью.

В этом возрасте начинается формирование личности. Возникают новые отношения со взрослыми и сверстниками, происходит включение ребёнка в разнообразные виды деятельности. Всё это сказывается на формировании и закреплении новой системы отношений к людям, коллективу, к учению и связанным с ними обязанностям, формирует характер, волю, расширяет круг интересов, развивает способности.

В младшем школьном возрасте закладывается фундамент нравственного поведения, происходит усвоение моральных норм и правил поведения, начинает формироваться общественная направленность личности.

Средний школьный возраст (11-13 лет) переходный возраст от детства к юности. Он характеризуется началом половым созреванием и глубокой перестройкой всего организма. Это самый благоприятный для творческого развития возраст. Учащимся нравится решать проблемные ситуации, находить сходство и различие, определять причину и следствие, им интересны мероприятия, в ходе которых можно высказать своё мнение и суждение, самому решать проблему, участвовать в дискуссии, отстаивать и доказывать свою правоту, заявляя о себе.

Дети в этот период склонны к спорам и возражениям, слепое следование авторитету взрослого сводится зачастую к нулю. Система оценочных суждений, нравственных идеалов неустойчивые. Трудности жизненного плана, семейные проблемы, влияние друзей могут вызвать у ребят большие сложности в развитии и становлении.

В этом возрасте важное значение приобретает чувственная сфера. Свои чувства подростки могут проявлять очень бурно, иногда аффективно. Этот период жизни ребёнка иногда называют периодом тяжёлого кризиса. Признаками его могут быть упрямство, эгоизм, замкнутость, уход в себя, вспышки гнева.

Форма обучения:

При реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юный стрелок» используются следующие формы обучения: *очная*.

Объём программы – 756 ч.:

- 1 год обучения - 252 часов в год,
- 2 год обучения – 252 часов в год.
- 3 год обучения – 252 часов в год.

Уровень программы – стартовый и базовый.

Нормативный срок реализации программы – 3 года (756 ч.)

Программой предусмотрена организация образовательного процесса:

Стартовый уровень - 1 год, учащиеся – от 7 до 8 лет. Возраст учащихся может отклоняться от установленных рамок.

Базовый уровень – 2 год, учащиеся - от 9 до 10 лет. Возраст учащихся может отклоняться от установленных рамок.

Базовый уровень – 3 год, учащиеся - от 11 до 13 лет. Возраст учащихся может

отклоняться от установленных рамок.

Режим занятий и их продолжительность: занятия по программе проводятся 3 раза в неделю по 2 занятия по 45 мин. Перерыв между учебными занятиями – 15 минут.

В каникулярное время режим занятий учебных групп может переноситься на более удобное время для учащихся.

1 год обучения - 6 академических часов в неделю (по два учебных часа три раза в неделю), длительность учебного часа – 45 минут.

2 год обучения - 6 академических часов в неделю (по два учебных часа три раза в неделю), длительность учебного часа – 45 минут.

3 год обучения - 6 академических часов в неделю (по два учебных часа три раза в неделю), длительность учебного часа – 45 минут.

Наполняемость групп

<i>Год обучения</i>	<i>Число учащихся в группе</i>	<i>Количество учебных часов в неделю</i>	<i>Требования по физической, технической подготовке</i>
1 год обучения	не менее 8	6	Выполнение нормативов по ОФП
2 год обучения	не менее 8	6	
3 год обучения	не менее 8	6	

Особенности организации образовательного процесса:

Целесообразно осуществлять набор детей на обучение по дополнительной общеразвивающей программе «Юный стрелок» в начале учебного года. Запись в детское объединение производится по желанию детей, с согласия их родителей. Программа реализуется как в одновозрастных (7–8, 9-10 и 11-13 лет), так и в разновозрастных группах обучающихся (7-13 лет).

Данная программа имеет следующие особенности:

1.Разноуровневый подход.

Образовательные разделы взаимосвязаны, благодаря чему происходит интеграция различных видов физкультурно - спортивной деятельности, необходимых для достижения учащимися общего положительного результата и достижения цели программы.

2.Вариативность содержания и освоения.

Возможность выбора учащимися и их родителями уровня освоения ступеней программы и продолжительности обучения.

На 1 год обучения на программу (стартовый уровень) принимаются учащиеся без предъявления каких-либо специальных требований к их знаниям, умениям и навыкам. На данном уровне изучения программы учащиеся получают сформированное представление о стрелковом виде спорта; начальные знания, умения, навыки в стрельбе из пневматической винтовки.

Стартовый уровень рассчитан на развитие чувственно - эмоциональной

сферы, приобретение нового социального опыта, информационно - коммуникативной сферы, раскрытие спортивных возможностей на раннем этапе, формирование интереса к стрелковым видам спорта.

2 год обучения программы (базовый уровень) предполагает наличие у учащихся начальных знаний, умений и навыков стрельбы из пневматической винтовки из разных положений.

Данный уровень предполагает освоение учащимися базовых знаний, умений, навыков в стрелковом виде спорта, знать основы и правила безопасности.

Учащиеся научатся практическим навыкам стрельбы из положения «стоя», и смогут достичь хороших результатов в стрельбе из пневматической винтовки.

На 3 году обучения по программе (базовый уровень) учащиеся совершенствуют полученные знания, умения и навыки, участвуя в спортивных соревнованиях на уровне учреждения, города и района.

Формы занятий: индивидуальные, групповые и индивидуально - групповые, учебные группы формируются по возрасту.

Расписание занятий и наполняемость группы составляется с учётом требований мер безопасности при проведении стрельб и правил соревнований «Пулевая стрельба». Исходя из размеров тира и минимального времени, отведённого на выполнение упражнений, состав обучающейся группы не более 15 человек.

Интенсивность занятий постепенно повышается из-за возрастания тактической и психологической подготовки. Учащийся вооружается знаниями и умениями сознательного управления своим состоянием в зависимости от изменения обстановки.

Формы проведения занятий: беседа, зачёт, практическое выполнение упражнений по стрельбе, контрольные стрельбы.

1.2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование раздела, темы	стартовый уровень	Базовый уровень		итого
		1 год	2 год	3 год	
1	Введение в программу. Знакомство с дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой «Юный стрелок»	3	2	2	7
2	Гигиена, самоконтроль. Чистка оружия	2	3	2	7
3	Начальные сведения о стрельбе из пневматического оружия	20	-	-	20
4	Пневматическое оружие	20	-	-	20
5	Технико-тактическая подготовка	86	99	96	281
6	Общая физическая подготовка	28	21	12	61
7	Специальная физическая подготовка	19	30	18	67
8	Контрольные стрельбы	10	15	25	50
9	Судейская и инструкторская практика	-	12	14	26
10	Соревнования	12	18	21	51
11	Воспитательная работа	12	12	12	36
12	Основы профессионального ориентирования	-	-	10	10
13	Контрольно – переводные испытания по ОФП и СФП	4	4	4	12
	Модуль «Юнармейцы»	36	36	36	108
	ИТОГО	252	252	252	756

1.3. Учебно – тематический план
Стартовый уровень - 1 год обучения

№ п/ п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение в программу. Знакомство с дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой «Юный стрелок» стартового уровня. Техника безопасности.	3	2	1	Беседа, зачёт, опрос, игра.
2.	Гигиена, самоконтроль. Чистка оружия.	2	1	1	Опрос, зачёт, наблюдение, тестирование, беседа.
3.	Начальные сведения о стрельбе из пневматического оружия.	20	10	10	Опрос, тестирование, зачёт, выполнение контрольного упражнения, беседа, наблюдение.
4.	Пневматическое оружие.	20	10	10	Наблюдение, опрос, беседа, зачёт, тестирование, выполнение контрольного упражнения.
5.	Технико – тактическая подготовка	86	30	56	
5.1.	Подготовительные упражнения по стрельбе.	21	8	13	Наблюдение, анализ, зачёт, тестирование, беседа.
5.2.	Вспомогательные упражнения	21	8	13	Наблюдение, зачёт,

	по стрельбе.				тестирование.
5.3.	Основные упражнения по стрельбе.	44	14	30	Наблюдение, зачёт, выполнение контрольного упражнения.
6.	Общая физическая подготовка .	28	5	23	Зачёт, тестирование, выполнение контрольного упражнения, наблюдение, игра.
7.	Специальная физическая подготовка.	19	4	15	Зачёт, наблюдение, тестирование, выполнение контрольного упражнения.
8.	Контрольные стрельбы	10	2	8	Зачет по результатам попадания в мишень, выполнение контрольного упражнения, наблюдение.
9.	Соревнования	12	4	8	Соревнования, зачёт, тестирование, наблюдение.
10	Воспитательная работа	12	6	6	Беседа, опрос, наблюдение, зачёт, подготовка проектов, презентаций, тестирование.
11	Контрольно – переводные испытания по ОФП и СФП	4	1	3	Тестирование, зачёт, выполнение контрольных

					упражнений, наблюдение, опрос.
	Итого	216	75	141	

**Модуль «Юнармейцы» - 1 года обучения стартового уровня
36 часов**

№ п/ п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Государственная и военная символика Российской Федерации.	4	2	2	Зачёт, тестирование, опрос, подготовка презентаций, подготовка проектов.
2	Военно-патриотическое наследие. Дни воинской славы.	4	2	2	Зачёт, тестирование, опрос. Разработка и презентация проектов.
3	Ратные страницы истории Отечества.	4	2	2	Зачёт, опрос, тестирование. Разработка и презентация проектов.
4	Виды огнестрельного боевого оружия.	4	2	2	Зачёт, тестирование, опрос.. Разработка проекта.
5	Строй и его элементы.	8	2	6	Зачёт, тестирование, опрос. Выполнение контрольных упражнений.
6	Основы строевой подготовки.	10	2	8	Зачёт, тестирование, опрос, беседа. Выполнение контрольных

					упражнений.
	итого	36	10	26	

Базовый уровень 2-й год обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Знакомство с дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой «Юный стрелок» базового уровня	2	1	1	Опрос, беседа, зачёт.
2.	Гигиена. Самоконтроль. Антидопинг.	3	1	2	Зачёт, тестирование, беседа, опрос, игра.
3.	Технико – тактическая подготовка	99	20	79	
3.1.	Изготовка и прицеливание в положении «стоя». Работа с дыханием.	36	8	28	Наблюдение, опрос, выполнение контрольного упражнения.
3.2.	Работа с выстрелом в положении «стоя». Холостая работа, корректировка изготовки.	36	8	28	Наблюдение, выполнение контрольного упражнения, зачёт.
3.3.	Практические занятия с промежуточным холостым временем.	27	4	23	Наблюдение, опрос, зачёт, выполнение контрольного упражнения.
4.	Общая физическая подготовка.	21	4	17	Зачёт, выполнение контрольного упражнения,

					беседа, опрос.
5.	Специальная физическая подготовка.	30	5	25	Зачёт, выполнение контрольного упражнения, опрос, наблюдение, беседа.
6.	Контрольные стрельбы	15	3	12	Зачёт по результатам попадания в мишень, анализ, выполнение контрольного упражнения, наблюдение.
7.	Судейская и инструкторская практика.	12	4	8	Зачёт, тестирование, опрос, наблюдение, беседа, выполнение заданий по карточкам, подготовка презентаций.
8	Соревнования.	18	2	16	Соревнования, зачёт, тестирование, опрос, беседа, наблюдение.
9	Воспитательная работа	12	6	6	Беседа, опрос, наблюдение, зачёт, игра, подготовка проектов.
10	Контрольно – переводные испытания по ОФП и СФП	4	1	3	Тестирование, зачёт, опрос, выполнение контрольных упражнений.

Итого на базовом уровне 2 года обучения:	216	47	169	
---	------------	-----------	------------	--

**Модуль «Юнармейцы»- 2 года обучения базового уровня
36 часов**

№ п/ п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Военная история ВС РФ.	6	2	4	Зачёт, опрос, беседа, тестирование, подготовка проектов и презентаций.
2	Символы воинской чести.	4	2	2	Зачёт, тестирование, опрос, беседа, подготовка презентаций, игра.
3	Совершенствование строевой подготовки.	6	2	4	Зачёт, выполнение контрольных упражнений, тестирование, опрос, беседа, наблюдение.
4	Строевые приёмы и движения с оружием.	8	2	6	Выполнение контрольных упражнений, опрос, зачёт, беседа, наблюдение.
5	Воинские звания и знаки различия в ВС РФ.	8	2	6	Зачёт, тестирование, опрос, беседа, наблюдение, подготовка докладов, презентаций,

					разработка проектов.
6	Разборка/сборка автомата Калашникова АК-74 (АК-74).	4	2	2	Зачёт, тестирование, опрос, беседа, наблюдение, подготовка докладов, презентаций, разработка проектов.
	Итого	36	12	24	

Базовый уровень 3 год обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение в программу. Знакомство с дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой «Юный стрелок» продвинутого уровня. История и задачи развития пулевой стрельбы в России.	2	1	1	Опрос, зачёт, наблюдение, беседа.
2.	Гигиена. Самоконтроль. Антидопинг.	2	1	1	Опрос, беседа, зачёт, подготовка презентаций, тестирование.
3.	Технико – тактическая подготовка	96	18	78	
3.1	Изготовка и прицеливание в положении «стоя», «сидя», «с колена». Работа с дыханием.	32	6	26	Наблюдение, выполнение контрольного упражнения, зачёт, опрос, зачёт.
3.2	Работа с выстрелом в положении «стоя»,	32	6	26	Наблюдение, зачёт, опрос,

	«сидя», «с колена». Холостая работа, корректировка изготовки.				выполнение контрольного задания, анализ своих действий.
3.3	Практические занятия с промежуточным холостым временем.	32	6	26	Наблюдение, зачёт, выполнение контрольных заданий, опрос, беседа.
4.	Общая физическая подготовка.	12	2	10	Зачёт, наблюдение, опрос, выполнение контрольных упражнений, тестирование, игра.
5.	Специальная Физическая подготовка	18	2	16	Зачёт, опрос, беседа, тестирование, наблюдение, выполнение контрольных упражнений.
6.	Контрольные стрельбы	25	1	24	Зачёт по результатам попадания в мишень, наблюдение, проведение анализа, беседа, опрос.
7.	Судейская и инструкторская практика	14	4	10	Зачёт, тестирование, наблюдение, беседа, опрос.
8.	Соревнования.	21	1	20	Соревнования, зачёт, опрос, тестирование, наблюдение,

					беседа., подготовка презентаций.
9	Воспитательная работа	12	6	6	Беседа, опрос, наблюдение, зачёт, подготовка рефератов.
10	Основы профессионального ориентирования.	10	6	4	Беседа, анкетирование, разработка презентаций, опрос, тестирование, зачёт.
11	Контрольно – переводные испытания по ОФП и СФП	4	1	3	Тестирование, зачёт, опрос, беседа, наблюдение, выполнение контрольных упражнений.
	Итого на базовом уровне 3 года обучения:	216	43	173	

**Модуль «Юнармейцы» - 3 года обучения базового уровня
36 часов**

№ п/ п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Совершенствование строевой подготовки.	5	1	4	Зачёт, выполнение контрольных упражнений, опрос, беседа, тестирование, наблюдение.
2	Совершенствование строевых приёмов и движение с оружием.	5	1	4	Выполнение контрольных упражнений,

					беседа, опрос, зачёт, тестирование.
3	Медико-санитарная подготовка. Медицинские термины.	6	2	4	Выполнение контрольных упражнений, тестирование, зачёт, беседа, опрос, наблюдение, практические задания.
4	Алгоритм оказания доврачебной помощи.	6	2	4	Зачёт, опрос, беседа, тестирование, наблюдение, выполнение практических заданий.
5	Основы проведения полевой, поисковой экспедиции.	6	2	4	Опрос, беседа, наблюдение, выполнение контрольного задания, зачёт.
6	Психологическая подготовка. Взаимоотношение в команде, группе.	4	2	2	наблюдение, беседа, опрос, зачёт, анкетирование.
7	Страх, паника.	4	2	2	наблюдение, анкетирование, беседа.
	Итого	36	12	24	

1.4. Содержание программы.

Стартовый уровень - 1 год обучения.

Тема № 1: Введение в программу. Знакомство с дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой «Юный стрелок» стартового уровня.

Теория: Знакомство с учащимися. Инструктаж по технике безопасности. Изучение индивидуальных способностей учащихся. Знакомство с материально-техническими средствами.

Практика: Знакомство с учащимися, игры на знакомство и сплочение детского коллектива.

Форма аттестации/контроля: Беседа, зачёт, опрос, игра.

Тема № 2: Гигиена, самоконтроль. Чистка оружия.

Теория: Ознакомление с техникой безопасности на занятиях по пулевой стрельбе. Основы техники выполнения выстрела. Техника выполнения чистки оружия. Команды, подаваемые педагогом на огневом рубеже. Беседа о режиме дня, гигиене и самоконтролю учащихся.

Практика: Чистка оружия.

Форма аттестации/контроля: Опрос, зачёт, наблюдение, тестирование, беседа.

Тема № 3: Начальные сведения о стрельбе из пневматического оружия.

Теория: История развития огнестрельного и пневматического оружия.

Понятие о стрельбе и выстреле. Основы устройства оружия и боеприпасов. Внутренняя и внешняя баллистика. Стабилизация пули в воздухе. Средняя точка попадания пули, её определение. Пристрелка оружия. Прицеливание. Режим дыхания. Меры безопасности. Правила выполнения стрельбы. Заряжение и разряжение.

Практика: Упражнения на заряжение и разряжение оружия.

Упражнения по пристрелке оружия.

Форма аттестации/контроля: Опрос, тестирование, зачёт, выполнение контрольного упражнения, беседа, наблюдение.

Тема № 4: Пневматическое оружие.

Теория: Устройство и подготовка пневматического оружия к стрельбе. Общие данные. Принцип работы. Устройство и назначение основных частей и механизмов оружия. Уход за оружием и пулями, их хранение. Подготовка оружия к стрельбе. Соревнования по пулевой стрельбе. Правила соревнований по пулевой стрельбе. Отказы при стрельбе и способы их устранения. Обязанности и права стрелков при обращении с оружием.

Практика: Сборка и разборка оружия. Стрельба. Упражнения по подготовке оружия к стрельбе.

Форма аттестации/контроля: Наблюдение, опрос, беседа, зачёт, тестирование, выполнение контрольного упражнения.

Тема № 5: Техничко – тактическая подготовка.

Тема № 5.1: Подготовительные упражнения по стрельбе.

Теория: Психологическая подготовка стрелка. Преодоление своих отрицательных эмоций. Состояние «боевой готовности». Способность к отключению от внешних и внутренних факторов. Характерные ошибки при подготовке к стрельбе.

Практика: Упражнения по подготовке к стрельбе. Изготовка к стрельбе из винтовки, сидя за столом с опорой локтями о стол. Контроль однообразия прицеливания из винтовки. Принятие устойчивой изготовки для стрельбы из винтовки, стоя без опоры длительностью 5 минут и более. Самоконтроль изготовки. Тренировка в стрельбе из винтовки без пуль. Координация всех действий стрелка.

Форма аттестации/контроля: Наблюдение, анализ, зачёт, тестирование, беседа.

Тема № 5.2: Вспомогательные упражнения по стрельбе.

Теория: Овладение правильной и надёжной изготовкой для стрельбы из различных положений.

Практика: Отработка спуска курка. Ошибки при спуске курка и меры борьбы с ними. Стрельба из винтовки по белому листу бумаги для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Производство стрельбы, подготовительная фаза. Стрельба по квадрату 10х10 см на листе бумаги. Определение средней точки попадания. Производство стрельбы, исполнительная фаза.

Форма аттестации/контроля: Наблюдение, зачёт, тестирование.

Тема № 5.3: Основные упражнения по стрельбе.

Теория: Внимание как условие для обеспечения точности выстрела

Практика: Основные упражнения по стрельбе. Длительное удержание оружия. Техника выполнения выстрела. Контроль однообразия прицеливания. Управление дыханием и спусковым механизмом во время выстрела. Техника ведения стрельбы. Подбор и чередование нагрузки. Дыхательные упражнения. Упражнения по подготовке к стрельбе. Техника стрельбы из пневматической винтовки стоя. Стрельба на кучность. Техника стрельбы из пневматической винтовки стоя. Стрельба на результат. Стрельба из винтовки по круглой мишени, сидя за столом с опорой локтями на стол. Вынос точки прицеливания. Стрелковая игра «Лось и волки». Стрельба из винтовки по круглой мишени, стоя без опоры. Стрелковые игры «Дуэльная», «Ипподром», «График», «Турнир», «Выбывание». Стрельба на время из различных положений на результативность с опорой и без опоры.

Форма аттестации/контроля: Наблюдение, зачёт, выполнение контрольного упражнения.

Тема № 6. Общая физическая подготовка и специальная физическая подготовка.

Теория: Особенности занятий по общей физической подготовке. Особенности

занятий по специальной физической подготовке. Дыхательные упражнения для повышения мышечно - суставной чувствительности. Упражнения на расслабление различных групп мышц, на развитие координации и точности движений. Упражнения на формирование правильной осанки. Спортивные и подвижные игры как средство активного отдыха. Упражнения с партнёрами в равновесии, в сопротивлении. Упражнения для формирования правильной осанки. Разминка. Упражнения на развитие мышц рук, плечевого пояса, ног.

Практика: Выполнение дыхательных упражнений для повышения мышечно-суставной чувствительности, упражнений на расслабление различных групп мышц, на развитие координации и точности движений. Выполнение упражнений на формирование правильной осанки. Спортивные и подвижные игры как средство активного отдыха. Выполнение упражнений с партнёрами в равновесии, в сопротивлении, упражнений для формирования правильной осанки. Выполнение разминки. Выполнение упражнений на развитие мышц рук, плечевого пояса, ног.

Форма аттестации/контроля: Зачёт, тестирование, выполнение контрольного упражнения, наблюдение, игра.

Тема №7: Специальная физическая подготовка.

Теория: Особенности занятий по специальной физической подготовке.

Практика: Основные упражнения по стрельбе. Длительное удержание оружия. Выполнение выстрела. Контроль однообразия прицеливания. Управление дыханием и спусковым механизмом во время холостого выстрела. Техника и тактика ведения стрельбы. Подбор нагрузки в зависимости от заданий.

Форма аттестации/контроля: Зачёт, наблюдение, тестирование, выполнение контрольного упражнения.

Тема № 8: Контрольные стрельбы.

Теория: Основные правила, необходимые стрелку для выполнения прикидок, контрольных стрельб.

Практика: Контрольная стрельба, прикидки. Разбор результатов и ошибок на контрольной стрельбе. Подбор и чередование нагрузки.

Форма аттестации/контроля: Зачёт по результатам попадания в мишень, выполнение контрольного упражнения, наблюдение.

Тема № 9: Соревнования.

Теория: Знакомство с правилами соревнований по стрелковому спорту. Подготовка к соревнованиям. Допуск участников к соревнованиям. Время на стрельбу. Команды, подаваемые на огневом рубеже. Опоздания.

Практика: Разбор результатов и ошибок на соревнованиях. Подбор и чередование нагрузок. Тренировка стрельбы по чистому листу.

Форма аттестации/контроля: Соревнования, зачёт, тестирование, наблюдение.

Тема №10. Воспитательная работа.

Теория: Правила поведения в тире, спортивном зале, на спортивной площадке,

правила поведения при угрозе террористического акта, правила безопасности поведения на дорогах и в транспорте, о дисциплине, культуре речи, этики, правилах поведения на соревнованиях, что такое допинг, правила поведения на водоёмах в зимнее время.

Практика:

- Поднятие флага, исполнение гимна на спортивных соревнованиях.
- Участие в митингах и возложение цветов к памятникам воинам, погибшим в ВОВ, и воинов, павших в локальных конфликтах – «День России», «День Победы», «День народного единства», «День героев Отечества», «День защитника Отечества», участие в патриотических акциях - «Вахта Памяти», «Окна Победы», «Бессмертный полк», «Свеча памяти».
- Участие в мероприятиях, посвящённых Дню Победы (массовый забег).
- Участие в соревнованиях, посвящённых памяти воинов погибших при исполнении воинского долга:
 - ✓ Первенство Никольского района по летнему биатлону, посвящённое подполковнику Федеральной службы безопасности Российской Федерации П.П. Квышко,
 - ✓ Первенство Никольского района по пулевой стрельбе памяти подполковника Д.Е. Лисовского,
 - ✓ Турнир по пулевой стрельбе среди семейных команд, посвящённого Дню народного единства,
 - ✓ Первенство Никольского района по стрелковому поединку, посвящённый памяти В.Секнина,
 - ✓ Первенство Никольского района по стрелковому поединку, посвящённый памяти А.Крутилина,
 - ✓ Первенство Никольского района по пулевой стрельбе «Юный стрелок России», посвящённый памяти И.Антошкина,
 - ✓ Спартакиада допризывной молодёжи, посвящённая памяти А.Назарова,
 - ✓ Первенство Никольского района по биатлону, посвящённое памяти А.Железнова,
 - ✓ Летняя спартакиада допризывной молодёжи, посвящённая памяти Д. Муравьева,
 - ✓ Открытое Первенство Никольского района по пулевой стрельбе памяти погибших в годы Великой Отечественной войны,
 - ✓ Чемпионат Никольского района по пулевой стрельбе, посвящённый Дню ветеранов боевых действий.
- Подготовка парада открытия и закрытия соревнований, участие в параде, церемонии награждения победителей и призёров.
- Участие в акциях по формированию здорового образа жизни, «Спорт против наркотиков», «Спорт без антидопинга», «Я выбираю спорт», «Запишись в спортивную школу».
- Участие в просветительской работе по антидопингу.

- Уборка мест занятий после тренировки, мест проведения соревнований по их окончанию.
- Участие в субботниках.
- Просмотр учебных фильмов, соревнований по пулевой стрельбе различного уровня.
- Организация встреч с ветеранами спорта.

Форма аттестации/контроля: Беседа, опрос, наблюдение, зачёт, подготовка проектов, презентаций, тестирование.

Тема № 11: Контрольно – переводные испытания по ОФП и СФП.

Теория: Нормативы общей физической подготовки и специальной физической подготовки. Правила выполнения нормативов для 1 года обучения.

Практика: Проведение промежуточной диагностики результатов освоения программы, сдача нормативов ОФП и СФП.

Форма аттестации/контроля: Тестирование, зачёт, выполнение контрольный упражнений, наблюдение, опрос.

Модуль «Юнармейцы» - 1 год обучения.

Тема № 1: Государственная и военная символика Российской Федерации.

Теория: Государственные символы Российской Федерации, Пензенской области. Государственный флаг - официальный государственный символ РФ. Государственный герб - официальный государственный символ Российской Федерации. Его описание и порядок официального использования установлены Федеральным конституционным законом «О Государственном гербе Российской Федерации» от 25 декабря 2000 года. История возникновения трёхцветного флага. Что означают три полосы: белая, синяя и красная? Правила вывешивания и обращения с государственным флагом. Описание современного Государственного герба РФ: Двуглавый орёл, державы, скрещённые мечи, щиты, коронованные головы. Государственный Гимн Российской Федерации. Пензенская область: герб, флаг, гимн.

Практика: Участие в тематических конкурсах, акциях. Составление творческих работ на тему значения герба и флага России.

Форма аттестации/контроля: Зачёт, тестирование, опрос, подготовка презентаций, подготовка проектов.

Тема № 2: Военно-патриотическое наследие. Дни воинской славы.

Теория: Памятные даты в истории Отечества, связанные с важнейшими историческими событиями в жизни государства и общества. Формы увековечения памяти воинов России. Места боевой славы.

Практика: Работа со справочными материалами, интернет ресурсами. Разработка проектов.

Форма аттестации/контроля: Зачёт, тестирование, опрос. Разработка и презентация проектов.

Тема № 3: Ратные страницы истории Отечества.

Теория: История развития стрелкового спорта. Понятие «Вооружённые силы».

Значение Вооружённых сил. История Вооружённых сил России. Развитие и становление Вооружённых Сил России в связи с историей Российского государства, ратные страницы истории родного края. г.Никольск в годы Великой отечественной войны 1941- 1945 годов. Имена Героев родного края.

Практика: Знакомство с информацией о Великой отечественной войне 1941-1945 годов на портале obr-memorial.ru, экскурсии в музеи.

Форма аттестации/контроля: Зачёт, опрос, тестирование. Разработка и презентация проектов.

Тема № 4: Виды огнестрельного боевого оружия.

Теория: Виды вооружения. Классификация огнестрельного оружия.

Боеприпасы.

Практика: Виды огнестрельного оружия. Знакомство с макетами боеприпасов.

Форма аттестации/контроля: Зачёт, тестирование, опрос. Разработка проекта.

Тема 5: Строй и его элементы.

Теория: Понятия: строй, шеренга, фланг, фронт, тыльная сторона строя, интервал, дистанция, ширина и глубина строя.

Практика: Строевой шаг. Строевая стойка.

Форма аттестации/контроля: Зачёт, тестирование, опрос. Выполнение контрольных упражнений.

Тема 6: Основы строевой подготовки.

Теория: Виды строя, движение в строю, перестроение из одношереножного строя в двухшереножный строй, смыкание и размыкание в одношереножном строю. Строевые приемы: «направо», «налево», «кругом» индивидуально и в строю. Команды: «равняйся», «смирно», «равнение на середину» в строю. Движение в составе знаменной группы.

Практика: Отработка строевой подготовки подразделения. Отработка строевых приёмов: «направо», «налево», «кругом» индивидуально и в строю. Команды: «равняйся», «смирно», «равнение на середину» в строю. Отработка строевой подготовки знаменной группы. Разучивание строевой песни.

Команды строевой подготовки и правила их выполнения.

Форма аттестации/контроля: Зачёт, тестирование, опрос, беседа. Выполнение контрольных упражнений.

Содержание программы - Базовый уровень – 2 год обучения.

Тема № 1: Введение в программу. Знакомство с дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой «Юный стрелок» базового уровня.

Теория: Беседа о новшествах в пулевой стрельбе, экипировке стрелка. Инструктаж по технике безопасности. Повторение правил соревнований. Повторение пройденного материала.

Практика: Инструктаж по технике безопасности.

Форма аттестации/контроля: Опрос, беседа, зачёт.

Тема № 2: Гигиена. Самоконтроль. Антидопинг.

Теория: Понятия «режим дня», «гигиена», «режим питания и самоконтроля учащихся». Общероссийские антидопинговые правила. Что такое допинг? Нарушения антидопинговых правил и ответственность. Запрещённый список на текущий год.

Практика: Чистка оружия. Подготовка тира и рабочих мест. Прохождение тестирования по антидопингу.

Подготовка проектов на темы:

- Что такое допинг?
- Допинг и зависимое поведение.
- Процедура допинга - контроля.

Форма аттестации/контроля: Зачёт, тестирование, беседа, опрос, игра.

Тема № 3: Техничко – тактическая подготовка.

Тема № 3.1: Изготовка и прицеливание в положении «стоя». Работа с дыханием.

Теория: Основы понятия по изготовке и прицеливанию в положение «стоя».

Практика: Удерживание оружия в определённой «позе-изготовке». Стрельба с дистанции 10 метров. Работа над плавным нажатием на спуск. Работа над дыханием. Прицеливание. Выстрел.

Форма аттестации/контроля: Наблюдение, опрос, выполнение контрольного упражнения.

Тема № 3.2: Работа с выстрелом в положении «стоя». Холостая работа, корректировка изготовки.

Теория: Корректировка изготовки стрелка в положение «стоя».

Практика: Отработка выстрела в положении «стоя». Прицеливание и правильное нажатие на курок. Индивидуальные задания во время холостой работы и работы с выстрелом. Установка и подбор оптимального положения корпуса, ног, рук.

Форма аттестации/контроля: Наблюдение, выполнение контрольного упражнения, зачёт.

Тема № 3.3: Практические занятия с промежуточным холостым временем.

Теория: Общее понятие об имитации выстрела.

Практика: Упражнения без выстрела. Холостая работа. Удержание винтовки в изготовке. Продолжение прицеливания на определённое время по секундомеру. Отработка выстрела. Разбор колебательных движений во время холостой работы.

Форма аттестации/контроля: наблюдение, опрос, зачёт, выполнение контрольного упражнения.

Тема № 4: Общая физическая подготовка.

Теория: Особенности занятий по общей физической подготовке. Подвижные игры: футбол, волейбол, баскетбол, настольный теннис и др.

Практика: Подвижные игры: футбол, волейбол, баскетбол, настольный теннис и др. Развитие всех групп мышц у стрелков. Отключение от монотонности основных тренировок по стрельбе. Разминка. Подвижные игры.

Форма аттестации/контроля: Зачёт, выполнение контрольного упражнения, беседа, опрос.

Тема № 5: Специальная физическая подготовка.

Теория: Понятие «специальная физическая подготовка». Функции специальной физической подготовки.

Практика: Длительное удержание оружия. Выполнение выстрела. Контроль однообразия прицеливания. Управление дыханием и спусковым механизмом во время стрельбы.

Форма аттестации/контроля: Зачёт, выполнение контрольного упражнения, опрос, наблюдение, беседа.

Тема № 6: Контрольные стрельбы.

Теория: Основные совершаемые ошибки при стрельбе.

Практика: Устранение ошибок и недостатков стрелков. Отобрать сильнейших стрелков для укомплектования команды.

Форма аттестации/контроля: Зачёт по результатам попадания в мишень, анализ, выполнение контрольного упражнения, наблюдение.

Тема № 7: Судейская и инструкторская практика.

Теория: Судейская и инструкторская практика. Замена стрелков. Время на стрельбу для выполнения упражнений, опоздания. Перерывы в стрельбе. Изготовка при стрельбе. Ошибки и помехи при медленной стрельбе. Оружие и принадлежности. Состав судейской коллегии. Общие обязанности и права членов судейской коллегии. Судья-показчик, судья-контролёр, судья линии огня, судья мишеней.

Практика: Выполнение обязанностей судьи линии мишеней, судьи линии огня, судьи - контролёра, судьи - показчика.

Форма аттестации/контроля: Зачёт, тестирование, опрос, наблюдение, беседа, выполнение заданий по карточкам, подготовка презентаций.

Тема 8: Соревнования.

Теория: Классификационные соревнования. Разрядные нормы. Положение о соревнованиях. Программа соревнований. Порядок выполнения упражнений, состав судейской коллегии.

Практика: Участие в соревнованиях.

Форма аттестации/контроля: Соревнования, зачёт, тестирование, опрос, беседа, наблюдение.

Тема 9. Воспитательная работа.

Теория:

- Вред алкоголя, наркотиков, курения для здоровья человека.
- Правила поведения на учебно-тренировочных сборах.
- Великие достижения России.

- Правила поведения в общественных местах.
- Традиционные семейные ценности.

Практика:

- Выбор актива и старост групп.
- Подготовка проектов на темы: Традиционные семейные ценности, Великие достижения России, «Спорт против наркотиков», «Нет табачному дыму», «Вред алкоголя на организм человека», «Вред наркотиков для организма человека».
- Участие в митингах и возложение цветов к памятникам воинам, погибшим в ВОВ, и воинов, павших в локальных конфликтах – «День России», «День Победы», «День народного единства», «День героев Отечества», «День защитника Отечества», участие в патриотических акциях - «Вахта Памяти», «Окна Победы», «Бессмертный полк», «Свеча памяти».
- Участие в мероприятиях, посвящённых Дню Победы (массовый забег).
- Участие в соревнованиях, посвящённых памяти воинов погибших при исполнении воинского долга:
 - ✓ Первенство Никольского района по летнему биатлону, посвящённое подполковнику Федеральной службы безопасности Российской Федерации П.П. Квышко,
 - ✓ Первенство Никольского района по пулевой стрельбе памяти подполковника Д.Е. Лисовского,
 - ✓ Турнир по пулевой стрельбе среди семейных команд, посвящённого Дню народного единства,
 - ✓ Первенство Никольского района по стрелковому поединку, посвящённый памяти В.Секнина,
 - ✓ Первенство Никольского района по стрелковому поединку, посвящённый памяти А.Крутилина,
 - ✓ Первенство Никольского района по пулевой стрельбе «Юный стрелок России», посвящённый памяти И.Антошкина,
 - ✓ Спартакиада допризывной молодёжи, посвящённая памяти А.Назарова,
 - ✓ Первенство Никольского района по биатлону, посвящённое памяти А.Железнова,
 - ✓ Летняя спартакиада допризывной молодёжи, посвящённая памяти Д.Муравьева,
 - ✓ Открытое Первенство Никольского района по пулевой стрельбе памяти погибших в годы Великой Отечественной войны,
 - ✓ Чемпионат Никольского района по пулевой стрельбе, посвящённый Дню ветеранов боевых действий.
- Подготовка парада открытия и закрытия соревнований, участие в параде, церемонии награждения победителей и призёров.
- Участие в выставках спортивных достижений.
- Участие в акциях по формированию здорового образа жизни, «Спорт против наркотиков», «Спорт без антидопинга», «Я выбираю спорт», «Запишись в

спортивную школу».

- Участие в просветительской работе по антидопингу.
- Уборка мест занятий после тренировки, мест проведения соревнований по их окончанию.
- Участие в субботниках.
- Просмотр учебных фильмов, соревнований по пулевой стрельбе различного уровня.
- Организация встреч с ветеранами спорта.

Форма контроля/аттестации: Беседа, опрос, наблюдение, зачёт, игра, подготовка проектов.

Тема 10: Контрольно – переводные испытания по ОФП и СФП.

Теория: Нормативы по общей физической подготовки и специальной физической подготовки. Правила выполнения 2 года обучения.

Практика: Проведение промежуточной диагностики результатов освоения программы.

Форма аттестации/контроля: Тестирование, зачёт, опрос, выполнение контрольных упражнений.

Модуль «Юнармейцы»- 2 год обучения.

Тема № 1: Военная история Вооружённых сил (ВС) РФ.

Теория: Русская армия. Прошлое, настоящее и будущее: ратная слава русских дружин, 18 век – век русской воинской славы, русская армия XIX века, армия и флот России XX века, армия России на современном этапе. Выдающиеся российские адмиралы и полководцы. Выдающиеся военные учёные и конструкторы России. Российские Вооружённые Силы на современном этапе, назначение, состав, Виды и рода войск. Знакомства с профессиями, связанными с использованием оружия – военный, сотрудник полиции. Военная форма и знаки различия. Армия: этикет и культура общения. Войсковые и корабельные воинские звания военнослужащих

Практика: Участие в тематических конкурсах, акциях.

Форма аттестации/контроля: Зачёт, опрос, беседа, тестирование, подготовка проектов и презентаций.

Тема № 2: Символы воинской чести.

Теория: Боевые традиции Российской Армии и Военно-Морского Флота. Ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации. Военная присяга, её значение в жизни, учёбе и боевой деятельности войск. Боевое Знамя воинской части - символ воинской чести, доблести и славы. Музей Боевой славы. Боевой путь воинской части. Ознакомление с наградной системой РФ. Ордена и медали - почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. Происхождение Георгиевской ленты. Земляки – Герои Советского Союза и Российской Федерации.

Практика: Интеллектуальная игра «Ратные страницы истории Отечества». Разработка проекта.

Форма аттестации/контроля: Зачёт, тестирование, опрос, беседа, подготовка презентаций, игра.

Тема № 3: Совершенствование строевой подготовки.

Теория: Виды строя, движение в строю, перестроение из одношереножного строя в двухшереножный строй, смыкание и размыкание в одношереножном строю. Строевые приемы: «направо», «налево», «кругом» индивидуально и в строю. Команды: «равняйся», «смирно», «равнение на середину» в строю. Движение в составе знаменной группы.

Практика: Отработка строевой подготовки подразделения. Отработка строевых приёмов: «направо», «налево», «кругом» индивидуально и в строю. Команды: «равняйся», «смирно», «равнение на середину» в строю. Отработка строевой подготовки знаменной группы. Разучивание строевой песни. Команды строевой подготовки и правила их выполнения.

Форма аттестации/контроля: Зачёт, выполнение контрольных упражнений, тестирование, опрос, беседа, наблюдение.

Тема № 4: Строевые приёмы и движения с оружием.

Теория: Строевые приёмы и движения с оружием.

Практика: Строевая стойка с оружием. Выполнение приёмов с оружием на месте. Выполнение воинского приветствия с оружием на месте.

Повороты и движение с оружием в положении «на ремень», «на грудь», «за спину». Выполнение воинского приветствия с оружием в движении.

Форма аттестации/контроля: Выполнение контрольных упражнений, опрос, зачёт, беседа, наблюдение.

Тема № 5: Воинские звания и знаки различия в ВС РФ.

Теория: Воинские звания. Войсковые и корабельные воинские звания. Знаки различия по воинским званиям. Воинские ритуалы. Воинское приветствие. Парады. Военная присяга, её значение для военнослужащего. Боевые Знамена. Боевые Знамёна Вооружённых сил РФ. Значения знамён. Награды разных периодов Российского государства (изучение по средствам наглядности).

Практика: Просмотр отрывков из фильма «Военная присяга». Знакомство со знаками различия в ВС Российской Федерации.

Форма аттестации/контроля: Зачёт, тестирование, опрос, беседа, наблюдение, подготовка докладов, презентаций, разработка проектов.

Тема № 6: Разборка/сборка автомата Калашникова АК-74 (АК-74).

Теория: Меры безопасности при неполной разборке и сборке АК-74.

Повторение последовательности неполной сборки и разборки автомата Калашникова (АК-74). Ошибки при разборке и сборке автомата Калашникова (АК-74).

Практика: Тренировка по неполной сборке и разборке автомата Калашникова (АК-74). Неполная сборка и разборка автомата на время.

Форма аттестации/контроля: Выполнение контрольных упражнений, зачёт, наблюдение, тестирование, опрос, беседа.

Содержание программы - Базовый уровень - 3 год обучения.

Тема № 1: Введение в программу. Знакомство с дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой «Юный стрелок» продвинутого уровня. История и задачи развития пулевой стрельбы в России.

Теория: История и задачи развития пулевой стрельбы в России. Пневматическое оружие, его отличительные особенности. Техника безопасности по пулевой стрельбе.

Практика: Инструктаж по технике безопасности.

Форма аттестации/контроля: Опрос, зачёт, наблюдение, беседа.

Тема № 2: Гигиена, самоконтроль. Антидопинг.

Теория: Режим дня, гигиена, режим питания, самоконтроль. Общероссийские антидопинговые правила. Запрещённый список на текущий год. Обзор основных изменений в антидопинговых правилах в текущем году.

Практика: Подготовка тира и рабочих мест. Составление режима дня. Прохождение онлайн-тестирования.

Подготовка проектов на темы:

- Недопинговые методы повышения спортивной работоспособности.
- Профилактика допинга.
- Исторический обзор проблемы допинга.
- Запрещённые методы.

Форма аттестации/контроля: Опрос, беседа, зачёт, подготовка презентаций, тестирование.

Тема № 3: Техничко – тактическая подготовка.

Тема № 3.1: Изготовка и прицеливание в положении «стоя», «сидя», «с колена». Работа с дыханием.

Теория: Понятия: правильное дыхание, задержка дыхания.

Практика: Стрельба в положении «стоя», «сидя», «с колена» у стрелковой стойки или стола с дистанции 10 метров. Правильное дыхание во время стрельбы. Удержание оружия в определённой изготовке.

Форма аттестации/контроля: Наблюдение, выполнение контрольного упражнения, зачёт, опрос, зачёт.

Тема № 3.2: Работа с выстрелом в положении «стоя». Холостая работа, корректировка изготовки. Индивидуальные занятия.

Теория: Корректировка изготовки. Подбор индивидуальных заданий.

Практика: Стрельба в положении «стоя». Холостая работа.

Форма аттестации/контроля: Наблюдение, зачёт, опрос, выполнение контрольного задания, анализ своих действий.

Тема № 3.3: Практические занятия с промежуточным холостым временем.

Теория: Подбор заданий.

Практика: Выполнение имитации выстрела. Удержание винтовки в изготовке

по секундомеру.

Форма аттестации/контроля: Наблюдение, зачёт, выполнение контрольных заданий, опрос, беседа.

Тема № 4: Общая физическая подготовка.

Теория: Правила выполнения упражнений по общей физической подготовке. Правила спортивных игр.

Практика: Совершенствование навыков общей физической подготовки. Разминка. Подвижные игры: футбол, волейбол, баскетбол, настольный теннис и др.

Форма аттестации/контроля: Зачёт, наблюдение, опрос, выполнение контрольных упражнений, тестирование, игра.

Тема № 5: Специальная физическая подготовка.

Теория: Понятие «специальная физическая подготовка». Функции общей физической подготовки.

Практика: Длительное удержание оружия. Выполнение выстрела. Контроль однообразия прицеливания. Управление дыханием и спусковым механизмом во время стрельбы.

Форма аттестации/контроля: Зачёт, опрос, беседа, тестирование, наблюдение, выполнение контрольных упражнений.

Тема № 6: Контрольные стрельбы.

Теория: Основные совершаемые ошибки при стрельбе.

Практика: Устранение ошибок и недостатков стрелков. Отобрать сильнейших стрелков для укомплектования команды.

Форма аттестации/контроля: Зачёт по результатам попадания в мишень, наблюдение, проведение анализа, беседа, опрос.

Тема № 7: Судейская и инструкторская практика.

Теория: Требования, предъявляемые к спортсменам, оружию, одежде.

Порядок стрельбы. Одежда стрелка. Судьи комиссии по определению результатов стрельбы. Секторный судья линии мишеней. Секторный судья линии огня. Судья - информатор, судья-контролер, судья-показчик.

Практика: Выполнение обязанностей судьи - показчика, судьи - контролера, судьи линии мишеней, судьи линии огня.

Форма аттестации/контроля: Зачёт, тестирование, наблюдение, беседа, опрос.

Тема № 8: Соревнования.

Теория: Права и обязанности контролёра, судьи линии огня, судьи линии мишеней. Порядок определения результатов и занятых мест. Нарушение правил и меры наказания (общие случаи). Обязанности судейской коллегии по участкам. Условия и порядок выполнения упражнений из пневматического оружия.

Практика: Выполнение определённых стрелковых упражнений. Выполнение на соревнованиях норму одного из разрядов (I юношеский, III-II взрослый) по

одному упражнению из пневматического оружия.

Форма аттестации/контроля: Соревнования, зачёт, опрос, тестирование, наблюдение, беседа, подготовка презентаций.

Тема № 9: Воспитательная работа.

Теория:

- История возникновения гигиены. Определение. Цель и задачи.
- Личная гигиена.
- Гигиена одежды и обуви.
- Значение питания как важнейшего фактора сохранения и укрепления здоровья, повышения спортивной работоспособности.
- Гигиенические требования к пище и питанию в современных условиях.

Практика:

- Выбор актива и старост групп;
- Подготовка рефератов и докладов на темы: «История возникновения гигиены», «Что такое гигиена, цель и задачи. Личная гигиена», «Гигиена одежды и обуви», «Гигиенические требования к пище и питанию», «Значение питания как важнейшего фактора сохранения и укрепления здоровья, повышения спортивной работоспособности», «Гигиенические требования к пище и питанию в современных условиях».
- Поднятие флага, исполнение гимна на спортивных соревнованиях.
- Участие в митингах и возложение цветов к памятникам воинам, погибшим в ВОВ, и воинов, павших в локальных конфликтах – «День России», «День Победы», «День народного единства», «День героев Отечества», «День защитника Отечества», участие в патриотических акциях - «Вахта Памяти», «Окна Победы», «Бессмертный полк», «Свеча памяти».
- Участие в мероприятиях, посвящённых Дню Победы (массовый забег).
- Участие в соревнованиях, посвящённых памяти воинов погибших при исполнении воинского долга:
 - ✓ Первенство Никольского района по летнему биатлону, посвящённое подполковнику Федеральной службы безопасности Российской Федерации П.П. Кышко,
 - ✓ Первенство Никольского района по пулевой стрельбе памяти подполковника Д.Е. Лисовского,
 - ✓ Турнир по пулевой стрельбе среди семейных команд, посвящённого Дню народного единства,
 - ✓ Первенство Никольского района по стрелковому поединку, посвящённый памяти В.Секнина,
 - ✓ Первенство Никольского района по стрелковому поединку, посвящённый памяти А.Крутилина,
 - ✓ Первенство Никольского района по пулевой стрельбе «Юный стрелок России», посвящённый памяти И.Антошкина,
 - ✓ Спартакиада допризывной молодёжи, посвящённая памяти А.Назарова,

- ✓ Первенство Никольского района по биатлону, посвящённое памяти А.Железнова,
- ✓ Летняя спартакиада допризывной молодёжи, посвящённая памяти Д.Муравьева,
- ✓ Открытое Первенство Никольского района по пулевой стрельбе памяти погибших в годы Великой Отечественной войны,
- ✓ Чемпионат Никольского района по пулевой стрельбе, посвящённый Дню ветеранов боевых действий.
- Подготовка парада открытия и закрытия соревнований, участие в параде, церемонии награждения победителей и призёров.
- Участие в выставках спортивных достижений.
- Участие в акциях по формированию здорового образа жизни, «Спорт против наркотиков», «Спорт без антидопинга», «Я выбираю спорт», «Запишись в спортивную школу».
- Участие в просветительской работе по антидопингу.
- Уборка мест занятий после тренировки, мест проведения соревнований по их окончанию.
- Участие в субботниках.
- Просмотр учебных фильмов, соревнований по пулевой стрельбе различного уровня.
- Организация встреч с ветеранами спорта.
- Анализ выступлений своих товарищей.

Форма контроля/аттестации: Беседа, опрос, наблюдение, зачёт, подготовка рефератов.

Тема №10. Основы профессионального ориентирования.

Теория: Профессиональные компетенции тренера - преподавателя. Практические навыки и умения тренера – преподавателя. Понятие «ментальная карта»? Методика составления ментальных карт: структура, основные понятия, цели, задачи.

Практика: Работа с «Матрицей выбора профессии» (приложение 3 к программе). Изучение атласа новых профессий Составление ментальной карты профессии «тренер-преподаватель по пулевой стрельбе» - приложение 4.

Форма контроля/аттестации: Беседа, анкетирование (приложение 2 к программе), разработка презентаций, опрос, тестирование, зачёт.

Тема № 11: Контрольно – переводные испытания по ОФП и СФП.

Теория: Нормативы общей физической подготовки и специальной физической подготовки. Правила выполнения нормативов 3 года обучения.

Практика: Проведение промежуточной диагностики результатов освоения программы.

Форма аттестации/контроля: Тестирование, зачёт, опрос, беседа, наблюдение, выполнение контрольных упражнений.

Модуль «Юнармейцы»- 3 год обучения.

Тема 1: Совершенствование строевой подготовки.

Теория: Виды строя, движение в строю, перестроение из одношереножного строя в двухшереножный строй, смыкание и размыкание в одношереножном строю. Строевые приёмы: «направо», «налево», «кругом» индивидуально и в строю. Команды: «равняйся», «смирно», «равнение на середину» в строю. Движение в составе знаменной группы.

Практика: Отработка строевой подготовки подразделения. Отработка строевых приёмов: «направо», «налево», «кругом» индивидуально и в строю. Команды: «равняйся», «смирно», «равнение на середину» в строю. Отработка строевой подготовки знаменной группы. Разучивание строевой песни. Команды строевой подготовки и правила их выполнения.

Форма аттестации/контроля: Зачёт, выполнение контрольных упражнений, опрос, беседа, тестирование, наблюдение.

Тема № 2: Совершенствование строевых приёмов и движение с оружием.

Теория: Совершенствование строевых приёмов и движение с оружием.

Практика: Строевая стойка с оружием. Выполнение приёмов с оружием на месте. Выполнение воинского приветствия с оружием на месте.

Повороты и движение с оружием в положении «на ремень», «на грудь», «за спину». Выполнение воинского приветствия с оружием в движении.

Форма аттестации/контроля: Выполнение контрольных упражнений, беседа, опрос, зачёт, тестирование.

Тема № 3: Медико-санитарная подготовка. Медицинские термины.

Теория: Изучение медицинских терминов: виды травм, ранений, кровотечений, утоплений, степени тяжести ожогов, обморожений.

Знакомство с терминами: ранение, травма, рана, кровотечение, ушиб, перелом, шок, ожог, обморок, отморожение, охлаждение. Знакомство с понятиями: антисептик, асептик, давящая повязка, иммобилизация, шина.

Практика: Правила наложения давящей повязки. Правила наложения жгута при открытом переломе. Правила наложения шины.

Форма аттестации/контроля: Выполнение контрольных упражнений, тестирование, зачёт, беседа, опрос, наблюдение, практические задания.

Тема № 4: Алгоритм оказания доврачебной помощи.

Теория: Знакомство с алгоритмом оказания доврачебной помощи при механических травмах, ранениях, ожогах, тепловом и солнечном ударе, ударе электрическим током.

Практика: Отработка алгоритма оказания доврачебной помощи.

Оценка ситуации. Обеспечение безопасности на месте происшествия. Оценка состояния пострадавшего. Оказание неотложной помощи. Вызов скорой медицинской помощи. Фиксация информации о времени и причинах случая. Контроль состояния пострадавшего.

Форма аттестации/контроля: Зачёт, опрос, беседа, тестирование,

наблюдение, выполнение практических заданий.

Тема № 5: Основы проведения полевой, поисковой экспедиции.

Теория: Устройство полевого лагеря. Костры и костровое хозяйство.

Личная гигиена в полевых условиях. Работа с компасом. Тактика и правила проведения поисковых разведок.

Практика: Полевые выходы, походы.

Форма аттестации/контроля: Опрос, беседа, наблюдение, выполнение контрольного задания, зачёт.

Тема № 6: Психологическая подготовка. Взаимоотношение в команде, группе.

Теория: Принципы взаимоотношений членов команды. Распределение ролей в группе. Способы управления ситуацией. Групповое и внегрупповое общение.

Практика: Тренинг по работе в группе.

Форма аттестации/контроля: наблюдение, беседа, опрос, зачёт, анкетирование.

Тема № 7: Страх, паника.

Теория: Способы преодоления страха и паники. Метод самовнушения, аутотренинга. Важность воспитания в себе морально-волевых качеств. Действия в экстремальной ситуации.

Практика: Решение кейс заданий по выходу из экстремальных ситуаций.

Форма аттестации/контроля: наблюдение, анкетирование, беседа.

1.5. Планируемые результаты программы:

Стартовый уровень программы – 1 год обучения.

Предполагается, что в конце 1 года обучения учащиеся будут знать:

- историю развития вида спорта;
- технику безопасности при обращении с оружием и при стрельбе;
- технические данные различных видов оружия;
- принципы работы пневматического оружия;
- основы техники стрельбы по мишеням;
- правила стрелкового спорта;
- правила соревнований по стрелковому спорту;
- знать команды судьи, подаваемые на огневом рубеже;
- знать что такое режим дня, гигиена и самоконтроль;
- историю развития огнестрельного и пневматического оружия;
- знать технику чистки оружия;
- знать устройство и подготовку пневматического оружия к стрельбе;
- знать упражнения по общефизической подготовке и специальной физической подготовке;

- знать правила для выполнения прикидок и контрольных стрельб;
- знать правила поведения в тире, спортивном зале, на спортивной площадке, правила поведения при угрозе террористического акта, правила безопасности поведения на дорогах и в транспорте, правила поведения на соревнованиях, правила поведения на водоёмах в зимнее время;
- знать что такое допинг;
- знать правила этикета;
- знать нормативы по ОФП и СФП для 1 года обучения и правила выполнения;
- государственную и военную символику РФ;
- военно - патриотическое наследие, дни воинской славы;
- виды огнестрельного боевого оружия;
- ратные страницы истории Отечества;
- понятия: строй, шеренга, фланг, фронт, тыльная сторона строя, интервал, дистанция, ширина и глубина строя.

Учащиеся будут уметь:

- соблюдать требования техники безопасности;
- готовить оружие к стрельбе;
- заряжать и разряжать пневматическую винтовку;
- плавно нажимать на спусковой крючок;
- разбирать результаты и ошибки на соревнованиях;
- правильно дышать при стрельбе;
- проводить чистку пневматической винтовки;
- занимать правильное положение при изготовке к стрельбе и при стрельбе;
- выполнять строевые приёмы и действия;
- выполнять сборку и разборку оружия.

Базовый уровень программы – 2 год обучения.

Предполагается, что в конце 2 года обучения

учащиеся будут знать:

- основные элементы техники выполнения выстрела;
- понятия «режим дня», «гигиена», «режим питания» и «самоконтроля учащихся»;
- обязанности судейской коллегии;
- понятие «специальная физическая подготовка»;
- обязанности и права членов судейской коллегии;
- знать о вреде алкоголя, наркотиков, курения для здоровья человека;
- разрядные нормы;
- историю Вооружённых сил РФ;
- символы воинской чести;
- строевые приёмы и движение с оружием;
- меры безопасности при неполной разборке и сборке АК-74;
- воинские звания и знаки различия в ВС РФ.

Учащиеся будут уметь:

- производить неполную разборку и сборку винтовки;
- снаряжать пневматическую винтовку пульками;
- готовить пневматическую винтовку к стрельбе и устранять возможные задержки при стрельбе;
- выполнять специальные действия, способствующие уравниванию дыхания и пульса;
- занимать правильное положение при изготовке к стрельбе и при стрельбе;
- кучно стрелять в мишень из пневматической винтовки;
- проходить тестирование по антидопингу;
- выполнять обязанности судьи линии мишеней, судьи линии огня, судьи-контролёра, судьи-показчика;
- играть в подвижные игры: футбол, волейбол, баскетбол, настольный теннис;
- чистить, смазывать и ставить на хранение пневматическую винтовку;
- проводить корректировку и самокорректировку;
- выполнять строевые приёмы и движения с оружием;
- разбирать и собирать автомат Калашникова.

Базовый уровень программы – 3 год обучения.

Предполагается, что в конце 3 года обучения

учащиеся будут знать:

- физические упражнения, направленные на развитие быстроты, ловкости, координации движений, контроль дыхания и пульса, приёмы и правила стрельбы из пневматической винтовки и пневматического пистолета;
- устройство и принцип действия пневматического оружия; технику безопасности при обращении и стрельбе из пневматического оружия;
- основы техники выполнения выстрела;
- требования к одежде стрелка;
- общероссийские антидопинговые правила;
- профессиональные компетенции тренера - преподавателя;
- что такое «ментальная карта»;
- способы преодоления страха и паники;
- порядок определения результатов и занятых мест;
- медицинские термины, правила наложения давящей повязки, правила наложения жгута при открытом переломе, правила наложения шины;
- алгоритм оказания доврачебной помощи.

Учащиеся будут уметь:

- выполнять стрелковые упражнения из положения «стоя»;
- выполнять специальные действия способствующие уравниванию дыхания и пульса;
- стрелять с корректировкой;
- выполнять имитации выстрела;
- выполнять удержание винтовки в изготовке по секундомеру;

- составлять ментальные карты;
- работать с «Матрицей выбора профессии»;
- выполнять упражнения для развития гибкости, координации и точности движения, на расслабление различных групп мышц;
- пристреливать оружие;
- осознанно относиться к своему здоровью, наблюдать, анализировать и запоминать;
- применять полученные знания и умения в самостоятельной работе;
- анализировать свои действия в процессе работы, сравнивать с действиями других учащихся;
- приобретать соревновательный опыт путём участия в соревнованиях по пулевой стрельбе;
- выполнять контрольные нормативы;
- проявлять волевые качества спортсмена;
- приобретут навыки правильного наложения давящей повязки, жгута при открытом переломе, шины;
- уметь оказывать доврачебную помощь;
- работать с компасом;
- овладеют навыками устройства полевого лагеря;
- преодолевать страх и панику.

2. Комплекс организационно – педагогических условий.

2.1. Календарный учебный график

Календарный учебный график составляется ежегодно в соответствии с учебным планом для каждой учебной группы. Предусматривается также обучение с отдельными учащимися по индивидуальной образовательной траектории.

1. Количество учебных недель – 42.
2. Количество учебных часов всего – 3 года, 756 ч.:
 - 1 год обучения (стартовый уровень) – 252 ч., из них: теоретических – 85 ч.; практических – 167 ч.;
 - 2 год обучения (базовый уровень) – 252 ч., из них: теоретических – 61 ч.; практических – 191 ч.;
 - 3 год обучения (базовый уровень) – 252 ч., из них: теоретических – 55 ч.; практических – 197 ч.

Год обучения	Дата начала обучения	Всего учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год обучения	1.09.	42	126	252	3 раза в неделю по 2 часа
2 год обучения	1.09.	42	126	252	3 раза в неделю по 2 часа
3 год обучения	1.09.	42	126	252	3 раза в неделю по 2 часа

- продолжительность каникул: 1 – 9 (10) января
- даты начала и окончания учебных периодов / этапов:
1-й год обучения – с 1 по 14 сентября – комплектование групп.

2.2. Формы контроля и система аттестации учащихся.

Для отслеживания результативности на протяжении всего процесса обучения осуществляются:

Вводный контроль (сентябрь) – проводится с целью выявления первоначального уровня знаний и умений, возможностей обучающихся при поступлении в объединение или осваивающих программу 2-го и 3-го годов обучения, ранее не занимающихся по данной программе.

Форма проведения: выполнение нормативов по общей физической подготовке.

Текущий контроль (в течение всего учебного года) – проводится после

прохождения каждой темы, чтобы выявить пробелы в усвоении материала и развитии учащихся, заканчивается коррекцией усвоенного материала.

Формы проведения: педагогическое наблюдение, опрос, выполнение практического задания, зачёт, тестирование, выполнение контрольного упражнения, подготовка презентаций, проектов, докладов, анализ.

Промежуточная аттестация – проводится в середине учебного года и в конце 1, 2 и 3 учебного года по изученным темам, для выявления уровня освоения содержания программы и своевременной коррекции учебно-воспитательного процесса.

Форма проведения: сдача нормативов по общей физической подготовке, специальной физической подготовке, тестирование уровня технико - тактической подготовленности и уровня теоретической подготовки.

Общие критерии оценивания результатов:

- владение теоретическими знаниями по программе;
- участие в акциях, турнирах, в соревнованиях;
- умение работать как самостоятельно, так и в коллективе;
- спортивный рост и личностные достижения учащихся по пулевой стрельбе.

Формы подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной программы:

В целях оценки и контроля результатов обучения в течение учебного года проводятся:

- проверка выполнения упражнений по ОФП и СФП;
- проверка выполнения нормативов по стрельбе из пневматической винтовки;
- соревнования на личное первенство среди учащихся объединения «Пулевая стрельба»;
- соревнования по стрельбе из пневматического оружия на различных уровнях;
- анализ и обсуждение проводимых мероприятий с учащимися и их родителями.

Формы подведения итогов реализации программы.

- выполнение нормативов с пневматической винтовкой;
- тестирование по теоретической части программы;
- контрольные стрельбы;
- соревнования.

Результатом эффективности данной программы являются высокие результаты на соревнованиях по пулевой стрельбе муниципального, регионального, межрегионального и зонального уровней.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: грамоты учащихся, фотоотчёт, протоколы соревнований, грамоты, дипломы, отзывы детей и родителей.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: участие в соревнованиях по пулевой стрельбе.

Оценочные материалы.

Перечень диагностических материалов, используемых в работе:

«Промежуточная аттестация». (Приложение 1).

Оценочные материалы для диагностики предметных результатов.
Критерии:

«Высокий уровень» - учащийся правильно ориентируется в современной пневматической винтовке, знает технику безопасности при стрельбе, теоретические основы при стрельбе, умеет правильно занять позицию, вести прицельную и кучную стрельбу с результатом не менее 17 очков из 3-х выстрелов, 25 очков из 5-ти выстрелов и 56 очков из 10-и выстрелов по мишени «П».

«Средний уровень» - учащийся, почти правильно ориентируется в современной пневматической винтовке; хорошо знает технику безопасности при стрельбе, теоретические основы при стрельбе, умеет правильно занять позицию, вести прицельную и кучную стрельбу с результатом не менее 15 очков из 3-х выстрелов, 23 очка из 5-ти выстрелов и 52 очка из 10-и выстрелов по мишени «П».

«Низкий уровень» - если учащийся неправильно ориентируется в современной пневматической винтовке, не знает технику безопасности при стрельбе, теоретические основы стрельбы, не умеет правильно занять позицию на стрелковом рубеже, ведёт прицельную и кучную стрельбу с результатом ниже 15 очков из 3-х выстрелов, 23 очков из 5-и выстрелов и 52-х очков из 10 выстрелов по мишени «П» .

2.3.Условия реализации программы

Для эффективной работы по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе имеем:

- технически оснащённый тир, оборудованный для стрельбы из пневматической винтовки с сектором для стрельбы и пулеуловителем.
- столы и стулья для учащихся и педагога;
- сейф для хранения пневматических винтовок.
- стрелковый инвентарь: мишени, спортивные коврики, зрительные трубы, оружейное масло, клей, пульки пневматические;
- приспособления для чистки оружия;
- пульки;
- пневматические винтовки: ИЖ-38, МР-512, ИЖ-32.

Кадровое обеспечение:

Для реализации программы работает тренер - преподаватель, имеющий высшее образование, обладающий знаниями в предметной области, имеющий практические навыки.

Методические материалы

Методы обучения.

В подготовке стрелков применяются различные методы обучения.

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 приёмов.

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 учащимися, остальные обучаемые работают самостоятельно над выполнением задания.

Метод самостоятельной работы состоит в том, что учащиеся, получившие от педагога задание, самостоятельно или попарно отрабатывают приёмы стрельбы или тренируются в производстве «холостых» выстрелов.

Разделы программы взаимосвязаны, смысловое содержание их направлено на воспитание гармонично развитых людей, готовых к трудовой, оборонной, спортивной и другим общественно полезным видам деятельности.

Формы организации образовательного процесса.

Для успешного освоения учебного материала в ходе реализации программы используются различные формы: *групповая, индивидуальная, индивидуально-групповая.*

Формы организации учебного занятия: практическое занятие, учебная игра, наблюдение, открытое занятие, соревнование, турнир, чемпионат, экскурсия, экзамен, тестирование, участия в мероприятиях различного уровня.

Педагогические технологии.

Реализация программы предусматривает использование в процессе обучения современных педагогических технологий:

- **личностно-ориентированное обучение** даёт каждому учащемуся возможность получить максимальные по его способностям результаты;
- **технология сотрудничества** предоставляет возможность учащимся не просто учиться вместе, а помогать друг другу, осознавать свои успехи и успехи товарищей;
- **групповое обучение** - действуя в паре или небольшой группе учащиеся учатся общению, умение слышать другого, договариваться, распределять работу. Активное участие ребенка в группе способствует развитию навыков, коммуникативного взаимодействия с другими учащимися;
- **игровая технология** формирует у учащегося умение выделять основные характерные признаки ситуаций, сравнивать, сопоставлять их, отличать реальные явления от нереальных, умения владеть собой, быстроту реакции и смекалку и др.

- **здоровьесберегающее обучение** способствует полноценному восстановлению, укреплению здоровья, совершенствованию мотивации к занятиям спортом.

Программа разработана на основе следующих принципах.

Принцип вариативности предусматривает в зависимости от этапа подготовки, индивидуальных особенностей учащихся вариативность программного материала для практических занятий, характеризующихся разнообразием тренировочных средств и нагрузок, направленных на решение определённой педагогической задачи.

Принцип системности предусматривает тесную взаимосвязь содержания учебной деятельности и всех сторон учебно-тренировочного процесса: физической, технической, тактической, теоретической подготовки; восстановительных мероприятий.

Принцип доступности и индивидуализации (учёт возрастных и индивидуальных особенностей в освоении учебного материала, регулярность занятий, чередование нагрузок и отдыха).

Принцип наглядности (создание правильного представления (наглядного образа) на основе зрительного, слухового, тактильного и мышечного восприятия) и другие.

2.4.Рабочие программы по годам обучения.
Рабочая программа на - 1 года обучения (стартового уровня).

Месяц	№ занятия	Тема занятия	Теория/ часов	Практика/ часов	Место проведения
сентябрь	1	Введение в программу. Знакомство с дополнительной общеразвивающей программой	1,5	0,5	ДЮСШ, тир
сентябрь	2	Введение в программу. Знакомство с дополнительной общеразвивающей программой	0,5	0,5	ДЮСШ, тир
		Гигиена, самоконтроль. Чистка оружия	1		
сентябрь	3	Гигиена, самоконтроль. Чистка оружия		1	ДЮСШ, тир
		Начальные сведения о стрельбе из пневматического оружия	1		
сентябрь	4	Начальные сведения о стрельбе из пневматического оружия	1	1	ДЮСШ, тир
сентябрь	5	Начальные сведения о стрельбе из пневматического оружия	1	1	ДЮСШ, тир
сентябрь	6	Начальные сведения о стрельбе из пневматического оружия	1	1	ДЮСШ, тир
сентябрь	7	Начальные сведения о стрельбе из пневматического оружия	1	1	ДЮСШ, тир
сентябрь	8	Начальные сведения о стрельбе из пневматического оружия	1	1	ДЮСШ, тир
сентябрь	9	Начальные сведения о стрельбе из пневматического оружия	1	1	ДЮСШ, тир
сентябрь	10	Начальные сведения о стрельбе из пневматического оружия	1	1	ДЮСШ, тир
сентябрь	11	Начальные сведения о стрельбе из пневматического оружия	1	1	ДЮСШ, тир

сентябрь	12	Начальные сведения о стрельбе из пневматического оружия	1	1	ДЮСШ, тир
октябрь	13	Начальные сведения о стрельбе из пневматического оружия		1	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
		Общая физическая подготовка	1		
октябрь	14	Пневматическое оружие	1	1	ДЮСШ, тир
октябрь	15	Пневматическое оружие	1	1	ДЮСШ, тир
октябрь	16	Пневматическое оружие		1	ДЮСШ, тир
		Подготовительные упражнения по стрельбе	1		
октябрь	17	Подготовительные упражнения по стрельбе		1	ДЮСШ, тир
		Пневматическое оружие	1		
октябрь	18	Пневматическое оружие		1	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
		Воспитательная работа	1		
октябрь	19	Пневматическое оружие	1		ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
		Соревнования		1	
октябрь	20	Подготовительные упражнения по стрельбе	1		ДЮСШ, тир
		Пневматическое оружие		1	
октябрь	21	Общая физическая подготовка	1	1	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
октябрь	22	Общая физическая подготовка		1	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
		Пневматическое оружие		1	
октябрь	23	Приём контрольных нормативов по ОФП и СФП	0,5		ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
		Приём контрольных нормативов по ОФП и СФП		1,5	

октябрь	24	Воспитательная работа			ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
		Пневматическое оружие	1		
октябрь	25	Пневматическое оружие	1	1	ДЮСШ, тир
ноябрь	26	Подготовительные упражнения по стрельбе	1	1	ДЮСШ, тир
ноябрь	27	Пневматическое оружие	1	1	ДЮСШ, тир
ноябрь	28	Пневматическое оружие	1	1	ДЮСШ, тир
ноябрь	29	Пневматическое оружие	1	1	ДЮСШ, тир
ноябрь	30	Пневматическое оружие	1	1	ДЮСШ, тир
ноябрь	31	Пневматическое оружие	1		ДЮСШ, тир
		Подготовительные упражнения по стрельбе		1	
ноябрь	32	Подготовительные упражнения по стрельбе	1	1	ДЮСШ, тир
ноябрь	33	Подготовительные упражнения по стрельбе	1	1	ДЮСШ, тир
ноябрь	34	Подготовительные упражнения по стрельбе	1	1	ДЮСШ, тир
ноябрь	35	Специальная физическая подготовка	1	1	ДЮСШ, тир, спортивный зал
ноябрь	36	Подготовительные упражнения по стрельбе	1	1	ДЮСШ, тир
ноябрь	37	Подготовительные упражнения по стрельбе		2	ДЮСШ, тир
декабрь	38	Подготовительные упражнения по стрельбе		2	ДЮСШ, тир
декабрь	39	Подготовительные упражнения по стрельбе		1	ДЮСШ, тир
		Вспомогательные упражнения по стрельбе	1		
декабрь	40	Подготовительные упражнения по стрельбе		1	ДЮСШ, тир
		Вспомогательные упражнения по стрельбе	1		
декабрь	41	Вспомогательные упражнения по стрельбе	1	1	ДЮСШ, тир
декабрь	42	Вспомогательные упражнения по стрельбе	1	1	ДЮСШ, тир
декабрь	43	Вспомогательные упражнения по стрельбе	1	1	ДЮСШ, тир
декабрь	44	Вспомогательные упражнения по стрельбе		1	ДЮСШ, тир

		Подготовительные упражнения по стрельбе	1		
декабрь	45	Вспомогательные упражнения по стрельбе	1	1	ДЮСШ, тир
декабрь	46	Вспомогательные упражнения по стрельбе	1	1	ДЮСШ, тир
декабрь	47	Вспомогательные упражнения по стрельбе	1	1	ДЮСШ, тир
декабрь	48	Контрольные стрельбы	1	1	ДЮСШ, тир
декабрь	49	Вспомогательные упражнения по стрельбе		2	ДЮСШ, тир
январь	50	Вспомогательные упражнения по стрельбе		2	ДЮСШ, тир
январь	51	Вспомогательные упражнения по стрельбе		1	ДЮСШ, тир
		Основные упражнения по стрельбе	1		
январь	52	Соревнования	1	1	ДЮСШ, тир
январь	53	Воспитательная работа	1	1	ДЮСШ, тир, спортивный зал
январь	54	Специальная физическая подготовка		1	ДЮСШ, тир, спортивный зал
		Воспитательная работа	1		
январь	55	Специальная физическая подготовка	1	1	ДЮСШ, тир, спортивный зал
январь	56	Основные упражнения по стрельбе	1	1	ДЮСШ, тир
январь	57	Основные упражнения по стрельбе	1	1	ДЮСШ, тир
январь	58	Основные упражнения по стрельбе	1	1	ДЮСШ, тир
январь	59	Основные упражнения по стрельбе	1	1	ДЮСШ, тир
февраль	60	Общая физическая подготовка	1		ДЮСШ, тир, спортивный зал
		Основные упражнения по стрельбе		1	
февраль	61	Основные упражнения по стрельбе	1	1	ДЮСШ, тир
февраль	62	Специальная физическая подготовка	1	1	ДЮСШ, тир, спортивный зал
февраль	63	Основные упражнения по стрельбе		2	ДЮСШ, тир
февраль	64	Контрольные стрельбы	1	1	ДЮСШ, тир

февраль	65	Соревнования	1	1	ДЮСШ, тир
февраль	66	Основные упражнения по стрельбе	1	1	ДЮСШ, тир
февраль	67	Специальная физическая подготовка	1	1	ДЮСШ, тир, спортивный зал
февраль	68	Основные упражнения по стрельбе	1	1	ДЮСШ, тир
февраль	69	Воспитательная работа	1	1	ДЮСШ, тир, спортивный зал
февраль	70	Общая физическая подготовка		1	ДЮСШ, тир, спортивный зал
		Воспитательная работа	1		
февраль	71	Основные упражнения по стрельбе		2	ДЮСШ, тир
март	72	Общая физическая подготовка		2	ДЮСШ, тир, спортивный зал
март	73	Специальная физическая подготовка	1	1	ДЮСШ, тир, спортивный зал
март	74	Основные упражнения по стрельбе		2	ДЮСШ, тир
март	75	Основные упражнения по стрельбе		2	ДЮСШ, тир
март	76	Основные упражнения по стрельбе		2	ДЮСШ, тир
март	77	Специальная физическая подготовка		1	ДЮСШ, тир, спортивный зал
		Основные упражнения по стрельбе		1	
март	78	Соревнования		2	ДЮСШ, тир
март	79	Специальная физическая подготовка		1	ДЮСШ, тир, спортивный зал
		Основные упражнения по стрельбе		1	
март	80	Специальная физическая подготовка		1	ДЮСШ, тир, спортивный зал
		Основные упражнения по стрельбе		1	
март	81	Основные упражнения по стрельбе		2	ДЮСШ, тир, спортивный зал
март	82	Специальная физическая подготовка		1	ДЮСШ, тир,

		Общая физическая подготовка		1	спортивный зал
март	83	Основные упражнения по стрельбе	1	1	ДЮСШ, тир
март	84	Основные упражнения по стрельбе	1	1	ДЮСШ, тир
апрель	85	Основные упражнения по стрельбе	1	1	ДЮСШ, тир
апрель	86	Основные упражнения по стрельбе		1	ДЮСШ, тир,
		Общая физическая подготовка		1	спортивный зал
апрель	87	Основные упражнения по стрельбе		1	ДЮСШ, тир,
		Общая физическая подготовка		1	спортивный зал
апрель	88	Контрольные стрельбы		2	ДЮСШ, тир
апрель	89	Специальная физическая подготовка		1	ДЮСШ, тир,
		Общая физическая подготовка		1	спортивный зал
апрель	90	Специальная физическая подготовка		1	ДЮСШ, тир,
		Общая физическая подготовка		1	спортивный зал
апрель	91	Соревнования	1	1	ДЮСШ, тир
апрель	92	Специальная физическая подготовка		1	ДЮСШ, тир,
		Общая физическая подготовка		1	спортивный зал
апрель	93	Специальная физическая подготовка		1	ДЮСШ, тир,
		Общая физическая подготовка		1	спортивный зал
апрель	94	Воспитательная работа		2	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
апрель	95	Специальная физическая подготовка		1	ДЮСШ, тир,
		Воспитательная работа	1		спортивный зал, стадион
апрель	96	Контрольные стрельбы		2	ДЮСШ, тир
май	97	Основные упражнения по стрельбе		1	ДЮСШ, тир,
		Общая физическая подготовка		1	спортивный

					зал, стадион
май	98	Соревнования		1	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
		Общая физическая подготовка		1	
май	99	Общая физическая подготовка		2	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
май	100	Воспитательная работа		1	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
		Основные упражнения по стрельбе		1	
май	101	Контрольные стрельбы		2	ДЮСШ, тир
май	102	Соревнования	1	1	ДЮСШ, тир
май	103	Основные упражнения по стрельбе	1	1	ДЮСШ, тир
май	104	Основные упражнения по стрельбе	1	1	ДЮСШ, тир
май	105	Основные упражнения по стрельбе	1	1	ДЮСШ, тир
май	106	Основные упражнения по стрельбе	1	1	ДЮСШ, тир
май	107	Общая физическая подготовка		1	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
		Воспитательная работа	1		
май	108	Общая физическая подготовка		2	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион

Рабочая программа на модуль «Юнармейцы» - 1 года обучения

Месяц	№ занятия	Тема занятия	Теория/ часов	Практика/ часов	Место проведения
июнь	1	Государственная и военная символика РФ	1	1	ДЮСШ, тир
июнь	2	Государственная и военная символика РФ	1	1	ДЮСШ, тир
июнь	3	Военно – патриотическое наследие. Дни воинской славы	1	1	ДЮСШ, тир
июнь	4	Военно – патриотическое наследие. Дни воинской славы	1	1	ДЮСШ, тир
июнь	5	Ратные страницы истории Отечества	1	1	ДЮСШ, тир
июнь	6	Ратные страницы истории Отечества	1	1	ДЮСШ, тир
июнь	7	Виды огнестрельного оружия	1	1	ДЮСШ, тир
июнь	8	Виды огнестрельного оружия	1	1	ДЮСШ, тир
июнь	9	Строй и его элементы	0,5	1,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
июнь	10	Строй и его элементы	0,5	1,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
июнь	11	Строй и его элементы	0,5	1,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
июнь	12	Строй и его элементы	0,5	1,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
июль	13	Основы строевой подготовки	1	1	ДЮСШ, тир, спортивный

					зал, стадион
июль	14	Основы строевой подготовки	1	1	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
июль	15	Основы строевой подготовки	0,5	1,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
июль	16	Основы строевой подготовки	0,5	1,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
июль	17	Основы строевой подготовки	0,5	1,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
июль	18	Основы строевой подготовки	0,5	1,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион

Рабочая программа - 2 года обучения (базового уровня).

Месяц	№ занятия	Тема занятия	Теория/ часов	Практика/ часов	Место проведения
сентябрь	1	Введение в программу. Знакомство с дополнительной общеразвивающей программой 2 года обучения	1	1	ДЮСШ, тир
сентябрь	2	Гигиена, самоконтроль. Антидопинг	1	1	ДЮСШ, тир
сентябрь	3	Гигиена, самоконтроль. Антидопинг		1	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
		Общая физическая подготовка	1	1	
сентябрь	4	Изготовка и прицеливание в положении «стоя». Работа с дыханием.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
сентябрь	5	Общая физическая подготовка		1	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
		Воспитательная работа	1		
сентябрь	6	Изготовка и прицеливание в положении «стоя». Работа с дыханием.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
сентябрь	7	Работа с выстрелом в положении «стоя». Холостая работа, корректировка изготовки.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
сентябрь	8	Контрольные стрельбы	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
сентябрь	9	Работа с выстрелом в положении «стоя». Холостая работа, корректировка изготовки.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
сентябрь	10	Практические занятия с промежуточным холостым временем.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
сентябрь	11	Соревнования		2	ДЮСШ, тир
октябрь	12	Судейская и инструкторская практика	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
октябрь	13	Общая физическая подготовка	1	1	ДЮСШ, тир, спортивный

					зал, стадион
октябрь	14	Общая физическая подготовка		2	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
октябрь	15	Специальная физическая подготовка	1	1	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
октябрь	16	Воспитательная работа	1	1	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
октябрь	17	Контрольно – переводные испытания по ОФП и СФП	0,5	1,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
октябрь	18	Воспитательная работа		2	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
октябрь	19	Изготовка и прицеливание в положении «стоя». Работа с дыханием.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
октябрь	20	Контрольные стрельбы		1,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
		Специальная физическая подготовка		0,5	
октябрь	21	Изготовка и прицеливание в положении «стоя». Работа с дыханием.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
октябрь	22	Соревнования	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
октябрь	23	Работа с выстрелом в положении «стоя». Холостая работа, корректировка изготовки.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
октябрь	24	Работа с выстрелом в положении «стоя». Холостая работа, корректировка изготовки.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир

ноябрь	25	Практические занятия с промежуточным холостым временем.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
ноябрь	26	Общая физическая подготовка	1	1	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
ноябрь	27	Контрольные стрельбы	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
ноябрь	28	Воспитательная работа	1	1	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
ноябрь	29	Изготовка и прицеливание в положении «стоя». Работа с дыханием.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
ноябрь	30	Судейская и инструкторская практика	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
ноябрь	31	Изготовка и прицеливание в положении «стоя». Работа с дыханием.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
ноябрь	32	Контрольные стрельбы	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
ноябрь	33	Работа с выстрелом в положении «стоя». Холостая работа, корректировка изготовки.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
ноябрь	34	Работа с выстрелом в положении «стоя». Холостая работа, корректировка изготовки.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
ноябрь	35	Специальная физическая подготовка		2	ДЮСШ, тир, спортивный зал
ноябрь	36	Соревнования	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
ноябрь	37	Изготовка и прицеливание в положении «стоя». Работа с дыханием.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
декабрь	38	Практические занятия с промежуточным холостым временем.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
декабрь	39	Специальная физическая подготовка		2	ДЮСШ, тир, спортивный зал

декабрь	40	Практические занятия с промежуточным холостым временем.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
декабрь	41	Общая физическая подготовка	1	1	ДЮСШ, тир, спортивный зал
декабрь	42	Специальная физическая подготовка	1	1	ДЮСШ, тир, спортивный зал
декабрь	43	Работа с выстрелом в положении «стоя». Холостая работа, корректировка изготовки.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
декабрь	44	Судейская и инструкторская практика	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
декабрь	45	Практические занятия с промежуточным холостым временем.		2	ДЮСШ, тир
декабрь	46	Изготовка и прицеливание в положении «стоя». Работа с дыханием.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
декабрь	47	Изготовка и прицеливание в положении «стоя». Работа с дыханием.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
декабрь	48	Работа с выстрелом в положении «стоя». Холостая работа, корректировка изготовки.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
декабрь	49	Соревнования	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
декабрь	50	Изготовка и прицеливание в положении «стоя». Работа с дыханием.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
январь	51	Изготовка и прицеливание в положении «стоя». Работа с дыханием.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
январь	52	Работа с выстрелом в положении «стоя». Холостая работа, корректировка изготовки.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
январь	53	Контрольные стрельбы	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
январь	54	Соревнования	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
январь	55	Изготовка и прицеливание в положении «стоя». Работа с дыханием.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир

январь	56	Работа с выстрелом в положении «стоя». Холостая работа, корректировка изготовления.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
январь	57	Общая физическая подготовка		0,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал
		Контрольные стрельбы		1,5	
январь	58	Судейская и инструкторская практика	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
январь	59	Общая физическая подготовка		2	ДЮСШ, тир, спортивный зал
январь	60	Специальная физическая подготовка		1	ДЮСШ, тир, спортивный зал
		Воспитательная работа	1		
февраль	61	Работа с выстрелом в положении «стоя». Холостая работа, корректировка изготовления.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
февраль	62	Работа с выстрелом в положении «стоя». Холостая работа, корректировка изготовления.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
февраль	63	Изготовка и прицеливание в положении «стоя». Работа с дыханием.		1,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
		Общая физическая подготовка		0,5	
февраль	64	Изготовка и прицеливание в положении «стоя». Работа с дыханием.		0,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал
		Специальная физическая подготовка	0,5	1	
февраль	65	Практические занятия с промежуточным холостым временем.		2	ДЮСШ, тир
февраль	66	Изготовка и прицеливание в положении «стоя». Работа с дыханием.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
февраль	67	Судейская и инструкторская практика	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
февраль	68	Общая физическая подготовка		1	ДЮСШ, тир, спортивный зал,
		Практические занятия с промежуточным холостым временем.		1	
февраль	69	Контрольные стрельбы	0,5	1,5	ДЮСШ, тир

февраль	70	Соревнования		2	ДЮСШ, тир
февраль	71	Работа с выстрелом в положении «стоя». Холостая работа, корректировка изготовки.		2	ДЮСШ, тир
март	72	Практические занятия с промежуточным холостым временем.		2	ДЮСШ, тир
март	73	Практические занятия с промежуточным холостым временем.		1	ДЮСШ, тир, спортивный зал
		Специальная физическая подготовка		1	
март	74	Судейская и инструкторская практика	1	0,5	ДЮСШ, тир
март	75	Работа с выстрелом в положении «стоя». Холостая работа, корректировка изготовки.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
март	76	Общая физическая подготовка		1	ДЮСШ, тир, спортивный зал
		Специальная физическая подготовка	0,5	1	ДЮСШ, тир, спортивный зал
март	77	Специальная физическая подготовка		1	ДЮСШ, тир, спортивный зал
		Воспитательная работа	1		
март	78	Практические занятия с промежуточным холостым временем.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
март	79	Изготовка и прицеливание в положении «стоя». Работа с дыханием.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
март	80	Специальная физическая подготовка		2	ДЮСШ, тир, спортивный зал
март	81	Работа с выстрелом в положении «стоя». Холостая работа, корректировка изготовки.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
март	82	Общая физическая подготовка		1,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал
		Судейская и инструкторская практика	0,5		
март	83	Контрольные стрельбы	0,5	1,5	ДЮСШ, тир

апрель	84	Соревнования		2	ДЮСШ, тир
апрель	85	Общая физическая подготовка		2	ДЮСШ, тир, спортивный зал
апрель	86	Специальная физическая подготовка		1	ДЮСШ, тир, спортивный зал
		Воспитательная работа	1		ДЮСШ, тир, спортивный зал
апрель	87	Общая физическая подготовка		2	ДЮСШ, тир, спортивный зал
апрель	88	Специальная физическая подготовка	1	1	ДЮСШ, тир, спортивный зал
апрель	89	Специальная физическая подготовка	1	1	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
апрель	90	Контрольно – переводные испытания по ОФП и СФП	0,5	1,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал
апрель	91	Воспитательная работа		2	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
апрель	92	Соревнования		2	ДЮСШ, тир
апрель	93	Работа с выстрелом в положении «стоя». Холостая работа, корректировка изготовки.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
апрель	94	Практические занятия с промежуточным холостым временем.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
апрель	95	Изготовка и прицеливание в положении «стоя». Работа с дыханием.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
апрель	96	Изготовка и прицеливание в положении «стоя». Работа с дыханием.		2	ДЮСШ, тир
май	97	Работа с выстрелом в положении «стоя».		2	ДЮСШ, тир

		Холостая работа, корректировка изготовки.			
май	98	Практические занятия с промежуточным холостым временем.		1	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
		Специальная физическая подготовка		1	
май	99	Соревнования		2	ДЮСШ, тир
май	100	Изготовка и прицеливание в положении «стоя». Работа с дыханием.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
май	101	Специальная физическая подготовка		2	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
май	102	Работа с выстрелом в положении «стоя». Холостая работа, корректировка изготовки.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
май	103	Судейская и инструкторская практика	2		ДЮСШ, тир
май	104	Специальная физическая подготовка		2	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
май	105	Практические занятия с промежуточным холостым временем.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
май	106	Специальная физическая подготовка		2	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
май	107	Практические занятия с промежуточным холостым временем.		2	ДЮСШ, тир
май	108	Соревнования		1,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
		Специальная физическая подготовка		0,5	

Рабочая программа на модуль «Юнармейцы» - 2 года обучения

Месяц	№ занятия	Тема занятия	Теория/ часов	Практика/ часов	Место проведения
июнь	1	Военная история ВС РФ.	1	1	ДЮСШ, тир
июнь	2	Военная история ВС РФ.	1	1	ДЮСШ, тир
июнь	3	Символы воинской чести	1	1	ДЮСШ, тир
июнь	4	Строевые приёмы и движения с оружием	1	1	ДЮСШ, тир
июнь	5	Символы воинской чести	1	1	ДЮСШ, тир
июнь	6	Совершенствование строевой подготовки	1	1	ДЮСШ, тир
июнь	7	Воинские звания и знаки различия в ВС РФ	1	1	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
июнь	8	Совершенствование строевой подготовки	0,5	1,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
июнь	9	Воинские звания и знаки различия в ВС РФ	0,5	1,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
июнь	10	Строевые приёмы и движения с оружием	0,5	1,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
июнь	11	Военная истории ВС РФ.		2	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
июль	12	Строевые приёмы и движения с оружием	0,5	1,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
июль	13	Строевые приёмы и движения с оружием		2	ДЮСШ, тир,

					спортивный зал, стадион
июль	14	Совершенствование строевой подготовки	0,5	1,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
июль	15	Воинские звания и знаки различия в ВС РФ	0,5	1,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
июль	16	Воинские звания и знаки различия в ВС РФ		2	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
июль	17	Разборка/сборка автомата Калашникова АК-74	1	1	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
июль	18	Разборка/сборка автомата Калашникова АК-74	1	1	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион

Рабочая программа - 3 года обучения (базового уровня).

Месяц	№ занятия	Тема занятия	Теория/ часов	Практика/ часов	Место проведения
сентябрь	1	Введение в программу. Знакомство с дополнительной общеразвивающей программой 3 года обучения	1	1	ДЮСШ, тир
сентябрь	2	Гигиена, самоконтроль. Антидопинг.	1	1	ДЮСШ, тир
сентябрь	3	Изготовка и прицеливание в положении «стоя», «сидя», «с колена». Работа с дыханием.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
сентябрь	4	Изготовка и прицеливание в положении «стоя», «сидя», «с колена». Работа с дыханием.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
сентябрь	5	Общая физическая подготовка		1,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
		Воспитательная работа		0,5	
сентябрь	6	Изготовка и прицеливание в положении «стоя», «сидя», «с колена». Работа с дыханием.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
сентябрь	7	Специальная физическая подготовка	0,5	1,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
сентябрь	8	Изготовка и прицеливание в положении «стоя», «сидя», «с колена». Работа с дыханием.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
сентябрь	9	Контрольные стрельбы	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
сентябрь	10	Общая физическая подготовка	1	1	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
сентябрь	11	Соревнования		2	ДЮСШ, тир
сентябрь	12	Изготовка и прицеливание в положении «стоя», «сидя», «с колена». Работа с дыханием.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир

октябрь	13	Судейская и инструкторская практика	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
октябрь	14	Основы профессионального ориентирования	2		ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
октябрь	15	Воспитательная работа	1	1	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
октябрь	16	Контрольно – переводные испытания по ОФП и СФП	0,5	1,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
октябрь	17	Основы профессионального ориентирования	1	1	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
октябрь	18	Работа с выстрелом в положении «стоя», «сидя», «с колена». Холостая работа, корректировка изготовки.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
октябрь	19	Работа с выстрелом в положении «стоя», «сидя», «с колена». Холостая работа, корректировка изготовки.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
октябрь	20	Контрольные стрельбы		2	ДЮСШ, тир
октябрь	21	Соревнования		2	ДЮСШ, тир
октябрь	22	Работа с выстрелом в положении «стоя», «сидя», «с колена». Холостая работа, корректировка изготовки.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
октябрь	23	Практические занятия с промежуточным холостым временем	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
октябрь	24	Судейская и инструкторская практика	0,5		ДЮСШ, тир
		Изготовка и прицеливание в положении «стоя»,		1,5	

		«сидя», «с колена». Работа с дыханием.			
октябрь	25	Работа с выстрелом в положении «стоя», «сидя», «с колена». Холостая работа, корректировка изготовки.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
ноябрь	26	Воспитательная работа	1	1	ДЮСШ, тир, спортивный зал
ноябрь	27	Судейская и инструкторская практика	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
ноябрь	28	Контрольные стрельбы	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
ноябрь	29	Соревнования		2	ДЮСШ, тир
ноябрь	30	Соревнования	0,5		ДЮСШ, тир
		Судейская и инструкторская практика		1,5	
ноябрь	31	Изготовка и прицеливание в положении «стоя», «сидя», «с колена». Работа с дыханием.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
ноябрь	32	Работа с выстрелом в положении «стоя», «сидя», «с колена». Холостая работа, корректировка изготовки.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
ноябрь	33	Воспитательная работа	2		ДЮСШ, тир, спортивный зал
ноябрь	34	Практические занятия с промежуточным холостым временем	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
ноябрь	35	Изготовка и прицеливание в положении «стоя», «сидя», «с колена». Работа с дыханием.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
ноябрь	36	Работа с выстрелом в положении «стоя», «сидя», «с колена». Холостая работа, корректировка изготовки.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
ноябрь	37	Специальная физическая подготовка	0,5	1,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал
декабрь	38	Контрольные стрельбы		2	ДЮСШ, тир,

					спортивный зал
декабрь	39	Общая физическая подготовка	1	1	ДЮСШ, тир, спортивный зал
декабрь	40	Соревнования		2	ДЮСШ, тир, спортивный зал
декабрь	41	Изготовка и прицеливание в положении «стоя», «сидя», «с колена». Работа с дыханием.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
декабрь	42	Работа с выстрелом в положении «стоя», «сидя», «с колена». Холостая работа, корректировка изготовки.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
декабрь	43	Практические занятия с промежуточным холостым временем	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
декабрь	44	Практические занятия с промежуточным холостым временем	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
декабрь	45	Судейская и инструкторская практика	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
декабрь	46	Основы профессионального ориентирования	1	1	ДЮСШ, тир, спортивный зал
декабрь	47	Изготовка и прицеливание в положении «стоя», «сидя», «с колена». Работа с дыханием.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
декабрь	48	Общая физическая подготовка	1		ДЮСШ, тир, спортивный зал
		Специальная физическая подготовка		1	
декабрь	49	Работа с выстрелом в положении «стоя», «сидя», «с колена». Холостая работа, корректировка изготовки.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
декабрь	50	Работа с выстрелом в положении «стоя», «сидя», «с колена». Холостая работа, корректировка изготовки.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
январь	51	Практические занятия с промежуточным	0,5	1,5	ДЮСШ, тир

		холостым временем			
январь	52	Практические занятия с промежуточным холостым временем	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
январь	53	Общая физическая подготовка		2	ДЮСШ, тир, спортивный зал
январь	54	Контрольные стрельбы		2	ДЮСШ, тир
январь	55	Общая физическая подготовка		2	ДЮСШ, тир, спортивный зал
январь	56	Соревнования	0,5		ДЮСШ, тир
		Судейская и инструкторская практика		1,5	
январь	57	Соревнования		2	ДЮСШ, тир
январь	58	Изготовка и прицеливание в положении «стоя», «сидя», «с колена». Работа с дыханием.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
январь	59	Работа с выстрелом в положении «стоя», «сидя», «с колена». Холостая работа, корректировка изготовки.		1,5	ДЮСШ, тир
		Практические занятия с промежуточным холостым временем	0,5		
январь	60	Практические занятия с промежуточным холостым временем	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
февраль	61	Общая физическая подготовка		2	ДЮСШ, тир, спортивный зал
февраль	62	Судейская и инструкторская практика	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
февраль	63	Специальная физическая подготовка	0,5	1,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал
февраль	64	Изготовка и прицеливание в положении «стоя», «сидя», «с колена». Работа с дыханием.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
февраль	65	Изготовка и прицеливание в положении «стоя»,	0,5	1,5	ДЮСШ, тир

		«сидя», «с колена». Работа с дыханием.			
февраль	66	Контрольные стрельбы		2	ДЮСШ, тир
февраль	67	Соревнования		2	ДЮСШ, тир
февраль	68	Судейская и инструкторская практика	0,5	1	ДЮСШ, тир, спортивный зал
		Специальная физическая подготовка		0,5	
февраль	69	Изготовка и прицеливание в положении «стоя», «сидя», «с колена». Работа с дыханием.		2	ДЮСШ, тир
февраль	70	Изготовка и прицеливание в положении «стоя», «сидя», «с колена». Работа с дыханием.		2	ДЮСШ, тир
февраль	71	Работа с выстрелом в положении «стоя», «сидя», «с колена». Холостая работа, корректировка изготовки.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
март	72	Работа с выстрелом в положении «стоя», «сидя», «с колена». Холостая работа, корректировка изготовки.	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
март	73	Практические занятия с промежуточным холостым временем		2	ДЮСШ, тир
март	74	Контрольные стрельбы		2	ДЮСШ, тир
март	75	Соревнования		2	ДЮСШ, тир
март	76	Судейская и инструкторская практика	0,5		ДЮСШ, тир, спортивный зал
		Специальная физическая подготовка		1,5	
март	77	Практические занятия с промежуточным холостым временем	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
март	78	Практические занятия с промежуточным холостым временем	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
март	79	Изготовка и прицеливание в положении «стоя», «сидя», «с колена». Работа с дыханием.		2	ДЮСШ, тир
март	80	Изготовка и прицеливание в положении «стоя»,		0,5	ДЮСШ, тир,

		«сидя», «с колена». Работа с дыханием.			спортивный зал
		Воспитательная работа		1,5	
март	81	Контрольные стрельбы		2	ДЮСШ, тир
март	82	Соревнования		2	ДЮСШ, тир
март	83	Работа с выстрелом в положении «стоя», «сидя», «с колена». Холостая работа, корректировка изготовки.		2	ДЮСШ, тир
март	84	Практические занятия с промежуточным холостым временем	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
апрель	85	Специальная физическая подготовка	0,5	1,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал
апрель	86	Судейская и инструкторская практика	0,5		ДЮСШ, тир
		Практические занятия с промежуточным холостым временем		1,5	
апрель	87	Работа с выстрелом в положении «стоя», «сидя», «с колена». Холостая работа, корректировка изготовки.		2	ДЮСШ, тир
апрель	88	Специальная физическая подготовка		2	ДЮСШ, тир, спортивный зал
апрель	89	Контрольные стрельбы		2	ДЮСШ, тир
апрель	90	Соревнования		2	ДЮСШ, тир
апрель	91	Специальная физическая подготовка		2	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
апрель	92	Основы профессионального ориентирования	1	1	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион

апрель	93	Контрольно – переводные испытания по ОФП и СФП	0,5	1,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
апрель	94	Основы профессионального ориентирования	1	1	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
апрель	95	Работа с выстрелом в положении «стоя», «сидя», «с колена». Холостая работа, корректировка изготовления.		2	ДЮСШ, тир
апрель	96	Практические занятия с промежуточным холостым временем	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
апрель	97	Контрольные стрельбы		2	ДЮСШ, тир
май	98	Соревнования		2	ДЮСШ, тир
май	99	Работа с выстрелом в положении «стоя», «сидя», «с колена». Холостая работа, корректировка изготовления.		2	ДЮСШ, тир
май	100	Практические занятия с промежуточным холостым временем		2	ДЮСШ, тир
май	101	Контрольные стрельбы		2	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
май	102	Специальная физическая подготовка		2	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
май	103	Практические занятия с промежуточным холостым временем		2	ДЮСШ, тир
май	104	Контрольные стрельбы		2	ДЮСШ, тир
май	105	Практические занятия с промежуточным		2	ДЮСШ, тир

		холостым временем			
май	106	Воспитательная работа	1	1	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
май	107	Воспитательная работа	1	1	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
май	108	Контрольные стрельбы		1	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
		Специальная физическая подготовка		1	

Рабочая программа на модуль «Юнармейцы» - 3 года обучения

Месяц	№ занятия	Тема занятия	Теория/ часов	Практика/ часов	Место проведения
июнь	1	Совершенствование строевой подготовки	0,5	1,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
июнь	2	Совершенствование строевой подготовки	0,5	1,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
июнь	3	Совершенствование строевой подготовки		1	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
		Совершенствование строевых приемов и движение с оружием		1	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
июнь	4	Совершенствование строевых приемов и движение с оружием	0,5	1,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
июнь	5	Совершенствование строевых приемов и движение с оружием	0,5	1,5	ДЮСШ, тир, спортивный зал, стадион
июнь	6	Медико – санитарная подготовка. Медицинские термины	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
июнь	7	Медико – санитарная подготовка. Медицинские термины	1	1	ДЮСШ, тир
июнь	8	Медико – санитарная подготовка. Медицинские термины	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
июнь	9	Алгоритм оказания доврачебной помощи	0,5	1,5	ДЮСШ, тир

июнь	10	Алгоритм оказания доврачебной помощи	1	1	ДЮСШ, тир
июнь	11	Алгоритм оказания доврачебной помощи	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
июнь	12	Основы проведения полевой, поисковой экспедиции	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
июнь	13	Основы проведения полевой, поисковой экспедиции	1	1	ДЮСШ, тир
июль	14	Основы проведения полевой, поисковой экспедиции	0,5	1,5	ДЮСШ, тир
июль	15	Психологическая подготовка. Взаимоотношение в команде, группе.	1	1	ДЮСШ, тир
июль	16	Психологическая подготовка. Взаимоотношение в команде, группе.	1	1	ДЮСШ, тир
июль	17	Страх, паника	1	1	ДЮСШ, тир
июль	18	Страх, паника	1	1	ДЮСШ, тир

2.5.Список литературы и интернет ресурсов.

Для педагога

Основная литература

- 1.Багаев И.С., Турахин А.Е. Стрелковый спорт, опыт, методика. – Москва: Изд. ДОСААФ, 2018г.
2. Вопросы подготовки молодых стрелков. Методические рекомендации. Комитет по ФК и С. – Москва, 2020 г.
3. Джагамадзе Т.А., Корх А.Я. Володина И.С. Подготовка стрелка из пневматического оружия. Методическая разработка для студентов и слушателей РГАФК. – Москва, изд. Редакционно-издательского отдела РГАФК, 2020 г.
4. Кинкль В.А. Пулевая стрельба. – Москва: Просвещение, 2021 г.
5. Михайлов Б.Е., Федорцов В.Б. Вопросы теории, техники пулевой спортивной стрельбы. – Москва: Изд. ДОСААФ, 2019 г.
6. Пулевая стрельба: примерная программа спортивной подготовки для детско - юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва, училищ олимпийского резерва, школ высшего спортивного мастерства. – М.: Советский спорт, 2019
7. Теория и методика спорта: учебное пособие для училищ Олимпийского резерва. Под общей редакцией д.п.н. Ф.П. Суслова, д.п.н. проф. Ж.К. Холодова. – Москва, 2017 г.
8. Спортивная стрельба. Учебник для институтов физической культуры. Под общей редакцией к.п.н., доцента, заслуженного тренера Корха А.Я. – Москва: ФИС, 2021 г.

Интернет-ресурсы:

- 1.<http://shooting-russia.ru/>– Стрелковый Союз России.
- 2.<https://sport.pnzreg.ru/>– Министерство физической культуры и спорта Пензенской области
3. <https://shooting-russia.ru/about/regions/339/> - Пензенская региональная общественная организация «Федерация пулевой стрельбы и стендовой стрельбы Пензенской области»

Список литературы для учащихся

- 1.Дворкин А.Д. Стрельба из пневматических винтовок. – Москва: Изд. ДОСААФ, 2017 г.
2. Насонова А.А. пулевая стрельба. Изд.: Советский спорт, 2005 г.
3. Шилин Ю.Н. Физическая подготовка стрелка. – Москва: Изд. Редакционно-издательского отдела РГАФК, 1995 г.
4. Федорин В.Н. Общая и специальная физическая подготовка стрелка спортсмена. – Краснодар: Изд. Редакционно-издательского совета Кубанской Государственной академии Ф.К., 1995 г.
5. Пуцыкович Д.В. Правила соревнований по пулевой стрельбе. – Москва: Изд. «Патриот», 2020

Приложение 1
к Дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе «Юный стрелок»

Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация учащихся спортивного объединения «Пулевая стрельба» МБУДО «ДЮСШ» Никольского района - неотъемлемая часть образовательного процесса, так как позволяет всем его участникам оценить результат освоения учащимися программы по пулевой стрельбе, а также реальную результативность спортивной деятельности по данному виду спорта.

Цель – определение качества обученности учащихся по программе «Юный стрелок» базового уровня.

Задачи:

- определение уровня теоретической подготовки учащихся по программе «Юный стрелок»;
- выявление степени сформированности практических умений
- соотнесение прогнозируемых и реальных результатов качества обученности учащихся по программе «Юный стрелок»;
- внесение необходимых корректив в методику обучения по программе «Юный стрелок».

Подготовка и проведение исследования.

Промежуточная аттестация предполагает выявление уровня теоретической и практической подготовки учащихся объединения.

Уровень теоретической подготовки выявляется с помощью тестирования на знание терминологии в пулевой стрельбе и по специальной физической подготовке. Каждому учащемуся предлагается тест, включающий 5 вопросов теоретического характера.

Уровень практической подготовки выявляется в ходе сдачи контрольных нормативов в упражнениях ВП-1 или ВП-2 (на усмотрение тренера), результатов стрельб-прикидок, участия в соревнованиях по пулевой стрельбе различного уровня, получение спортивных разрядов.

Обработка данных.

Уровень теоретической подготовки. Каждый правильный ответ на вопрос оценивается 1-5 баллов.

Показатели (оцениваемые параметры)	Степень выраженности оцениваемого качества	Оценка в баллах
Теоретические знания по основным разделам	Не может ответить ни на один из поставленных вопросов; Полностью не усвоил материал.	1

учебно-тематического плана программы. Владение специальной терминологией.	Не усвоил и не раскрыл основное содержание материала. Не знает и не понимает значительную или основную часть программного материала в пределах поставленных вопросов. Имеет слабо сформированные неполные знания и не умеет применять их к решению конкретных вопросов и задач по образцу. При ответе (на один вопрос) допускает более двух грубых ошибок, которые не может исправить даже при помощи тренера.	2
	Усвоил основное содержание учебного материала, имеет пробелы в усвоении материала, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала; Показывает недостаточную сформированность отдельных знаний и умений; выводы и обобщения аргументирует слабо, допускает в них ошибки. Допустил ошибки неточности в использовании научной терминологии, определения понятий дал недостаточно четкие; При ответе (на один вопрос) допускает Одну - две ошибки, которые не может исправить.	3

	Показывает знания изученного программного материала. Даёт полный и правильный ответ на основе изученных теорий; Допускает незначительные ошибки и недочёты при воспроизведении изученного материала, при определении понятий даёт неполные ответы, допускает небольшие неточности при использовании научных терминов или в выводах и обобщениях из наблюдений и опытов; При ответе (на один вопрос) допускает одну негрубую ошибку; В основном усвоил учебный материал; подтверждает ответ конкретными примерами; отвечает на дополнительные вопросы педагога.	4
	Показывает глубокое и полное знание и понимание всего объёма изученного материала; полное понимание сущности рассматриваемых понятий, явлений и закономерностей, теорий, взаимосвязей; Умеет составить полный и правильный ответ на основе изученного материала; Самостоятельно, уверенно и безошибочно применяет полученные знания в решении проблем на творческом уровне; допускает не более одного недочёта, который легко исправляет по требованию тренера;	5

Подсчитывается общее количество баллов и выводится среднее арифметическое значение, которое оценивается следующим образом:

- высокий уровень теоретической подготовки – 4,5-5 баллов;
- средний уровень – 3-4,4 баллов;
- низкий уровень – 1-2,9 балла.

Уровень практической подготовки. Каждому учащемуся необходимо

выполнить контрольные нормативы по пулевой стрельбе.

Оценивается:

Уровень практической подготовки. Стрельба-прикидка в положении «сидя с упора о стол» мишень № 6 – 3 пробных выстрела, 10 зачётных выстрелов (1-2 годы обучения). Стрельба прикидка упражнений ВП-1 «сидя с упора о стол» или ВП-2 в положении «стоя» мишень «П» - 6 пробных выстрелов, 20 зачётных выстрелов (100 очков – минимальный результат) (1- 3-годы обучения)

Практическая подготовка учащегося объединения «Пулевая стрельба» оценивается по выполнению нормативов по пулевой стрельбе из пневматической винтовки.

Основными ошибками, влияющими на результат стрельбы, являются:

- наклон винтовки в любую сторону, сбивающий установку мушки по отношению к прицелу и точке мишени, а также мешающий корректировке точки прицеливания;
- при наклоне вправо попадание правее и ниже;

ошибочное прицеливание:

- при «мелкой» мушке попадание ниже цели;
- при «крупной» мушке попадание выше цели;
- при смещении мушки левее центра прицела попадание левее цели;
- при смещении мушки правее центра прицела попадание правее цели;
- при большом «просвете» попадание ниже цели;
- при наводке мушки в «яблочко» попадание выше цели.

Критерии при оценке техники выполнения контрольных упражнений (тестов):

- 5 баллов выставляется учащемуся, если:
- упражнения или отдельные элементы упражнений выполняются правильно, без ошибок, с соблюдением всех требований; учащийся понимает сущность и технику упражнений, их назначение.
- 4 балла выставляется учащемуся, если:
- упражнения или отдельные элементы упражнений выполняются правильно, с соблюдением всех требований; допускается не более двух незначительных ошибок.
- 3 балла выставляется учащемуся, если:
- упражнения или элементы упражнений выполняются с удовлетворительной техникой, но неуверенно, скованно; допускается 1 значительная или до 3 незначительных ошибок, а также неоправданные остановки во время выполнения упражнений.
- 2 балла выставляется учащемуся, если:
- упражнения или отдельные элементы упражнений выполняются неправильно,

допускается 2 значительные ошибки, нарушается последовательность выполнения упражнений.

- 1 балл выставляется учащемуся, если:

- упражнения или отдельные элементы упражнений выполняются неправильно, допускается более 2 значительных ошибок, нарушается последовательность выполнения упражнений, искажается техника движения.

Подсчитывается общее количество баллов, выводится средний балл путём деления суммы баллов на количество оцениваемых пунктов. Средний балл соответствует уровням подготовки:

- высокий уровень практической подготовки – 4,5-5 баллов;

- средний уровень – 3-4,4 баллов;

- низкий уровень – 1-2,9 балла.

Максимальное количество баллов – 5. Каждый пункт оценивается 1-5 баллов.

Результаты промежуточной аттестации фиксируются в

«Протоколе промежуточной аттестации учащихся», который является документом отчётности.

Организация и проведение тестирования по ОФП и СФП.

При проведении тестирования следует обратить особое внимание на соблюдение правильного выполнения упражнений и создания одинаковых условий для всех учащихся при их выполнении. Тестирование проводится в соответствии с установленными сроками сдачи промежуточной аттестации учащихся. Результаты контрольных упражнений оформляются протоколом.

Зачёт принимается по трём упражнениям из раздела физической подготовки на выбор тренера (3 теста по ОФП и 3 теста по СФП).

Методика выполнения упражнений для оценки уровня специальной физической подготовленности:

1. Удержание оружия в изготовке

Оборудование: стрелковое оружие (винтовка) или макет, стрелковый инвентарь и экипировка (куртка, брюки, ботинки, ремень), секундомер.

Учащийся выполняет удержание оружия в изготовке соответствующей своему виду стрельбы (винтовка). При нарушении изготовления, время останавливается.

2. Стойка на одной ноге с закрытыми глазами, тест для оценки способности к статическому равновесию.

Оборудование. Секундомер.

Описание теста. Учащийся принимает и. п. – стойка на одной ноге, другая согнута в колене и максимально развернута к наружи. Её пятка касается подколенной чашечки опорной ноги. Руки на поясе, голова прямо. По команде «Готов» испытуемый закрывает глаза, а экспериментатор включает секундомер.

Результат. Средний результат удержания положения «равновесие» в секундах

из трёх попыток (в сек.).

Общие указания и замечания. Дается опробование теста. Опорная нога должна быть прямой, а бедро как можно больше отведено к наружи. Секундомер выключается сразу же в момент потери равновесия: схождение с места, при поднимании на пальцах ноги, переход на двойную опору, падение.

3. Проба Генчи: задержка дыхания на выдохе.

Оборудование. Секундомер.

Учащийся после полного выдоха и вдоха делает выдох и задерживает дыхание.

Подвод прицельной планки и мушки к мишени на расстоянии 10 м.

Выполняются этапы упражнения пулевой стрельбы ВП-2, (изготовка, вкладка, прицеливание); тренировка воспитания специальной координации. Фиксируется кол-во правильно выполненных подходов.

Изготовка к стрельбе путём задержки дыхания. Выполняются этапы упражнения пулевой стрельбы ВП-2, ПП-1 (изготовка, вкладка, прицеливание). Оценивается задержка дыхания с пневматической винтовкой (фиксируется время). Завершается управлением спуском (без заряда).

Упражнение ВП-1. Стрельба из пневматической винтовки, дистанция 10 м.

Положение - с опорой на стол сидя, 20 выстрелов.

Упражнение ВП-2. Стрельба из пневматической винтовки, дистанция 10 м.

Положение - стоя, 20 выстрелов.

Комплекс упражнений по специальной физической подготовке:

Удержание оружия в изготовке (мин) для винтовки, оценка выносливости

Этап подготовки	Баллы				
	5	4	3	2	1
1-3 годы обучения	6:00,0	5:00,0	4:00,0	3:00,0	2:00,0

1. Стойка на одной ноге с закрытыми глазами, тест для оценки способности к статическому равновесию (сек.):

Годы обучения	Баллы				
	5	4	3	2	1
1-3 годы	4,0	3,5	3,0	2,5	2,0

2. Проба Генчи: задержка дыхания на выдохе (сек.)

Годы обучения	Баллы				
	5	4	3	2	1
1-3 годы	15,0	14,0	12,0	11,0	8,0

Теоретические и практические задания промежуточной аттестации учащихся 1 года обучения (стартовый уровень).

Вопросы теоретического теста.

На выполнение работы даётся 15 минут. В работе 5 вопросов. К каждому из них даны несколько вариантов ответов, из которых только один верный. Каждый правильный ответ оценивается в один балл. Максимальное число баллов -5.

Аттестационная отметка: выставляется по пятибалльной шкале.

Как вариант может быть предложено пять вопросов, на которые учащийся должен ответить письменно в течение 30 минут.

1. С какого года стрельба из пневматического или малокалиберного оружия входит в программу летних Олимпийских игр?
 - 1902;
 - 1936;
 - 1896.
2. Какая страна первая изобрела порох?
 - Франция;
 - Германия;
 - *Китай.*
3. Для поражения цели в унитарном патроне служит –
 - гильза и порох;
 - *пуля;*
 - гильза.
4. Какие бывают формы гильз?
 - тупоголовые;
 - остроконечные;
 - *цилиндрические и конические.*
5. Какие патроны используются на соревнованиях по пулевой стрельбе?
 - специальные;
 - *унитарные;*
 - боевые.
6. Из чего состоит патрон?
 - порохового заряда, пули
 - *пули, порохового заряда, капсюля-воспламенителя, гильзы;*
 - пули, порохового заряда, гильзы.
7. Движение оружия назад в период выстрела – это
 - осечка;
 - отскок;
 - *отдача.*
8. Приспособление, используемое для наведения оружия на цель –

- бинокль;
- *прицел*;
- зрительная труба.

Практические задания:

Стрельба - прикидка с положения «сидя с упора о стол» мишень № 6 – 6 пробных выстрела, 20 зачётных выстрелов.

Таблица нормативов по пулевой стрельбе

Упражнение ВП – 1 стрельба сидя с упора о стол 20 выстрелов	II взрослый разряд	III взрослый разряд	I юношеский разряд
Юноши	170	150	130
Девушки	165	145	125
Упражнение ВП – 2 стрельба стоя			
Юноши	150	130	110
Девушки	145	125	105

Теоретические и практические задания промежуточной аттестации учащихся 2 года обучения (базовый уровень)

Вопросы теоретического теста.

На выполнение работы даётся 15 минут. В работе 5 вопросов. К каждому из них даны несколько вариантов ответов, из которых только один верный. Каждый правильный ответ оценивается в один балл. Максимальное число баллов - 5.

Аттестационная отметка: выставляется по пятибалльной шкале.

Как вариант может быть предложено пять вопросов, на которые учащийся должен ответить письменно в течение 30 минут.

1. Темп стрельбы – это...

- ритм стрельбы;
- *частота выстрелов в единицу времени*;
- длительность стрельбы.

2. Энергию для выбрасывания пули из канала ствола создаёт ...

- гильза;
- *порох*;
- затвор оружия.

3. В качестве материала для гильз используется?

- платина;

- латунь и мягкая сталь;

- свинец.

4. Меткий выстрел – это следствие точного выполнения стрелком определённых действий, а именно...

- изготовления;

- все ответы верны;

- прицеливание;

- задержка дыхания.

5. При подготовке оружия к занятиям или соревнованиям канал ствола должен быть

- насухо очищен от смазки;

- тщательно смазан;

- промыт специальным раствором.

6. Выбрасывание пули из канала ствола энергией газов, образующихся при сгорании порохового заряда называется ...

- выстрелом;

- наводкой;

- прицеливанием.

7. С чьим именем связано развитие отечественного стрелкового оружия:

- все ответы верны;

- Калашников Михаил Тимофеевич;

- Мосин Сергей Иванович;

- Токарев Фёдор Васильевич.

8. Патрон состоит из:

- из всех перечисленных элементов;

- гильзы;

- пули;

- пороха;

-капсюля воспламенителя.

Практические задания

Стрельба-прикидка с положения «сидя с упора о стол» мишень «П» – 6 пробных выстрела, 20 зачётных выстрелов.

Таблица нормативов по пулевой стрельбе

Упражнение ВП – 1 стрельба сидя с упора о стол 20 выстрелов	II взрослый разряд	III взрослый разряд	I юношеский разряд
Юноши	170	150	130
Девушки	165	145	125
Упражнение ВП – 2 стрельба стоя			
Юноши	150	130	110
Девушки	145	125	105

**Теоретические и практические задания итоговой аттестации учащихся
3 года обучения (базовый уровень)**

Вопросы теоретического теста.

На выполнение работы даётся 15 минут. В работе 5 вопросов. К каждому из них даны несколько вариантов ответов, из которых только один верный. Каждый правильный ответ оценивается в один балл. Максимальное число баллов - 5.

Как вариант может быть предложено пять вопросов, на которые учащийся должен ответить письменно в течение 30 минут.

1. Три основные части пули:

- начальная, средняя, конечная;
- *головная, ведущая, донная;*
- головная, центральная, крайняя.

2. Какой буквой обозначается порох для холостых патронов?

- Z
- P
- X

3. По назначению патроны делятся на:

- винтовочные, пулеметные, промежуточные, пистолетные;
- с обыкновенной пулей, с разрывной;
- *боевые, сигнальные, холостые, учебные, специальные.*

4. Отдачей оружия называется:

- движения оружия вверх в период выстрела;
- движения оружия вниз в период выстрела;
- *движения оружия назад в период выстрела.*

5. Наводка осуществляется с помощью ...

- *прицельных приспособлений и механизмов;*

- ствола оружия;
- приклада оружия;
- цевья оружия.

6. Живучестью ствола называется?

- способность ствола выдерживать определенное количество выстрелов;
- способность его стенок, выдерживать определенное давление пороховых газов в канале ствола;
- движение пули из дульного среза ствола.

7. К динамическим характеристикам можно отнести?

- силу отдачи и мышечную силу;
- сопротивление воздуха;
- все ответы верны;
- силу инерции и силу тяжести.

8. За пять минут до начала огня старший судья дает команду?

- «Внимание»;
- «Приготовиться»;
- «На старт».

Практические задания.

Стрельба-прикидка упражнение ВП-2 с положения «стоя» мишень «П» – 6 пробных выстрелов, 20 зачётных выстрелов (100 очков – минимальный результат)

Таблица нормативов по пулевой стрельбе

Упражнение ВП – 1 стрельба сидя с упора о стол 20 выстрелов	II взрослый разряд	III Взрослый разряд	I юношеский разряд
Юноши	170	150	130
Девушки	165	145	125
Упражнение ВП – 2 стрельба стоя			
Юноши	150	130	110
Девушки	145	125	105

Анкета по профессиональному самоопределению

1. Выбрали ли вы свою будущую профессию?
2. Назовите выбранную вами профессию.
3. Если вы еще не выбрали профессию, то какие профессии вам нравятся?
4. Ваши намерения после окончания школы:
 - а) Буду работать.
 - б) Попробую поступить в техникум, ПТУ, ВУЗ.
 - в) Затрудняюсь ответить.
5. Назовите источники ваших знаний о профессии.
6. По какому профилю вы собираетесь продолжить трудовое обучение в старших классах?
7. Почему вы выбрали именно этот профиль обучения?
8. Как вы связываете профиль трудового обучения со своей будущей работой?
 - а) Буду работать по этой специальности.
 - б) Постараюсь приобрести похожую специальность.
 - в) Буду учиться по родственной специальности.
 - г) Буду учиться по этой специальности.
 - д) Выберу другую специальность.
 - е) Затрудняюсь ответить.
9. Хотели бы вы изменить профиль трудового обучения?
 - а) Да.
 - б) Нет.
 - в) Не знаю.
10. Предпринимаете ли вы что-нибудь для подготовки себя к будущей профессии?
 - а) Не вижу в этом необходимости.
 - б) Хотелось бы что-нибудь сделать, но не знаю, с чего начать.
 - в) Частично готовлюсь.
 - г) Да, готовлюсь к будущей профессии.
11. Если вы готовитесь к будущей профессии, то укажите, каким образом вы это делаете.
12. Если бы вам представилась возможность, выбрали бы вы вновь тот же профиль трудового обучения?
 - а) Да.
 - б) Нет.
 - в) Не знаю.
13. Какими, по вашему мнению, основными качествами должен обладать специалист той профессии, которую вы хотите выбрать?
14. Какими из этих качеств вы обладаете?
15. Что вы могли бы порекомендовать прочесть о выбранной вами профессии?

16. Нравится ли вам профиль вашего трудового обучения?

- а) Очень нравится.
- б) Скорее нравится, чем не нравится.
- в) Отношусь безразлично.
- г) Скорее не нравится.
- д) Совершенно не нравится.
- е) Не могу сказать.

17. Если вы не сможете после окончания школы сразу реализовать свои профессиональные намерения, что будете делать?

Тест по выявлению мотивов выбора профессии

Отметьте в листе ответов знаком “+” те номера мотивов, которые имеют для Вас значение при выборе профессии.

Перечень мотивов:

1. Интерес к содержанию профессии, желание узнать, в чем заключаются особенности специалиста в избираемой профессии.
2. Стремление к самосовершенствованию, развитию навыков и умений в избираемой сфере трудовой деятельности.
3. Убеждение, что данная профессия имеет высокий престиж в обществе.
4. Влияние родителей, друзей и знакомых.
5. Желание приобрести материальную независимость от родителей.
6. Хорошая успеваемость в школе по предметам, связанным с данной сферой деятельности.
7. Желание оказать помощь другим лицам.
8. Привлекает индивидуальная работа.
9. Мечта заниматься творческой работой, желание открыть новое и неизведанное.
10. Уверенность, что выбранная сфера трудовой деятельности соответствует Вашим способностям.
11. Возможность удовлетворить свои материальные потребности.
12. Стремление сделать свою жизнь насыщенной, интересной, увлекательной.
13. Возможность проявить самостоятельность в работе.
14. Привлекает предпринимательская деятельность.
15. Необходимость материально помогать семье.
16. Желание приобрести опыт работы в хозрасчетном объединении.
17. Интерес к деловым контактам с людьми.
18. Привлекают условия работы по профессии.
19. Желание работать в престижном месте.
20. Стремление к руководящей работе.
21. Влияние средств массовой информации.
22. Желание приносить пользу людям.
23. Интерес к материальной стороне профессиональной деятельности.
24. Привлекают внешние стороны профессиональной деятельности.

Анкета по изучению профессиональной направленности

1. Какая профессия тебя больше всего привлекает, почему?
2. Чем эта профессия лучше других?
3. Знаком ли ты с людьми, которые овладели этой профессией, с кем именно?
4. Какие обязанности у людей этой профессии?
5. Видел ли ты продукцию труда избранной профессии?
6. Как ты думаешь, какие трудности встретишь при получении этой профессии?
7. Что ты предпримешь для того, чтобы освоить эту профессию?
8. Какую профессию тебе советуют избрать родители?

Матрица выбора профессии (Резапкина Г.В.)

Инструкция. Многие испытывают трудности в выборе профессии. Работа с Матрицей выбора профессии поможет вам уточнить свой выбор, узнать будущую профессию, увидеть новые варианты. С кем или с чем вы бы хотели работать? Какой объект труда вас привлекает? Выберите один основной и два запасных варианта

- 1) **Человек** (дети и взрослые, ученики и студенты, клиенты и пациенты, покупатели и пассажиры, зрители и читатели, сотрудники и т.д.)
- 2) **Информация** (текст, формулы, схемы, иностранные языки, языки программирования)
- 3) **Финансы** (деньги, акции, фонды, лимиты, кредиты)
- 4) **Техника** (механизмы, станки, здания, конструкции, приборы, машины)
- 5) **Искусство** (литература, музыка, театр, кино, балет, живопись и т.д.)
- 6) **Животные и растения** (дикие, домашние, декоративные и т.д.)
- 7) **Изделия и продукты** (одежда, предметы обихода, лекарства, продукты питания и т.д.)
- 8) **Природные ресурсы** (земли, леса, горы, водоемы, полезные ископаемые т.д.)

Чем бы вы хотели заниматься? Какой вид деятельности вас привлекает? Выберите один основной и два запасных варианта

- 1) **Управление** (руководство чьей-то деятельностью)
- 2) **Обслуживание** (удовлетворение чьих-то потребностей)
- 3) **Образование** (воспитание, обучение, формирование личности)
- 4) **Производство и добыча** (изготовление продукции, добыча полезных ископаемых)
- 5) **Конструирование** (проектирование деталей и объектов)
- 6) **Исследование** (научное изучение чего-либо или кого-либо)
- 7) **Защита** (охрана от болезней и враждебных действий)
- 8) **Контроль и оценка** (проверка и наблюдение)

Найдите в Матрице выбора профессии, соответствующие выбранным предметам труда и видам деятельности, и подчеркните их.

Приложение 4

Ментальная карта «Тренер-преподаватель по пулевой стрельбе»

