Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
центр детского (юношеского) технического творчества
Красногвардейского района Санкт-Петербурга
«Охта»

ПРИНЯТА
на педагогическом совете
ГБУ ДО ЦДЮТТ «Охта»
Протокол №3 от 26.05.2026

УТВЕРЖДЕНА

Приказом №269.1 от 27.05.2026
Директор ГБУ ДО ЦДЮТТ «Охта»
Н.Л. Иванова

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Владелец Иванова Наталья Леонидовна
Действителен с17.04.2026 по 11.07.2027

Дополнительная общеразвивающая программа

«ПРАКТИЧЕСКАЯ СТРЕЛЬБА»

Возраст обучающихся: 11-13 лет.
Срок реализации: 1 года.

Разработчик:
Кузьминова Анна Владимировна,
педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Дополнительная общеразвивающая программа «Практическая стрельба» (далее - Программа) имеет **техническую** направленность.

Программа разработана в соответствии с направлениями государственной образовательной политики и современными нормативными документами в сфере образования.

Адресат Программы рассчитан на обучение мальчиков и девочек от 11 до 13 лет, не имеющих опыта в практической стрельбе и желающих получить необходимые знания и умения в области безопасного обращения с оружием, позволяя на практике познакомиться и приобрести технические навыки по работе с пневматическим оружием.

Актуальность

Данная Программа способствует:

- приобретение технических навыков по работе с оружием;
- безопасное обращение с оружием;
- вовлечение детей, испытывающих трудности в освоении основных общеразвивающих программ;
- формирования первичного понятия профессиональной деятельности, работа которых связана с оружием;
- воспитание гражданского и патриотического сознания ребенка, формирование уважения у труда, нравственным нормам российского народа.

При разработке данной Программы педагог руководствовался следующими факторами:

- незнанием системы в сфере, законов владения, хранения, пользования оружием.
- недостаточной системой подготовки стрелков-спортсменов;
- снижением у детей физической познавательной активности;
- стремлением педагога направить интерес детей к безопасному использованию и обращением с оружием.

Отличительные особенности.

Программа «Практическая стрельба» базируется на практико-ориентированном подходе к обучению, основывается на работе с пневматическим оружием и привлечение обучающихся к военно-прикладным видам спорта.

Объем и срок реализации Программы.

Образовательный процесс строится с учётом Постановления Главного санитарного врача РФ от 2 июня 2026 г. N 19; СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Общее количество часов составляет 144 часа. Программа рассчитана на 1 года обучения.

Цель – организация в рамках спортивных состязаний стрелковых упражнений, требующих от стрелков реализации приёмов и способов ведения огня, наиболее полно отвечающих различным случаям применения огнестрельного оружия.

Задачи

Обучающие:

- безопасного обращения с оружием;
- обучение навыкам технического обслуживания оружия;
- обучение выполнения приемам и техники стрельбы;
- формирование у обучающихся системы знаний об устройстве и принципе действия оружия.

Развивающие:

- развитие умения сосредотачиваться и концентрироваться на выполнении поставленной задачи;
- развитие самоконтроля на занятиях в области безопасного обращения с оружием;
- развитие способности работать в команде, беспрекословно выполнять команды руководителя;
- формирование знаний осознанного и безопасного использования оружия.

Воспитательные:

- формирование у обучающихся социальной активности, гражданской позиции, культуры общения и поведения в социуме;
- формирование духовно-нравственных ценностей;
- развитие безопасного обращения с оружием, использованию оружия и правилам безопасной стрельбы;
- развитие адекватной самооценки результатов деятельности на занятиях и здорового образа жизни.

Планируемые результаты.

Предметные

Обучающиеся:

- овладеют знаниями в виде спорта, как практическая стрельба;
- получат знания по техническому обслуживанию оружия;
- изучат технику стрельбы из пневматического оружия, пистолетов и карабинов;
- получат базовые знания в области прикладной баллистики.
- сформируют систему знаний об устройстве и принципе действия различных видов оружия.
- приобретут правильные и безопасные навыки безопасного обращения с оружием.
- получат навыки контроля и самооценки своего физического состояния.

Метапредметные

у обучающихся:

- сформируется осознанный подход в использовании оружия;
- повысится уровень познавательной активности, самостоятельности.
- сформируется умение сосредотачиваться и концентрироваться на выполнении поставленной задачи.
- получат навыки самоконтроля, психологической устойчивости.
- разовьют способность работать в команде, беспрекословно выполнять команды руководителя.
- разовьют физическую выносливость, память, внимание, гибкое мышление.

Личностные

у обучающихся:

- привьется интерес к занятиям с оружием, правилам безопасной стрельбы;
- сформируется адекватная самооценка результатов деятельности на занятиях;
- сформируются общепринятые нормы и правила поведения, дисциплинированность;
- воспитают целеустремленность, трудолюбие, уважительное отношение друг к другу, коммуникативные навыки.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации – русский.

Форма обучения – очная.

Особенности реализации программы.

Особенности организации образовательного процесса:

Обязательным условием приема для всех желающих заниматься по данной Программе является наличие медицинского разрешения о допуске к занятиям по практической стрельбе. Программа ориентирована на индивидуальные и возрастные особенности обучающихся. Организационные формы обучения на групповых занятиях: групповая, индивидуальная. А также, занятия учебно-тренировочные, теоретические, соревновательные.

Обучающиеся зачисляются в избранную группу после собеседования с педагогом дополнительного образования, ведущим программу, предоставления справки от врача о состоянии и группе здоровья для занятий физкультурой и спортом.

Организация образовательного процесса по Программе осуществляется в соответствии с годовым тематическим планом и календарно-тематическим планом, утвержденным директором образовательного учреждения.

Педагог проводит собеседование с родителями при наборе детей в группы, делает краткий обзор тематики курса, знакомит с режимом занятий. Если возникает необходимость, педагог проводит индивидуальные встречи с родителями. В социальной сети создана группа, в которой освещаются события, заслуги и успехи учеников, атак же обратная связь с руководителем. Таким образом, родители всегда имеют возможность контролировать достижения своих детей на занятиях в данной секции.

Условия набора в коллектив: разновозрастные, допускается дополнительный набор в группу при успешном прохождении просмотра.

Количество обучающихся в группе: списочный состав групп формируется в соответствии с технологическим регламентом: на первом году обучения – не более 12 обучающихся.

Формы организации занятий: занятия проводиться по группам. Программа предусматривает аудиторные и внеаудиторные занятии.

Формы проведения занятий: учебное занятие.

Формы организации деятельности учащихся на занятиях:

- фронтальная;
- групповая;
- коллективная;
- индивидуальная.

Материально-техническое оснащение:

Тир - помещение, специально предназначенное для безопасного проведения стрельб, и действий с оружием, должен соответствовать требованиям правил соревнований по пулевой стрельбе, утвержденных Комитетом по физической культуре и спорту. Согласно п.1.22.7 данных правил установлены минимальные размеры огневой позиции каждого стрелка:

ширина позиции 1.25 – 1.6 м. глубина (длина) 2.5 м. Ширина пневматического тира составляет 13 м.

Количество стрелковых позиций = отношению ширины тира на максимальную величину ширину позиции 13 м/1.6 м = 8 позиции.

Ширина оптико-электронного тира составляет 13 м. количество стрелковых позиций

Тир обладает следующими признаками:

- закрытого типа
- для пневматического оружия
- для оптико-электронного оружия

- дистанция для стрельбы 10 метров
- для стрельбы по неподвижным мишеням
- стрелковые галереи

По пропускной способности пневматический тир оборудован на 8 стрелковых мест или постройки двух галерей.

Время – Т полн.= 45 мин. (1 академический час)

Время – Т упр.= 20 мин. (на выполнение упражнения (3 пробных + 10 зачетных выстрелов))

Х- число смен, обучающихся на одно стрелковое место

Каждое стрелковое место оборудовано стойкой (дополнительной опорой) для оружия, одним табуретом (стулом).

Линия мишеней оптико-электронного оружия оборудована проецируемым электронным экраном, установками и пультом управления (компьютер).

Линия мишеней пневматического тира оборудована пылеулавливателями, биатлонными и силуэтными установками.

Стрелковые галереи стояться на каждом занятие и оборудованы не движущимся мишенями и топерами.

Тир оснащен следующим оборудованием:

- стол для чистки оружия винтовка
- очки для стрельбы 16 шт.
- коврик для стрельбы 16 шт.
- наушники 16 шт.
- экран, проектор, интерактивная панель1 шт.
- компрессор высокого давления с системой очистки воздуха.
- стол для практических занятий начинающих стрелков
- стулья, табуреты, скамья
- оружейная комната и металлический сейф для хранения оружия
- огнетушитель
- подсобное помещение
- вывешены инструкции по охране труда
- компьютер

<u>Арсенал стрелковой секции:</u>

- МР512 «имитация» выстрела
- винтовка МР512 пневматическая
- пистолеты
- карабины
- магазины

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Наименование темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Введение. Инструктаж по ОТ. Техника безопасности обращения с оружием. Правила поведения в тире.	4	3	1	Опрос
2.	Теоретические основы выстрела, понятие о баллистике, работа частей и механизмов винтовки при выстреле.	2	2	0	Опрос
3.	Подготовка к стрельбе: Определение установочных данных для стрельбы.	2	1	1	Опрос, Наблюдение
4.	Базовая техника производства Выстрела.	2	1	1	Опрос
5.	Пулевая стрельба из пневматической винтовки.	14	2	12	Опрос, Наблюдение
6.	Стрельба по неподвижным мишеням. Выполнение нормативов	2	0	2	Наблюдение, Зачет
7.	Общая физическая подготовка	14	3	11	Опрос, Наблюдение
8.	Специальная физическая подготовка	14	3	11	Опрос, Наблюдение
9.	Психологическая подготовка.	4	2	2	Опрос
10.	Навыки безопасного обращения с пистолетом (отработка навыка убирать палец со спускового крючка)	4	2	2	Опрос, Наблюдение
11.	Заряжание пистолета и производство выстрела.	4	2	2	Опрос, Наблюдение
12.	Практическая стрельба из пневматического пистолета	32	10	22	Опрос, Наблюдение
13.	Навыки безопасного обращения с карабином (отработка навыка убирать палец со спускового крючка)	4	2	2	Опрос, Наблюдение
14.	Заряжание карабина и производство выстрела.	2	1	1	Опрос, Наблюдение
15.	Практическая стрельба из карабина	16	4	12	Опрос, Наблюдение

16.	Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	6	2	6	Зачёт
17.	Инструкторская практика	6	2	4	Опрос, Наблюдение
18.	Судейская практика	6	2	4	Опрос, Наблюдение
19.	Медицинские, медико-биологические мероприятия	2	2	0	Опрос, Наблюдение
20.	Выполнение нормативов. Соревнования среди обучающихся.	2	0	2	Зачёт
21.	Итоговое занятие	2	1	1	Зачёт
ИТОГО:		**144**	**45**	**99**	

Согласовано
_____20__г.
Заместитель директора по УВР
ГБУДО ЦДЮТТ «Охта»
_____ /_____/

Календарный учебный график
реализации дополнительной общеразвивающей программы
«Практическая стрельба»
на 2025-2026 учебный год

Педагог дополнительного образования: **Кузьминова Анна Владимировна**

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	01.09.2025	31.08.2026	36	144	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Задачи

Обучающие:

- безопасного обращения с оружием;
- обучение навыкам технического обслуживания оружия;
- обучение выполнения приемам и техники стрельбы;
- формирование у обучающихся системы знаний об устройстве и принципе действия оружия.

Развивающие:

- развитие умения сосредотачиваться и концентрироваться на выполнении поставленной задачи;
- развитие самоконтроля на занятиях в области безопасного обращения с оружием;
- развитие способности работать в команде, беспрекословно выполнять команды руководителя;
- формирование знаний осознанного и безопасного использования оружия.

Воспитательные:

- формирование у обучающихся социальной активности, гражданской позиции, культуры общения и поведения в социуме;
- формирование духовно-нравственных ценностей;
- развитие безопасного обращения с оружием, использованию оружия и правилам безопасной стрельбы;
- развитие адекватной самооценки результатов деятельности на занятиях и здорового образа жизни.

Содержание программы

Тема «Введение. Инструктаж по ОТ»

Теория Знакомство с Программой. Планы на год. Режим занятий. Обзор тематики курса. Ожидаемые результаты и перспективы обучения. Инструктаж по охране труда. Меры безопасности при обращении с оружием. Правила поведения в тире.

Практика Выполнение упражнения на однообразие прицеливания.

Тема «Теоретические основы выстрела, понятие о баллистике, работа частей и механизмов винтовки при выстреле»

Теория Теоретические основы прицельного выстрела. Определение открытого прицела, характерные признаки, назначение, достоинства и недостатки, устройство и принцип действия. Виды открытых прицелов. Правила и особенности прицеливания.

Практика Выполнение упражнений на проверку правильности и коррекцию изготовки.

Тема «Подготовка к стрельбе: Определение установочных данных для стрельбы»

Теория Определение выстрела. Сопоставление определений огнестрельного и пневматического оружия, их принципиальные отличия.

Практика Выполнение упражнений на проверку правильности и коррекцию изготовки. Выполнение упражнения на однообразие прицеливания.

Тема «*Базовая техника производства Выстрела»

Теория Определение системы «стрелок – оружие». Виды изготовок для стрельбы. Положение тела, способы удержания оружия, способы коррекции изготовки.

Практика Выполнение упражнений на проверку правильности и коррекцию изготовки.

Тема «Пулевая стрельба из пневматической винтовки»

Теория Виды изготовок для стрельбы. Положение тела, способы удержания оружия, способы коррекции изготовки.

Практика Выполнение пробных выстрелов, определение характера стрельбы, нахождение средней точки попадания, расчет и введение поправки. Выполнение зачетных выстрелов.

Тема «Стрельба по неподвижным мишеням. Выполнение нормативов»

Практика Выполнение выстрелов, определение характера стрельбы, нахождение средней точки попадания, расчет и введение поправки. Выполнение зачетных выстрелов.

Тема «Общая физическая подготовка»

Теория Основные понятия – ОФП, СФП, спортивная подготовка, принципы и методы физического воспитания, физические качества, психические качества, учебно-тренировочные занятия, спортивная тренировка, спортивная форма, периоды и этапы спортивной тренировки, общая и моторная плотность занятия, интенсивность физических нагрузок, аэробный и анаэробный режим работы, энергозатраты при физических нагрузках.

Практика Физические упражнения, направленные на улучшения результатов.

Тема «Специальная физическая подготовка»

Теория Процесс воспитания физических качеств, обеспечивающий преимущественное развитие тех двигательных способностей, которые необходимы для практической стрельбы.

Практика Физические упражнения, направленные на улучшения результатов и физического состояния.

Тема «Психологическая подготовка»

Теория Преодоление своих отрицательных эмоций. Базовые волевых качества личности, система волевых качеств личности, специальная психологическая подготовка,

Практика Игры на общение, работы в коллективе.

Тема «Навыки безопасного обращения с пистолетом (отработка навыка убирать палец со спускового крючка)»

Теория Техника безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Знакомства с пистолетом.

Практика Отработка навыка убирать палец со спускового крючка.

Тема «Заряжание пистолета и производство выстрела»

Теория Техника безопасности при заряжании, наводке, выстреле. Порядок и алгоритм действий работы с оружием на огневом рубеже.

Практика Отработка алгоритма действия при выполнении упражнения.

Тема «Практическая стрельба из пневматического пистолета»

Теория Техника безопасности при заряжании, наводке, выстреле. Порядок и алгоритм действий работы с пистолетом на огневом рубеже. Виды изготовок для стрельбы. Положение тела, способы удержания оружия, способы коррекции изготовки.

Практика Выполнение выстрелов, определение характера стрельбы, нахождение средней точки попадания, расчет и введение поправки. Выполнение зачетных выстрелов.

Тема «Навыки безопасного обращения с карабином (отработка навыка убирать палец со спускового крючка)»

Теория Техника безопасности при обращении с оружием и боеприпасами. Знакомство с карабином.

Практика Отработка навыка убирать палец со спускового крючка.

Тема «Заряжание карабина и производство выстрела»

Теория Техника безопасности при заряжании, наводке, выстреле. Порядок и алгоритм действий работы с оружием на огневом рубеже.

Практика Отработка алгоритма действия при выполнении упражнения.

Тема «Практическая стрельба из карабина»

Теория Техника безопасности при заряжании, наводке, выстреле. Порядок и алгоритм действий работы с карабином на огневом рубеже. Виды изготовок для стрельбы. Положение тела, способы удержания оружия, способы коррекции изготовки.

Практика Выполнение выстрелов, определение характера стрельбы, нахождение средней точки попадания, расчет и введение поправки. Выполнение зачетных выстрелов.

Тема «Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)»

Теория Техника безопасности. Основные понятия в системы стрельбы.

Практика Отработка выстрелов на различных мишенях.

Тема «Инструкторская практика»

Теория Обязанности инструктора, правила нахождения в галереи. Правила работы со спортсменами. Основные ошибки.

Практика Отработка на практике, работа в парах стрелок – инструктор.

Тема «Судейская практика»

Теория Обязанности и правила работы судьи, правила нахождения в галереи и за ней. Правила работы со спортсменами. Основные ошибки.

Практика Отработка на практике, работа в парах стрелок – судья.

Тема «Медицинские, медико-биологические мероприятия»

Теория Основы оказания первой медицинской помощи при огнестрельных ранениях. Виды кровотечений. Виды травм. Виды повязок. Способы транспортировки пострадавшего. Используемые материалы и оборудование.

Практика Выполнение упражнений в парах по остановке кровотечений, наложению повязок: «чепец», «уздечка», круговая, спиральная, крестообразная, колосовидная.

Тема «Выполнение нормативов. Соревнования среди обучающихся»

Практика Контрольная стрельба из пневматической винтовки, пистолета, карабина.

Тема «Итоговое занятие»

Теория Подведение итог года.

Практика Заключительные контрольные выстрелы.