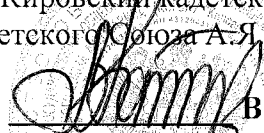


Кировское областное государственное общеобразовательное
автономное учреждение «Кировский кадетский корпус
им. Героя Советского Союза А.Я.Опарина»

<p>Принята на заседании методического совета <u>20 сентября 20 18</u> г. Протокол № <u>2</u></p>	<p>«УТВЕРЖДЕНО» директор КОГОАУ «Кировский кадетский корпус им. Героя Советского Союза А.Я.Опарина»  В.Н.Панин Приказ № <u>01-01/57</u> от <u>5 сентября 20 18</u> г.</p>
--	--

**Дополнительная образовательная программа
спортивно-технической направленности
«Пулевая стрельба»**

**Срок реализации программы: 1 год
Возраст детей: 10-17 лет**

**Составитель: Мабатов Василий Мирзораматович,
педагог дополнительного образования**

ж.д. ст. Просница
2018

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Оружие и особенно стрельба из него всегда вызывает живой интерес у подростков. Кроме того, в настоящее время большое внимание уделяется сохранению здоровья школьников. Организация военно-спортивного кружка в школе позволяет развивать общефизическую подготовку учащихся, воспитывать у будущих мужчин смелость, мужество, решительность, самообладание, целеустремленность, трудолюбие, внимательность и самостоятельность. Некоторые девушки также с удовольствием занимаются стрелковым спортом.

При подготовке данной программы учтены требования основных руководящих документов:

1. Федеральные законы: «Об обороне» (1996 г), «О мобилизационной подготовке и мобилизации в РФ (1997 г), «О статусе военнослужащих» (1998 г), «О воинской обязанности и военной службе» (1998 г).
2. «Концепция национальной безопасности РФ» (2000 г),
3. «Военная доктрина РФ» (2000 г).
4. Указ Президента РФ «Вопросы прохождения военной службы» (1999 г).
5. Общевоинские уставы (1993 г).
6. Федеральный закон № 100 от 23.07 2005 года «О внесении изменений в Федеральный Закон "О ВОИНСКОЙ ОБЯЗАННОСТИ И ВОЕННОЙ СЛУЖБЕ" и статью 14 Закона Р Ф "ОБ ОБРАЗОВАНИИ"

Направленность дополнительной образовательной программы: Программа кружка «Пулевая стрельба» имеет спортивно-техническую направленность. Она носит учебно-познавательное и прикладное функциональное предназначение. По форме своей ориентированности является, как индивидуальной, так и групповой формой организации занятий.

Актуальность дополнительной образовательной программы заключается в том, что в настоящее время возрастает роль физкультуры и спорта в жизни современного общества. К числу наиболее актуальных проблем относится, прежде всего, доступность, массовость видов спорта, наличие определенной материально-технической базы, для занятия определенным видом спорта.

Новизна программы заключается в том, что создаются условия вхождения в мир стрелкового спорта, который по праву считается одним из самых массовых, доступных и увлекательных военно-прикладных видов спорта.

Педагогическая целесообразность программы - в учете особенностей детей подросткового возраста, в разнообразии видов деятельности в условиях кадетского корпуса, в дополнительной возможности самоутверждения и самореализации, в том числе и участие в сборах, слётах и соревнованиях.

Педагогическая целесообразность – привитие ученикам трудолюбия, упорства, терпения, желания заниматься спортом и вести здоровый образ жизни; профилактика вредных привычек и правовых правонарушений; содействие взаимопониманию между различными национальными, религиозными и социальными группами, гуманному отношению ко всему живому.

При занятии стрельбой из пневматического оружия идет развитие физических и морально-волевых качеств, совершенствуются специальные психологические качества, умственные и интеллектуальные способности.

Программа предусматривает изучение и ознакомление с:

- историей развития стрелкового спорта;
- теоретическое знакомство с основными видами отечественного стрелкового оружия их характеристиками и устройством;
- прикладным и оборонным значением стрелкового спорта;
- характеристиками моделей пневматического оружия;

- устройством и взаимодействием частей пневматического оружия
- техникой безопасности при пользовании пневматическим оружием;
- основами производства меткого выстрела;
- методикой обучения технике стрельбы;
- специальными стрелковыми упражнениями;
- организацией соревнований по стрельбе и их проведение,

Цель программы: создание условий для формирования установки на активное приобщение детей и подростков к занятиям спортом и физической культурой.

Задачи:

- формировать у учащихся наиболее полные знания и представления об истории и возникновении стрелкового спорта;
- научить учащихся владеть **пневматическим** оружием;
- совершенствовать разностороннее развитие учащихся для их готовности к службе в Вооруженных Силах Российской Федерации;
- организованное проведение свободного времени, досуга;
- пропаганда здорового образа жизни;

Отличительные особенности данной программы:

теоретическая подготовка знакомит кружковцев с правилами соревнований, с элементами производства меткого выстрела, с необходимостью выполнения тренировок; с характеристикой вооружения Российской армии, с историей ее создания.

техническая подготовка ставит задачи: найти для каждого занимающегося рациональную изготовку для производства точного выстрела, научить его правильной работе мышц-сгибателей фаланг указательного пальца, нажимающего на спусковой крючок оружия.

физическая подготовка необходима для повышения функциональных возможностей организма, для всестороннего гармонического развития.

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.

Условия реализации образовательной программы:

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

На теоретических занятиях сообщаются основные сведения об отечественном стрелковом оружии, его основных технических характеристиках, по истории стрелкового спорта, технике и методике стрельбы, 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.

Главной отличительной особенностью изучения данного курса является наличие материальной базы. Это: стрелковый тир, оборудованный для стрельбы из пневматического оружия (три стрелковых направления, два огневых рубежа), согласно со всеми требованиями к

стрелковым тирам для стрельбы из пневматического оружия, пневматические винтовки и пистолеты, необходимое количество мишеней, пуль, стенды для стрельбы.

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.

Возраст обучающихся: 8 – 16 лет

Количество занимающихся от 7 до 15 человек.

Срок реализации программы: 2 года.

Режим занятий группы: - 2 раза в неделю; - 68 часов в год.

Ожидаемый результат и способы определения их результативности.

Первый год обучения.

По окончании учащийся должен знать:

- физические упражнения, направленные на развитие быстроты, ловкости, координации движений, контроль дыхания и пульса, приемы и правила стрельбы;
- устройство и принцип действия пневматического оружия, технику безопасности при обращении и стрельбе из пневматического оружия;
- элементарные теоретические сведения о баллистике;
- историю стрелкового оружия;
- команды, подаваемые инструктором при проведении учебных стрельб из пневматического оружия.

Учащийся должен уметь:

- выполнять стрелковые упражнения из положения, лежа и сидя;
- занимать правильное положение при изготовке к стрельбе и при стрельбе;
- выполнять специальные действия способствующие уравниванию дыхания и пульса;
- осознанно относиться к своему здоровью, наблюдать, анализировать и запоминать;
- применять полученные знания и умения в самостоятельной работе;
- анализировать свои действия в процессе работы, сравнивая его с действиями других учащихся.

Второй год обучения.

По окончании учащийся должен знать:

- технику безопасности при проведении стрельб;
- устройство и принцип действия АК;
- необходимые действия по обслуживанию АК;
- способы развития быстроты, ловкости, общей и статической выносливости · технические приемы, которые наиболее часто и эффективно применяются при стрельбе;
- основы тактической и строевой подготовки.

Учащийся должен уметь:

- осознанно относиться к своему здоровью определять дальность до цели, направление и силу ветра;
- применять полученные знания и умения в самостоятельной работе;
- анализировать свои действия в процессе работы, сравнивая его с действиями других учащихся;
- проявлять волевые качества спортсмена;

- выполнять упражнения по стрельбе из пневматического оружия из разных положений (сидя, стоя, лежа, с колена) с результатом не ниже 35 очков.

Формами подведения итогов реализации данной программы являются:

- наблюдение за деятельностью учащихся;
- соревнования по стрельбе;
- соревнования по военно-прикладному многоборью;
- выполнение контрольных упражнений.

Для реализации данной программы необходимо следующее техническое обеспечение:

- плакаты по изучению устройства и взаимодействия частей АК, ПМ и пневматической винтовки;
- сборно-разборный макет автомата Калашникова;
- пневматическая винтовка 4,5 мм – 6 штук;
- пневматические пистолеты 4,5 мм – 2 штук;
- стенды для стрельбы — 2 штук;
- прицельные станки — 3 штук;
- мишени бумажные (различные);
- пульки для стрельбы из пневматического оружия.

Условия выполнения сдачи норматива по стрельбе на значок «Юный стрелок»:

- дистанция стрельбы – 5 м.
- мишень – «Спортивная «П».
- положение для стрельбы — сидя с руки с опорой на стол.
- количество выстрелов – 3 пробных, 5 зачетных.
- время на стрельбу – не ограничено.
- норматив – 40 очков.

Тематический план занятий первого года обучения

№ п.п.	Тема	Всего часов	Из них практических
1	История стрелкового оружия.	1	
2	Теоретические основы стрельбы	6	
3	Устройство и назначение винтовки ИЖ — 38, ИЖ -22	2	
4	Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием.	2	
5	Подготовка пневматической винтовки к стрельбе	4	4
6	Предварительные упражнения - стрельба без пуль.	4	4
7	Техника стрельбы из пневматической винтовки ИЖ-38 на 5 м. (мишень. №6)	33	33
8	Техника стрельбы из пневматической винтовки ИЖ-38 на 10 м. (мишень. №6)	15	15
9	Стрельба из пневматического пистолета.	5	6

	ИТОГО	72	61
--	-------	----	----

Тематический план занятий второго года обучения

№ п.п.	Тема	Всего часов	Из них практических
1	Теоретические основы стрельбы	1	
2	Устройство пневматической винтовки ИЖ — 38, ИЖ -22, автомата Калашникова АК-74	1	
3	Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием.	2	
4	Приведение винтовки к нормальному бою	4	4
5	Техника стрельбы из пневматической винтовки ИЖ-38, ИЖ-22	29	29
6	Стрельба из пневматического пистолета	10	10
7	Стрельба на время	25	25
	ИТОГО	72	68

Поурочное планирование учебной программы кружка «Стрельба из пневматического оружия» 1-й год обучения

Тема урока	Наименование темы, урока	Кол-во часов	Дата проведения	
			план	факт
Тема 1	История стрелкового оружия	1		
1.1	История стрелкового оружия. Развитие стрелкового оружия. Совершенствование составных частей и элементов. Современное стрелковое и спортивное оружие.	1		
Тема 2	Теоретические основы стрельбы теория	6		
2.1	История развития пулевой стрельбы, ее значение	1		
2.2	Траектория полета пули, стабилизация.	1		
2.3	Определение основы средней точки прицеливания, попадания.	1		
2.4	Явление выстрела. Отдача винтовки.	1		
2.5	Факторы, влияющие на траекторию пули и точность выстрела.	1		
2.6	Отдача винтовки. Правильное положение тела стрелка во время выстрела, правильное дыхание.	1		
Тема 3	Устройство и назначение винтовки ИЖ — 38, ИЖ -22.	2		
3.1	Общие данные. Назначение и устройство основных частей	1		
3.2	Работа частей и механизмов. Хранение оружия.	1		
Тема 4	Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием.	2		
4.1	Общие требования. Правила обращения с оружием.	1		

4.2	Права и обязанности стрелка.	1		
Тема 5	Подготовка пневматической винтовки к стрельбе. Практические занятия	4		
5.1	Заряжение винтовки. Принятие положения для стрельбы. Прицеливание.	1		
5.2	Нажатие на спусковой крючок, режим дыхания.	1		
5.3	Пристрелка оружия. Отлаживание прицельных приспособлений.	1		
5.4	Характерные ошибки при стрельбе, возможные неисправности и способы их устранения.	1		
Тема 6	Предварительные упражнения - стрельба без пуль. Практические занятия	4		
6.1	Упражнение №1 Контроль однообразия прицеливания.	1		
6.2	Упражнение №2 Тренировка в стрельбе без пуль.	1		
6.3	Тренировка в удержании винтовки, прицеливании, нажатии на спусковой крючок, соблюдение режима дыхания.	1		
6.4	Тренировка в удержании винтовки, прицеливании, нажатии на спусковой крючок, соблюдение режима дыхания.	1		
Тема 7	Техника стрельбы из пневматической винтовки ИЖ-38 на 5 м. (упр. №6) Практические занятия.	33		
7.1	Упражнение №3. Стрельба по белому листу для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Пули «Диаболо». Количество выстрелов — 3.	4		
7.2	Упражнение №4. Стрельба по квадрату 10*10 на листе белой бумаги. Выстрелов — 3. Задание попасть в квадрат.	4		
7.3	Упражнение №5. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по пяти пробоинам и научиться делать поправку в наводке винтовки.	6		
7.4	Упражнение №6 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов 3*5	6		
7.5	Упражнение №7. Стрельба по спортивной мишени «П», дистанция 5м, Выстрелов 3*5 Задание — набрать наибольшее количество очков.	6		
7.6	Упражнение №8. Мишень «П», сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов — 3*5 Задание — выбить не менее 40 из 50.	7		
Тема 8	Техника стрельбы из пневматической винтовки ИЖ-38 на 10 м. (мишень. №6). Практические занятия.	15		
8.1	Упражнение №3. Стрельба по белому листу для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Пули «Диаболо». Количество выстрелов — 5.	2		
8.2	Упражнение №4. Стрельба по квадрату 10*10 на листе белой бумаги. Выстрелов — 10. Задание попасть в квадрат.	2		
8.3	Упражнение №5. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по пяти пробоинам и научиться делать поправку в наводке винтовки.	2		
8.4	Упражнение №6 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, лежа с опорой для ствола.	2		
8.5	Упражнение №7 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, лежа с опорой на локоть, дистанция 10м,	3		

	Выстрелов 3*5 Задание — набрать наибольшее количество очков.			
8.6	Упражнение №8. Мишень «П», сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов — 3*5 Задание — выбить не менее 40 из 50.	4		
Тема 9	Стрельба из пневматического пистолета. Практические занятия	5		
9.1	Прицеливание. Мягкий спуск.	1		
9.2	Практически выполнить упражнение: расстояние — 5м, мишень №8; Выстрелов — 3*5	4		
	Итого, часов	72		

**Поурочное планирование учебной программы кружка
«Стрельба из пневматического оружия»
2-й год обучения**

Тема урока	Наименование темы, урока	Кол-во часов	Дата проведения	
			план	факт
Тема 1	Теоретические основы стрельбы	1		
1.1	Отдача винтовки. Влияние однообразия прикладки винтовки к плечу. Углы возвышения и бросания.	1		
Тема 2	Устройство пневматической винтовки ИЖ-38, ИЖ-22 Автомата Калашникова АК-74	1		
2.1	Углубленное изучение устройства винтовки и работы частей и механизмов пневматической винтовки ИЖ-38, ИЖ-22, устройство и принцип действия АК. Необходимые действия по обслуживанию АК	1		
Тема 3	Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием.	2		
3.1	Права и обязанности стрелка. Правила выполнения стрельбы	1		
3.2	Правила обращения с оружием. Правила соревнований по стрельбе.	1		
Тема 4	Приведение винтовки к нормальному бою. Практические занятия.	4		
4.1	Проверка боя винтовки.	1		
4.2	Регулировка прицела по вертикали и по горизонтали.	1		
4.3	Регулировка прицела.	1		
4.4	Регулировка прицела.	1		
Тема 5	Техника стрельбы из пневматических винтовок ИЖ-38, ИЖ-22. Практические занятия	29		
5.1	Упражнение №9. Стрельба по мишени 8 из положения, сидя за столом или лежа с упора Дистанция- 5м. Выстрелов 3*5, Задание выполнить нормативные установки.	10		
5.2	Упражнение №10. Стрельба, стоя с руки, мишень 8, дистанция 5м. Выстрелов 3*5 Задание – выполнить нормативы соревнований. Стрельба с упора мишень №8 дистанция 10 м, выстрелов 3*5.	10		
5.3	Упражнение №14 Стрельба лежа с руки. Расстояние 10м,	9		

	мишень №8 выстрелов 3* 10.			
Тема 6	Стрельба из пневматического пистолета. Практические занятия.	10		
6.1	Упражнение №15. Стрельба по мишени «П», дистанция 5м, выстрелов 3*5 Задание — научиться владеть пистолетом.	4		
6.2	Упражнение №16 Стрельба по мишени 8, дистанция 5м, выстрелов 3*5. Задание стрелять по нормативам соревнований, получить максимальный результат	6		
Тема 7	Стрельба на время. Практические занятия.	25		
7.1	Стрельба на время: - сидя за столом с опорой локтями, лежа с упора, стоя с руки; - из пистолета, дистанция 5м, мишень «П».	25		
	Итого, часов	72		

Содержание образовательной программы

Содержание программы первого года обучения.

Тема 1: История стрелкового оружия, теория (1 час) История стрелкового оружия. Развитие стрелкового оружия. Совершенствование составных частей и элементов. Современное стрелковое и спортивное оружие.

Тема 2: Теоретические основы стрельбы теория (6 часов) История развития пулевой стрельбы, ее значение. Траектория полета пули, стабилизация. Определение основы средней точки прицеливания, попадания. Явление выстрела. Отдача винтовки. Факторы, влияющие на траекторию пули и точность выстрела. Правильное положение тела стрелка во время выстрела, правильное дыхание.

Тема 3: Устройство и назначение винтовки ИЖ — 38, ИЖ -22. теория (2 часа) Общие данные. Назначение и устройство основных частей. Работа частей и механизмов. Хранение оружия.

Тема 4: Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием. теория.(2 часа.) Общие требования. Правила обращения с оружием. Права и обязанности стрелка.

Тема 5: Подготовка пневматической винтовки к стрельбе. Практические занятия (4 часа) Заряжение винтовки. Принятие положения для стрельбы. Прицеливание. Нажатие на спусковой крючок, режим дыхания. Пристрелка оружия. Отлаживание прицельных приспособлений. Характерные ошибки при стрельбе, возможные неисправности и способы их устранения.

Тема 6: Предварительные упражнения —стрельба без пуль. Практические занятия (4 часа) Упражнение №1 Контроль однообразия прицеливания. Упражнение №2 Тренировка в стрельбе без пуль. Тренировка в удержании винтовки, прицеливании, нажатии на спусковой крючок, соблюдение режима дыхания.

Тема 7: Техника стрельбы из пневматической винтовки ИЖ-38 на 5 м. (упр. №6) Практические занятия. (33 часа) Упражнение №3. Стрельба по белому листу для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Пули «Диаболо». Количество выстрелов — 3. Упражнение №4. Стрельба по квадрату 10*10 на листе белой бумаги. Выстрелов — 3. Задание попасть в квадрат. Упражнение №5. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по пяти пробоинам и научиться делать поправку в наводке винтовки. Упражнение №6 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов 3*5 Упражнение №7. Стрельба по спортивной мишени «П», дистанция 5м, Выстрелов 3*5 Задание

— набрать наибольшее количество очков. Упражнение №8. Мишень «П», сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов — 3*5 Задание — выбить не менее 40 из 50.

Тема 8: Техника стрельбы из пневматической винтовки ИЖ-38 на 10 м. (мишень. №6) Практические занятия. (15 часов) Упражнение №3. Стрельба по белому листу для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Пули «Диаболо». Количество выстрелов — 5. Упражнение №4. Стрельба по квадрату 10*10 на листе белой бумаги. Выстрелов — 10. Задание попасть в квадрат. Упражнение №5. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по пяти пробойнам и научиться делать поправку в наводке винтовки. Упражнение №6 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, лежа с опорой для ствола. Упражнение №6 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, лежа с опорой на локоть, дистанция 10м, Выстрелов 3*5 Задание — набрать наибольшее количество очков. Упражнение №8. Мишень «П», сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов — 3*5 Задание — выбить не менее 40 из 50.

Тема 9: Стрельба из пневматического пистолета. Практические занятия. (5 часов) Правильное положение ног при стрельбе. Прицеливание. Мягкий спуск. Практически выполнить упражнение: расстояние — 5м, мишень №8; Выстрелов — 3*5

Содержание программы второго года обучения

Тема 1: Теоретические основы стрельбы, теория (1 час) Отдача винтовки. Влияние однообразия прикладки винтовки к плечу. Углы возвышения и бросания.

Тема 2: Устройство пневматической винтовки ИЖ-38, ИЖ-22 Автомата Калашникова АК-74 (1 час) Углубленное изучение устройства винтовки и работы частей и механизмов пневматической винтовки ИЖ-38, ИЖ-22 ,устройство и принцип действия АК. Необходимые действия по обслуживанию АК

Тема 3: Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием. теория (2 часа) Права и обязанности стрелка. Правила выполнения стрельбы. Правила обращения с оружием. Правила соревнований по стрельбе.

Тема 4: Приведение винтовки к нормальному бою. Практические занятия. (4 часа) Проверка боя винтовки. Регулировка прицела по вертикали и по горизонтали. Регулировка прицела.

Тема 5: Техника стрельбы из пневматических винтовок ИЖ-38, ИЖ-22 Практические занятия (29 часов) Упражнение №9. Стрельба по мишени 8 из положения, сидя за столом или лежа с упора Дистанция- 5м. Выстрелов 3*5, Задание выполнить нормативные установки. Упражнение №10. Стрельба, стоя с руки, мишень 8, дистанция 5м. Выстрелов 3*5 Задание – выполнить нормативы соревнований. Стрельба с упора мишень №8 дистанция 10 м, выстрелов 3*5. Упражнение №14 Стрельба лежа с руки. Расстояние 10м, мишень №8 выстрелов 3* 10.

Тема 6: Стрельба из пневматического пистолета. Практические занятия. (10 часов) Упражнение №15. Стрельба по мишени «П», дистанция 5м, выстрелов 3*5 Задание — научиться владеть пистолетом. Упражнение №16 Стрельба по мишени 8, дистанция 5м, выстрелов 3*5. Задание стрелять по нормативам соревнований, получить максимальный результат

Тема 7: Стрельба на время. Практические занятия. (25 часов) Стрельба на время: - сидя за столом с опорой локтями, лежа с упора, стоя с руки; - из пистолета, дистанция 5м, мишень «П».

Условия выполнения упражнений

Индекс упражнения	Дистанция м	Положение для	Количество		Мишени			Время на
			пробное	зачетное	№	Кол-во пробных	Кол-во зачетных	
«Начинающий стрелок»	5	Сидя или стоя с опорой на	3	5	4	1	1	Неограниченное
«Юный стрелок»	10	С опорой о стол	6	20	8	2	4	30 мин
«Меткий»	10	Стоя	6	20	8	2	4	45 мин
«Снайпер»	10	Стоя. С колена.	6	20	8	2	4	40 мин

Разрядные нормы по стрельбе пулевой:

Пневматические винтовки, пули ДН или ДЦ, прицел открытый

Индекс	Положение для стрельбы	Дистанция	пол	Спортивные разряды			
				переходной	3-й	2-й	1-й
«Начинающий стрелок»	Сидя или стоя с опорой на стол (5выстрелов)	5	м	40			
			д	34			
«Юный стрелок»	С опорой о стол	10	м		130	150	170
			д		122	142	162
«Меткий стрелок»	Стоя	10	м		ПО	130	150
			д		100	120	140
«Снайпер»	Стоя. С колена. (40 выстрелов 20 + 20)	10	м		310	330	350
			д		300	320	340

Список литературы

1. «Программа для кружков по изучению основ военного дела и овладению военно-техническими знаниями в первичных организациях ДОСААФ», М, 1986 г.
2. «Программы допризывной подготовки юношей» 1990 г.
3. В.Е. Маркевич «Ручное огнестрельное оружие», изд. «Полигон» С-Пб.
4. 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-П;
6. Д.Н. Болотин «Советское стрелковое оружие», «Военное издательство», М, 1986 г.
7. Лелюшенко Д.Д., «Пособие для допризывников», Военное издательство Министерства Обороны союза ССР, Москва, 1964.
8. Науменко Ю.А., «Начальная военная подготовка», Москва, Просвещение, 1987 г.
9. Попов Е.А., «Огневая подготовка», Москва, 2004 г.
10. Яковлев Н.П., «Учебник допризывника», Военное издательство Министерства Обороны союза ССР, Москва, 1960.
11. А. Д. Дворкин «Стрельба из пневматических винтовок».
12. А. С. Кузнецов программа кружка «Стрелковые кружки».
13. Правила соревнований по пулевой стрельбе.

Методические пособия:

- Методическое пособие «Стрельба из пневматических винтовок» (А.Д. Дворкин, изд. ДОСААФ, 1986г.)
- Методическое пособие «Пулевая стрельба. Правила соревнований» (Управление прикладных видов спорта Федерации пулевой стрельбы)