



Департамент образования Администрации города Екатеринбурга  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ЛИЦЕЙ №12 (МАОУ лицей №12)

ПРИНЯТО

Педагогическим советом  
Протокол от 30.08.2024 г. №1



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ лицей №12  
С.Ю.Валькова

« 30 » 20 г.

Приказ от 30.08.2024 г. № 126

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
физкультурно-спортивной направленности**

**«Юный стрелок»**

**Возраст обучающихся:**

**12-17 лет**

**Срок реализации 2 года**

Автор-составитель:  
Жук Алексей Борисович  
Педагог дополнительного образования

Екатеринбург, 2024 г.

## Содержание

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование</b>	<b>Стр.</b>
1	Комплекс основных характеристик программы	
1.1	Пояснительная записка	3
1.2	Цель, задачи программы	4
1.3	Содержание программы	5
	Учебный план 1 года обучения	5
	Учебный план 2 года обучения	5
	Содержание учебного плана 1 года обучения	6
	Содержание учебного плана 2 года обучения	6
	Планируемые результаты 1 года обучения	8
	Планируемые результаты 2 года обучения	8
2	Комплекс организационно-педагогических условий	
2.1	Календарный учебный график 1, 2 года обучения	10
2.2	Условия реализации программы	13
2.3	Формы аттестации	13
2.4	Оценочные материалы	14
2.5	Методическое обеспечение	15
2.6	Список литературы	15

## 1. Комплекс основных характеристик программы

### 1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный стрелок» составлена в соответствии с **нормативными документами**:

1. Федеральный Закон № 273-ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации».
2. Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09. 2014 № 1726-р).
3. «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», Пост № 41 об утв. СанПиН 2.4.4.3172-14 от 04.07.2014
4. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
5. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015г. № 09-3242. «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разно уровневые программы)».

Программа составлена на основе «Программ для кружков по изучению военного дела»; 2006г., стр. 95- 105; программ кружка «Стрелковые кружки», автор А.С. Кузнецов, 1997 год; «Программы допризывной подготовки юношей» 1998 г.; программы «Стрелковая подготовка учащихся Общеобразовательных учреждений» 1999 год. Авторы: П. П. Миненко и С.Т. Мишин и имеет модифицированную структуру. При составлении программы учитывались:

- Федеральные законы: «Об обороне» (1996 г), «О мобилизационной подготовке и мобилизации в РФ (1997 г), «О статусе военнослужащих» (1998 г), «О воинской обязанности и военной службе» (1998 г).
- «Военная доктрина РФ» (2014 г).
- Указ Президента РФ «Вопросы прохождения военной службы» (1999 г).
- Общевоинские уставы (2007 г).
- Федеральный закон № 100 от 23.07 2005 года «О внесении изменений в Федеральный Закон "О воинской обязанности и военной службе"»

**Направленность программы** – физкультурно-спортивная

Программа носит учебно-познавательное и прикладное функциональное предназначение. По форме своей ориентированности является, как индивидуальной, так и групповой формой организации занятий.

**Актуальность программы**

Главное в дополнительной образовательной программе – системный подход к формированию гражданской позиции ребенка, создание условий для его самосознания и самовоспитания.

Данная программа позволяет решать задачи воспитания всесторонне развитой личности и имеет спортивно-оздоровительную направленность.

Актуальность – формирование установки на активное приобщение детей и подростков к занятиям спортом и физической культурой. При занятии стрельбой из пневматического оружия идет развитие физических и морально - волевых качеств, совершенствуются специальные психологические качества, умственные и интеллектуальные способности.

**Педагогическая целесообразность** – привитие обучающимся трудолюбия, упорства, терпения, желания заниматься спортом и вести здоровый образ жизни; профилактика вредных привычек и правовых правонарушений; содействие взаимопониманию между различными национальными, религиозными и социальными группами, гуманному отношению ко всему живому.

**Уровень освоения программы:** базовый.

Для обучающихся – это возможность приобрести базовый минимум знаний, умений и навыков по данному направлению деятельности. А также развить индивидуальность и коммуникативные навыки.

**Адресат программы:** обучающиеся 12 – 17 лет. Набор мальчиков и девочек в группу проводится без предварительного отбора. Программа построена с учётом возрастных психофизических особенностей.

Количество обучающихся в группе от 7 до 16 человек.

**Объем освоения программы:** 2 года обучения – 4,5 часа в неделю на группу, 166,5 часов в год.

**Срок реализации программы:** 2 года.

**Периодичность и продолжительность занятий:** 2 раза в неделю, по 2,5 и 2 часа

**Форма обучения:** очная.

**Особенности организации образовательной деятельности:**

Главной отличительной особенностью изучения данного курса является наличие в МАОУ лицее № 12 материальной базы – это стрелковый тир, оборудованный для стрельбы из пневматического оружия, согласно требованиям к стрелковым тирам для стрельбы из пневматического оружия, пневматические винтовки и пистолеты, необходимое количество мишеней, пуль, стенды для стрельбы.

К занимающимся предъявляются определенные требования по мерам безопасности при обращении с пневматическим оружием, (т.к. при нарушении правил по технике безопасности возможно получение серьезных травм), по знанию устройства и работы данного вида оружия.

Учебный год начинается: с 1 сентября.

Программу реализует педагог дополнительного образования.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа реализуется в течение всего учебного года, включая каникулярное время.

## **1.2 Цель, задачи программы**

**Цель программы:** формировать у обучающихся наиболее полных знаний и представления об истории и возникновения стрелкового спорта; научить учащихся владеть пневматическим оружием; совершенствовать разностороннее развитие учащихся для их готовности к службе в Вооруженных Силах Российской Федерации;

**Задачи программы:** формирование установки на активное приобщение детей и подростков к занятиям спортом и физической культурой, ведение здорового образа жизни;

### **Обучающие:**

- научить учащихся владеть пневматическим оружием;
- организованное проведение свободного времени, досуга;
- историей развития стрелкового спорта;
- теоретическое знакомство с основными видами отечественного стрелкового оружия их характеристиками и устройством;
- прикладным и оборонным значением стрелкового спорта;
- характеристиками моделей пневматического оружия;
- устройством и взаимодействием частей пневматического оружия
- техникой безопасности при пользовании пневматическим оружием;
- основами производства меткого выстрела;
- методикой обучения технике стрельбы;
- специальными стрелковыми упражнениями;
- организацией соревнований по стрельбе и их проведение,

### **Развивающие:**

- развитие физических и морально - волевых качеств, совершенствование специальных психологических качеств, умственных и интеллектуальных способностей.
- организация физкультурно-спортивного кружка в школе позволяет развивать общефизическую подготовку учащихся.

### **Воспитательные:**

воспитание у обучающихся таких качеств как: смелость, мужество, решительность, самообладание, целеустремленность, трудолюбие, внимательность и самостоятельность.

Программой предусмотрены теоретические и практические занятия. Методика организации занятий может быть представлена следующим образом:

На теоретических занятиях сообщаются основные сведения об отечественном стрелковом оружии, его основных технических характеристиках, по истории стрелкового спорта, технике и методике стрельбы, основные правила по технике безопасности во время тренировочных занятий, а также особенности стрельбы из различных положений.

На практических занятиях учащиеся приобретают умения и навыки по разборке и сборке автомата Калашникова, в совершенствовании техники

стрельбы из пневматического оружия.

Прохождение каждой новой темы и выполнение упражнений по стрельбе предполагает постоянное повторение предыдущих тем и овладение определенными практическими навыками в стрельбе.

### 1.3 Содержание программы

#### Учебный план. 1 год обучения

№	Название раздела и темы	Всего часов	Из них		Форма контроля/ аттестации
			теория	практика	
1	История стрелкового оружия.	2	2		беседа объяснение наблюдение соревнование
2	Теоретические основы стрельбы	12	12		
3	Устройство и назначение винтовки ИЖ — 38, ИЖ -22	4	4		
4	Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием.	4	4		
5	Подготовка, обслуживание и ремонт пневматической винтовки.	28		28	
6	Предварительные упражнения - стрельба без пуль.	4		4	
7	Техника стрельбы из пневматической винтовки ИЖ-38 на 5 м. (мишень. №8)	40		40	
8	Техника стрельбы из пневматической винтовки ИЖ-38 на 10 м. (мишень. №8)	50,5		50,5	
9	Стрельба из пневматического пистолета.	16		16	
<b>Всего:</b>		<b>166,5</b>	<b>22</b>	<b>138,5</b>	

#### Учебный план. 2 год обучения

№	Название раздела и темы	Всего часов	Из них		Форма контроля/ аттестации
			теория	практика	
1	Теоретические основы стрельбы	2	2		беседа объяснение наблюдение соревнование
2	Устройство пневматической винтовки ИЖ — 38, ИЖ -22, автомата Калашникова АК-74	2	2		
3	Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием.	4	4		
4	Приведение винтовки к норм. бою, обслуживание и ремонт	30,5		30,5	
5	Техника стрельбы из пневматической винтовки ИЖ-38, ИЖ-22	73		73	
6	Стрельба из пневматического	30		30	

	пистолета				
7	Стрельба на время	25		25	
	<b>Всего:</b>	<b>166,5</b>	<b>8</b>	<b>158.5</b>	

## Содержание учебного плана

### 1 год обучения

**Тема 1:** История стрелкового оружия, теория (2 час). Развитие стрелкового оружия. Совершенствование составных частей и элементов. Современное стрелковое и спортивное оружие.

**Тема 2:** Теоретические основы стрельбы теория (12 часов) История развития пулевой стрельбы, ее значение. Траектория полета пули, стабилизация. Определение основы средней точки прицеливания, попадания. Явление выстрела. Отдача винтовки. Факторы, влияющие на траекторию пули и точность выстрела. Правильное положение тела стрелка во время выстрела, правильное дыхание.

**Тема 3:** Устройство и назначение винтовки ИЖ — 38, ИЖ -22. теория (4 часа) Общие данные. Назначение и устройство основных частей. Работа частей и механизмов. Хранение оружия.

**Тема 4:** Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием. Теория (4 часа.) Общие требования. Правила обращения с оружием. Права и обязанности стрелка.

**Тема 5:** Подготовка пневматической винтовки к стрельбе. Практические занятия (28 часа) Заряжение винтовки. Принятие положения для стрельбы. Прицеливание. Нажатие на спусковой крючок, режим дыхания. Пристрелка оружия. Отлаживание прицельных приспособлений. Характерные ошибки при стрельбе, возможные неисправности и способы их устранения.

**Тема 6:** Предварительные упражнения — стрельба без пуль. Практические занятия (4 часа) Упражнение №1 Контроль однообразия прицеливания. Упражнение №2 Тренировка в стрельбе без пуль. Тренировка в удержании винтовки, прицеливании, нажатии на спусковой крючок, соблюдение режима дыхания.

**Тема 7:** Техника стрельбы из пневматической винтовки ИЖ-38 на 5 м. (упр. №6) Практические занятия. (40 часа) Упражнение №3. Стрельба по белому листу для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Пули «Диаболо». Количество выстрелов — 3. Упражнение №4. Стрельба по квадрату 10\*10 на листе белой бумаги. Выстрелов — 3. Задание попасть в квадрат. Упражнение №5. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по пяти пробоинам и научиться делать поправку в наводке винтовки. Упражнение №6 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов 3\*5 Упражнение №7. Стрельба по спортивной мишени «П», дистанция 5м, Выстрелов 3\*5 Задание — набрать наибольшее количество очков. Упражнение №8. Мишень

«П», сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов — 3\*5 Задание —

выбить не менее 40 из 50.

**Тема 8:** Техника стрельбы из пневматической винтовки ИЖ-38 на 10 м. (мишень. №6) Практические занятия. (50.5 часов) Упражнение №3. Стрельба по белому листу для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Пули «Диаболо». Количество выстрелов — 5. Упражнение №4. Стрельба по квадрату 10\*10 на листе белой бумаги. Выстрелов — 10. Задание попасть в квадрат. Упражнение №5. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по пяти пробоинам и научиться делать поправку в наводке винтовки. Упражнение №6 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, лежа с опорой для ствола. Упражнение №6 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, лежа с опорой на локоть, дистанция 10м, Выстрелов 3\*5 Задание — набрать наибольшее количество очков. Упражнение №8. Мишень «П», сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов — 3\*5 Задание — выбить не менее 40 из 50.

**Тема 9:** Стрельба из пневматического пистолета. Практические занятия. (16 часов) Правильное положение ног при стрельбе. Прицеливание. Мягкий спуск. Практически выполнить упражнение: расстояние — 5м, мишень №8; Выстрелов — 3\*5

## **Содержание учебного плана**

### **2 год обучения**

**Тема 1:** Теоретические основы стрельбы, теория (2 час) Отдача винтовки. Влияние однообразия прикладки винтовки к плечу. Углы возвышения и бросания.

**Тема 2:** Устройство пневматической винтовки ИЖ-38, ИЖ-22 Автомата Калашникова АК-74 (2 час) Углубленное изучение устройства винтовки и работы частей и механизмов пневматической винтовки ИЖ-38, ИЖ-22, устройство и принцип действия АК. Необходимые действия по обслуживанию АК

**Тема 3:** Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием. теория (4 часа) Права и обязанности стрелка. Правила выполнения стрельбы. Правила обращения с оружием. Правила соревнований по стрельбе.

**Тема 4:** Приведение винтовки к нормальному бою. Практические занятия. (30.5 часа) Проверка боя винтовки. Регулировка прицела по вертикали и по горизонтали. Регулировка прицела.

**Тема 5:** Техника стрельбы из пневматических винтовок ИЖ-38, ИЖ-22 Практические занятия (73 часов) Упражнение №9. Стрельба по мишени 8 из положения, сидя за столом или лежа с упора Дистанция- 5м. Выстрелов 3\*5, Задание выполнить нормативные установки. Упражнение №10. Стрельба, стоя с руки, мишень 8, дистанция 5м. Выстрелов 3\*5 Задание – выполнить нормативы соревнований. Стрельба с упора мишень №8 дистанция 10 м, выстрелов 3\*5. Упражнение №14 Стрельба лежа с руки.

Расстояние 10 м, мишень №8 выстрелов 3\*10.

**Тема 6:** Стрельба из пневматического пистолета. Практические занятия. (30 часов) Упражнение №15. Стрельба по мишени «П», дистанция 5 м, выстрелов 3\*5. Задание — научиться владеть пистолетом. Упражнение №16. Стрельба по мишени 8, дистанция 5 м, выстрелов 3\*5. Задание стрелять по нормативам соревнований, получить максимальный результат

**Тема 7:** Стрельба на время. Практические занятия (25 часов) Стрельба на время: сидя за столом с опорой локтями, лежа с упора, стоя с руки; дистанция 5 м, мишень «П».

#### **1.4. Планируемые результаты**

**В конце 1 года обучения:**

**обучающиеся должны знать:**

- физические упражнения, направленные на развитие быстроты, ловкости, координации движений, контроль дыхания и пульса, приемы и правила стрельбы;
- устройство и принцип действия пневматического оружия, технику безопасности при обращении и стрельбе из пневматического оружия;
- элементарные теоретические сведения о баллистике;
- историю стрелкового оружия;
- команды, подаваемые инструктором при проведении учебных стрельб из пневматического оружия.

**обучающиеся должны уметь:**

- выполнять стрелковые упражнения из положения, лежа, сидя и стоя;
- занимать правильное положение при изготовке к стрельбе и при стрельбе;
- выполнять специальные действия, способствующие уравниванию дыхания и пульса;
- осознанно относиться к своему здоровью, наблюдать, анализировать и запоминать;
- применять полученные знания и умения в самостоятельной работе;
- анализировать свои действия в процессе работы, сравнивая его с действиями других учащихся.

**В конце 2 года обучения:**

**обучающиеся должны знать:**

- технику безопасности при проведении стрельб;
- устройство и принцип действия АК;
- необходимые действия по обслуживанию АК;
- способы развития быстроты, ловкости, общей и статической выносливости · технические приемы, которые наиболее часто и эффективно применяются при стрельбе;
- основы тактической и строевой подготовки.

**обучающиеся должны уметь:**

- осознанно относиться к своему здоровью определять дальность до цели, направление и силу ветра;
- применять полученные знания и умения в самостоятельной работе;
- анализировать свои действия в процессе работы, сравнивая его с действиями других учащихся;
- проявлять волевые качества спортсмена;
- выполнять упражнения по стрельбе из пневматического оружия из разных положений (сидя, стоя, лежа, с колена) с результатом не ниже 35 очков.

**2. Комплекс организационно-педагогических условий****2.1. Календарный учебный график. 1 год обучения**

№	Месяц	Форма занятия	Количество уч. часов		Тема занятия	Форма контроля
			практ	теор		
1	сентябрь	теория	0	2	Тема 1	лекция
2	сентябрь	теория	0	4	Тема 4	Обсуждение зачет
3	сентябрь	практика	8	0	Тема 7	наблюдение тренировка
4	сентябрь	теория	0	6	Тема 2	обсуждение опрос
5	октябрь	теория	0	2	Тема 3	Обсуждение изучение
6	октябрь	практика	4.5	0	Тема 7	наблюдение тренировка
7	октябрь	практика	7	0	Тема 5	наблюдение тренировка
8	октябрь	практика	6.5	0	Тема 8	наблюдение изучение
9	ноябрь	практика	7	0	Тема 5	наблюдение тренировка
10	ноябрь	практика	4	0	Тема 7	наблюдение тренировка
11	ноябрь	практика	7.5	0	Тема 8	наблюдение изучение
12	декабрь	теория	0	4	Тема 4	обсуждение
13	декабрь	практика	7.5	0	Тема 7	наблюдение тренировка
14	декабрь	практика	6.5	0	Тема 8	наблюдение

						изучение
15	январь	практика	7	0	Тема 5	наблюдение тренировка
16	январь	теория	0	2	Тема 4	Обсуждение зачет
17	январь	практика	6	0	Тема 8	наблюдение изучение
18	январь	теория	0	3	Тема 2	обсуждение тренировка
19	февраль	практика	10	0	Тема 8	наблюдение изучение
20	февраль	практика	4	0	Тема 7	наблюдение тренировка
21	февраль	практика	4	0	Тема 6	обсуждение тренировка
22	март	практика	7	0	Тема 5	наблюдение тренировка
23	март	теория	0	3	Тема 2	обсуждение тренировка
24	март	практика	8	0	Тема 8	наблюдение изучение
25	апрель	практика	2	0	Тема 8	наблюдение изучение
26	апрель	практика	4	0	Тема 7	наблюдение тренировка
27	апрель	практика	2	0	Тема 9	наблюдение соревнование
27	апрель	теория	0	2	Тема 3	обсуждение тренировка
28	апрель	практика	4	0	Тема 7	наблюдение тренировка
29	апрель	практика	4	0	Тема 8	наблюдение изучение
30	май	практика	4	0	Тема 7	наблюдение тренировка
31	май	практика	14	0	Тема 9	наблюдение соревнование

## Календарный учебный график 2 год обучения

№	Месяц	Форма занятия	Количество уч. часов		Тема занятия	Форма контроля
			практ	теор		
1	сентябрь	теория	0	2	Тема 1	обсуждение изучение
2	сентябрь	теория	0	2	Тема 2	обсуждение тренировка
3	сентябрь	теория	0	2	Тема 3	изучение зачет
4	сентябрь	практика	4	0	Тема 4	обсуждение тренировка
5	сентябрь	практика	8	0	Тема 5	наблюдение тренировка
6	октябрь	практика	8	0	Тема 5	наблюдение тренировка
7	октябрь	практика	6	0	Тема 6	наблюдение тренировка
8	октябрь	практика	4	0	Тема 4	обсуждение тренировка
9	ноябрь	практика	8	0	Тема 5	наблюдение тренировка
10	ноябрь	практика	6	0	Тема 6	наблюдение тренировка
11	ноябрь	практика	2	0	Тема 7	тренировка соревнование
12	ноябрь	практика	4	0	Тема 4	обсуждение тренировка
13	декабрь	практика	2.5	0	Тема 4	обсуждение тренировка
14	декабрь	практика	5	0	Тема 7	тренировка соревнование
15	декабрь	практика	4	0	Тема 6	наблюдение тренировка
16	декабрь	практика	8	0	Тема 5	наблюдение тренировка
17	январь	теория	0	2	Тема 3	изучение зачет
18	январь	практика	4	0	Тема 4	обсуждение тренировка
19	январь	практика	3	0	Тема 7	тренировка соревнование
20	январь	практика	9	0	Тема 5	наблюдение тренировка
21	февраль	практика	4	0	Тема 4	обсуждение

						тренировка
22	февраль	практика	8	0	Тема 5	наблюдение тренировка
23	февраль	практика	8	0	Тема 6	наблюдение тренировка
24	март	практика	4	0	Тема 4	обсуждение тренировка
25	март	практика	6	0	Тема 7	тренировка соревнование
26	март	практика	8	0	Тема 5	наблюдение тренировка
27	апрель	практика	8	0	Тема 5	наблюдение тренировка
28	апрель	практика	6	0	Тема 6	наблюдение тренировка
29	апрель	практика	4	0	Тема 4	наблюдение тренировка
30	май	практика	8	0	Тема 5	наблюдение тренировка
31	май	практика	9	0	Тема 7	тренировка соревнование

## 2.2. Условия реализации программы

### Материально-техническое обеспечение:

- тир, оборудованный для стрельбы из пневматического оружия;
- ММГ автомата АК-74;
- пневматическая винтовка 4,5 мм – 6 шт.;
- пневматические пистолеты 4,5 мм – 2 шт.;
- стенды для стрельбы - 3 шт.;
- прицельный станок — 1 шт.;
- мишени бумажные (различные);
- пульки для стрельбы из пневматического оружия.
- плакаты по изучению устройства и взаимодействия частей стрелкового оружия;

### 2.3 Формы аттестации

- наблюдение за деятельностью учащихся;
- соревнования по стрельбе;
- выполнение контрольных упражнений.

Условия выполнения сдачи норматива по стрельбе на значок «Юный стрелок»:

- дистанция стрельбы – 5 м.

- мишень – «Спортивная «П».
- положение для стрельбы — сидя с руки с опорой на стол.
- количество выстрелов – 3 пробных, 5 зачетных.
- время на стрельбу – не ограничено.
- норматив – 40 очков.

## 2.4. Оценочные материалы:

### Условия выполнения упражнений

Индекс упражнения	Дистанция, м	Положение для стрельбы	Количество выстрелов		Мишени			Время
			пробное	зачетное	№	Кол-во пробных	Кол-во зачетных	
«Начинающий стрелок»	5	Сидя или стоя с опорой на стол	3	5	4	1	1	Неограниченное
«Юный стрелок»	10	С опорой о стол	6	20	8	2	4	30 мин
«Меткий стрелок»	10	Стоя	6	20	8	2	4	45 мин
«Снайпер»	10	Стоя. С колена.	6	20	8	2	4	40 мин

### Разрядные нормы по стрельбе пулевой:

Пневматические винтовки, пули ДН или ДЦ, прицел открытый

Индекс	Положение для стрельбы	Дистанция	пол	Спортивные разряды			
				переходной	3-й	2-й	1-й
«Начинающий стрелок»	Сидя или стоя с опорой на стол (5выстрелов)	5	м	40			
			д	34			
«Юный стрелок»	С опорой о стол	10	м		130	150	170
			д		122	142	162
«Меткий стрелок»	Стоя, лежа	10	м		110	130	150
			д		100	120	140
«Снайпер»	Стоя с колена. лежа (40 выстрелов 20 + 20)	10	м		310	330	350
			д		300	320	340

## 2.5 Методические обеспечение:

На занятиях в зависимости от содержания используются следующие методы обучения:

- словесный (рассказ, объяснение, беседа);
- объяснительно-иллюстративный (слушание, сравнение, запоминание);
- практический (упражнения, тренировки,);
- наглядный (показ плакатов, видеофильмов);
- эвристический (участие в соревнованиях).

Методическое пособие «Стрельба из пневматических винтовок» (А.Д. Дворкин, изд. ДОСААФ, 1986г.)

Методическое пособие «Пулевая стрельба. Правила соревнований» (Управление прикладных видов спорта Федерации пулевой стрельбы)

## 2.6 Список литературы:

1. Болотин Д.Н. «История советского стрелкового оружия и патронов», изд. «Полигон», С- П;
2. Болотин Д.Н. «Советское стрелковое оружие», «Военное издательство», М, 1986 г.
3. Дворкин А. Д. «Стрельба из пневматических винтовок».
4. Кузнецов А. С. программа кружка «Стрелковые кружки».
5. Лелюшенко Д.Д., «Пособие для допризывников», Военное издательство Министерства Обороны союза ССР, Москва, 1964.
6. Маркевич В.Е. «Ручное огнестрельное оружие», изд. «Полигон» С-П.
7. Мураховский В.И., С.Л. Федосеев «Оружие пехоты», изд. Арсенал-Пресс», М, 1992 г.
8. Науменко Ю.А., «Начальная военная подготовка», Москва, Просвещение, 1987 г.
9. Попов Е.А., «Огневая подготовка», Москва, 2004 г.
10. Яковлев Н.П., «Учебник допризывника», Военное издательство Министерства Обороны союза ССР, Москва, 1960.
11. «Программа для кружков по изучению основ военного дела и овладению военно-техническими знаниями в первичных организациях ДОСААФ», М, 1986 г.
12. «Программы допризывной подготовки юношей» 1990 г.
13. Правила соревнований по пулевой стрельбе.