

УТВЕРЖДЕНО

Педагогическим советом

МБОУДОД «Любохонская станция юных техников»

Дятьковского района № от _____

Программа «Меткий стрелок»

Автор: Пасконный Владимир Алексеевич

педагог дополнительного
образования.

Любохна 2012 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Любому обществу нужны здоровые, мужественные, смелые, дисциплинированные, грамотные люди, которые готовы были бы учиться и работать на благо Отечества, и в случае необходимости встать на его защиту. Но сейчас молодое поколение находится в полной растерянности относительно того, кто они такие и для чего живут. Трудно ответить как стать патриотом, как живёт патриот, как по – настоящему любить своё Отечество. Поэтому стало очевидным, что решение этих проблем в жизни нашей страны во многом зависит от уровня сформированности гражданской позиции у подрастающего поколения, потребности в духовно – нравственном совершенствовании, уважении к историко-культурному наследию своего народа.

Чувство патриотизма нельзя привить в принудительном порядке. Об этом ещё говорил Аврелий Августин, отмечая, что никто ничего не делает хорошо, если это против воли, даже если человек делает что-то хорошее. В связи с этим работа по формированию патриотического сознания заключается в тонком искусстве преподавания верности Отечеству, гуманизма, благородства, гражданской чести.

Программа «Меткий стрелок» призвана систематизировать и углубить деятельность школы, семьи, общественности по патриотическому воспитанию подрастающего поколения.

Цель и задачи программы.

Целью программы является развитие у учащихся активной гражданской позиции и патриотизма как важнейших духовно – нравственных и социальных ценностей, отражающих сопричастность к делам и достижениям старших поколений, готовность к активному участию в различных сферах деятельности.

Для достижения указанной цели необходимо решать следующие задачи:

- формирование у подрастающего поколения верности Родине, готовности к служению Отечеству;
- формирование патриотических чувств и сознания, на основе исторических ценностей и роли России в судьбе мира;
- физическое развитие учащихся, формирование у них потребности в здоровом образе жизни;
- приобретение умений и навыков, позволяющих достичь высокого спортивно-технического уровня.

Срок реализации программы - 2 года обучения. Возраст обучающихся от 12 до 17 лет. Программа 1 года обучения рассчитана на 144 часа в год, 4 часа в неделю; 2 года обучения – на 216 часов в год, 6 часов в неделю.

Занятие в кружке спортивно-технического направления будет способствовать воспитанию у учащихся политической культуры, чувства ответственности за будущее своей страны, своего родного края, своего народа.

Формы работы:

- беседы «Есть такая профессия – Родину защищать», «Что я могу сделать для своего Отечества», «Спортивные успехи моих земляков»...
- проведение походов и экскурсий по памятным местам;
- организация и проведение соревнования по стрельбе;
- встречи с отличниками воинской службы, спортсменами;
- агитация и пропаганда здорового образа жизни;
- врачебный контроль занимающихся.

Диагностика результативности программы:

- текущий контроль, наблюдение за тем, как происходит овладение техническими приемами, как воспитанники применяют их на практике;
- тестирование;
- выполнение контрольных нормативов;
- участие в спортивно- патриотических мероприятиях, соревнованиях.

Краткое содержание 1 и 2 года обучения

Вводное занятие.

Развитие стрелкового спорта в России. Правила обращения со стрелковым оружием. Меры личной безопасности.

Основы теории стрельбы.

Индивидуальный подбор прицельных приспособлений. Темп стрельбы. Виды и варианты изготовок для стрельбы из винтовок.

Правила соревнований.

Порядок стрельбы. Одежда стрелка. Правила поведения на соревнованиях. Судейская комиссия по стрельбе.

Материальная часть оружия.

Подготовка оружия к соревнованиям. Уход за оружием. Типы и устройства прицелов. Материальная часть малокалиберных винтовок ТОЗ-8, ТОЗ-12.

Общеспортивная подготовка стрелка.

Влияние занятий физическими упражнениями на обмен веществ. Режим дня. Закаливание организма. Оказание первой медицинской помощи.

Специальная физическая подготовка.

Упражнения для повышения специальной выносливости. Упражнения с макетом оружия.

Техника стрельбы.

Понимание основных принципов спортивной тренировки. Освоение упражнений МВ-8а, МВ-2а, МВ-4а, МВ-7а. Стрельба на меткость. Контрольные стрельбы.

Тематическое планирование 1 год обучения

№	Тема занятия	Количество часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие. Правила безопасности в обращении с оружием. Техника безопасности.	2	1	1
2.	Основы теории стрельбы.	2	1	1
3.	Меры безопасности при передвижении к месту тренировки. Правила поведения во время тренировки.	2	1	1
4.	Правила проведения соревнований по стрельбе.	2	2	-
5.	Материальная часть оружия.	6	2	4
6.	Приемы и правила стрельбы из винтовки.	10	2	8
7.	Разбор хода тренировочных занятий.	3	2	1
8.	Тренировка без патронов.	12	2	10
9.	Тренировка в стрельбе по белому листу.	2	-	2

10	Тренировка в стрельбе по мишени на кучность.	12	2	10
11.	Тренировка в стрельбе на результат.	10	-	10
12	Прикидка. Тренировка в регламенте упражнения.	10	2	8
13	Тренировка в стрельбе из положения сидя.	10	2	8
15	Общефизическая подготовка стрелка.	17	2	15
16	Специальная физическая подготовка	20	4	16
17	Техническая, теоретическая, психологическая подготовка стрелка.	4	2	2
18	Контрольные стрельбы из положения стоя.	18	2	16
19	Итоговое занятие	2	1	1
	ВСЕГО:	144	30	114

Тематическое планирование 2 год обучения

№	Тема занятия	Количество часов	Теория	Практика
1.	Вводное занятие. Правила обращения с оружием. Техника безопасности.	2	1	1
2.	Правила безопасности при стрельбе из стрелкового оружия.	1	1	-
3.	Основы теории стрельбы.	3	1	2
4.	Меры безопасности при передвижении к месту тренировки, соревнований. Правила поведения на соревнованиях.	3	2	1
5.	Правила проведения соревнований.	3	3	-
6.	Материальная часть оружия.	9	2	7
7.	Приемы и правила стрельбы из винтовки.	15	4	11
8.	Разбор соревнований и тренировочных занятий.	4	2	2
9.	Тренировка без патронов.	18	-	18
10	Тренировка в стрельбе по падающим мишеням.	3	1	2
11.	Тренировка в стрельбе на кучность.	18	2	16
12	Тренировка в стрельбе на результат.	15	2	13
13	Тренировка в стрельбе из 3-х положений.	15	2	13

15	Контрольные стрельбы из положения сидя.	15	2	13
16	Общефизическая подготовка стрелка.	26	4	22
17	Специальная физическая подготовка.	30	4	26
18	Психологическая подготовка стрелка.	6	3	3
19	Контрольные стрельбы из положения стоя.	28	4	26
20	Итоговое занятие	2	1	1
	ВСЕГО:	216	41	175

Список литературы

Сборник нормативно – правовых документов и материалов по патриотическому воспитанию и подготовке обучающихся к военной службе. Мнемозина. Москва. 2000.

Гражданином быть обязан. Москва.1999.

Вестник образования № 15 /02.

Психология современного подростка « Педагогика» Москва 1987.

Наш проблемный подросток « Союз» Санкт – Петербург 1999.

Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ «Просвещение» Москва 1987.

Л.М.Фридман. Психология в современной школе «ТЦ Сфера» Москва 2001.

А.М.Катуков, Е.Н.Цветаев. Военно – патриотическое воспитание учащихся на занятиях по начальной военной подготовке «Просвещение» Москва 2001.

Ю.А.Науменко. Начальная военная подготовка «Просвещение» Москва 1985.

В.А.Крутецкий. Психология « Просвещение» Москва 1980.

П.А.Гусак Простейшие учебные стрелковые приборы и наглядные пособия «Народная асвета» Минск 1978.

Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классы средней школы «Просвещение» Москва 1987.