

**1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

* 1. **Общие положения**

**Цель программы:** Содействие всестороннему, гармоничному развитию личности посредством занятий по пулевой стрельбе.

**Основными задачами реализации Программы являются:**

- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;

- формирование широкого круга двигательных умений и навыков;

- обучение основам техники двигательных действий избранного вида спорта;

- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;

- укрепление здоровья спортсменов;

- отбор перспективных юных спортсменов для дальнейших занятий пулевой стрельбой.

- повышение уровня разносторонней физической и функциональной подготовленности;

- развитие специальных физических качеств;

- освоение повышенных тренировочных нагрузок;

- приобретение и накопление соревновательного опыта в соревнованиях всероссийского и международного уровней.

**Программа направлена на:**

- отбор одаренных детей;

- создание условий для физического образования, воспитания и развития детей;

- формирование знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта, в том числе в избранном виде спорта;

- организацию досуга и формирование потребности в поддержании здорового образа жизни;

- подготовку одаренных детей к поступлению в образовательные организации, реализующие профессиональные образовательные программы в области физической культуры и спорта.

Основными **задачами** реализации программы предпрофессиональной подготовки базового уровня являются:

-укрепление здоровья, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;

-формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;

-получение начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта;

-удовлетворение потребностей в двигательной активности;

-отбор одаренных детей, создание условий для их физического воспитания и физического развития;

-подготовка к освоению этапов спортивной подготовки.

Программа предназначена для тренеров-преподавателей и является основным документом при организации и проведении занятий по пулевой стрельбе. Занятия по программе рассчитаны на 6 лет работы с детьми и подростками с 8 и до 18 лет.

Минимальное количество учащихся в группах – 6 человек.

Основными показателями выполнения программных требований по уровню подготовленности учащихся являются: выполнение итоговой аттестации, овладение теоретическими знаниями, умениями и навыками по предметным областям.

**Основными формами организации тренировочного процесса являются:**

-теоретические занятия;

-практические занятия;

-тренировочные мероприятия;

-физкультурные мероприятия;

-спортивные мероприятия.

**1.2. Характеристика вида спорта**

Пулевая стрельба—один из видов стрелкового спорта. В данном виде спорта стрельба производится из пневматических (4,5мм), малокалиберных(5,6мм) и крупнокалиберных (7,62мм для винтовок и 7,62-9,65мм для пистолетов) винтовок и пистолетов пулей. Подразделяется на стрельбу из пистолета, винтовки, стрельбу из винтовки по движущейся мишени. Порядок присвоения и подтверждения спортивных званий и разрядов в России определяется Единой всероссийской спортивной классификацией (ЕВСК).

Высшим руководящим органом, регулирующим проведение соревнований и развитием пулевой стрельбы как вида спорта, является: Международная федерация стрелкового спорта (МФСС). МФСС определяет международные правила проведения соревнований и ведет мировой рейтинг ведущих спортсменов-стрелков. Ежегодно по пулевой стрельбе проводятся соревнования различного уровня: от региональных турниров до чемпионатов мира и Европы. В настоящее время правилами Международной федерации стрелкового спорта по пулевой стрельбе предусмотрены 15мужскихи 9 женских упражнений, которые включены в программы международных соревнований. В обязательную олимпийскую программу входят 6мужских упражнений и 4 женских. В рамках Стрелкового Союза России соревнования проводятся по 46 упражнениям.

В официальных документах МФСС и протоколах результатов международных соревнований используются краткие названия упражнений, 5включающие дистанцию стрельбы, вид оружия и число выстрелов (например:"50м.Произвольнаявинтовка. 3х40 выстрелов"). В России для каждого упражнения введена аббревиатура–две литеры и цифры. Литеры обозначают вид оружия (ВП–винтовка пневматическая; МВ–малокалиберная винтовка; АВ–(армейская) стандартная крупнокалиберная винтовка; ПВ–произвольная крупнокалиберная винтовка; ПП–пневматический пистолет; МП–малокалиберный пистолет; РП–крупнокалиберный пистолет (револьвер центрального боя),а цифры–порядковый номер этого упражнения в национальной спортивной классификации по пулевой стрельбе.

**1.3. Планируемые результаты освоения образовательной программы учащимися:**

**«Теоретические основы физической культуры и спорта»:**

1. Знание истории развития спорта;
2. Знание места и роли физической культуры и спорта в современном обществе;
3. Знание основ законодательства в области физической культуры и спорта;
4. Знания, умение и навыки гигиены;
5. Знание режима дня, основ закаливания организма, здорового образа жизни;
6. Знание основ здорового питания.

**«Общая физическая подготовка»**

1. Укрепление здоровья, разностороннее физическое развитие, способствующее улучшению приспособленности организма к изменяющимся условиям внешней среды;

2. Повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма;

3. Развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости);

4. Формирование двигательных умений и навыков;

5. Формирование социально-значимых качеств личности;

6. Получение коммуникативных навыков, опыта работы в команде (группе);

7. Приобретение навыков проектной и творческой деятельности.

**«Вид спорта»**

1. Развитие физических способностей в соответствии со спецификой пулевой стрельбы;

2. Овладение основами техники и тактики пулевой стрельбы;

3. Освоение комплексов подготовленных и подводящих физических упражнений;

4. Освоение соответствующих возрасту, полу и уровню подготовленности обучающихся тренировочных нагрузок;

5. Требования техники безопасности при занятиях пулевой стрельбой;

6. Приобретение опыта участия в физкультурных и спортивных мероприятиях;

**«Различные виды спорта и подвижные игры»**

1.Умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с правилами избранного вида спорта и подвижных игр;

2.Умение развивать физические качества по избранному виду спорта средствами других видов спорта и подвижных игр;

3. Умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении упражнений;

4. Приобретение навыков сохранения собственной физической формы.

 **«Специальные навыки»**

1. Развитие и совершенствование двигательных специфичных качеств и навыков для стрельбы;

2. Формирование навыков в изготовке (позе), развитие выносливости к длительному сохранению позы изготовки с оружием и развитие выносливости к перенесению тренировочных нагрузок.

**«Спортивное и специальное оборудование»**

1. Общие сведения об оружии, используемом в пулевой стрельбе.

2. Устройство, взаимодействие частей и механизмов винтовок и пистолетов.

3. Разборка и сборка оружия.

4. Характеристика неисправностей и их устроение.

5. Уход за оружием и условие его сохранения.

6. Классификация винтовок и пистолетов.

7. Типы прицелов.

**3. МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ ПРОГРАММЫ**

Весь учебный материал разделён на теорию, практику и контрольно-переводные нормативы. Продолжение занятий в ДЮСШ перевод учащихся на следующий этап обучения осуществляется по решению педагогического (тренерско-методического) совета и оформляется приказом директора ДЮСШ.

**3.1. Содержание и методика работы по предметным областям, этапам (периодам) подготовки.**

**«Теоретические основы физической культуры и спорта»:**

Тема 1. Краткий обзор развития и состояния пулевой стрельбы. История становления стрелкового спорта в России, в ССССР, в настоящее время в стране.

Тема 2. Современные тенденции в пулевой стрельбе в России. Изменения в правилах и регламенте соревнований. Качества спортсмена, необходимые для достижения успехов в пулевой стрельбе. Рост спортивных достижений российских стрелков, стрелковых школ. Состояние пулевой стрельбы за рубежом.

Тема 3. Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Общие сведения о строении организма человека. Костно-связочный аппарат, мышцы, их строение и взаимодействие. Центральная нервная система и ее ведущая роль в жизнедеятельности организма. Особенности работы нервно-мышечного аппарата в пулевой стрельбе.

Тема 4. Врачебный контроль, самоконтроль. Оказание первой медицинской помощи. Средства восстановления. Гигиена, режим, закаливание, вредные привычки. Гигиена. Закаливание, режим и питание стрелков. Общие требования к питанию и отдыху при регулярных занятиях пулевой стрельбой. Гигиена питания. Гигиена сна, его продолжительность, значение для восстановления организма спортсмена. Личная гигиена. Гигиена одежды и обуви. Режим тренировок и отдыха. Основные принципы построения рационального питания. Требования к питанию. Питание в день соревнований. Меры личной и общественной профилактики (предупреждение заболеваний). Понятие о заразных заболеваниях. Общие требования к отдыху при регулярных занятиях пулевой стрельбой. Сведения о вреде курения, алкоголя, наркотиков. Отрицательное воздействие длительного пребывания перед экраном телевизора, компьютера.

Тема 5. Общие сведения о выстреле. Взрывчатые вещества. Понятие о взрыве. Группы взрывчатых веществ: инициирующие, дробящие, метательные или пороха. Пороха - дымные и бездымные. Внутренняя баллистика. Явление выстрела. Прочность и «живучесть» стволов. Начальная скорость и дульная энергия пули, пробивное действие. Отдача оружия, образование угла вылета. Его зависимость от изготовки стрелка или хватки. Внешняя баллистика. Траектория полета пули, угол возвышения. Действие сопротивления воздуха на пулю продолговатой формы. Вращение пули вокруг своей продольной оси. Необходимость тщательной чистки оружия. Износ стволов. Пригодность ствола.

Тема 6. Оружие, боеприпасы, снаряжение стрелка. Общие сведения об оружии, используемом в пулевой стрельбе. Заводы- изготовители. Устройство, взаимодействие частей и механизмов винтовок и пистолетов. Разборка и сборка оружия. Прицельные приспособления. Светофильтры. Особенности спусковых механизмов оружия разных видов. Отладка и индивидуальная подгонка оружия. Характерные неисправности оружия, их устранение. Требования и ограничения, предъявляемые правилами соревнования. Уход за оружием, условия его сохранения. Патроны, пульки. Отработка комплекса «патрон - оружие»: подбор патронов и пулек. Марки видов оружия, патронов и пулек. Антифоны. Их значение для стрелка. Зрительные оптические трубы, их устройство. Мишени. Размеры и конфигурация для выполнения различных стрелковых упражнений.

Тема 7. Меры обеспечения безопасности при обращении с оружием. Правила поведения в стрелковом тире. Правила поведения стрелка в тире, на линии огня. Порядок выдачи и получения оружия. Порядок обращения с оружием на линии огня, до и во время стрельбы, во время чистки оружия. Порядок выдачи стрелкам патронов на тренировках и соревнованиях, учет их расходования. Правила переноса оружия и обращения с ним на стрельбище. Правила транспортировки оружия к месту проведения соревнований. Меры обеспечения безопасности во время тренировок и соревнований, проводимых на стрельбищах. Ответственность по обеспечению мер безопасности при организации и проведении стрельб. Обязанности, ответственность и контроль руководителя стрельбы по обеспечению мер безопасности при организации проведении занятий по стрелковому спорту в тире и на стрельбище.

Тема 9. Техника выполнения выстрела из различного оружии. Техническая подготовка. Тактика стрельбы.

**«Общая физическая подготовка»**

1. Строевые упражнения. Команды для управления строем. Понятия о строе, шеренге, колонне, флангах, интервале, дистанции, направляющем, замыкающем, о предварительной и исполнительной командах. Повороты на месте, размыкание уступами. Перестроение из одной шеренги в две, из колонны по одному в колонну по два. Перемена направления движения строя. Обозначение шага на месте. Переход с шага на бег и с бега на шаг. Изменение скорости движения. Повороты в движении.

2.Общеразвивающие упражнения без предметов. Упражнения для рук и плечевого пояса. Сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки. Упражнения выполняются на месте и в движении. Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях. Упражнения для туловища. Упражнения на формирование правильной осанки. В различных исходных положениях -наклоны, повороты, вращения туловища. В положении лежа -поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища. Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады, выпады с дополнительными пружинящими движениями. Упражнения с сопротивлением. Упражнения в парах -повороты и наклоны туловища, сгибание и разгибание рук, перетаскивания, приседания, приседания с партнером, переноска партнера на спине и на плечах, элементы борьбы в стойке, игры с элементами сопротивления.

3. Упражнения с предметами. Упражнения с набивными мячами -поднимание, опускание, наклоны, повороты, перебрасывания с одной руки на другую перед собой, над головой, за спиной, броски и ловля мяча. Упражнения на месте (стоя, сидя, лежа) и в движении. Упражнения в парах и группах с передачами, бросками и ловлей мячей. Упражнения с гантелями, штангой, мешками с песком: сгибание и разгибание рук, повороты и наклоны туловища, поднимание на носки, приседания. Упражнения с короткой и длинной скакалкой: прыжки на одной и обеих ногах с вращением скакалки вперед, назад; прыжки с поворотами, прыжки в приседе и полуприседе. Упражнения с малыми мячами -броски и ловля мячей после подбрасывания вверх, удара о землю, стену. Ловля мячей на месте, в прыжке, после кувырка, в движении.

4. Акробатические упражнения. Кувырки вперед в группировке из упора присев, основной стойки, после разбега. Длинный кувырок вперед. Кувырки назад. Соединение нескольких кувырков. Перекаты и перевороты. Упражнения на батуте.

5. Подвижные игры и эстафеты. Игры с мячом, бегом, прыжками, метанием, сопротивлением, на внимание, координацию. Эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, метанием в цель, бросками и ловлей мяча, прыжками и бегом в различных сочетаниях перечисленных элементов.

6. Легкоатлетические упражнения. Бег на 30, 60, 100, 400, 500, 800 м. Кроссы, от 1000 до 3000 м (в зависимости от возраста). 6-минутный и 12-минутный бег. Прыжки в длину и в высоту с места и с разбега. Тройной прыжок с места и с разбега. Многоскоки. Метание малого мяча на дальность и в цель. Метание гранаты с места и с разбега. Толкание ядра.

7. Спортивные игры. Ручной мяч, баскетбол, волейбол.

**«Вид спорта»**

1.Овладение основами техники и тактики в избранном виде спорта;

2.Приобретение соревновательного опыта путем участия в спортивных соревнованиях;

3.Освоение соответствующих возрасту, полу и уровню подготовленности занимающихся тренировочных и соревновательных нагрузок;

4.Выполнение требований, норм и условий их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по избранному виду спорта.

**«Различные виды спорта и подвижные игры»**

1.Отличие подвижных от спортивных игр.

2.Анализ основных типов подвижных игр с различным двигательным содержанием.

3.Подвижные игры на занятиях по различным видам спорта.

Легкая атлетика. Баскетбол. Футбол. Гимнастика.

4. Организация и проведение подвижной игры.

**«Специальные навыки»**

1. Умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с обязательными для избранного вида спорта специальными навыками;

2.Умение развивать профессионально необходимые физические качества в избранном виде спорта средствами специальных навыков;

3.Умение определять степень опасности и использовать необходимые меры страховки и самостраховки, а также владеть средствами и методами предупреждения травматизма и возникновения несчастных случаев;

4. Владение широким арсеналом тактико-технических действий для их использования в экстремальных условиях и критических ситуациях;

5.Умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении специальных действий;

6. Формирование навыков сохранения собственной физической формы;

7. Обладание психологической устойчивостью к действиям в различных ситуациях и во время спортивных соревнований.

**«Спортивное и специальное оборудование»**

1. Знание устройства спортивного и специального оборудования по пулевой стрельбе;

2. Умение использовать для достижения спортивных целей спортивное и специальное оборудование;

3. Приобретение навыков содержания и ремонта спортивного и специального оборудования.

**3.2. Методы выявления и отбора одаренных детей**

 Система отбора детей, представляет собой целевой поиск и определение состава перспективных спортсменов для достижения спортивных результатов, включает в себя массовый просмотр и тестирование, а также отбор перспективных спортсменов для комплектования групп по виду спорта.

Отбор детей — это комплекс мероприятий, позволяющих определить высокую степень предрасположенности (одаренность) ребенка к тому или иному роду спортивной деятельности (виду спорта). Отбор детей — длительный, многоступенчатый процесс, который может быть эффективным лишь в том случае, если на всех этапах многолетней подготовки обеспечена комплексная методика оценки его личности, предполагающая использование различных методов исследования.

Одни методы позволяют оценивать уровень развития физических качеств, координационных способностей и спортивно-технического мастерства спортсменов. На основе медико-биологических методов выявляются морфофункциональные особенности, уровень физического развития, состояние анализаторных систем организма спортсмена и состояние его здоровья.

С помощью психологических методов определяются особенности психики занимающегося, оказывающие влияние на решение индивидуальных и коллективных задач в ходе спортивной борьбы, а также оценивается психологическая совместимость занимающихся при решении задач, поставленных перед группой.

Социологические методы позволяют получить данные о спортивных интересах детей, раскрыть причинно-следственные связи формирования мотиваций к длительным занятиям спортом и высоким спортивным достижениям.

На первом этапе отбора проводится массовый просмотр детей с целью их ориентации на занятия тем или иным видом спорта. В группы 1 года обучения принимаются дети с 8 лет на основании результатов отбора.

**Нормативы общей физической подготовки для зачисления учащихся в ДЮСШ.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Юноши****упражнение** | **Девушки****упражнение** |
| Удержание веса 5 кг в позе-изготовке (не менее 1 мин) | Удержание веса 5 кг в позе-изготовке (не менее 50 сек) |
| Удержание винтовки в позе-изготовке для стрельбы лежа (не менее 12 мин) | Удержание винтовки в позе-изготовке для стрельбы лежа (не менее 10 мин) |
| Бег 1 км (не более 6 мин 30 с) | Бег 1 км (не более 6 мин 50 с) |
| Подъем туловища из положения лежа на спине (не менее 20 раз) | Подъем туловища из положения лежа на спине (не менее 15 раз) |
| Кистевая динамометрия (не менее 14,7 кг) | Кистевая динамометрия (не менее 11,8 кг) |
| Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 12 раз) | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 8 раз) |
| Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами (касание пальцами рук) | Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами (касание пальцами рук) |
| Прыжки со скакалкой без остановки (не менее 20 раз) | Прыжки со скакалкой без остановки (не менее 20 раз) |

Практика свидетельствует о том, что на первом этапе далеко не всегда можно выявить идеальный тип детей, сочетающих морфологические, функциональные и психические качества, необходимые для дальнейшей специализации в определенном виде спорта. Существенные индивидуальные различия в биологическом развитии начинающих значительно затрудняют эту задачу. Поэтому данные, полученные на этом этапе отбора, следует использовать как ориентировочные.

Отбор, с целью окончательного определения его индивидуальной спортивной специализации, проводится в течение реализации программы в группах 3-го года обучения по следующей программе: оценка состояния здоровья; выполнение контрольно-переводных нормативов; антропометрические измерения; выявление темпов прироста физических качеств и спортивных результатов.

**3.5. Требования техники безопасности в процессе реализации Программы**

1.Общиетребованиябезопасности

1.1.Кзанятиям по пулевой стрельбе допускаются лица в возрасте с 10 лет, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности, изучившие устройство оружия и требования безопасности, изложенные в паспорте (инструкции по эксплуатации) конкретного образца оружия, приемы стрельбы и сдавшие зачет по требованиям безопасности

1.2. Обучающиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

1.3. Приступать к стрельбе из оружия можно только после изучения его устройства, приемов разборки, сборки, заряжания и разряжения, методов прицеливания и ведения стрельбы. С обучающимися, допустившими невыполнение или нарушение инструкции по технике безопасности, проводится дополнительный инструктаж. При повторном нарушении обучающиеся отстраняются от занятий в тире.

1.4. Место проведения занятий должно быть оснащено медицинской аптечкой, укомплектованной необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при травмах

1.5. При проведении занятий по стрельбе возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

* воздействие на органы слуха от звука выстрелов;
* возможность получения огнестрельной травмы.

1.6. Вход в тир осуществляется по пропускам или по спискам, находящимся у администратора.

1.7. Обучающиеся и спортсмены, в том числе и имеющие пропуска, не допускаются в тир в отсутствие тренера.

1.8. Получать оружие со склада спортсмен может только с предварительной росписью тренера в книге выдачи оружия или при личном присутствии тренера. Получая оружие, стрелок обязан проверить, заряжено ли оружие.

1.9. Вынос оружия со склада производится: пистолеты–только в чехлах или чемоданах, винтовки переносить стволом вверх, дульный срез находится выше головы, с открытым затвором.

1.10. Стрелки обязаны бережно относится к оборудованию стрелкового тира, оружию, экипировке.

2.Требования безопасности перед началом занятий.

2.1. Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой.

2.2. Приступать к занятиям после проверки готовности места проведения.

2.3. При необходимости надеть очки.

2.4. Перед началом занятий спортсмены в начале готовят «линию мишеней», затем «линию огня», и только после этого получают оружие. Получая оружие, проверить, не заряжено ли оно.

3.Требования безопасности во время занятий.

3.1. Оружие заряжается только на линии огня по команде «Заряжай».

3.2. Стрелок может пользоваться только исправным оружием, исключающим самопроизвольные выстрелы.

3.3. Все виды винтовок заряжаются только одним патроном, даже если они имеют магазин. Пистолеты (револьверы) при стрельбе на 25 м заряжаются не более чем 5 патронами.

3.4. Когда стрелок, находясь на линии огня, не ведет стрельбу, его оружие должно быть разражено, а затвор открыт.

3.5. Вне линии огня оружие должно находиться в чехле, футляре, ящике.

3.6. Оружие всегда должно стоять на предохранителе, независимо от того, заряжено оно или нет. Снимать оружие с предохранителя непосредственно перед стрельбой и ставить на предохранитель сразу же после стрельбы.

3.7. Сделав последний выстрел в упражнении или после того, как поданы общие команды «Стоп» и «Разряжай», стрелок обязан немедленно разрядить оружие, открыть затвори, не оставляя своего места, предъявить оружие тренеру или судье для осмотра.

3.8. Запрещается:

•прикасаться к оружию в перерывах между сериями, когда в зоне стрельбы находятся люди, а также касаться или брать оружие другого стрелка без его разрешения (без разрешения стрелка это может сделать только судья или тренер группы);

•наводить оружие, даже не заряженное, куда-либо, кроме мишеней, стрелять по рамам, тросам, аппаратуре, флажкам и другим предметам;

•оставлять без присмотра оружие и боеприпасы;

•после команды «Приготовиться» идо команды «Стоп» на линии огня шуметь и громко разговаривать;

•после окончании серии и всего упражнения производить какие-либо действия, мешающие соседним стрелкам.

3.9. Стрелок обязан прервать стрельбу, если в зоне стрельбы появились люди, животные или создалась опасная обстановка.

3.10. Уход с огневого рубежа во время тренировки или соревнований возможны только с разрешения тренера или судьи.

3.11. На линии огня держать оружие дульной частью ствола только в направлении стрельбы, вверх или вниз, вправо или влево под углом не более 60 градусов в направлении стрельбы.

3.12. Не допускать действий, противоречащих требований судей и нормам спортивной этики.

**4. План воспитательной и профориентационной работы ДЮСШ**

**Воспитательная цель:** создание условий для формирования физически здоровой личности, для повышения мотивации достижений высоких результатов в скалолазании.

**Задачи:**

-обеспечение комфортной среды для всех учащихся, способствующей сохранению и укреплению здоровья;

-пропаганда здорового образа жизни;

-создание благоприятных условий для самореализации личности ребёнка;

-совершенствование патриотического воспитания;

-укрепление связей семья-школа.

**Воспитательная работа осуществляется по направлениям.**

**Общественно-патриотическое направление:**

1.Формирование у детей патриотизма, нравственных качеств (честность, доброжелательность, самообладание, дисциплинированность, терпимость, коллективизм).

2.Проведение спортивных мероприятий посвящённых памятным датам.

3.Принимать активное участие в мероприятиях города и области.

**Работа с родителями.**

1.Работа родительских комитетов на отделениях.

2.Родительские собрания по группам.

3.Общешкольные родительские собрания.

4.Привлечение родителей к организации интересных, насущных мероприятий, спортивных соревнований.

**Нравственно-правовое направление.**

1.Беседы о культуре поведения.

2.Беседы в рамках программы «Подросток закон».

3.Беседы о профилактике ДТП.

4.Индивидуальная беседа с воспитанниками.

5.Бережное отношение к спортивному инвентарю.

Главной задачей занятий с юными спортсменами является воспитание высоких моральных качеств, преданности России, чувства коллективизма, дисциплинированности и трудолюбия.

Важную роль в нравственном воспитании играет непосредственно спортивная деятельность, которая представляет большие возможности для воспитания всех этих качеств.

Центральной фигурой во всей воспитательной работе является тренер-преподаватель, который не ограничивает свои функции лишь руководством поведения учащихся во время тренировочных занятий и соревнований. Успешность воспитания во многом определяется способностью педагога повседневно сочетать задачи спортивной подготовки и воспитания.

**Профориентационная работа**

**Цель:** Формирование готовности учащихся к профессиональному самоопределению в качестве тренера-преподавателя, с учетом востребованности профессии на рынке труда, организация психолого-педагогического сопровождения профессионального самоопределения, учащихся.

**Задачи:**

-оказывать профориентационную поддержку учащимся в процессе выбора профессии тренера-преподавателя с учетом построения индивидуальной образовательной траектории;

-расширить возможности социализации учащихся, обеспечение преемственности и непрерывности общего и профессионального образования, формирование творческого отношения к качественному осуществлению трудовой деятельности;

-продолжить работу по повышению квалификации педагогических работников в области психолого-педагогического сопровождения профессионального выбора;

-совершенствовать организацию деятельности с родителями и учащимися по профориентационной работе;

-выработать гибкую систему сетевого взаимодействия и сотрудничества с образовательными учреждениями города.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Содержание** | **Сроки** | **Ответственный** |
| Анализ трудоустройства и поступления в учебные заведения выпускников | сентябрь | Зам. Директора УРТренеры-преподаватели |
| Анализ работы по профориентации с учащимися и их родителями | март-апрель | Администрация |
| Организация взаимодействия ДЮСШ с вузами и сузами по направлению физическая культура и спорт | май | Инструктор-методист |
| Проведение для учащихся на углубленном уровне сложности профориентации в форме теоретических занятий, рассказывающих о работе тренера-преподавателя | в течение года | Тренеры-преподаватели |
| Обеспечение ОУ документацией и методическими материалами по профориентации | регулярно | Инструктор-методист |
| Включение в повестку родительских собраний вопросов профориентационной тематики | по графику проведения | Тренеры-преподаватели |
| Проведение анкетирования родителей с целью выявления их отношения к профессии тренера-преподавателя | ежегодно | Инструктор-методистТренеры-преподаватели |
| Организация посещения учащимися профильных учебных заведений в Днях открытых дверей учебных заведений | регулярно | Инструктор-методистТренеры-преподаватели |

**Методические материалы.**

**Список рекомендуемой литературы:**

1. Пулевая стрельба: примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва, училищ олимпийского резерва, школ высшего спортивного мастерства/ Под.ред. А. А.Насоновой. –М.: Советский спорт, 2005., –204с.

2. Актов, А. В. Устойчивость тела как критерий технического мастерства стрелков / А. В. Актов. –ТиПФК, 1985, –С.53-54

3. Ашмарин, Б. А. Педагогика физической культуры: учебное пособие / Б. А. Ашмарин, Ю. Ф. Курамшин. –СПб.: ЛГОУ, 1999. –352 с.

4. Берштейн, Н. А. О ловкости и ее развитии / Н. А. Бернштейн. -М.: Физкультура и спорт, 1991. –228 с.

5. Бондаревский, Е. Я. Возрастные особенности развития функции равновесия у детей школьного возраста / Е. Я. Бондаревский // Развитие двигательных качеств школьников. –М.: Просвещение, 1967. –153 –178 с.

6. Верхошанский, Ю. В. Основы специальной физической подготовки спортсменов [Текст] / Ю. В. Верхошанский. –М.: ФиС, 1988. –331 с.

7. Гачечиладзе, Я. В. Физическая подготовка стрелка / Я. В. Гачечиладзе, В. А. Орлов. –М.: ДОСААФ, 1984. –102 с.

8. Григорян, Э. А. Двигательная координация школьников в зависимости от возраста, пола и занятий спортом. –Киев, 2006. –134 с.

9. Дьячков, В. М. Физическая подготовка спортсмена / В. М. Дьячков. –М.: ФиС, 1967. –40 с.

10.Железняк, Ю. Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю. Д. Железняк, П. К. Петров. –М.: Издательский центр «Академия», 2001. –264 с.

11. Жилина, М. Я. Методика тренировки стрелка-спортсмена / М. Я. Жилина –М.: ДОСААФ, 1986г.–104 с.

12. Иткис, М. А. специальная подготовка стрелка-спортсмена [Текст] / М. А. Иткис. –М.: ДОСААФ, 1982. –264 с.

13. Качурин, Н. В. Методы формирования точностных действий с использованием компьютеризованных тренажеров: дисс.к.п.н. –М.: ВНИИФК, 1994, -24с.

14. Кинль, В. А. Пулевая стрельба: учеб. пособие / В. А. Кинль. –М.: Просвещение, 1989г. –207 с.

15. Кокоулина, О. П. Основы теории и методики физической культуры и спорта: учебно-методическое пособие / О.П. Кокоулина. –М.: МГУ, 2001. –89 с.

16. Корх, А. Я Комплексный контроль в пулевой стрельбе: Метод. рек. для студентов спец. и слушателей фак. усовершенствования ГЦОЛИФКА/ГЦОЛИФК / А. Я. Корх. –М.: ГЦОЛИФК, 1987. –65 с.

17. Корх, А. Я. Пулевая стрельба. Программа для тренерских факультетов институтов физической культуры / А. Я. Корх. –М.: ФиС., 1981. –255 с.

18. Арбалет "Викинг". - Москва: Высшая школа, 2019. - 171 c.

19. Рассел, Джесси Аркебуз (арбалет) / Джесси Рассел. - М.: VSD, 2013. - 218 c.

20. Москвина, Н. З. Медведева. Т. В. Москвина Инновационная образовательная модель "Начальная школа - детский сад". Программа развития. Планирование занятий. Ключевые дела / Н. З. Медведева. Т. В. Москвина Москвина, Т.П. Симакова. - М.: Учитель, 2014. - 224 c.

**Интернет-ресурсы:**

**Международные официальные спортивные организации:**

http://www.olympic.org/uk/index\_uk.asp – Олимпийский комитет

http://www.wada-ama.org/en/– ВАДА (Всемирное антидопинговое агентство)

http://www.olympic.ru/– Олимпийский комитет России

**Всероссийские официальные организации:**

http://www.minsport.gov.ru – Министерство спорта Российской Федерации

http://www.rusada.ru – РУСАДА (Независимая Национальная антидопинговая организация)

**Международные официальные стрелковые организации:**

http://www.issf-shooting.org– Международная федерация стрелкового спорта

http://www.esc-shooting.org/– Европейская конфедерация стрелкового спорта