

Муниципальное автономное образовательное учреждение
дополнительного образования –
Центр творчества детей и молодёжи города Асино Томской области

ПРИНЯТА
на заседании педагогического совета
МАОУДО ЦТДМ
от «31» 08 2023 г.
протокол № 1



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Стрельба из пневматического оружия»

Возраст учащихся: 8-18 лет

Срок реализации: 1 год

Автор - составитель:
Торопова Людмила Викторовна
педагог дополнительного образования
первая кв. категория
Работает по программе:
Декина Ольга Васильевна педагог
дополнительного образования

1. Пояснительная записка

Стрелковый спорт по праву считается одним из самых массовых, доступных и увлекательных военно-прикладных видов спорта.

Доступной формой массового обучения школьников приемам стрельбы является стрельба из пневматических винтовок.

Программа «Стрельба из пневматического оружия» создана с целью военно-патриотического воспитания детей и подростков, пропаганды стрелкового спорта, личного и профессионального самоопределения, творческого досуга.

Доступность приобретения пневматического оружия, хранения, невысокая стоимость пуль к ней; возможность использования школьных помещений для стрельбы; небольшой вес оружия, позволяющий привлекать к обучению стрельбе школьников с 10-летнего возраста. Эти преимущества дают возможность успешно решать задачи развития стрелкового спорта.

Для стрельбы из пневматического оружия можно приспособить и использовать любое свободное помещение длиной не менее 12 метров, а шириной 3 метра, школьный класс, спортивный зал, не превращая их в специальный тир. Все оборудование, включая пулеуловитель, может быть переносным и убираться по окончании стрельбы.

Стрельба из пневматического оружия на короткую дистанцию значительно расширяет возможности тренировок стрелков.

Начальное обучение стрельбе из пневматической винтовки проводится в следующей последовательности: ознакомление с понятием выстрела, приемами и правилами меткой стрельбы, овладение основами техники производства прицельного выстрела.

Теоретическая подготовка знакомит с правилами соревнований, с элементами производства меткого выстрела, с необходимостью выполнения большого объема тренировок для достижения высоких спортивно-технических результатов.

Техническая подготовка ставит задачи: найти для каждого занимающегося рациональную изготовку для производства точного выстрела научить его правильной работе.

Физическая подготовка необходима для повышения функциональных возможностей организма, для всестороннего развития стрелка.

Психологическая и тактическая подготовка проходит в процессе всего обучения. Постепенно, от занятия к занятию, обучающиеся проходят все более сложный материал, что развивает мышление, способствует проявлению волевых качеств, помогает добиваться поставленной цели.

Программа разработана с учетом:

- использования имеющегося в наличии простейшего спортивного инвентаря, а именно: винтовок МР - 512 и соответствующих боеприпасов к ним;
- освоение простейших упражнений, выполнение которых из школьного оружия в условиях соревнований дает право на присвоение юношеского разряда.

Программа «Стрельба из пневматического оружия» имеет **физкультурно-спортивную направленность** и носит учебно-познавательное и прикладное функциональное предназначение.

Методика организации теоретических и практических занятий может быть представлена следующим образом:

На теоретических занятиях сообщаются 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.

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.

Актуальность программы - обусловлено тем, что в программе курса Основы безопасности жизнедеятельности недостаточно времени уделяется этим темам, но в то же самое время в программу ежегодно проводимых районных соревнований, сдачи норм ГТО и программу учебно-полевых учебных сборов входит стрельба из пневматической винтовки.

Новизна данной дополнительной общеобразовательной программы состоит, в привлечение учащихся разных образовательных учреждений к военно-прикладным видам спорта позволяет отвлечь детей от безнадзорности и вредных привычек, тем самым снизить уровень детской наркомании и преступности.

Отличительные особенности программы, заключается в том, что она многопрофильного направления, рассчитана на изучение, закрепление и использование полученных навыков. Программа по своей структуре универсальна и может изменяться в зависимости от социально-экономических и географических условий.

Программа позволяет развить у учащихся такие качества, как ловкость, выносливость, терпеливость, аккуратность, самостоятельность. Привлекает учащихся эта программа тем, что у них имеется реальная возможность научиться метко стрелять, что крайне важно для будущих защитников Отечества.

Педагогическая целесообразность программы обусловлена возможностью подготовки учащихся по стрельбе из пневматической винтовки. Программа позволяет развить у учащихся такие качества, как ловкость, выносливость, терпеливость, аккуратность, самостоятельность. Привлекает детей эта программа тем, что у них имеется реальная возможность в изучении современного стрелкового оружия и научиться метко стрелять, что крайне важно для будущих защитников Отечества.

Цель: Создать условия для удовлетворения постоянно возникающего стремления учащихся к овладению и приобретению умений и навыков по разборке и сборке автомата Калашникова и техники стрельбы из пневматического оружия

Задачи:

Образовательные:

- обучить детей основам теории стрельбы; материальной части современного стрелкового и спортивного оружия;
- знакомство с мерам безопасности при обращении с оружием и боеприпасами во время учебных стрельб и соревнований; основам судейства соревнований по стрельбе.

Развивающие:

- закрепление навыков в действиях с оружием, в практическом применении.
- развитие глазомера, скорости, точности и координации движений.
- развитие выносливости, трудолюбия, меткости, умения правильно анализировать свои действия.

Воспитательные задачи:

- военно-патриотическое воспитание;

- воспитание чувства гордости за достижения Российского стрелкового спорта, воспитание дисциплины, чувства ответственности за порученное дело;
- умение работать с партнёром и командой.
- понимание здорового образа жизни.

Формы обучения

Форма обучения – очная.

Занятия проводятся в группах, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом. Занятия проводятся в зале. В случае объявления режима ЧС и режима повышенной готовности в регионе допускается реализация образовательной программы с применением электронного обучения, дистанционных технологий обучения без изменения сроков её реализации.

Режим занятий

Организация учебного процесса с учащимися ведется в течение всего календарного года. Занятия проводятся в соответствии с годовым учебным планом, рассчитанным на 36 недель.

Рекомендуемый режим занятий, учащихся:

Год обучения	Число занятий в неделю	Число и продолжительность занятий в день
Первый год обучения	1	3 по 45 мин.

Адресат программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Стрельба из пневматического оружия» краткосрочная, рассчитана на один год и предназначена для работы со средним и старшим школьным возрастом. В группы принимаются мальчики и девочки (возраст 8-18 лет), имеющие допуск врача.

Объём и сроки реализации дополнительной образовательной программы

№	Разделы подготовки	Количество часов в год
1.	Введение.	2
2.	Общая физическая подготовка	15
3.	Специальная физическая подготовка.	9
4.	Огневая подготовка	82
	Всего часов	108

Нормативно-правовое обеспечение программы

Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;

Государственная концепция развития дополнительного образования от 4.09.2014 № 1726-р;

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (Зарегистрирован 18.12.2020 № 61573);

Письмо Министерства образования и науки РФ от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;

Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» от 29.08.2013 № 1008 (Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам);

Письмо Министерства образования и науки РФ от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «О направлении информации: методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ»;

Письмо Министерства образования и науки РФ от 28.04.2017 г. № ВК 1232/09 «О направлении методических рекомендаций по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей»

2. Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Кол-во часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
Раздел 1. Введение.		2	2	-	
1.1	Тема 1.1 Требования, предъявляемые к воспитанникам на данном этапе.	2	2	-	Опрос
Раздел 2. Общая физическая подготовка.		15	3	12	
2.1	Тема 2.1 Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами.	5	1	4	Опрос, наблюдение
2.2	Тема 2.2 Упражнения для развития координации и точности движений.	5	1	4	
2.3	Тема 2.3 Бег на длинные и короткие дистанции.	5	1	4	
Раздел 3. Специальная физическая подготовка.		9	3	6	
3.1	Тема 3.1 Упражнение с оружием (или макетом оружия), наведённым в район прицеливания	3	1	2	Опрос, наблюдение
3.2	Тема 3.2 Упражнение с оружием на длительное удержание в изготовке	3	1	2	
3.3	Тема 3.3 Упражнение с оружием по многократному подъёму оружия блоки	3	1	2	
Раздел 4. Огневая подготовка		82	14	68	
4.1	Тема 4.1 Укладка к бою, доклад, прицеливание, теория	8	8	-	Опрос, наблюдение, сдача нормативов
4.2	Тема 4.2 Стрельба из ПН-винтовки	60	4	56	
4.3	Тема 4.3 Неполная разборка и сборка АК-74, магазина, ТТХ	10	2	8	
4.4	Тема 4.4 Мониторинг	4	-	4	
Всего часов		108	22	86	

3. Содержание программы

Программа подготовки рассчитана на 1 год, обучение включает в себя теоретические и практические знания по физической подготовки, военно-прикладной подготовке, а также основы рукопашного боя.

Освоение материала происходит в процессе практической деятельности. Прохождение каждой новой практической темы предполагает постоянное повторение пройденного материала.

Обучение учащихся ведется по принципу «от простого к сложному» и «от теории к практике». Теоретические знания закрепляются практическими действиями.

Структура занятий

Организационный момент
Повторение пройденного материала
Изучение нового материала
Физкультминутка
Практическое занятие

Первый год обучения

Цель: Создать условия для удовлетворения постоянно возникающего стремления учащихся к овладению и приобретению умений и навыков по разборке и сборке автомата Калашникова и техники стрельбы из пневматического оружия

Задачи:

Образовательные:

- обучить детей основам теории стрельбы;
- мерам безопасности при обращении с оружием и боеприпасами во время учебных стрельб и соревнований; основам судейства соревнований по стрельбе.

Развивающие:

- закрепление навыков в действиях с оружием, в практическом применении.
- развитие выносливости, трудолюбия, меткости, умения правильно анализировать свои действия.

Воспитательные задачи:

- военно-патриотическое воспитание;
- умение работать с партнёром и командой.
- понимание здорового образа жизни.

Раздел 1. Введение. Техника безопасности.

Тема 1.1 Требования, предъявляемые к воспитанникам на данном этапе. Ознакомление с правилами противопожарной безопасности.

Теория: Инструктаж по технике безопасности на рабочем месте. Ознакомление с правилами противопожарной безопасности. Порядок обращения с оружием. Правила поведения в тирах и на стрельбищах при проведении стрельб. Сигналы и команды, подаваемые при проведении стрельб, и их выполнение. Изучение «Инструкции по обеспечению мер безопасности при проведении стрельб в тирах и на стрельбищах».

Раздел 2. Общая физическая подготовка

Тема 2.1 Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами. Теория: Разбор техники выполнения упражнений.

Практика: Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами. Упражнения для формирования правильной осанки.

Тема 2.2 Упражнения для развития координации и точности движений. Теория: Разбор техники выполнения упражнений.

Практика: Упражнения для развития координации и точности движений. Упражнения для развития вестибулярного аппарата. Подвижные игры.

Тема 2.3 Бег на длинные и короткие дистанции.

Теория: Разбор техники выполнения упражнений.

Практика: Бег на длинные и короткие дистанции. Челночный бег. Комплексное упражнение на ловкость.

Подвижные игры.

Раздел 3. Специальная физическая подготовка.

Тема 3.1 Упражнение с оружием (или макетом оружия), наведённым в район прицеливания

Теория: Разбор техники выполнения упражнений.

Практика: Упражнение с оружием (или макетом оружия), наведённым в район прицеливания, на длительное удержание в изготовке для повышения выносливости.

Тема 3.2 Упражнение с оружием на длительное удержание в изготовке для медленных стрельб из винтовки стоя

Теория: Разбор техники выполнения упражнений.

Практика: Упражнение с оружием на длительное удержание в изготовке для медленных стрельб из винтовки стоя, с колена из пистолета по мишени с чёрным кругом до утомления.

Тема 3.3 Упражнение с оружием по многократному подъёму оружия в район прицеливания

Теория: Разбор техники выполнения упражнений.

Практика: Упражнение с оружием по многократному подъёму оружия в район прицеливания (сериями 10 вскидок, с отдыхом между сериями 1 мин.) до ощутимого утомления.

Раздел 4. Огневая подготовка

Тема 4.1 Укладка к бою, доклад, прицеливание

Теория: Правила прицеливания. Ошибки, допускаемые при прицеливании. Правильное положение тела стрелка во время выстрела, правильное дыхание.

Практика: Правильное положение тела стрелка во время выстрела. Заряжение винтовки. Принятие положения для стрельбы. Прицеливание. Нажатие на спусковой крючок, режим дыхания.

Тема 4.2 Стрельба из ПН-винтовки

Теория: Теоретические основы стрельбы. Траектория полета пули, стабилизация. Определение основы средней точки прицеливания, попадания. Отдача винтовки. Факторы, влияющие на траекторию пули и точность выстрела.

Практика: Стрельба по белому листу для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок

Стрельба по квадрату 10*10 на листе белой бумаги. Задание попасть в квадрат.

Стрельба из положения, сидя за столом с опорой локтями.

Стрельба из положения, лежа с опорой на локоть

Стрельба из положения, лежа с упора

Стрельба, стоя с руки

Тема 4.3 Неполная разборка и сборка АК-74, магазина, ТТХ

Теория: Изучение характеристик АК-74, магазина, ТТХ

Практика: Неполная разборка и сборка АК-74, магазина.

Тема 4.3 Мониторинг

Практика: Подготовка и сдача нормативов

Ожидаемые результаты программы

Знают:

- ✓ Общие основы теории пулевой стрельбы.
- ✓ Основы техники стрельбы и методики тренировок.
- ✓ Устройство и принцип действия АК-74, магазина
- ✓ Основы общефизической и специальной физической подготовки стрелков.
- ✓ Правила соревнований по пулевой стрельбе.

Умеют:

- ✓ Уметь подготавливать оружие к стрельбе.
- ✓ Иметь устойчивые навыки ведения стрельбы из пневматической винтовки.

- ✓ Владеть в совершенстве пневматической винтовкой при выполнении упражнения «Лёжа», а также уметь стрелять из положений «Стоя», «С колена».
- ✓ Уметь производить правильный самоанализ после каждого выстрела, корректировать стрельбу и вносить поправки в установку прицела.
- ✓ Выполнять не полную разборку и сборку АК-74.

4. Планируемые результаты освоения учащимися содержания программы

Формы проверки результатов освоения программы:

- сдачи нормативов по общей и специальной физической подготовке
- зачетные соревнования по стрельбе или квалификационные соревнования
- проверка знаний пройденного теоретического материала

В результате освоения программы учащиеся:

Знают:

1. Технику безопасности при проведении стрельб;
2. Устройство и принцип действия АК-74;
3. Необходимые действия по обслуживанию АК-74;
4. Способы развития быстроты, ловкости, общей и статической выносливости
5. Технические приемы, которые наиболее часто и эффективно применяются при стрельбе;
6. Основы тактической и строевой подготовки.

Умеют:

1. Применять полученные знания и умения в самостоятельной работе;
2. Анализировать свои действия в процессе работы, сравнивая его с действиями других учащихся;
3. Проявлять волевые качества спортсмена;
4. Выполнять не полную разборку и сборку АК-74.
5. Выполнять упражнения по стрельбе из пневматического оружия из разных положений (сидя, стоя, лежа, с колена)

Риски программы:

- ✓ Отсев учащихся
- ✓ Дублирование обучение учащимся (не освоение программы или какого-то раздела)
- ✓ Форс-мажор — непредсказуемое событие (например, стихийное бедствие или эпидемия).

Воспитательная работа

Процесс воспитательной работы ведётся по многим направлениям: беседы с учащимися, беседы с родителями, пропаганда здорового образа жизни, и популяризация сдачи норм ГТО.

5. Методическое обеспечение и условия реализации программы

Методическое обеспечение

На занятиях используются как общепедагогические, так и специфические методы.

Метод речевого воздействия:

- посредством слова сообщают знания, активизируют и углубляют воспитание к ним, руководят их выполнением, анализируют и оценивают результаты;
- объяснительный рассказ, беседа, обсуждение;
- инструктирование (точное, емкое объяснение при постановке заданий);

- указание и команды (отличаясь особой лаконичностью и повелительным наклонением, они служат способами оперативного управления действиями учащихся);
- сопроводительные пояснения и замечания (лаконичные направляющие комментарии; одобряющие или не одобряющие высказывания по ходу выполнения заданий – непосредственно во время тренировки);
- оценочные суждения (оценка выполнения заданий с пояснением ошибок, если они допущены, причин удач и неудач).

Наглядность:

- показ двигательных действий, предоставляющих собой предмет изучения;
- демонстрация графических и аналогичных наглядных пособий (рисунков, схемы, фотографий т.д.);
- кино – и видеомagneтофонная демонстрация (просмотр специальных учебных кинофильмов, видеомagneтофонных записей выполненных упражнений и т.д.);
- введение в обстановку действия наглядных ориентиров (мячи, флажки, мишени, скакалки, гимнастические палки);
- использование тренажеров.

Метод срочной информации:

- получение информации о выполнении движения с помощью зеркала или видеозаписи.

Игровой метод:

- импровизация действий в игре и в связи с этим широкие возможности, для проявления самостоятельности, инициативности, находчивости и других, связанных с ними личностных качеств;
- используется во время спортивных игр, эстафет;
- позволяет совершенствовать такие качества и способности, как ловкость (координационно-двигательные и связанные с ними способности), быстрота ориентировки, находчивости, самостоятельности, инициативность;
- воспитывает чувство коллективизма, товарищества, сознательной дисциплины и других нравственных качеств личности.

Соревновательный метод:

- способ стимулирования интереса и активизации деятельности при выполнении отдельных упражнений;
- контрольно-зачетные, официально-спортивные и подобные им состязания;
- особый эмоциональный и физиологический фон, который усиливает воздействие физических упражнений и может способствовать максимальному проявлению функциональных возможностей организма;
- воспитание физических волевых и моральных качеств, совершенствование умений, навыков, формирование способности рационально использовать их в усложненных условиях.

Методика развития силы:

Методика развития силы предполагает сознательное и активное воздействие на организм с целью совершенствование его анатомических, физиологических, психологических свойств с помощью специально подобранных упражнений. Они

представляют собой дозированные по степени сложности и координации, объему и интенсивности разнохарактерные движения.

1. Метод повторных усилий – силовое упражнение выполняется несколько раз.
2. Метод изометрических упражнений – напряжение длится 6-10сек., последние три счета – наибольшее напряжение. Отдых 30-45 сек. Между подходами.
3. Метод статических упражнений.
4. Метод скоростно-силовых напряжений. Выполняется в небольших дозах и не на усталости.
5. Метод силовых перемещений: а) с отягощением, каждое движение выполняется максимальным усилием, но в движении, а не в удержании; б) с собственным весом, перемещение тела как способ тренировки.

Методика развития выносливости:

Задачи: воспитание специально-тренировочной выносливости, которая позволяет эффективно использовать возрастающую по объему и интенсивности специфическую тренировку, добиваться максимально возможных показателей в соревновательной деятельности.

Методика развития гибкости:

Гибкость – это способность выполнять упражнение с максимальной амплитудой. Гибкость развивается после разминки в сочетании с силовыми упражнениями.

Методика развития быстроты:

Это умение производить определенную работу в кратчайшее время. Упражнения для развития быстроты: прыжки и бег с ускорениями, подвижные игры и эстафеты.

Материально-техническое оснащение

- Спортивный зал
- Учебный зал
- Тренажерный зал
- Кабинет для переодевания
- Душевая
- 1 телевизор
- Мячи, гантели, скакалки
- Макет АК-74, магазин с патронами
- Пневматическая винтовка

Информационное обеспечение

- Фонд видеоматериалов
- Наглядное пособие (плакаты, стенды, раздаточный материал в виде карточек)

6. Литература

для педагогов

1. Берзин А.А., Лукашин Ю.С. «Сто игр на нашем дворе». Москва. 1966г.
2. Вайнштейн Л.М. «Психология в пулевой стрельбе». Москва.1981г.
3. Видякин М.В. «Физкультура». Волгоград. 2003 г.
4. Максимова Т.Н. «Поурочные разработки по основам безопасности жизнедеятельности: 3 класс». Москва. 2008г.
5. Матвеев Л.П. «Теория и методика физической культуры». М. Ф и З. 1991 г.
6. «Общевойсковые уставы вооруженных сил российской федерации». Москва. 1994г.
7. Попова Г.П. «Дружить со спортом и игрой. Поддержка работоспособности школьника: упражнения, игры, инсценировки». Волгоград: Учитель. 2008г.

8. Попова Л.П. «Поурочные разработки по основам безопасности жизнедеятельности: 5 класс». Москва. 2008г.
9. «Учебник сержанта воздушно – десантных войск». Часть первая. Москва.1975г.
10. «Учебник сержанта воздушно – десантных войск». Часть вторая. Москва.1975г.
11. Эдваб К.А., Стандефер Р.Л. «Секреты здоровья и фитнеса: откровения мастеров боевых искусств». Москва. 2003г.
12. Энциклопедия для школьников «Великая Отечественная война 1941-1945гг.». Москва.2001г.

для учащихся и родителей

1. Агапова И.А., Давыдова М.А.. «Мы – патриоты! Классные часы и внеклассные мероприятия: 1-11 классы. Москва: ВАКО. 2008г.
2. Луговская А.М. «Памятники и обелиски рассказывают: фотоальбом. Том II». Томск.2011г.
3. «Общевоинские уставы вооруженных сил российской федерации». Москва. 1994г.
4. Рябков А. «Только ты не вернулся из боя: книга памяти. Часть вторая». Томск. 2007г.
5. «Учебник сержанта воздушно – десантных войск». Часть первая. Москва.1975г.
6. «Учебник сержанта воздушно – десантных войск». Часть вторая. Москва.1975г

7. Приложения

Оценочные материалы для проведения аттестации (мониторинг)

Мониторинг направлен на изучение динамики роста способностей, учащихся и их развития у каждого ребенка, и его личностного развития.

Цель: Определение степени достижения результатов обучения и получение сведений для совершенствования программы и методов обучения.

Задачи:

1. Определить уровень подготовки учащегося при поступлении на курс программы «Стрельба из пневматического оружия».
2. Подготовка и участие в районных соревнованиях по стрельбе из пневматической винтовки.
3. Выявить затруднения в усвоении учащимися того или иного материала программы.
4. Оценить качество усвоения учащимися содержания программы.

План мониторинга:

- в течение учебного года наблюдение, сдача нормативов, соревнования
- в конце каждого пройденного этапа - анализ и оценка результатов

Входящая диагностика (является оценкой исходного уровня знаний учащихся перед началом образовательного процесса, проводится только на первом году обучения).

Промежуточная диагностика (подразделяется на текущую и годовую, является оценкой качества усвоения учащимися содержания программы; текущая диагностика является оценкой качества усвоения программы по итогам первого полугодия, проводится в декабре; годовая диагностика проводится в мае и является оценкой качества по итогам учебного года).

Итоговая диагностика (является оценкой уровня достижений, заявленных в программе по завершению всего образовательного курса, проводится в конце цикла обучения по всей программе).

Система оценки - Все нормативные виды оцениваются согласно таблице 1.

Таблица 1

Оценивание по результатам 5-ти выстрелов с 10 метров

Возраст учащегося	Положение при стрельбе	Шкала оценивания за выбитые очки					
		Юноши			Девушки		
		низкий	средний	высокий	низкий	средний	высокий
9-11 лет	лёжа	13	19	25	11	18	25
	сидя	10	15	20	10	15	20
12-13 лет	лёжа	18	24	30	16	23	30
	сидя	13	19	25	11	18	25
14-15 лет	лёжа	23	29	35	21	28	35
	сидя	18	24	30	16	23	30
16-18 лет	лёжа	26	32	38	22	29	36
	сидя	23	29	35	21	28	35

Примерный годовой календарный учебный график на 2023-2024 уч. г.

№ п/п	Месяц/Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Раздел/тема	Место проведения	Форма контроля
1 четверть	сентябрь-октябрь	согласно учебному расписанию	очная, в группах, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом.	9 уч. недель 1 г.о.-27 час Итого: 27 ч.	в соответствии с программой	зал «Баграм», на улице (стадион гимназии №2, стадион Юность, городской сад)	Опрос, наблюдение, сдача нормативов
осенние каникулы	октябрь-ноябрь	согласно учебному расписанию	очная, в группах, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом.	1 уч. неделя 1 г.о.-3 час. Итого: 3 ч.	в соответствии с программой	зал «Баграм», на улице (стадион гимназии №2, стадион Юность, городской сад)	Опрос, наблюдение
2 четверть	ноябрь-декабрь	согласно учебному расписанию	очная, в группах, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом.	8 уч. недель 1 г.о.-24 час Итого: 24 ч.	в соответствии с программой	зал «Баграм», на улице (стадион гимназии №2, стадион Юность, городской сад)	Опрос, наблюдение, сдача нормативов
зимние каникулы	декабрь-январь						
3 четверть	январь, февраль, март	согласно учебному расписанию	очная, в группах, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом.	11 уч. недель 1 г.о.-33 час Итого: 33 ч.	в соответствии с программой	зал «Баграм», на улице (стадион гимназии №2, стадион Юность, городской сад)	Опрос, наблюдение, сдача нормативов
весенние каникулы	март-апрель	согласно учебному расписанию	очная, в группах, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом.	1 уч. неделя 1 г.о.-3 час. Итого: 3 ч.	в соответствии с программой	зал «Баграм», на улице (стадион гимназии №2, стадион Юность, городской сад)	Опрос, наблюдение
4 четверть	апрель-май	согласно учебному расписанию	очная, в группах, сочетая принцип группового обучения с индивидуальным подходом.	6 уч. недель 1 г.о.-18 час Итого: 18 ч.	в соответствии с программой	зал «Баграм», на улице (стадион гимназии №2, стадион Юность, городской сад)	Опрос, наблюдение, сдача нормативов
				Итого: 36 уч. недель 1 г. об. – 108 часов			

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176582781996954633309689447090513787464982389940

Владелец Чумакова Олеся Валерьевна

Действителен с 05.03.2024 по 05.03.2025