

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«УЧЕБНЫЙ ЦЕНТР «ВИТЯЗЬ»**

**«УТВЕРЖДАЮ»**

**ДИРЕКТОР АНО ДПО**

**«Учебный Центр «Витязь»**

**И.В. Петров**



**Дополнительная общеразвивающая программа  
«Пулевая стрельба»**

**г. Тамбов  
2023 г.**

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа «Пулевая стрельба» (далее - программа) для Автономной некоммерческой организации дополнительного профессионального образования «Учебный центр «Витязь» разработана на основе Федерального закона от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Программа направлена на решение следующих задач:

- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепление здоровья учащихся;
- формирование общей культуры учащихся;
- удовлетворение иных образовательных потребностей и интересов учащихся.

Данная программа составлена для учащихся старших классов, количество обучаемых в группе 8-15 человек. Срок реализации программы – 1 год (36 часов), 1 занятие в неделю по 1 академическому часу.

Программа предусматривает изучение и ознакомление с 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.

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

### Материальная база:

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 и увечий, по знанию устройства и работы данного вида оружия.

Для реализации данной программы необходимо следующее техническое обеспечение:

плакаты по изучению устройства и взаимодействия частей АК, ПМ и пневматической винтовки;

пневматические пистолеты 4,5 мм – 2 шт.;

стенды для стрельбы — 4 шт.;

мишени бумажные;

пульки для стрельбы из пневматического оружия.

Ожидаемый результат и способы определения их результативности.

По окончании освоения образовательной программы обучающийся должен знать:

историю стрелкового оружия;

физические упражнения, направленные на развитие быстроты, ловкости, координации движений, контроль дыхания и пульса, приемы и правила стрельбы;

элементарные теоретические сведения о баллистике;

устройство и принцип действия пневматического оружия, технику безопасности при обращении и стрельбе из пневматического оружия;

команды, подаваемые инструктором при проведении учебных стрельб из пневматического оружия.

По окончании освоения образовательной программы обучающийся должен уметь:

выполнять стрелковые упражнения из положения, стоя и сидя;

занимать правильное положение при подготовке 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.

## 2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН на 2023- 2024 учебный год

№ п/п	Тема	Всего часов	Из них теоретических	Из них практических
1	История стрелкового оружия	1	1	
2	Теоретические основы стрельбы	6	6	
3	Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием	2	2	
4	Устройство и назначение пистолета МР-654К	2	2	
5	Подготовка пневматического пистолета к стрельбе	4		4
6	Предварительные упражнения – стрельба без пуль	4		4
7	Техника стрельбы из пневматического пистолета МР-654К на 5 м. (мишень. №8)	8		8
8	Техника стрельбы из пневматического пистолета МР-654К на 10 м. (мишень. №8)	8		8
9	Контрольные испытания	1		1
	<b>ИТОГО</b>	<b>36</b>	<b>11</b>	<b>25</b>

## 3. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Дата	Тема урока	Наименование темы, урока	Кол-во часов
	<b>Тема 1</b>	<b>История стрелкового оружия</b>	<b>1</b>
	1.1	История стрелкового оружия. Развитие стрелкового оружия. Совершенствование составных частей и элементов. Современное стрелковое и спортивное оружие.	1
	<b>Тема 2</b>	<b>Теоретические основы стрельбы теория</b>	<b>6</b>
	2.1	История развития пулевой стрельбы, ее значение	1
	2.2	Траектория полета пули, стабилизация.	1
	2.3	Определение основы средней точки прицеливания, попадания.	1

	2.4	Явление выстрела. Отдача винтовки.	1
	2.5	Факторы, влияющие на траекторию пули и точность выстрела.	1
	2.6	Отдача пистолета. Правильное положение тела стрелка во время выстрела, правильное дыхание.	1
	<b>Тема 3</b>	<b>Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием.</b>	<b>2</b>
	3.1	Общие требования. Правила обращения с оружием.	1
	3.2	Права и обязанности стрелка.	1
	<b>Тема 4</b>	<b>Устройство и назначение пистолета МР-654К</b>	<b>2</b>
	4.1	Общие данные. Назначение и устройство основных частей	1
	4.2	Работа частей и механизмов. Хранение оружия.	1
	<b>Тема 5</b>	<b>Подготовка пневматического пистолета к стрельбе. Практические занятия</b>	<b>4</b>
	5.1	Заряжение пистолета. Принятие положения для стрельбы. Прицеливание.	1
	5.2	Нажатие на спусковой крючок, режим дыхания.	1
	5.3	Пристрелка оружия. Отлаживание прицельных приспособлений.	1
	5.4	Характерные ошибки при стрельбе, возможные неисправности и способы их устранения.	1
	<b>Тема 6</b>	<b>Предварительные упражнения - стрельба без пуль. Практические занятия</b>	<b>4</b>
	6.1	Упражнение №1. Контроль однообразия прицеливания.	1
	6.2	Упражнение №2. Тренировка в стрельбе без пуль.	1
	6.3	Тренировка в удержании пистолета, прицеливании, нажатии на спусковой крючок, соблюдение режима дыхания.	2
	<b>Тема 7</b>	<b>Техника стрельбы из пневматического пистолета МР 654-К на 5 м. (мишень №8) Практические занятия.</b>	<b>8</b>
	7.1	Упражнение №3. Стрельба по белому листу для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Пули «Диаболо». Количество выстрелов — 3.	2
	7.2	Упражнение №4. Стрельба по квадрату 10*10 на листе белой бумаги. Выстрелов — 3. Задание попасть в квадрат.	2
	7.3	Упражнение №5. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по пяти пробоями и научиться делать поправку в наводке винтовки.	2

	7.4	Упражнение №6. Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов 3*5	2
	<b>Тема 8</b>	<b>Техника стрельбы из пневматического пистолета МР 654-К на 10 м. (мишень. №8). Практические занятия.</b>	<b>8</b>
	8.1	Упражнение №3. Стрельба по белому листу для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Пули «Диаболо». Количество выстрелов — 5.	2
	8.2	Упражнение №4. Стрельба по квадрату 10*10 на листе белой бумаги. Выстрелов — 10. Задание попасть в квадрат.	2
	8.3	Упражнение №5. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по пяти пробойнам и научиться делать поправку в наводке пистолета.	2
	8.4	Упражнение №6. Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, лежа с опорой для ствола.	2
		<b>Контрольные испытания</b>	<b>1</b>

#### 4. СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

**Тема 1:** История стрелкового оружия, теория (1 час).

История стрелкового оружия. Развитие стрелкового оружия. Совершенствование составных частей и элементов. Современное стрелковое и спортивное оружие.

**Тема 2:** Теоретические основы стрельбы, теория (6 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:** Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием теория (2 часа).

Общие требования. Правила обращения с оружием. Права и обязанности стрелка.

**Тема 4:** Устройство и назначение пистолета МР 654-К (2 часа).

Общие данные. Назначение и устройство основных частей. Работа частей и механизмов. Хранение оружия.

**Тема 5:** Подготовка пневматического пистолета к стрельбе. Практические занятия (4 часа) Заряжение пистолета. 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 пистолета, прицеливании, нажатии на спусковой крючок, соблюдение режима дыхания.

**Тема 7:** Техника стрельбы из пневматического пистолета МР 654-К на 5м. Практические занятия (8 часов).

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 пробойнам 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.

**Тема 8:** Техника стрельбы из Техника стрельбы из пневматического пистолета МР 654-К на 10 м. (мишень. №8) Практические занятия (8 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 пробойнам и научиться делать поправку в наводке винтовки.

Упражнение №6. Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, лежа с опорой для ствола.

## 5. ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

### Условия выполнения упражнений

Индекс упражнения	Дистанция, м	Положение для стрельбы	Количество выстрелов		Мишени			Время на стрельбу мин.
			пробное	зачетное	№	Кол-во пробных	Кол-во зачетных	
«Начинающий стрелок»	5	Сидя или стоя с опорой на стол	3	5	8	1	1	Неограниченное

«Юный стрелок»	10	С опорой на 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



### Список литературы

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