

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи дисциплины

1.1. Цель дисциплины

1.2. Задачи

2. Место дисциплины в структуре ООП ВО

3. Компетенции студента, формируемые в результате освоения дисциплины

4. Структура и содержание дисциплины

4.1. Структура дисциплины

4.2. Матрица формируемых дисциплиной компетенций

4.3. Содержание дисциплины

4.4. Содержание самостоятельной работы и формы ее контроля

5. Образовательные технологии

6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости,

промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

8. Материально – техническое обеспечение дисциплины

1. **Цели и задачи дисциплины**

1.1. Целью освоения учебной дисциплины Пулевая стрельба студентами 3 курса является формирование навыков владения спортивным стрелковым оружием.

**2. Место дисциплины «Пулевая стрельба» в структуре ООП ВО**

2.1. Учебная дисциплина Пулевая стрельба Б1.В.ДВ.2.1 относиться к первому блоку вариативной части Б1, ООП.

2.2. Для изучения данной дисциплины необходимы знания, умения и компетенции, формируемые предшествующими дисциплинами с учетом курсов:

- для 1 курса во втором семестре:

Естественнонаучные основы физической культуры, Теория и методика обучения базовым видам спорта, Гимнастика, Спортивные игры, Анатомия.

- для 2 курса в третьем семестре: Психология личности и групп Физическая культура, Теория и методика обучения базовым видам спорта;

- для 2 курса в четвертом семестре: Теория и методика физической культуры, Возрастная и спортивная морфология.

- для 3 курса в пятом семестре: Физиология, Биомеханика двигательной деятельности, Спортивная биохимия Теория и методика избранного вида спорта.

**3.Компетенции студента, формируемые в результате освоения дисциплины «Пулевая стрельба».**

Процесс освоения дисциплины направлен на формирование следующих общекультурных (ОК) и профессиональных (ПК) компетенций:

- способностью проводить учебные занятия по базовым видам спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований образовательных стандартов (ОПК-2);

-способностью осуществлять спортивную подготовку в избранном виде спорта с учетом особенностей обучающихся на основе положений дидактики, теории и методики физической культуры и требований стандартов спортивной подготовки (ОПК-3);

-способностью воспитывать у учеников социально-личностные качества: целеустремленность, организованность, трудолюбие, ответственность, гражданственность, коммуникативность, толерантность (ОПК-4).

В результате освоения дисциплины Пулевая стрельба студент должен:

Знать:

1. Основные правила и меры безопасности при проведении стрельб.
2. Основы меткого выстрела (изготовка, прицеливание, управление дыханием и спусковым механизмом).
3. Порядок определения средней точки попадания (СТП) и внесение поправок в прицел.
4. Устройство пневматических винтовок и пистолетов.
5. Порядок организации и проведение соревнований по пулевой стрельбе в коллективе физической культуры.

Уметь:

1. Соблюдать и контролировать технику безопасности на занятиях по пулевой стрельбе.
2. Владеть техникой стрельбы из пневматической спортивной винтовки и пистолета.
3. Вносить поправку в прицел.
4. Организовать соревнования по стрельбе в коллективе физической культуры.
5. Выполнить практически зачетный норматив: выбить 40 очков из 50 возможных (в упражнении –3 пробных и 5 зачетных выстрелов).

Владеть:

1. Навыками обращения со спортивным оружием
2. Техникой стрельбы из пневматического пистолета.
3. Техникой стрельбы из пневматической винтовки.
4. Методикой организации и проведения соревнований по пулевой стрельбе в коллективе физической культуры

**4. Структура и содержание дисциплины Пулевая стрельба.**

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единиц, 108 часа.

**4.1. Структура дисциплины**

Третий год обучения – 5 семестр (108 часов).

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Разделы и темы** | **Самостоятельная**  **работа** | **Формы**  **текущего**  **контроля успеваемости**  **и аттестации** |
| 1. | Введение в предмет   * 1. Задачи и содержание курса «Пулевая стрельба»   2. Краткая история развития стрелкового оружия.   Краткая история развития стрелкового спорта. | Написание рефератов на предложенные темы | Проверка конспекта  Заслушивание  Рефератов |
| 2 | Меры безопасности во время проведения стрельб  2.1.Устройство и назначение тиров, стрельбищ  2.2.Меры безопасности при обращении с оружием. | Повторение правил обращения с оружием, знание прав и обязанностей стрелка | Устный опрос |
| 3. | Материальная часть спортивного оружия  3.1.Общие сведения о спортивном оружии  3.2. Устройство и назначение основных частей и механизмов спортивной пневматической винтовки М-312 | Неполная сборка-разборка, чистка, смазка оружия | Проверка конспекта |
| 4 | Основы техники меткого выстрела  4.1.Составляющие основ техники меткого выстрела.  4.2. Определение средней точки попадания (СТП)  4.3. Расчет и внесение поправок в прицел. | Определение СТП по 3,5 пробоинам, внесение поправок в прицел | Контрольное задание |
| 5. | Стрельба из пневматической винтовки со стола с упора  5.1.Стрельба «в холостую».  5.2.Стрельба «с патроном», 10 выстрелов - пробные, 10 выстрелов - на результат. | Подбор высоты упора | Визуальный контроль |
| 6. | Стрельба из пневматической винтовки со стола с руки  6.1. Стрельба «в холостую».  6.2.Стрельба «с патроном», 10 выстрелов - пробные, 10 выстрелов - на результат. | Изучение видов изготовок и управление спусковым механизмом в стрельбе из винтовки | Визуальный контроль |
| 7. | Стрельба из пневматического пистолета  7.1. Стрельба «в холостую».  7.2.Стрельба «с патроном», 10 выстрелов - пробные, 10 выстрелов – на результат. | Изучение моделей спортивных пистолетов и основные стрелковые упражнения | Визуальный контроль |
| 8. | Стрельба из пневматической винтовки с диоптрическим прицелом  8.1. Стрельба «в холостую».  5.2.Стрельба «с патроном», 10 выстрелов - пробные, 10 выстрелов - на результат. | Стрельба на кучность  Стрельба на результат | Зачетная стрельба |

**4.2. Матрица формируемых дисциплиной компетенций**

Третий год обучения –108 часа.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Разделы и темы** | **Количество часов** | **Компетенции** | | | | **Всего** |
| ОПК-2 | ОПК-3 | ОПК-4 |  |
| 1.Введение в предмет | 18 | + |  |  |  | 1 |
| 2.Оборудование тиров и стрельбищ. Меры безопасности во время проведения стрельб | 18 | + | **+** | **+** |  | 3 |
| 3.Материальная часть спортивного оружия | 18 | **+** | **+** |  |  | 2 |
| 4.Основы техники меткого выстрела, определение средней точки попадания, расчет и внесение поправок в прицел | 18 | **+** |  | **+** |  | 2 |
| 5. Стрельба из пневматической винтовки со стола с упора | 9 | **+** | + | **+** |  | 3 |
| 6. Стрельба из пневматической винтовки со стола с руки | 9 | **+** | + | + |  | 3 |
| 7.Стрельба из пневматического пистолета | 9 |  | + |  |  | 1 |
| 8. Стрельба из пневматической винтовки с диоптрическим прицелом на кучность, на результат | 9 |  | **+** |  |  | 1 |

**4.3. Содержание дисциплины**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Тематические занятия** | **Количество часов** | | | |
| **Лекции** | **Практич.**  **занятия** | **Сам.**  **раб**. | **Всего** |
| 1. | Введение в предмет |  | 9 | 9 | 18 |
| 2. | Оборудование тиров и стрельбищ. Меры безопасности во время проведения стрельб |  | 9 | 9 | 18 |
| 3. | Материальная часть спортивного оружия |  | 9 | 9 | 18 |
| 4. | Основы техники меткого выстрела, определение средней точки попадания, расчет и внесение поправок в прицел. |  | 9 | 9 | 18 |
| 5. | Практическая стрельба из пневматической винтовки, |  | 9 | 9 | 18 |
| 6. | Практическая стрельба из пневматического пистолета |  | 9 | 9 | 18 |
|  | **Всего: 108** |  | **54** | **54** | **108** |

**4.4. Содержание самостоятельной работы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Содержание** | **Кол-во часов** | **Форма отчетности** |
| 1. | Участие российских стрелков в Олимпийских играх | 4 | письменная |
| 2. | Ведущие конструкторы спортивного стрелкового оружия | 8 | устная |
| 3. | История развития стрелкового спорта | 9 | письменная |
| 4. | История развития стрелкового оружия | 9 | письменная |
| 5. | Правила поведения стрелка в тире | 9 | устная |
| 6. | Виды изготовок и управление спусковым механизмом в стрельбе из винтовки. | 5 | устная |
| 7. | Модели спортивных пистолетов и основные стрелковые упражнения | 5 | письменная |
| 8. | Характеристика соревновательной деятельности спортсменов-стрелков | 5 | устная |
|  | **Всего:** | **54** |  |

**5.Образовательные технологии**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Разделы и темы** | **Кол-во**  **часов** | **Образовательные технологии** |
| **1.** | Материальная часть спортивного оружия | **2** | Тренинг |
| **2.** | Основы техники меткого выстрела, определение средней точки попадания, расчет и внесение поправок в прицел. | **4** | Видеоматериал |
| **3.** | Стрельба из пневматической винтовки со стола с упора | 2 | Тренинг |
| **4.** | Стрельба из пневматической винтовки со стола с руки | 4 | Тренинг |
| **5.** | Стрельба из пневматического пистолета | 6 | Мастер- класс |

**6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины**

**ТРЕБОВАНИЯ ДЛЯ ДОПУСКА К ЗАЧЕТУ**

1. Знать правила и требования безопасности при обращении с оружием.
2. Иметь при себе конспекты лекций и знать их содержание.
3. Сдать практическую часть зачета - выбить 40 и более очков из 50 возможных в стрельбе из пневматической винтовки, сидя с опорой на стол.

**ВОПРОСЫ К ЗАЧЕТУ**

1. Правила и меры безопасности во время занятий, тренировок и соревнований по пулевой стрельбе.
2. Правила обращения с оружием.
3. Устройство и назначение основных частей и механизмов спортивных пневматических винтовок М-312 и МЛГ.
4. Прицелы. Виды прицелов.
5. Определение СТП. Расчет и внесение поправок в прицел.
6. Основы меткого выстрела.
7. Устройство и виды патронов.
8. Стрелковый спортивный инвентарь.
9. Правила поведения стрелка на линии огня.
10. Изготовка. Виды изготовок.
11. Прицеливание. Прицеливание с открытым и диоптрическим прицелами, прямоугольной и кольцевой мушкой.
12. Управление дыханием и спусковым механизмом.

**7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Автор | Название | Изда-тельство | Гриф издания | Год изда-ния | Кол-во экз. в биб-лиотеке | Ссылка на электронный ресурс | Доступность |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 7.1 Основная литература | | | | | | | | |
| 7.1.1 | Новиков А. А. | Основы спортивного мастерства | М.: Советский спорт |  | 2012 |  | Университетская библиотека online». http://www.biblioclub.ru | С любой точки доступа для авторизированного пользователя |
| 7.2 Дополнительная литература | | | | | | | | |
| 7.2.1. | Дмитриевский А.А., Лысенко Л.Н. | Внешняя баллистика: Учебник для студентов вузов | М. Машиностроение |  | 2005 |  | <http://e.lanbook.com/view/book/767> | С любой точки доступа для авторизированного пользователя |
| 7.2.2 | Вайнштейн Л. М. | Основы стрелкового мастерства | М.:Издательство ДОСААФ |  | 1966 |  | ttp://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=220491 | С любой точки доступа для авторизиро-ванного пользователя |
| 7.2.3 |  | Факторы, определяя-ющие эффектив-ность соревновательной деятель-ности стрелков-пулевиков различной квалификации | Культура физическая и здоровье |  | 2012 год, №1 |  | <http://e.lanbook.com/view/journal/130054> |
| 7.2.4. |  | Современные условия практико-ориентированного обучения студентов пулевой стрельбе | | Культура физическая и здоровье |  | 2014 год, №2 |  | <http://e.lanbook.com/view/journal/142048> | С любой точки доступа для авторизированного пользователя |
| 7.3 Периодические издания | | | | | | | | |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 7.3.1 Теория и практика физической культуры | | | | | | | elibrary.ru | С любой точки доступа для авторизированного пользователя |
| 7.3.2 Физкультура и спорт | | | | | | |
| 7.3.3. Культура физическая и здоровье | | | | | | |

**7.4.Интернет ресурс**:

1. www.shooting-russia.ru – Стрелковый Союз России.

**8. Материально – техническое обеспечение дисциплины.**

1. Учебная аудитория с мультимедийным оборудованием.

2. Тематические плакаты по стрелковому спорту.