

ББК 74.202

*Рекомендовано науково-методичною радою
Київського обласного інституту
післядипломної освіти педагогічних кадрів
(Протокол №41 від 17.06.2004 р.)*

Редакційна колегія:

Наталія Клокар - голова

Євгенія Бачинська

Лариса Кабан

Алла Ключко

Світлана Мірошник

Вікторія Потіха

**Методичні рекомендації щодо організації та змісту
навчально-виховного процесу в закладах освіти
Київщини в 2005-2006 навчальному році / За заг. ред.
Н.І. Клокар. – Біла Церква: КОІПОПК, 2005. – Ч.ІІ. - 438 с.
ISBN 966-8358-12-0**

ISBN 966-8358-12-0

© КОІПОПК, 2005

Стрілецький гурток (початкова підготовка)

Василь Козій,

учитель допризовної підготовки Гланшівської
загальноосвітньої школи I– III ступенів

Переяслав-Хмельницького району,

Віктор Качуровський,

завідуючий навчально-методичним кабінетом
фізичної культури та ДП

Пояснювальна записка

Завданням занять шкільного гуртка зі стрілецької підготовки є практичне навчання стрільбі, забезпечення активної участі учнів в оборонно-масовій роботі, підготовка молоді до військової служби. Кількість учнів в одній групі може складати 10-12 чоловік.

При наявності в загальноосвітньому навчальному закладі матеріальної бази, а саме: 5-метрового кімнатного тирю і пневматичних гвинтівок ІЖ-38 (ІЖ-22) можна проводити заняття з початкової підготовки.

Запропонована програма розрахована на перший рік навчання учнів стрільби з пневматичної зброї (початкова підготовка).

Заняття з учнями проводяться у вільний від навчання час. Розклад занять складається на кожен місяць чи рік і доводиться до відома всіх учнів.

Під час складання розкладу занять із кульової стрільби необхідно враховувати вік і рівень підготовленості учнів.

Тематичний план занять зі стрілецької підготовки (перший рік навчання)

№ п/п	Тема	Кількість годин
1.	Вступне заняття	1
2.	Теоретичні основи стрільби	1
3.	Будова та призначення пневматичної гвинтівки ІЖ-38 (ІЖ-22)	1
4.	Засоби безпеки при стрільбі та правила поведження зі зброєю	1
5.	Підготовка пневматичної гвинтівки до стрільби	1
6.	Попередні вправи-стрільба без куль	4
7.	Техніка стрільби із пневматичної гвинтівки ІЖ-38 (ІЖ-22) на дистанції 5 м	16
8.	Змагання зі стрільби	10
	Разом	35

1. Вступне заняття (1година)

Історія розвитку кульової стрільби в Україні.

Тема 2. Теоретичні основи стрільби (1година)

Постріл. Віддача гвинтівки. Елементи траєкторії польоту кулі. Стабілізація польоту кулі. Розсіювання куль. Визначення середньої точки влучення куль. Правила прицілювання.

Тема 3. Будова та призначення пневматичної гвинтівки ІЖ-38 (ІЖ-22) (1година)

Загальні відомості. Призначення і будова основних частин.

Робота частин і механізмів. Зберігання зброї. Чищення та змащування зброї.

Тема 4. Засоби безпеки при стрільбі та правила поведження зі зброєю (1 година)

Обов'язки стрільця. Правила виконання стрільби. Правила поведження зі зброєю.

Тема 5. Підготовка пневматичної гвинтівки до стрільби (1 година)

Зарядження гвинтівки. Прийняття положення для стрільби сидячи за столом чи стоячи біля стійки з упором ліктями об стіл чи стійку. Прицілювання з відкритим прицілом: наведення, утримування "рівної мушки", натискання на спусковий гачок, режим дихання.

Тема 6. Попередні вправи – стрільба без куль (4 години)

Вправа 1. Контроль одноманітності прицілювання (без куль) з використанням прицільних станків і ручних указок контролю прицілювання.

Вправа 2. Тренування у стрільбі без куль. Тренування на утримання гвинтівки, прицілювання, натискання на спусковий гачок, дотримання режиму дихання.

Тема 7. Техніка стрільби із пневматичної гвинтівки ІЖ-38 (ІЖ-22) на дистанції 5 м (16 годин)

Вправа 3. Стрільба по білому листу паперу для вироблення навичок плавного натискання на спусковий гачок (кулі „Діаболо”, „ДЦ”, „ДН”). Дистанція 5 м, кількість пострілів – 3.

Вправа 4. Стрільба по квадрату 10 x 10 см на листку білого паперу. Кількість пострілів – 3. Завдання попасти в квадрат.

Вправа 5. Стрільба по квадрату 10 x 10 см на листку білого паперу. Кількість пострілів 5. Завдання – попасти в квадрат, знайти серединну точку попадання по 5 пробоях і навчитися робити винесення точки прицілювання, тобто робити поправку в наведенні гвинтівки.

Вправа 6. Стрільба по мішені спортивній „П” із положення сидячи за столом, чи стоячи біля стійки з опорою ліктями на стіл чи стійку, чи лежачи з упору.

Кількість пострілів – 8 (5 пробних + 3 залікових). Завдання – виконати норматив.

Вправа 7. Стрільба по мішені спортивній „П” із положення

стоячи без упору. Дистанція – 5 м. Кількість пострілів – 8 (3 пробних + 5 залікових). Завдання – виконати норматив.

Вправа 8. (Тільки для хлопчиків і дівчаток 10-13 років.) Стрільба по мішені спортивній „П” із положення сидячи за столом чи стоячи біля стійки з опорою ліктями на стіл чи стійку чи з положення лежачи з упору. Дистанція – 5 м.

Кількість пострілів – 8 (3 пробних + 5 залікових). Завдання вибити не менше 40 очок із 50.

8. Змагання зі стрільби (10 годин)

Виконання вправ 6-8 на змаганнях. Завдання – показати результати не гірші, ніж під час виконання тренувальних вправ.

Основні вимоги до знань та умінь

Учні повинні знати:

- історію розвитку кульової стрільби в Україні;
- призначення, технічну характеристику та загальну будову пневматичної гвинтівки;
- правила безпеки під час проведення стрільби;
- правила ведення вогню по нерухомих цілях;
- умови виконання вправ стрільби з пневматичної гвинтівки.

Учні повинні вміти:

- доглядати за навчальною зброєю;
- виконувати одноманітне прицілювання;
- виконувати прийоми і правила стрільби.

Література

1. Організація та проведення стрільб із пневматичної гвинтівки. Стрількові гуртки. Методичні поради викладачам допризовної підготовки. Методичний посібник, Укл. В.В Козій. – Переяслав-Хмельницький, 2003. – 62 с.
2. Томчук М.І. Допризовна підготовка. – К.: Вежа, 1996.
3. Організація та проведення стрільб із пневматичної гвинтівки. Стрількові гуртки. Методичні поради викладачам допризовної підготовки.
4. Дворкин А.Д. Стрельба из пневматических винтовок. – М.: ДОСААФ СССР, 1986.
5. Зубалий Н.Д. Стрелковые кружки в школах и внешкольных учреждениях. – К.: Радянська школа, 1989.

6. Кинль В.А. Пулевая стрельба. – М.: Просвещение, 1989.
7. Корх А.Я. Стрелковый спорт и методика преподавания. – М., 1986.
8. Программы. Оборонно-спортивные кружки. – М.: Просвещение, 1987.
9. Пулевая стрельба. Правила соревнований. – М., 1985.