

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

модуля (курса)

«Пулевая стрельба»

1. АННОТАЦИЯ

Программа знакомит слушателей с организацией системы работы по пулевой стрельбе. Воспитанники получают необходимые знания по правилам пулевой стрельбы, изучают первичные средства по пулевой стрельбе, правила соревнования по пулевой стрельбе; усвоение мер безопасности при обращении с оружием и правил поведения в местах проведения стрельб, доведения их выполнения до автоматизма.

Программа учит слушателей проводить самостоятельно тренировочные занятия, контролировать двигательную активность, собственное физическое состояние, своевременно выявлять угрозы и степени опасности внешних и внутренних факторов: оперативно реагировать на внешние; соблюдать на занятиях требования охраны труда.

Цель программы заключается в обеспечение разностороннего физического развития студентов, создание условий для развития социальной активности, творческого подхода к осознанию своего выбора в жизни через занятия стрелковой подготовки.

2. СОДЕРЖАНИЕ

Учебная программа по модулю

№ п/п	Наименование модуля, разделов и тем	Содержание обучения (по темам в дидактических единицах), наименование и тематика лабораторных работ, практических занятий (семинаров), самостоятельной работы с указанием кол-ва часов, используемых образовательных технологий и рекомендуемой литературы
	История развития пулевой стрельбы.	
	История развития пулевой стрельбы	Наиболее значимые события в истории пулевой стрельбы Лекция 2 часа
2.	Меры обеспечения безопасности при проведении стрельб.	
1	Элементы безопасности при проведении стрельб	Назначение безопасности проведение стрельб. Элементы безопасности пулевой стрельбы. Лекция 4 часа
3.	Баллистика	
1	Баллистическая траектория.	Первые исследования относительно формы кривой полёта снаряда (из огнестрельного оружия) сделал в 1537 году Тарталья. Галилей установил при посредстве законов тяжести свою параболическую теорию,

		<p>в которой не было принято во внимание влияние сопротивления воздуха на снаряды. Теорию можно применить без большой ошибки к исследованию полёта ядер только при небольшом сопротивлении воздуха.</p> <p>Баллистическая траектория — траектория, по которой движется тело, обладающее некоторой начальной скоростью, под действием силы тяготения и силы аэродинамического сопротивления воздуха.</p> <p>С учётом сопротивления воздуха в центральном поле тяготения баллистическая траектория представляет собой кривую второго порядка. В зависимости от начальных скорости и направления это будет дуга эллипса, один из фокусов которого совпадает с гравитационным центром Земли, или ветвь гиперболы; в частных случаях — окружность (первая космическая скорость), парабола (вторая космическая скорость), вертикальная прямая. Поскольку большая часть траектории баллистических ракет достаточно большой дальности (более 500 км) проходит в разрежённых слоях атмосферы, где сопротивление воздуха практически отсутствует, их траектории на этом участке являются эллиптическими¹.</p> <p>Форма участков баллистической траектории, проходящих в плотных слоях атмосферы, зависит от многих факторов: начальной скорости снаряда, его формы и массы, текущего состояния атмосферы на траектории (температура, давление, плотность), направления вращения Земли и от характера движения снаряда вокруг его центра масс. Форма баллистической траектории в этом случае обычно рассчитывается методом численного интегрирования дифференциальных уравнений движения снаряда в стандартной атмосфере. На основании таких расчётов составляются <i>баллистические таблицы</i>, являющиеся руководством для артиллеристов при прицеливании артиллерийских орудий и пусковых установок систем залпового огня.</p> <p>Лекция - 4 часа</p>
4.	Изучение правил соревнований и судейское практика.	

1	Изучение правил соревнований и судейское практика.	<p>Знание правил соревнований – одно из основных требований, предъявляемых к стрелкам, участвующим в соревнованиях любого уровня.</p> <p>Одно из действующих правил соревнований по стендовой стрельбе гласит: «Все участники соревнований (стрелки, руководители и тренеры) обязаны знать правила соревнований и строго соблюдать их требования». Это положение российских правил соревнований полностью соответствует требованиям правил Международной федерации стрелкового спорта.</p> <p>Международная федерация стрелкового спорта при необходимости каждые четыре года, по окончании Олимпийских игр вносит изменения и дополнения в правила соревнований. Соответствующие изменения вносятся Стрелковым Союзом России и в российские правила. Все, кто связан с подготовкой спортсменов и с судейством соревнований, должны быть в курсе этих изменений и знать их.</p> <p>Знание правил соревнований, умение постоянно их применять на практике, выполняя соответствующие требования, являются одной из главных задач при подготовке стрелков любой квалификации: от начинающих до спортсменов высших разрядов. Это значит, что каждый учащийся должен постепенно изучить и твердо знать основные требования действующих правил соревнований и грамотно ими пользоваться. Теоретическое изучение и даже заучивание требований правил не даст должного эффекта без сочетания их с практическим выполнением повседневно, на каждом учебно-тренировочном занятии.</p> <p>Лекция – 4 часа</p>
	Практические занятия	<p>Число часов: 130</p> <p>История развития пулевой стрельбы.</p> <p>Меры обеспечения безопасности при проведении стрельб.</p> <p>Баллистика.</p> <p>Оружие, боеприпасы, снаряжение стрелка</p> <p>Отдельные сведения о строении, функциях организма человека</p> <p>Морально – волевая подготовка.</p> <p>Психологическая подготовка.</p> <p>Изучение правил соревнований и судейское практика.</p>

		Воспитательная работа. Профилактика отрицательных воздействий тренировочных нагрузок в пулевой стрельбе.
--	--	---

3. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ МОДУЛЯ

(формы аттестации, оценочные и методические материалы)

В течение всего периода обучения педагог ведет индивидуальное наблюдение за творческим развитием каждого обучаемого.

Контроль результатов развития обучающихся проводится три раза в год.

Входящий контроль проводится в сентябре при поступлении обучающегося в учебное объединение в форме опроса.

Промежуточная аттестация осуществляется в декабре. Проводится в форме теоретического опроса и выполнения зачетных упражнений по пулевой стрельбе и физической подготовке, а также результатов участия в соревнованиях.

Итоговая аттестация проходит в мае, по окончании срока обучения проводится в форме теоретического опроса и выполнения зачетных упражнений по пулевой стрельбе и физической подготовке, а также результатов участия в соревнованиях.

Формы подведения итогов: Формой оценки является выполнение зачетных упражнений по пулевой стрельбе. Итоговая форма оценки – участие в соревнованиях. По теоретической подготовке знания проверяются . тестированием

Оценочные материалы – пакет диагностических методик, позволяющих определить достижение учащимися планируемых результатов.

Шкала оценивания сформированности компетенции

Уровень сформированности компетенции (индикатора достижения компетенции)				
	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	отлично
	не зачтено	зачтено		
<u>Знания</u>	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки.	Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибок.	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок.	Уровень знаний в объеме, соответствующем требованиям программы подготовки, без ошибок.
<u>Умения</u>	При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки.	Продemonстрированы основные умения, выполнены все задания, но не в полном объеме.	Продemonстрированы все основные умения, выполнены все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами.	Продemonстрированы все основные умения, выполнены все задания в полном объеме.

<u>Навыки</u>	При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки.	Имеется минимальный набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами	Продemonстрированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторыми недочетами.	Продemonстрированы навыки при решении нестандартных задач без ошибок и недочетов.
----------------------	--	---	--	---

Реализация программы предусматривает проведение итоговой аттестации в форме тестирования по следующим вопросам:

1. Внутренняя баллистика это-

- 1) наука, занимающаяся изучением процессов, которые происходят при выстреле, и в особенности при движении пули (гранаты) по каналу ствола. В) 10
- 2) история,, занимающаяся изучением процессов, которые происходят при выстреле, и в особенности при движении пули (гранаты) по каналу ствола. 0
- 3) наука, занимающаяся изучением процессов, которые происходят при стрельбе, и в особенности при движении пули (гранаты) по каналу ствола. 0

2. Выстрел это-

- 1) выбрасывание пули (снаряда) из канала ствола оружия энергией увеличения пороховых газов. 0
- 2) выбрасывание пули (снаряда) из канала ствола оружия энергией пороховых газов. 10
- 3) выбрасывание гильзы из канала ствола оружия энергией пороховых газов. 0

3. На сколько периодов длится горение пороховых газов?

- 1) 3 0
- 2) 5 0
- 3) 4 10

4. Внешняя баллистика – это

- 1) наука, изучающая движение пули (гранаты) до прекращения действия пороховых газов. 0
- 2) наука, изучающая движение пули (гранаты) после прекращения действия пороховых газов 10
- 3) наука, изучающая вращение пули (гранаты) после прекращения действия пороховых газов. 0

5. Что такое начальная скорость пули (снаряда)?

- 1) Скорость движения пули у дульного среза ствола. 10
- 2) Скорость движения пули у дульного среза калибра ствола. 0
- 3) Скорость движения бомбы у дульного среза ствола. 0

6. Начальная скорость пули АК-74.

- 1) 500 м/с. 0
- 2) 800 м/с. 0
- 3) 900 м/с. 10

7. От чего зависит величина начальной скорости пули?

- 1) от длины ствола, веса пули и веса пороха. 0
- 2) от длины ствола, веса пули и веса заряда. 10
- 3) от длины гильзы, веса пули и веса пороха 0

8. Что такое траектория?

- 1) кривая линия, описываемая центром тяжести пули (гранаты) в полёте. 10
- 2) вертикальная линия, описываемая центром тяжести пули (гранаты) в полёте. 0
- 3) горизонтальная линия, описываемая центром тяжести пули (гранаты) в полёте. 0

9. Какие силы действуют при полете пули(снаряда) в воздухе?

- 1) силы тяготения и силы сопротивления ветра. 0
- 2) силы тяжести и силы сопротивления ветра. 0
- 3) силы тяжести и силы сопротивления воздуха. 10

10. Прямой выстрел- это

- 1) Огонь, при котором траектория не поднимается над линией прицеливания выше цели на всём протяжении прицельной дальности. 0
- 2) Выстрел, при котором траектория не поднимается над линией прицеливания выше цели на всём протяжении прицельной дальности. 10
- 3) Выстрел, при котором траектория не поднимается над линией прицеливания ниже цели на всём протяжении прицельной дальности. 0

11. Виды целей ?

- 1) одиночные ,групповые ,неподвижные. бегущие, движущиеся. 0
- 2) одиночные ,групповые ,подвижные. появляющиеся, движущиеся. 0
- 3) одиночные ,групповые ,неподвижные. появляющиеся, движущиеся. 10

12. Положение стрельбы:

- 1) стоя, с колена, лежа, в движении. 10
- 2) сидя, с колена, лежа, в движении 0
- 3) стоя, с колена, ползком, лежа 0

13. Что включает подготовка к стрельбе?

- 1) короткая, сокращенная, глазомерная. 0
- 2) полная, быстрая, глазомерная. 0
- 3) полная, сокращенная, глазомерная. 10

14. Как называется линией бросания?

- 1) линия, являющаяся продолжением оси канала дула в момент вылета пули. 0
- 2) линия, являющаяся продолжением оси канала ствола в момент вылета пули
10
- 3) линия, являющаяся продолжением оси канала ствола после вылета пули; 0

15. Что называется высотой траектории

- 1) кратчайшее расстояние от вершины траектории до горизонта оружия; 10
- 2) кратчайшая дальность от вершины траектории до горизонта оружия; 0
- 3) кратчайшее расстояние от высокой точки траектории до горизонта оружия 0

4. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ МОДУЛЯ

4.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы:

Для реализации программы имеется учебно-методическая литература, электронные ресурсы.

Реализация программы осуществляется информационно-библиотечным ресурсом: учебно-методической литературой. Есть доступ к электронно- библиотечной системе (ЭБС), которая обеспечивает доступ к учебной, учебно-методической и научной литературе по всем отраслям знаний ведущих российских издательств. Для реализации программы имеется учебно-методическая литература, электронные ресурсы.

4.2. Используемые образовательные технологии.

В процессе реализации программы используются: проблемная лекция, дискуссии, практические занятия (тренировки).

Литература:

Основная литература:

1. Зрыбнев Н.А. Общая и специальная физическая подготовка в системе подготовки стрелка-пулевика. – СПб. : Лань, 2023
2. Зрыбнев Н.А. Основы методики подготовки спортсменов в стрельбе из спортивного пистолета . – СПб. : Лань, 2023
3. Правила вида спорта «Пулевая стрельба». –М. :Центрмаг, 2024.

Дополнительная литература:

1. Алексеев А.В. Преодолей себя! - М.: ФиС, 2003.
2. Федорин В.Н. Общая и специальная физическая подготовка стрелка-спортсмена. Учебное пособие. Краснодар, 1995.
3. Белкин А.А. Идеомоторная подготовка в спорте – М.: ФиС, 1983.

4. Вайнштейн Л.М. Стрелок и тренер – М.: Изд. ДОСААФ, 1977.
5. Вайнштейн Л.М. Основы стрелкового мастерства – М.: Изд. ДОСААФ, 1960.
6. Володина И.С. Физическая подготовка стрелка-спортсмена. Лекция для студентов и слушателей РГАФК – М., Изд. Редакционно-издательского отдела РГАФК, 1997.
7. Теория и методика спорта: учебное пособие для училищ олимпийского резерва; под общей редакцией д.п.н., профессора Ф.П. Сулова, д.п.н., профессора Ж.К.Холодова. М.: 1997.
8. Жаров К.П. Волевая подготовка спортсмена – М.: ФиС, 1976.
9. Идеомоторные представления и их значение в спортивной тренировке.– М.,ФИИС,1967.