

Министерство образования и науки Мурманской области
Государственное автономное негосударственное образовательное учреждение
Мурманской области «Центр образования «Лапландия»

ПРИНЯТА

методическим советом

Протокол

от 10.06.26 № 33

Председатель [подпись] О.А. Бережнюк

УТВЕРЖДЕНА

Приказом

ГАОНОУ МО «ЦО «Лапландия»

от 10.06.26 № 650

Директор [подпись] С.В. Кулаков



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«Основы стрелковой подготовки»

Срок реализации программы: **18 часов**

Возраст учащихся: **18 лет и старше**

Автор-составитель:

Кириллов Александр Михайлович,
педагог дополнительного образования

Мурманск

2026

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Основы огневой подготовки» (далее — Программа) разработана в соответствии с современными требованиями к структуре и содержанию дополнительных образовательных программ, а также государственными нормативно-правовыми актами в сфере дополнительного образования:

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

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

– Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

– Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

1.1 Направленность (профиль) программы – физкультурно-спортивная.

1.2 Уровень сложности программы – стартовый.

1.3 Актуальность программы обусловлена тем, что в оптимальное время учащиеся получают первичные знания об основах стрельбы из стрелкового оружия, ознакомятся с видами стрелкового оружия, приобретут начальный навык меткой стрельбы, а также безопасного и ответственного обращения с оружием.

Реализация программы способствует мотивации учащихся к дальнейшему изучению военно-прикладных дисциплин, а также к осознанному и ответственному отношению к оружию.

1.4 Новизна программы заключается в практической направленности деятельности учащихся в области начальной стрелковой подготовки, а также ознакомит учащихся с современным учебно-стрелковым оборудованием и новыми способами обучения стрельбе с использованием интерактивного тира «Рубин».

1.5 Цель программы –развитие меткости, силовых качеств, ловкости (координации) и выносливости путем овладения учащимися начальными навыками стрельбы и работы с оружием.

1.6 Задачи:

1.6.1 Обучающие задачи:

- ознакомить с базовыми правилами безопасности при обращении с оружием;
- обучить начальным навыкам обращения с оружием;
- обучить начальным навыкам стрельбы;
- ознакомить с устройством автомата Калашникова АК-74М, пистолета Макарова (ПМ), пневматическими винтовками, Airsoft оружия на примере Glock 17.

1.6.2 Развивающие задачи:

- развить начальные навыки в действиях с оружием, в практическом применении;
- развить глазомер, скорость, точность и координацию движений;
- развить трудолюбие, умение правильно анализировать свои действия;

1.6.3 Воспитательные задачи:

- способствовать мотивации к здоровому образу жизни;

– способствовать умению работать с партнёром и командой, быть членом коллектива.

1.7 Адресат программы — учащиеся 18 лет и старше.

1.8 Форма реализации: очная.

1.9 Объем программы: 18 часов.

1.10 Режим занятий: 1 раз в неделю по 2 академических часа, продолжительность занятия – 45 минут.

1.11 Наполняемость группы – 12 человек.

1.12 Форма организации учебной деятельности: индивидуально-групповая, групповая.

1.13 Формы занятий: инструктаж, беседа, практические занятия, соревнования.

1.14 Формы контроля:

- соревнования;
- демонстрация практических навыков;
- опрос.

2. Ожидаемые результаты

2.1 Предметные:

– изучат устройство автомата Калашникова АК-74М, пистолета Макарова (ПМ), пневматической винтовками МР-512, Airsoft оружия на примере пистолета Glock 17;

– усвоят базовые меры безопасности при обращении с оружием и правила поведения в местах проведения стрельб, доведут их выполнения до автоматизма;

– изучат и освоят основные элементы техники выполнения выстрела, соединят их в единое действие, закрепят навыки по выполнению целостного выстрела;

– усвоят начальные навыки стрельбы из оружия.

2.2 Метапредметные:

- научатся самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- научатся соотносить свои действия с планируемым результатом;
- научатся оценивать правильность выполнения учебной задачи;

2.3 Личностные:

- совершенствуют развитие культуры и морально – психологических качеств;
- совершенствуют коммуникативную компетентность в общении и сотрудничестве с учащимися и педагогом в процессе образовательной деятельности.

3. Формы диагностики и контроля

В процессе обучения осуществляется контроль освоения содержания программы.

Система мониторинга разработана по видам контроля (Таблица 1).

Первичный контроль осуществляется в начале обучения. Цель — зафиксировать начальный уровень подготовки учащихся.

Промежуточный контроль осуществляется в середине обучения и помогает определить текущий уровень подготовки учащихся, внести коррективы в учебный процесс и выявить отстающих.

Итоговый контроль проводится в конце обучения и предполагает оценку теоретических знаний и практических умений и навыков.

Результаты заносятся в сводную итоговую таблицу результатов обучения (Таблица 2, 3).

Таблица 1

3.1 Виды контроля

Виды контроля	Содержание	Методы/формы контроля	Сроки контроля

Первичный	Начальный уровень подготовки учащихся, имеющиеся знания, умения и навыки, связанные с предстоящей деятельностью.	Опрос на тему	В начале обучения
Промежуточный	Текущий уровень усвоения материала по программе. Выявление отстающих учащихся, помощь в овладении навыкам стрельбы. Корректировка плана работы с учащимися.	Демонстрация практических навыков стрельбы	В середине обучения
Итоговый	Освоение учебного материала.	Соревнование по стрельбе	В конце обучения

Таблица 2

3.2 Оценка уровней освоения программы

Уровни/кол-во баллов	Параметры	Показатели
Высокий уровень/ 80-100% усвоения материала	Теоретические знания.	Учащийся освоил материал в полном объеме. Знает и понимает значение терминов, самостоятельно ориентируется в содержании материала по темам. Учащийся заинтересован, проявляет

		устойчивое внимание к выполнению заданий.
	Практические навыки и умения.	Способен применять практические умения и навыки во время выполнения самостоятельных заданий.
Средний уровень / 50-79% усвоения материала	Теоретические знания.	Учащийся освоил базовые знания, ориентируется в содержании материала по темам, иногда обращается за помощью к педагогу. Учащийся заинтересован, но не всегда проявляет устойчивое внимание к выполнению задания.
	Практические навыки и умения.	Владеет базовыми навыками и умениями, но не всегда может выполнить самостоятельное задание, затрудняется и просит помощи педагога. В работе делает ошибки, но может устранить их после наводящих вопросов.
Низкий/ менее 50% усвоения материала	Теоретические знания.	Владеет минимальными знаниями, ориентируется в содержании материала по темам только с помощью педагога.
	Практические навыки и умения.	Владеет минимальными начальными навыками и умениями. Обучающийся способен выполнять работу только с подсказкой педагога. В работе допускает грубые ошибки.

3.3 Сводная таблица результатов обучения

Педагог д/о _____

Группа № _____

№ п/п	ФИ обучающегося	Оценка теоретических знаний	Оценка практических умений и навыков
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			
11.			
12.			

Средний результат усвоения материала _____

4. Учебный план

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности, охране труда и противопожарной безопасности. Базовые знания о стрелковом оружии.	2	2	0	Опрос
2.	Стрелковая подготовка Правила безопасного обращения с оружием. Основные приемы обращения с оружием. Автомат Калашникова АК-74М и пистолет ПМ. Airsoft Glock 17 ВВ. Понятия огневой подготовки. Стрельбы из различных положений.	14	1	13	Демонстрация практических навыков
3.	Итоговое занятие	2	0	2	Соревнование
	Итого	18	3	15	

5. Содержание учебного плана.

1. Вводное занятие (2 часа).

Теория (2 часа): Знакомство с группой. Правила поведения в тире, соблюдение мер предосторожности на практических занятиях. Инструктаж по технике безопасности, охране труда и противопожарной безопасности. Базовые

знания о современном стрелковом оружии. Федеральный закон от 13 декабря 1996 г. N 150-ФЗ «Об оружии».

2. Стрелковая подготовка (14 часов).

Тема: Правила безопасного обращения с оружием. (1 час)

Теория (1 час): Важность безопасного обращения с оружием. Основные правила безопасного обращения с оружием.

Тема: Основные приемы обращения с оружием. Автомат Калашникова АК-74М и пистолет ПМ (2 часа).

Практика (2 часа): Автомат Калашникова АК-74М и пистолет ПМ; меры безопасности на занятиях с оружием, приемы и правила стрельбы, разновидности стрелкового оружия. Стрельба с использованием интерактивного тира, название частей, порядок сборки и разборки автомата и пистолета. Техника прицеливания, техника дыхания. Обработка спуска.

Тема: Огневая подготовка (11 часов).

Практика (11 часов): стрельба в пулевом тире из пневматических винтовок МР-512 и airsoft пистолета Glock 17, стрельба в лазерном тире. Положения тела стрелка при стрельбе, обработка спуска, техника дыхания при стрельбе.

3. Итоговое занятие. (2 час).

Практика (2 час): Соревнования по стрельбе на точность среди учащихся.

6. Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график (Приложение 1)

7. Ресурсное обеспечение программы

7.1 Материально-техническое обеспечение

Возможно использование электронных презентаций по темам.

Наглядный материал, реквизит:

- учебные видео;
- плакаты;

- пневматическое стрелковое оружие (пневматические винтовки МР-512, Hatsan); airsoft оружие (пистолет Glock 17, автоматы разных моделей); масс-габаритные макеты (МГМ) автомата Калашникова (АК-74М) и пистолета Макарова (ПМ).

- пули для пневматической винтовки (Бета 4,5 мм);
- интерактивный тир «Рубин».

Занятия проводятся в оборудованном учебно-тренировочном центре «НОРД», в котором имеется теоретический класс для занятий теорией и оборудованный тир для практических стрельб.

7.2 Информационно-методическое обеспечение

Для освоения программы используются разнообразные приемы и методы обучения:

- словесные (рассказ, объяснение, беседа);
- наглядные (демонстрация мультимедийной презентации, плаката, наглядный показ пневматического и иных видов стрелкового оружия – винтовки, автомата, пистолетов);
- практические (учебно-тренировочные занятия по стрелковой подготовке, практические занятия).

8. Рабочая программа воспитания

Данная программа воспитания неразрывно связана с образовательным процессом и направлена на приобщение учащихся к российским традиционным духовным ценностям, правилам и нормам поведения в российском обществе, формирование положительной мотивации к трудовой деятельности, воспитание положительных морально-волевых качеств и получение социального жизненного опыта.

8.1 Цель – создание условий для развития гармонично развитой и социально ответственной личности на основе духовно-нравственных ценностей

народов Российской Федерации, исторических и национально-культурных традиций.

8.2 Задачи:

- воспитание положительных морально-волевых качеств: дисциплинированности, честности, аккуратности, трудолюбия, самостоятельности;
- формирование доброжелательного отношения к товарищам, уважительного отношения к результатам своих достижений и достижениям других;
- формирование духовно-нравственных качеств социально активной личности, инициативности и настойчивости в преодолении трудностей;
- воспитание уважения к труду, результатам труда (своего и других людей), к трудовым достижениям своих земляков, российского народа;
- приобщение к культуре русского народа.

8.3 Памятные даты:

- 23 февраля — День защитника Отечества;
- 7 мая — День создания Вооружённых Сил РФ;
- 9 мая — День Победы советского народа в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов;
- 3 сентября — День солидарности в борьбе с терроризмом;
- 19 сентября — День оружейника;
- 29 сентября — День отрядов мобильных особого назначения МВД России (ОМОН);
- 1 октября — День Сухопутных войск России;
- 27 октября — День Спецназа.

9. Кадровое обеспечение

Реализацию программы осуществляет педагог дополнительного образования.

Список литературы для педагога

1. Беликов М.А. Начальная военная подготовка: Учебник / М.А. Беликов, П.И. Быков, И.Ф. Выдрин и др.; Под общ. ред. А. М. Попова. 3-е изд. — М.: Воениздат, 1980. — 304 с. ил.
2. Васильев В.А. Основы Военной службы / В.А. Васильев. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2000. – 416 с.
3. Васнев В.А., Смирнов А.Т. Основы военной службы: учебное пособие / В.А. Васнев, А.Т. Смирнов. – Дрофа, 2007. – 239 с.
4. Кнителъ Н.Ю. Основы безопасности жизнедеятельности, как фактор допризывной подготовки учащейся молодежи / Н.Ю. Кнителъ. – ТДР. 2015. №3.
5. Ланских Е.А. Обобщение педагогического опыта развития теории и практики начальной военной подготовки / Е.А. Ланских. – ИСОМ. 2012. №6.
6. Микрюков В.Ю. Основы военной службы. Учебник / В.Ю. Микрюков. – Форум, 2018. – 384 с.
7. Министерство обороны Российской Федерации. На службе Отечеству. М.: Институт военной истории.1998 – 254с.
8. Плитка В.И. Важность начальной военной подготовки и использования учебно-материальной базы на ее уроках / В.И. Плитка. – СИСП. 2017. №2-2.
9. Методические рекомендации «Разработка и реализация раздела о воспитании в составе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы» (ФГБНУ «Институт изучения детства, семьи и воспитания Российской академии образования»)

10.Список литературы для учащихся

1. «Наставление по стрелковому делу». – М.: Издательство Министерства обороны РФ, 2007;
2. В.Е. Маркевич «Ручное огнестрельное оружие», изд. «Полигон» С-Пб;

3. В.И. Мураховский, С.Л. Федосеев «Оружие пехоты», изд. Арсенал-Пресс», М, 1992 г. 5. Д.Н. Болотин «История советского стрелкового оружия и патронов», изд. «Полигон», С-Пб;
4. Попов Е.А., «Огневая подготовка», Москва, 2004 г;
5. А. Д. Дворкин «Стрельба из пневматических винтовок».

11. Электронные ресурсы

1. Армия. Выживание. Военные люди. URL: <https://vk.com/voenchel> (Дата обращения : 05.06.2026);
2. Армия России. Оружие. Факты. Геополитика. URL: <https://vk.com/guarm> (Дата обращения: 05.06.2026);
3. Гражданская оборона. Будь всегда готов. URL: <https://vk.com/ckcshop> (Дата обращения: 05.06.2026);
4. ГТО/ВФСКО ГТО. URL: <http://gto.ru/>;
5. Землянка: Выживание. Оружие. Туризм. Снаряжение. URL: <https://vk.com/zemlanca> (Дата обращения: 05.06.2026);
6. Минобороны России. URL: <https://vk.com/mil> (Дата обращения: 05.06.2026).

Календарный учебный график

Педагог: Кириллов А.М.

Количество учебных недель: 9

Режим проведения занятий: 1 раза в неделю по 2 часа

Календарный учебный график группа №1

№	Месяц	Число	Время проведения	Форма занятий	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1				Инструктаж, Беседа	2	Знакомство с группой. Правила поведения в тире, соблюдение мер предосторожности на практических занятиях. Инструктаж по технике безопасности, охране труда и противопожарной безопасности. Базовые	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Опрос

						знания о современном стрелковом оружии. Федеральный закон от 13 декабря 1996 г. N 150-ФЗ «Об оружии».		
2				Беседа, практическое занятие	2	Важность безопасного обращения с оружием. Основные правила безопасного обращения с оружием. Автомат Калашникова АК-74М. Устройство и применение. Отличие от других видов вооружения.	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Опрос
3				Практическое занятие	2	Автомат Калашникова АК-74М и пистолет ПМ. Меры безопасности на занятиях с оружием, приемы и правила стрельбы, разновидности стрелкового оружия. Различные положения тела	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация практических навыков

						<p>стрелка при стрельбе.</p> <p>Стрельба с использованием интерактивного тира, название частей, порядок сборки и разборки автомата и пистолета. Стрельба в пулевом тире.</p> <p>Техника прицеливания, техника дыхания. Обработка спуска.</p>		
4				Практическое занятие	2	<p>Стрельба в пулевом тире из пневматического оружия (положение сидя с упора). Правильное прицеливание. Обработка спуска.</p>	<p>ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)</p>	<p>Демонстрация практических навыков</p>
5				Практическое занятие	2	<p>Стрельба в пулевом тире из пневматического оружия (стрельба стоя).</p> <p>Стрельба в электронном тире из различных положений.</p> <p>Техника дыхания при</p>	<p>ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)</p>	<p>Демонстрация практических навыков</p>

						стрельбе.		
6				Практическое занятие	2	Стрельба в пулевом тире из пневматического оружия (сидя и стоя). Стрельба в электронном тире из различных положений.	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация практических навыков
7				Практическое занятие	2	Стрельба в пулевом тире из пневматического оружия (сидя и стоя). Стрельба в электронном тире из различных положений.	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация практических навыков
8				Практическое занятие	2	Стрельба в пулевом тире из airsoft оружия.	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Демонстрация практических навыков
9				Соревнование	2	Соревнования по стрельбе на точность.	ГАНОУ МО «ЦО «Лапландия» (тир)	Соревнования
	Итого				18			