

Администрация города Пскова
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
"Военно-патриотический Центр "Патриот"

Принято
на заседании педагогического совета
МБУ ДО Центр «Патриот»
от «01» сентября 2023 года
Протокол № 1



«Утверждаю»
директор МБУ ДО Центр "Патриот"
А.И. Мультах
Приказ № 156 от «01» сентября 2023 года



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности
«Снайпер»

Форма реализации программы - очная
Год обучения - первый
Номер группы - №1,
Возраст обучающихся- 8-12 лет

Автор-составитель:
Иванова Елена Александровна
Педагог дополнительного образования МБУ
ДО Центр «Патриот»

Псков – 2023 г.

Содержание:

1.Комплекс основных характеристик образовательной программы.

1.1.Пояснительная записка.

1.2.Цель и задачи программы.

1.3.Содержание программы.

Учебно-тематический план. (1-ый год обучения)

Учебный план. (1-ый год обучения)

Содержание учебного плана (Перечень тем и примерный расчет часов).

1.4.Планируемые результаты.

2.Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1.Условия реализации программы.

2.2.Формы аттестации.

2.3.Методические материалы.

Список литературы.

1.1 Пояснительная записка.

Направленность программы. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая военно-патриотическая программа «Снайпер» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Актуальность программы в том, что при занятиях стрелковым спортом вырабатываются такие волевые качества, как целеустремленность, настойчивость, выдержка, самообладание. Стрельба развивает память, способствует развитию вестибулярного аппарата, зрительного анализатора, ассоциативного мышления. Поэтому стрельба является одной из наиболее эффективных оздоровительных технологий, способствующих формированию здорового образа жизни у подрастающего поколения. Данная программа дает возможность научиться обращению с оружием, формирует навыки стрелковой техники.

Отличительные особенности программы в том, что она соединяет в себе не только занятия стрелковым спортом но и гимнастика, фитнес и общефизическая подготовка. Программа включает в себя четыре блока: историко-эстетическое воспитание, основы безопасности жизнедеятельности, общефизическая подготовка и основы специальной подготовки.

Адресат программы – Зачисление обучаемых в группы 1-ого года обучения проводятся по заявлению поступающего с согласия родителей, с письменного разрешения врача-педиатра поликлиники по месту жительства или медицинского работника общеобразовательного учреждения. В группу №1 зачисляются с 8 до 12 лет.

Объем программы:

- 1 год обучения – 216 часов.

Форма обучения – очная.

Уровень программы- ознакомительный.

Во время проведения занятий используются следующие методы:

- Словесные методы – рассказ, беседа, опрос, инструкция,
- Метод показа – демонстрация изучаемых действий, посещение соревнований и т.п.
- Метод упражнения – систематическое выполнение и повторение изучаемых действий, закрепление полученных знаний.

Тип занятия: комбинированный, теоретический, практический, тренировочный, соревновательный контрольный.

Формы проведения занятий – аудиторные, внеаудиторные.

Основными формами занятий являются учебно-тренировочные, теоретические, и практические занятия, спортивные игры и соревнования, экскурсии.

Формы организации занятий – групповые.

Срок освоения программы – 1 год.

Режим занятий – 6 часов в неделю. Занятия проводятся три раза в неделю по 2 часа.

Уровень программы - ознакомительный

1.2. Цель и задачи программы.

Цель: физическое, нравственное и интеллектуальное развитие личности ребенка,

укрепление здоровья, безопасного образа жизни, мотивация к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

Обучающие задачи: изучение материальной части оружия; изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя» с опорой; обеспечение разносторонней физической подготовки; освоение мер безопасности при обращении с оружием и правил поведения в местах проведения стрельб; основы безопасности на улицах города и водоёмах.

Развивающие задачи: развивать природные способности и задатки детей; развивать внимание, усидчивость, память, глазомер;

Воспитательные задачи: формирование сознательного отношения к занятиям физической культурой и стойкого интереса к пулевой стрельбе; воспитывать уважение к своей стране и родному краю.

1.3. Содержание программы:

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ «Снайпер» 1 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов	
		Теория	Практика
	Вводная часть.		
1	Тема 1. Комплектование групп. Занятие 1-12 часов.	12	-
2	Тема 2. История создания и развития клуба, его традиции и база. Права и обязанности учащихся. Занятие 1-1 час. История создания и развития клуба, его традиции и база. Права и обязанности учащихся.	1	-
	Раздел 1. Историко-эстетическое воспитание.		
1.	Тема 1. Дни воинской славы (победные дни) России Занятие 1- 2 часа. 6 мая – вахта Памяти (воинские захоронения).	-	2
	Раздел 2. Основы безопасности жизнедеятельности.		
1.	Тема 1. Правила дорожного движения. Занятие 1- 1 час. Правила дорожного движения Занятие 2- 1 час. Я- пассажир, Я- участник дорожного движения	2	-
2.	Тема 2. Безопасность на водоемах. Занятие 1- 1 час. Безопасность на водоемах в зимний и весенний период. Занятие 1- 1 час. Безопасность на водоемах в летний период.	2	-

3.	Тема 3. Пожарная безопасность. Занятие 1- 1 час. Основные правила пожарной безопасности. Причины возникновения пожара. Опасные факторы пожара. Занятие 2- 1 час. Действия при возникновении пожара. Эвакуация по тревоге в школе.	2	
Раздел 3. Физическая подготовка.			
1.	Тема 1. Гимнастика, фитнес и общефизическая подготовка. Занятие 1- 6 часов. Комплекс общеразвивающих упражнений. Занятие 2- 6 часов. Комплекс упражнений на гимнастических снарядах Занятие 3- 6 часа. Комплекс упражнений для укрепления мышц брюшного пресса. Занятие 4- 6 часов. Комплекс упражнений для укрепления мышц спины. Занятие 5-5 часа. Комплекс упражнений на растяжку. Занятие 6-6 часа. Упражнения, направленные на развитие силовых качеств. Занятие 7-3 часа. Упражнения, направленные на развитие быстроты. Занятие 8- 5часа. Упражнения, направленные на развитие специальной выносливости. Занятие 9- 5 часа. Упражнения, направленные на развитие вестибулярного аппарата, координацию движений.	-	48
Раздел 4. Основы специальной подготовки юных стрелков.			
1.	Тема 1. Меры безопасности. Занятие 1–3часа. Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами, при проведении занятий и соревнований. Занятие 2- 1 час. Зачет по мерам безопасности (конкурс).	3	1
2.	Тема 2. Материальная часть оружия. Занятие 1- 2 часа. Характеристика, основные части винтовки ИЖ-38. МР-512 Занятие 2- 2 часа. Характеристика, основные части м/к винтовке ТОЗ-12. Неполная разборка и сборка. Занятие 3 - 2 часа. Устройство патронов, пулек, виды. Уход за оружием.	5	1
3.	Тема 3. Участие в соревнованиях. Занятие 1 – 6 часов. Соревнования Центра - Папа, мама, я – спортивная семья; День матери; КСУ; военизированная эстафета; скалодром; техника пешеходного туризма и др.	-	6
4	Тема 6. Правила соревнований. Занятие 1–1 час. Обязанности и права участника соревнований. Условия выполнения упражнения 3+5выстрелов из пневматического оружия.	1	-
5	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 1- 4часа. Изготовка: положение туловища, рук, ног, головы, затыльника приклада; варианты изготовки.	13	57

	<p>Проверка правильности принятой изготовки. Занятие 2- 4 часа. Прицеливание: величина просвета между вершиной мушки и нижним обрезом «яблока» мишени; ровная мушка; удержание мушки в районе прицеливания; ошибки допускаемые при прицеливании. Занятие 3- 2 час. Дыхание, задержка дыхания. Занятие 4- 3 часа. Нажим на спусковой крючок, условия, обеспечивающие правильный нажим на спусковой крючок. Ошибки, допускаемые при нажиме на спусковой крючок. Занятие 5-55 часов. Стрельба на результат.</p>		
6	<p>Тема 5. Изучение элементов техники в положении «лежа» с опоры из м/к винтовки. Занятие 1- 3 часа. Изготовка: положение рук, туловища, ног. Варианты изготовки. Проверка правильности принятой изготовки. Занятие 2- 3 часа. Прицеливание с диоптрическим прицелом. Ошибки допускаемые при прицеливании. Занятие 3- 3 часа. Дыхание. Занятие 4- 3 часа. Управление спуском. Ошибки, допускаемые при нажиме на спусковой крючок. Занятие 5- 46 часов. Стрельба на результат</p>	10	48
7	<p>Тема 1. Переводные испытания. Занятие 1 – 2 часа.</p>	-	2
Итого: 216		51	165

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
программы "Снайпер" 1 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводная часть.	13	13	-	Пед-кое наблюдение
	Комплектование групп.	12	12	-	
	История создания и развития клуба, его традиции	1	1	-	
2.	Историко-эстетическое воспитание.	2	-	2	Пед-кое наблюдение
	Дни воинской славы (победные дни) России	2	-	2	
3.	Основы безопасности жизнедеятельности.	6	6	-	Пед-кое

					наблюдение
	Правила дорожного движения.	2	2	-	
	Безопасность на водоемах.	2	2	-	
	Пожарная безопасность.	2	2	-	
4.	Физическая подготовка.	48	-	48	Сдача нормативов
5	Основы специальной подготовки юных стрелков.	147	32	115	Сдача нормативов
	Меры безопасности.	4	3	1	
	Материальная часть оружия.	6	5	1	
	Участие в соревнованиях.	6	-	6	
	Основы техники стрельбы.	128	213	105	
	Правила соревнований	1	1	-	
	Промежуточная аттестация	2	-	2	
	ИТОГО ПО ПРОГРАММЕ	216	51	165	

Содержание учебного плана

Вводная часть.

Комплектование групп.

Теория.

История создания и развития клуба, его традиции и база. Права и обязанности учащихся.

Историко-эстетическое воспитание.

Дни воинской славы. Победные дни России.

Практика часа. 6 мая – вахта Памяти (воинские захоронения).

Основы безопасности жизнедеятельности.

Правила дорожного движения.

Теория Правила дорожного движения

Теория Я - пассажир, Я - участник дорожного движения

Безопасность на водоемах.

Теория. Безопасность на водоемах в зимний и весенний период.

Теория. Безопасность на водоемах в летний период.

Пожарная безопасность.

Теория. Основные правила пожарной безопасности.

Противопожарная защита и правила пожарной безопасности. План противопожарной охраны, пользование пожарной сигнализацией.

Теория Основные способы и приемы тушения пожаров.

Практика Средства пожаротушения и ручной пожарный инструмент, назначение и порядок их применения. Порядок оповещения о пожаре.

Сбор по пожарной тревоге. Действия при тушении пожаров огнетушителями, песком, водой из ведер и ручным пожарным инструментом

Физическая подготовка:

Гимнастика, фитнес и общефизическая подготовка.

Практика Комплекс общеразвивающих упражнений.

Практика Комплекс упражнений на гимнастических снарядах

Практика Комплекс упражнений для укрепления мышц брюшного пресса.

Практика Комплекс упражнений для укрепления мышц спины.

Практика Комплекс упражнений на растяжку.

Практика Упражнения, направленные на развитие силовых качеств.

Практика Упражнения, направленные на развитие быстроты.

Практика Упражнения, направленные на развитие специальной выносливости.

Практика Упражнения, направленные на развитие вестибулярного аппарата, координацию движений.

Основы специальной подготовки юных стрелков;

Меры безопасности.

Практика. Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами.

Теория. Меры безопасности при проведении занятий и соревнований.

Материальная часть оружия.

Теория. Назначение, ТТД винтовки ИЖ-38. Устройство, назначение основных частей и механизмов пневматической винтовки ИЖ-38.

Теория. Устройство, назначение основных частей и механизмов м/к винтовке ТОЗ-12. Неполная разборка и сборка м/к винтовке ТОЗ-12.

Практика. Неполная разборка и сборка м/к винтовке ТОЗ-12.

Участие в соревнованиях.

Практика. Соревнования центра «Патриот»

Основы техники стрельбы.

Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя».

Теория. Понятие об изготовке: положение рук, ног, постановка головы, приклада в плечо; варианты изготовления.

Теория. Принятие изготовления в целом. Проверка правильности принятой изготовления.

Теория. Прицеливание: величина просвета между вершиной мушки и нижним обрезом «яблока» мишени; ровная мушка; удержание мушки в районе прицеливания; ошибки, допускаемые при прицеливании.

Практика. Управление дыханием..

Практика. Управление спуском: условия, обеспечивающие правильный спуск курка; ошибки, допускаемые при нажатии на спусковой крючок.

Практика. Стрельба на результат.

Практика. Стрельба на кучность.

Изучение элементов техники в положении «лежа» с опоры из м/к винтовки.

Теория. Изготовка: положение рук, туловища, ног. Варианты изготовления. Проверка правильности принятой изготовления.

Теория. Прицеливание с диоптрическим прицелом. Ошибки допускаемые при прицеливании.

Теория. Дыхание.

Теория. Управление спуском. Ошибки, допускаемые при нажиме на спусковой крючок.

Практика. Выполнение выстрелов в «районе колебаний» (без патрона).

Практика. Стрельба на кучность

Практика. Стрельба на результат

Правила соревнований.

Теория. Условия выполнения упр. 3+5 выстрелов из пневматического оружия.

Промежуточная аттестация.

Практика. Промежуточная аттестация.

1.4. Планируемые результаты. - формирование сознательного отношения к занятиям физической культурой и интереса к пулевой стрельбе; усвоение мер безопасности при обращении с оружием и правил поведения в местах проведения стрельб; знание материальной части пневматического оружия; освоение стрельбы в положении сидя из пневматической винтовки; участие в соревнованиях и выполнение норматива; умение свободно общаться в группе, формирование гражданско-патриотического сознания.

2. Комплекс организационно-педагогических условий:

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

на сентябрь 2023года

1-го года обучения

№ п\п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
-------	-------	-------	--------------------------	---------------	--------------	--------------	------------------	----------------

1	сентябрь	1	8.30-9.20 9.15-9.55	беседа	2	Комплектование групп.	ОУ г.Пскова	Педагогическое наблюдение
2	сентябрь	2	8.30-9.20 9.15-9.55	беседа	2	Комплектование групп.	ОУ г.Пскова	Педагогическое наблюдение
3	сентябрь	7	8.30-9.20 9.15-9.55	беседа	2	Комплектование групп.	ОУ г.Пскова	Педагогическое наблюдение
4	сентябрь	8	8.30-9.20 9.15-9.55	беседа	2	Комплектование групп.	ОУ г.Пскова	Педагогическое наблюдение
5	сентябрь	9	8.30-9.20 9.15-9.55	беседа	2	Комплектование групп.	ОУ г.Пскова	Педагогическое наблюдение
6	сентябрь	14	8.30-9.20 9.15-9.55	беседа	2	Комплектование групп.	ОУ г.Пскова	Педагогическое наблюдение
7	сентябрь	15	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Меры безопасности. Занятие 1–1час. Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами, при проведении занятий и соревнований. Тема 2. Материальная часть оружия. Занятие 1- 1 час. Характеристика, основные части винтовки ИЖ-38. МР-512	Тир№4	Педагогическое наблюдение
8	сентябрь	16	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 1- 1час. Изготовка: Занятие 2- 1 час. Прицеливание:	Тир№4	Педагогическое наблюдение
9	сентябрь	21	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Меры безопасности. Занятие 1–1час. Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами, при проведении занятий и соревнований. Тема 2. Материальная часть оружия.	Тир№4	Педагогическое наблюдение

						Занятие 1- 1 час. Характеристика, основные части винтовки ИЖ-38. МР-512		
10	сентябрь	22	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Гимнастика, фитнес и общефизическая подготовка. Занятие 3- 1 час. Комплекс упражнений для укрепления мышц брюшного пресса. Занятие 4- 1 час. Комплекс упражнений для укрепления мышц спины.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
11	сентябрь	23	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 3- 1 час. Дыхание, задержка дыхания. Занятие 4- 1 час. Спуск.	Тир№4	Педагогическое наблюдение
12	сентябрь	28	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение элементов техники в положении «лежа» с опоры из м/к винтовки. Занятие 1- 1 час. Изготовка: Занятие 2- 1 час. Прицеливание	Тир№1	Педагогическое наблюдение

на октябрь 2021года

№ п\п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	октябрь	5	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Правила дорожного движения. Занятие 1- 1 час. Правила дорожного движения Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 5-1 час. Стрельба на результат.	Тир №4	Педагогическое наблюдение
2	октябрь	6	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Меры безопасности. Занятие 2- 1 час. Зачет по мерам безопасности (конкурс). Тема 5. Изучение элементов техники в	Тир №1	Педагогическое наблюдение

						положении «лежа» с опоры из м/к винтовки. Занятие 4- 1 час. Управление спуском.		
3	октябрь	7	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 1- 1час. Изготовка: Занятие 5-1час. Стрельба на результат.	Тир №4	Педагогическое наблюдение
4	октябрь	12	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение элементов техники в положении «лежа» с опоры из м/к винтовки. Занятие 1- 1 час. Изготовка: Варианты изготовления. Проверка правильности принятой изготовления. Занятие 2- 1 час Прицеливание с диоптрическим прицелом.	Тир №1	Педагогическое наблюдение
5	октябрь	13	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 5-2часа. Стрельба на результат.	Тир №4	Педагогическое наблюдение
6	октябрь	14	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 2- 1 час. Прицеливание: Занятие 5-1час. Стрельба на результат.	Тир №4	
7	октябрь	19	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение элементов техники в положении «лежа» с опоры из м/к винтовки. Занятие 3- 1час. Дыхание. Занятие 4- 1 час. Управление спуском.	Тир №1	Педагогическое наблюдение
8	октябрь	20	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 5-2часа. Стрельба на результат.	Тир №4	Педагогическое наблюдение
9	октябрь	21	8.30-9.20	Практическое занятие,	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в	Тир №4	Педагогическое

			9.15-9.55	беседа		положении «сидя». Занятие 3- 1 час. Дыхание, задержка дыхания. Занятие 5-1 час. Стрельба на результат.		наблюдение
10	октябрь	26	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение элементов техники в положении «лежа» с опоры из м/к винтовки. Занятие 1- 1 час. Изготовка: Проверка правильности принятой изготовки. Занятие 2- 1 час. Ошибки допускаемые при прицеливании.	Тир №1	Педагогическое наблюдение
11	октябрь	27	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 5-2 часа. Стрельба на результат.	Тир №4	Педагогическое наблюдение
12	октябрь	28	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 4- 1 час. Нажим на спусковой крючок. Занятие 5-1 час. Стрельба на результат.	Тир №4	Педагогическое наблюдение

на ноябрь 2023года

№ п\п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Ко-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	ноябрь	2	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 2. Материальная часть оружия. Занятие 3 - 1 час. Устройство патронов, пулек, виды. Уход за оружием. Тема 5. Изучение элементов техники в положении «лежа» с опоры из м/к винтовки. Занятие 5- 1 час. Стрельба на результат	Тир №1	Педагогическое наблюдение

2	ноябрь	3	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Гимнастика, фитнес и общефизическая подготовка. Занятие 1- 1 час. Комплекс общеразвивающих упражнений. Занятие 2- 1 час. Комплекс упражнений на гимнастических снарядах	Спортзал	Педагогическое наблюдение
3	ноябрь	9	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 1- 1 час. Изготовка: Занятие 5-1 час. Стрельба на результат.	Тир №4	Педагогическое наблюдение
4	ноябрь	10	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение элементов техники в положении «лежа» с опоры из м/к винтовки. Занятие 3- 1 час. Дыхание. Занятие 4- 1 час. Ошибки, допускаемые при нажиге на спусковой крючок.	Тир №1	Педагогическое наблюдение
5	ноябрь	11	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 3. Пожарная безопасность. Занятие 1- 1 час. Основные правила пожарной безопасности. Причины возникновения пожара. Опасные факторы пожара. Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 5-1 час. Стрельба на результат.	Тир №4	Педагогическое наблюдение
6	ноябрь	16	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 2- 1 час. Прицеливание: Занятие 5-1 час. Стрельба на результат.	Тир №4	Педагогическое наблюдение
7	ноябрь	17	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие,	2	Тема 5. Изучение элементов техники в положении «лежа» с опоры из м/к винтовки.	Тир №1	Педагогическое наблюдение

				беседа		Занятие 5- 2 часа. Стрельба на результат		
8	ноябрь	18	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Гимнастика, фитнес и общефизическая подготовка. Занятие 3- 1 час. Комплекс упражнений для укрепления мышц брюшного пресса. Занятие 4- 1 час. Комплекс упражнений для укрепления мышц спины.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
9	ноябрь	23	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 3- 1 час. Дыхание, задержка дыхания. Занятие 5-1час. Стрельба на результат.	Тир №4	Педагогическое наблюдение
10	ноябрь	24	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 6. Правила соревнований. Занятие 1–1 час. Условия выполнения упр.3+5выстрелов из пневматического оружия. Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 5-1 час. Стрельба на результат.	Тир№4	
11	ноябрь	25	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение элементов техники в положении «лежа» с опоры из м/к винтовки. Занятие 5- 2 часа. Стрельба на результат	Тир №1	
12	ноябрь	30	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 4- 1час. Нажим на спусковой крючок, Занятие 5-1час. Стрельба на результат.	Тир№4	

на декабрь 2023 года

№	Месяц	Число	Время проведения	Форма	Ко-во	Тема занятия	Место	Форма контроля
---	-------	-------	------------------	-------	-------	--------------	-------	----------------

п\п			занятия	занятия	часов		проведения	
1	декабрь	1	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 2. Безопасность на водоемах. Занятие 1- 1 час. Безопасность на водоемах в зимний и весенний период. Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 5-1 час. Стрельба на результат.	Тир №4	Педагогическое наблюдение
2	декабрь	2	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 3. Участие в соревнованиях. Занятие 1 – 2 часа. Соревнования Центра	Тир №4	Педагогическое наблюдение
3	декабрь	7	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 5-2часа. Стрельба на результат.	Тир №4	Педагогическое наблюдение
4	декабрь	8	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение элементов техники в положении «лежа» с опоры из м/к винтовки. Занятие 5- 2 часа. Стрельба на результат	Тир №1	Педагогическое наблюдение
5	декабрь	9	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 2. Материальная часть оружия. Занятие 2- 1 час. Характеристика, основные части м/к винтовке ТОЗ-12. Неполная разборка и сборка. Тема 5. Изучение элементов техники в положении «лежа» с опоры из м/к винтовки. Занятие 5- 1 час. Стрельба на результат	Тир №1	Педагогическое наблюдение
6	декабрь	14	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 5-2часа. Стрельба на результат.	Тир №4	Педагогическое наблюдение
7	декабрь	15	8.30-9.20	Практическое занятие,	2	Тема 5. Изучение элементов техники в положении «лежа» с опоры из м/к винтовки.	Тир №1	Педагогическое

			9.15-9.55	беседа		Занятие 5- 2 часа. Стрельба на результат		наблюдение
8	декабрь	16	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Гимнастика, фитнес и общефизическая подготовка. Занятие 1- 1час. Комплекс общеразвивающих упражнений. Занятие 2- 1 час. Комплекс упражнений на гимнастических снарядах	Спортзал	Педагогическое наблюдение
9	декабрь	21	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 5-2часа. Стрельба на результат.	Тир №4	Педагогическое наблюдение
10	декабрь	22	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение элементов техники в положении «лежа» с опоры из м/к винтовки. Занятие 5- 2 часа. Стрельба на результат	Тир №1	Педагогическое наблюдение
11	декабрь	23	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Гимнастика, фитнес и общефизическая подготовка. Занятие 1- 1 час. Комплекс общеразвивающих упражнений. Занятие 6-1 час. Упражнения, направленные на развитие силовых качеств.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
12	декабрь	28	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 5-2часа. Стрельба на результат.	Тир №1	Педагогическое наблюдение

на январь 2024 года

№ п\п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Ко-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	январь	4.	8.30-9.20	Практическое занятие,	2	Тема 5. Изучение элементов техники в положении «лежа» с опоры из м/к винтовки.	Тир№1	Педагогическое

		На 30.12. 2021	9.15-9.55	беседа		Занятие 5- 2 часа. Стрельба на результат		наблюдение
2	январь	5. На 29.12. 2021	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Гимнастика, фитнес и общефизическая подготовка. Занятие 5-1 час. Комплекс упражнений на растяжку. Занятие 9- 1 час. Упражнения, направленные на развитие вестибулярного аппарата, координацию движений.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
3	январь	6. На 31.03	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Меры безопасности. Занятие 1–1час. Меры безопасности при обращении с оружием и боеприпасами, при проведении занятий и соревнований. Тема 5. Изучение элементов техники в положении «лежа» с опоры из м/к винтовки. Занятие 5- 1 час. Стрельба на результат	Тир №1	Педагогическое наблюдение
4	январь	11	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 5-2часа. Стрельба на результат.	Тир №4	Педагогическое наблюдение
5	январь	12	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Гимнастика, фитнес и общефизическая подготовка. Занятие 8- 1час. Упражнения, направленные на развитие специальной выносливости. Занятие 9- 1 час. Упражнения, направленные на развитие вестибулярного аппарата, координацию движений.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
6	январь	13	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие,	2	Тема 5. Изучение элементов техники в положении «лежа» с опоры из м/к винтовки. Занятие 5- 2 часа. Стрельба на результат	Тир №1	Педагогическое наблюдение

				беседа				
7	январь	18	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 5-2 часа. Стрельба на результат.	Тир №4	Педагогическое наблюдение
8	январь	19	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение элементов техники в положении «лежа» с опоры из м/к винтовки. Занятие 5- 2 часа. Стрельба на результат	Тир №1	Педагогическое наблюдение
9	январь	20	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Гимнастика, фитнес и общефизическая подготовка. Занятие 5-1 час. Комплекс упражнений на растяжку. Занятие 6-1 час. Упражнения, направленные на развитие силовых качеств.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
10	январь	25	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 5-2 часа. Стрельба на результат.	Тир №4	Педагогическое наблюдение
11	январь	26	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение элементов техники в положении «лежа» с опоры из м/к винтовки. Занятие 5- 2 часа. Стрельба на результат	Тир №1	Педагогическое наблюдение
12	январь	27	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Гимнастика, фитнес и общефизическая подготовка. Занятие 3- 1 час. Комплекс упражнений для укрепления мышц брюшного пресса. Занятие 4- 1 час. Комплекс упражнений для укрепления мышц спины.	Спортзал	Педагогическое наблюдение

на февраль 2024года

№	Месяц	Число	Время	Форма	Ко-во	Тема занятия	Место	Форма контроля
---	-------	-------	-------	-------	-------	--------------	-------	----------------

п\п			проведения занятия	занятия	часов		проведения	
1	февраль	1	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 5-2 часа. Стрельба на результат.	Тир №4	Педагогическое наблюдение
2	февраль	2	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение элементов техники в положении «лежа» с опоры из м/к винтовки. Занятие 5- 2 часа. Стрельба на результат	Тир №1	Педагогическое наблюдение
3	февраль	3	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Гимнастика, фитнес и общефизическая подготовка. Занятие 1- 1 час. Комплекс общеразвивающих упражнений. Занятие 2- 1 час. Комплекс упражнений на гимнастических снарядах	Спортзал	Педагогическое наблюдение
4	февраль	8	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 3. Пожарная безопасность. Занятие 2- 1 час. Действия при возникновении пожара. Эвакуация по тревоге в школе. Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 5-1 час. Стрельба на результат.	Тир №4	Педагогическое наблюдение
5	февраль	9	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Гимнастика, фитнес и общефизическая подготовка. Занятие 7-1 час. Упражнения, направленные на развитие быстроты. Занятие 8- 1 час. Упражнения, направленные на развитие специальной выносливости.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
6	февраль	10	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие,	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в	Тир №4	Педагогическое наблюдение

				беседа		положении «сидя». Занятие 5-2 часа. Стрельба на результат.		
7	февраль	15	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение элементов техники в положении «лежа» с опоры из м/к винтовки. Занятие 5- 2 часа. Стрельба на результат	Тир №1	Педагогическое наблюдение
8	февраль	16	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 3. Участие в соревнованиях. Занятие 1 – 2 часа. Соревнования Центра	Тир №4	Педагогическое наблюдение
9	февраль	17	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие	2	Тема 1. Гимнастика, фитнес и общефизическая подготовка. Занятие 5-1 час. Комплекс упражнений на растяжку. Занятие 6-1 час. Упражнения, направленные на развитие силовых качеств.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
10	февраль	20 (22)	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 5-2 часа. Стрельба на результат.	Тир №14	Педагогическое наблюдение
11	февраль	23. На 30.03	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение элементов техники в положении «лежа» с опоры из м/к винтовки. Занятие 5- 2 часа. Стрельба на результат	Тир №1	Педагогическое наблюдение
12	февраль	24	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Гимнастика, фитнес и общефизическая подготовка. Занятие 3- 1 час. Комплекс упражнений для укрепления мышц брюшного пресса. Занятие 4- 1 час. Комплекс упражнений для укрепления мышц спины.	Спортзал	Педагогическое наблюдение

на март 2024 года

№ п\п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Ко-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	март	1	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 5-2 часа. Стрельба на результат.	Тир №4	Педагогическое наблюдение
2	март	2	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение элементов техники в положении «лежа» с опоры из м/к винтовки. Занятие 5- 2 часа. Стрельба на результат	Тир №1	Педагогическое наблюдение
3	март	3	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Гимнастика, фитнес и общефизическая подготовка. Занятие 1- 1 час. Комплекс общеразвивающих упражнений. Занятие 2- 1 часо. Комплекс упражнений на гимнастических снарядах	Спортзал	Педагогическое наблюдение
4	март	9	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 5-2 часа. Стрельба на результат.	Тир №4	Педагогическое наблюдение
5	март	10	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Гимнастика, фитнес и общефизическая подготовка. Занятие 8- 1 час. Упражнения, направленные на развитие специальной выносливости. Занятие 9- 1 час. Упражнения, направленные на развитие вестибулярного аппарата, координацию движений.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
6	март	15	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение элементов техники в положении «лежа» с опоры из м/к винтовки. Занятие 5- 2 часа. Стрельба на результат	Тир №1	Педагогическое наблюдение

7	март	16	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 5-2 часа. Стрельба на результат.	Тир №4	Педагогическое наблюдение
8	март	17	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение элементов техники в положении «лежа» с опоры из м/к винтовки. Занятие 5- 2 часа. Стрельба на результат	Тир №1	Педагогическое наблюдение
9	март	22	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Гимнастика, фитнес и общефизическая подготовка. Занятие 6-1 час. Упражнения, направленные на развитие силовых качеств. Занятие 7-1 час. Упражнения, направленные на развитие быстроты.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
10	март	23	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 5-2 часа. Стрельба на результат.	Тир №4	Педагогическое наблюдение
11	март	24	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение элементов техники в положении «лежа» с опоры из м/к винтовки. Занятие 5- 2 часа. Стрельба на результат	Тир №1	Педагогическое наблюдение
12	март	29	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Гимнастика, фитнес и общефизическая подготовка. Занятие 5-1 час. Комплекс упражнений на растяжку. Занятие 6-1 час. Упражнения, направленные на развитие силовых качеств.	Спортзал	Педагогическое наблюдение

на апрель 2024 года

№ п\п	Месяц	Число	Время проведения	Форма занятия	Ко-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
-------	-------	-------	------------------	---------------	-------------	--------------	------------------	----------------

			занятия					
1	апрель	5	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 5-2 часа. Стрельба на результат.	Тир №4	Педагогическое наблюдение
2	апрель	6	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 3. Участие в соревнованиях. Занятие 1 – 2 час. Соревнования Центра	Тир № 4	Педагогическое наблюдение
3	апрель	7	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение элементов техники в положении «лежа» с опоры из м/к винтовки. Занятие 5- 2 часа. Стрельба на результат	Тир №1	Педагогическое наблюдение
4	апрель	12	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Гимнастика, фитнес и общефизическая подготовка. Занятие 3- 1 час. Комплекс упражнений для укрепления мышц брюшного пресса. Занятие 4- 1 час. Комплекс упражнений для укрепления мышц спины.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
5	апрель	13	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие,	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 5-2 часа. Стрельба на результат.	Тир №4	Педагогическое наблюдение
6	апрель	14	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Правила дорожного движения. Занятие 2- 1 час. Я- пассажир, Я- участник дорожного движения Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 5-1 час. Стрельба на результат.	Тир №4	Педагогическое наблюдение
7	апрель	19	8.30-9.20	Практическое занятие,	2	Тема 5. Изучение элементов техники в	Тир №1	Педагогическое

			9.15-9.55	беседа		положении «лежа» с опоры из м/к винтовки. Занятие 5- 2 часа. Стрельба на результат		наблюдение
8	апрель	20	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Гимнастика, фитнес и общефизическая подготовка. Занятие 1- 1 час. Комплекс общеразвивающих упражнений. Занятие 2- 1 час. Комплекс упражнений на гимнастических снарядах	Спортзал	Педагогическое наблюдение
9	апрель	21	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 5-2часа. Стрельба на результат.	Тир №4	Педагогическое наблюдение
10	апрель	26	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение элементов техники в положении «лежа» с опоры из м/к винтовки. Занятие 5- 2 часа. Стрельба на результат	Тир №1	Педагогическое наблюдение
11	апрель	27	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Гимнастика, фитнес и общефизическая подготовка. Занятие 2- 1 час. Комплекс упражнений на гимнастических снарядах Занятие 3- 1 час. Комплекс упражнений для укрепления мышц брюшного пресса.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
12	апрель	28	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 5-2часа. Стрельба на результат.	Тир №4	Педагогическое наблюдение

на май 2024 года

№ п\п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Ко-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
-------	-------	-------	--------------------------	---------------	-------------	--------------	------------------	----------------

1	май	3. на 31.05	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение элементов техники в положении «лежа» с опоры из м/к винтовки. Занятие 5- 2 часа. Стрельба на результат	Тир№1	Педагогическое наблюдение
2	май	4	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Дни воинской славы (победные дни) России Занятие 1- 2 часа. 6 мая – вахта Памяти (воинские захоронения).	г. Псков	Педагогическое наблюдение
3	май	5	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Гимнастика, фитнес и общефизическая подготовка. Занятие 1- 1 час. Комплекс общеразвивающих упражнений. Занятие 2- 1 час. Комплекс упражнений на гимнастических снарядах	Спорт.пл.	Педагогическое наблюдение
4	май	10	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 5-2часа. Стрельба на результат.	Тир №4	Педагогическое наблюдение
5	май	11	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 5. Изучение элементов техники в положении «лежа» с опоры из м/к винтовки. Занятие 5- 2 часа. Стрельба на результат	Тир №1	Педагогическое наблюдение
6	май	12	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 5-2часа. Стрельба на результат.	Тир №4	Педагогическое наблюдение
7	май	17	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 4. Изучение элементов техники стрельбы из пневматической винтовки в положении «сидя». Занятие 5-2часа. Стрельба на результат.	Тир №1	Педагогическое наблюдение
8	май	18	8.30-9.20	Практическое занятие,	2	Тема 2. Безопасность на водоемах. Занятие 1- 1 час. Безопасность на водоемах в	Тир №1	Педагогическое

			9.15-9.55	беседа		летний период. Тема 5. Изучение элементов техники в положении «лежа» с опоры из м/к винтовки. Занятие 3- 1час. Дыхание.		наблюдение
9	май	19	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие,	2	Тема 1. Переводные испытания. Занятие 1 – 2 часа.	Тир №4	Педагогическое наблюдение
10	май	24	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Гимнастика, фитнес и общефизическая подготовка. Занятие 6-1 час. Упражнения, направленные на развитие силовых качеств. Занятие 7-1 час. Упражнения, направленные на развитие быстроты.	Спортзал	Педагогическое наблюдение
11	май	25	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие.	2	Тема 1. Гимнастика, фитнес и общефизическая подготовка. Занятие 4- 1 час. Комплекс упражнений для укрепления мышц спины. Занятие 5-1 ча. Комплекс упражнений на растяжку.	Спортзал	Зачёт
12	май	26	8.30-9.20 9.15-9.55	Практическое занятие, беседа	2	Тема 1. Гимнастика, фитнес и общефизическая подготовка. Занятие 8- 1час. Упражнения, направленные на развитие специальной выносливости. Занятие 9- 1 час. Упражнения, направленные на развитие вестибулярного аппарата, координацию движений.	Спортзал	Педагогическое наблюдение

2.1. Условия реализации программы:

- стрелковый комплекс(приложение№1).
- учебное имущество – (приложение№2).
- учебное имущество для общефизической подготовки(приложение №3).

2.2. Формы аттестации:

- промежуточная - общая физическая подготовка; переводные нормативы.
- текущая - (в процессе изучения темы, учебной дисциплины).

Формы проведения аттестации: сдача нормативов; зачет; участие в соревнованиях; педагогическое наблюдение

2.3. Методические материалы:

Разработка планов занятий по темам; подготовка дидактического материала к новому учебному году; разработка и оформление методических и наглядных пособий; использование методических разработок прошлых лет и совершенствование их в процессе практического применения; помощь в проведении соревнований; музеи, места сражений, памятники.

Список литературы

1. Бордунова М.В. Спортивная стрельба. М. «Вече», 2002 год.
2. Вайнштейн Л.М. Психология в пулевой стрельбе. . М.ДОСААФ СССР, 1981год.
3. Жук А.Б. Винтовки и автоматы. Военное издательство, 2006год.
4. Программа по пулевой стрельбе под общей редакцией Насоновой А.А. М. Советский спорт, 2005 год.
5. Спортивная стрельба. Учебник для институтов физической культуры/ Под общей редакцией А.Я.Корха. М.ФиС, 1987г.
6. Стрелковый спорт и методика преподавания. Учебник для институтов физической культуры/ Под общей редакцией А.Я.Корха. М.ФиС, 1986 год.

Приложение №1

Оборудование стрелкового комплекса: 3 тира – 25 м, 2 тира – 10м; стол для чистки оружия; стол для практических занятий; инструкции по мерам безопасности; огнетушитель, спорт зал.

Приложение №2

Учебное имущество : пневматическое оружие; малокалиберное оружие; мишени; пульки – калибр 4,5 мм; патроны – калибр 5,6 мм; наушники; ЗРТ; наглядные пособия.

Приложение №3

Учебное имущество для общефизической подготовки: столы для игры в настольный теннис, ракетки и шарики для игры в настольный теннис, мячи, секундомеры, спортивные тренажёры. Перекладина гимнастическая пристенная, перекладина навесная универсальная, брусья навесные, доска наклонная навесная, тренажер навесной для пресса, тренажер навесной для спины, комплекс для групповых занятий.

Оборудование, закупленное для реализации дополнительной общеразвивающей программы «Снайпер» в рамках проекта по созданию новых мест дополнительного образования детей федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование»

№	Наименование товара	Кол-во	Ед. изм.
1	Бревно гимнастическое напольное 3м	2	шт.
2	Брусья навесные на шведскую стенку АТЛАНТ АТ-46	2	шт.
3	Доска наклонная гладкая 1500х200 мм с зацепами для крепления к гимнастической стенке	3	шт.
4	Канат для лазания х/б 5м d-40мм	2	шт.
5	Комплект для групповых занятий с подвижным стеллажом	1	комп.
6	Мат гимнастический школьный 200х100х10 см (вин.кожа)	4	шт.
7	Мостик гимнастический подкидной (2 пружины)	4	шт.
8	Перекладина гимнастическая пристенная (массовая) Старт	2	шт.
9	Перекладина навесная универсальная	2	шт.
10	Подвеска для канатов	2	шт.
11	Скамейка гимнастическая Стандарт с металлическими ножками, регулировкой опор и толщиной сиденья 32 мм 2 м	4	шт.

12	Тренажер для спины навесной на шведскую стенку ОС-10742	2	шт.
13	Турник-Брусья-Пресс для шведской стенки ТБПШ35	2	шт.
14	Шест для лазания металлический разборный длиной 5 м	2	шт.

Приложение № 4

НОРМАТИВЫ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Предметы и наименование упражнений	Нормативы	
	мальчики	девочки
Подтягивание на перекладине (разы)	2	4
КСУ	20	15
Меры безопасности при обращении с оружием (зачёт)	зачёт	зачёт
Нормативы по стрельбе	3+5, 5м 24 очк.	3+5, 5м 24 очк.