

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа» пст.Мадмас
(МБОУ «СОШ» пст.Мадмас)**

Утверждаю:
Директор МБОУ «СОШ» пст.Мадмас
_____ О.В.Дмитриева
Приказ № 121 от 01.09.2021г.

Рабочая программа ШСК
«МЕТКИЙ СТРЕЛОК»

составлена учителем физической культуры
Тимофеева З.М.
Программа разработана на основе программы
«Стрелковая подготовка учащихся общеобразовательных учреждений».
Авторы: П. П. Миненко и С.Т. Мишин.

2021г.

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.

В настоящее время актуальность приобретает возрастающая 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. Стрелковый спорт по праву считается одним из самых массовых, доступных и увлекательных военно-прикладных видов спорта.

Программа кружка «Меткий стрелок» 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.

В связи с отсутствием государственного образовательного стандарта программа составлена на основе «Программ для кружков по изучению военного дела»; 1986 г., стр. 95-105; программ кружка «Стрелковые кружки», автор А.С. Кузнецов, 1987 год; «Программы допризывной подготовки юношей» 1990 г.; программы «Стрелковая подготовка учащихся общеобразовательных учреждений» 1999 год. Авторы: П. П. Миненко и С.Т. Мишин и имеет модифицированную структуру.

При подготовке данной программы учитывал требования основных руководящих документов:

- 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);
- «Концепция национальной безопасности РФ» (2000 г);
- «Военная доктрина РФ» (2000 г);
- Указ Президента РФ «Вопросы прохождения военной службы» (1999 г);
- Общевоинские уставы (1993 г);
- Федеральный закон № 100 от 23.07 2005 года «О внесении изменений в Федеральный Закон "О воинской обязанности и военной службе" и статью 14 Закона РФ "Об образовании"».

Главная особенность данной программы – системный подход к формированию гражданской позиции ребёнка, создание условий для его самосознания и самовоспитания.

Данная программа позволяет решать задачи воспитания всесторонне развитой личности и имеет спортивно-оздоровительную направленность.

Актуальность – формирование установки на активное приобщение детей и подростков к занятиям спортом и физической культурой.

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

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.

Программа предусматривает:

- ознакомление с историей развития стрелкового спорта;
- теоретическое знакомство с основными видами отечественного стрелкового оружия их характеристиками и устройством;

- ознакомление с характеристиками моделей пневматического оружия;
- изучение устройства и взаимодействия частей пневматического оружия;
- изучение техники безопасности при пользовании пневматическим оружием;
- изучение основ производства меткого выстрела;
- знакомство с методикой обучения технике стрельбы;
- изучение специальных стрелковых упражнений;
- знакомство с организацией соревнований по стрельбе и их проведение.

Программа преследует следующие цели:

- 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;
- привлечение подростков к сдаче норм ГТО.

Программой курса предусмотрены теоретические и практические занятия:

На теоретических занятиях сообщаются основные сведения об отечественном стрелковом оружии, его основных технических характеристиках, об 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 неполной 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.

К занимающимся предъявляются повышенные требования по мерам безопасности при обращении с пневматическим оружием, т.к. при нарушении правил по технике безопасности возможно получение серьезных травм и увечий.

Возраст обучающихся: 12 – 17 лет

Срок реализации программы: 1 год.

Режим занятий: 1 раз в неделю - 33 часа в год.

Формами подведения итогов реализации данной программы являются:

- наблюдение за деятельностью учащихся;
- соревнования по стрельбе;
- соревнования по военно-прикладному многоборью;
- выполнение контрольных упражнений (приложение 1, приложение 2);
- выполнение норм ГТО.

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса

Личностные результаты:

- формирование понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание патриотизма, чувства ответственности и долга перед родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию, осознанному выбору профессии и построению индивидуальной траектории дальнейшего образования;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общества, учитывающего социальное, культурное, языковое и духовное многообразие современного мира;

- освоение социальных норм, правил и форм поведения в различных группах и сообществах;
- развитие правового мышления и компетентности при решении моральных проблем, формирование моральных качеств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебной, исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного и бережного отношения к окружающей среде;
- формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления и поведения, потребности соблюдать нормы здорового и разумного образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определить цели своей деятельности, формулировать и ставить перед собой задачи в учебной и внеурочной работе, составлять планы и контролировать их выполнение, использовать необходимые ресурсы для достижения целей, выбирать правильное решение в различных ситуациях;
- умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции другого, разрешать конфликты, находя решение на основе согласования позиций и учета интересов;
- владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, умение в разрешении проблем, способность и готовность к самостоятельному поиску способов решения практических задач, применению различных методов познания;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников, достаточная компетентность в области использования информационно-коммуникационных технологий для решения задач обеспечения безопасности;
- владение языковыми средствами – умения ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, формулировать термины и понятия в области безопасности жизнедеятельности.

Предметные результаты:

- знание основ государственной системы Российской Федерации, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз;
- формирование представлений и убеждений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера и асоциального поведения;
- формирование представлений о здоровом и разумном образе жизни как о среде обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности;
- знание факторов, отрицательно влияющих на здоровье человека, исключение из своей жизни вредных привычек (курение, употребление алкоголя, наркотиков и т.д.)
- умение применять полученные знания в области безопасности на практике, проектировать модели личного безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- знание основ обороны государства и воинской службы.

В результате освоения курса обучающиеся научатся:

- Обоснованно излагать вопросы:
 - основные исторические этапы развития и совершенствования стрелкового оружия;
 - виды и характеристики основных образцов отечественного стрелкового оружия;
 - правила безопасного обращения с оружием, порядка его хранения и ухода за ним;
- Представлять:

- возможные последствия нарушения правил обращения с оружием;
- ответственность за нарушение правил техники безопасности, юридическую сторону вопроса;
- устройство пневматической винтовки, ее технические характеристики;
- оборудование стрелкового тира (места для стрельбы) и порядок его использования;
- **Навыкам:**
 - первичных приемов выполнения упражнений по стрельбе из пневматической винтовки;
 - безопасного обращения со стрелковым оружием, его хранения и ухода за ним;
 - обязательного, точного, немедленного и быстрого выполнения всех указаний и команд преподавателя курса.

В результате освоения курса обучающиеся будут:

- **Знать:**
 - общие основы теории пулевой стрельбы;
 - материальную часть спортивного и боевого оружия;
 - основы техники стрельбы и методики тренировки;
 - основы общефизической и специальной физической подготовки стрелков;
 - правила соревнований по пулевой стрельбе;
- **Уметь:**
 - владеть пневматическим оружием;
 - стрелять на достаточном организационном уровне;
 - участвовать в соревнованиях.

2. Содержание учебного предмета курса

№	Тема	Всего часов	Из них практических
1	История стрелкового оружия.	1	
2	Теоретические основы стрельбы	6	
3	Устройство и назначение винтовки ИЖ-38, МР-512. Устройство и назначение автомата Калашникова.	4	1
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 МР-512 на 5 м (мишень №6).	6	6
8	Техника стрельбы из пневматической винтовки МР-512 на 10 м (мишень №6).	6	6
ИТОГО		33	21

История стрелкового оружия (1ч)

История стрелкового оружия. Развитие стрелкового оружия. Совершенствование составных частей и элементов. Современное стрелковое и спортивное оружие. (1ч)

История развития стрелкового оружия. Этапы становления и совершенствования стрелкового оружия. Роль стрелкового оружия в бою. Современные виды стрелкового оружия.

Теоретические основы стрельбы (6ч)

История развития пулевой стрельбы, ее значение. (1ч)

История развития стрелкового спорта. Место пулевой стрельбы в Российской системе физического воспитания. Роль снайперов в Великой Отечественной войне. Содержание нормативов комплекса ГТО по пулевой стрельбе. Задачи организаций ДОСААФ по развитию пулевой стрельбы в РФ.

Траектория полета пули, стабилизация. (1ч)

Понятия: «баллистика», «траектория», «точка вылета», «линия бросания», «линия возвышения», «точка прицеливания» и т.д.

Определение основы средней точки прицеливания, попадания. (1ч)

Способы определения средней точки попадания. Определение положения средней точки попадания пуль способом последовательного деления отрезков (по трем пробоинам; по четырем пробоинам (первый способ); по четырем пробоинам (второй способ); по пяти пробоинам). Определение оторвавшейся пробоины.

Явление выстрела. Отдача винтовки. (1ч)

Понятие выстрела. Явление выстрела. Понятие скорости пули. Понятие отдачи. Действие силы отдачи винтовки: сила отдачи винтовки; направление поворота винтовки; сила сопротивления плеча; приклад ложи; плечо стрелка.

Факторы, влияющие на траекторию пули и точность выстрела. (1ч)

Понятия: «естественное рассеивание пуль», «рассеивание пуль», «средняя траектория полета пули», «оси рассеивания». Основные причины рассеивания пуль.

Правильное положение тела стрелка во время выстрела, правильное дыхание. (1ч)

Основные элементы техники выполнения выстрела. Изготовка, дыхание, прицеливание, спуск курка. Характерные ошибки, допускаемые при нажиме на спусковой крючок и их устранение. Техника стрельбы с упора и с руки, с опорой на стол или стойку.

Устройство и назначение винтовки ИЖ-38, МР-512. Устройство и назначение автомата Калашникова (4ч)

Общие данные. Назначение и устройство основных частей. (1ч)

Материальная часть винтовки. Назначение, устройство и взаимодействие частей и механизмов винтовки. Порядок разборки и сборки винтовки. Характерные неисправности, их устранение. Уход за оружием.

Работа частей и механизмов. Хранение оружия. (1ч)

Положение частей и механизмов винтовки при хранении и до заряжания. Работа частей и механизмов винтовки при зарядании. Работа частей винтовки при выстреле. Хранение пневматических винтовок. Основные требования к техническому состоянию винтовок.

Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова. (1ч)

Основные характеристики автомата Калашникова. Назначение, устройство и взаимодействие частей и механизмов автомата Калашникова. Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова.

Неполная разборка и сборка автомата Калашникова. (1ч)

Практическое занятие.

Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием (2ч)

Общие требования. Правила обращения с оружием. (1ч)

Правила поведения стрелка на линии огня. Порядок обращения с оружием на линии огня до и во время стрельбы, во время чистки оружия. Меры обеспечения безопасности во время соревнований.

Права и обязанности стрелка. (1ч)

Правила поведения в тире и на линии огня. Порядок обращения с оружием во время переноса, стрельбы и чистки оружия. Обязанности дежурного по тире.

Подготовка пневматической винтовки к стрельбе (4ч)

Заряжание винтовки. Принятие положения для стрельбы. Прицеливание. (1ч)

Практическое занятие.

Нажатие на спусковой крючок, режим дыхания. (1ч)

Практическое занятие.

Пристрелка оружия. Отлаживание прицельных приспособлений. (1ч)

Практическое занятие.

Характерные ошибки при стрельбе, возможные неисправности и способы их устранения. (1ч)
Практическое занятие.

Предварительные упражнения - стрельба без пуль (4ч)

Упражнение №1 Контроль однообразия прицеливания. (1ч)

Практическое занятие.

Упражнение №2 Тренировка в стрельбе без пуль. (1ч)

Практическое занятие.

Тренировка в удержании винтовки, прицеливании, нажатии на спусковой крючок, соблюдение режима дыхания. (1ч)

Практическое занятие.

Тренировка в удержании винтовки, прицеливании, нажатии на спусковой крючок, соблюдение режима дыхания. (1ч)

Практическое занятие.

Техника стрельбы из пневматической винтовки МР-512 на 5 м (мишень №6) (6ч)

Упражнение №3. Стрельба по белому листу для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Пули «Диаболо». Количество выстрелов — 3. (1ч)

Практическое занятие.

*Упражнение №4. Стрельба по квадрату 10*10 на листе белой бумаги. Выстрелов — 3. Задание попасть в квадрат. (1ч)*

Практическое занятие.

Упражнение №5. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по пяти пробоинам и научиться делать поправку в наводке винтовки. (1ч)

Практическое занятие.

*Упражнение №6 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов 3*5. (1ч)*

Практическое занятие.

*Упражнение №7. Стрельба по спортивной мишени «П», дистанция 5м, Выстрелов 3*5 Задание — набрать наибольшее количество очков. (1ч)*

Практическое занятие.

*Упражнение №8. Мишень «П», сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов — 3*5 Задание — выбить не менее 40 из 50. (1ч)*

Практическое занятие.

Техника стрельбы из пневматической винтовки МР-512 на 10 м (мишень №6). (6ч)

Упражнение №3. Стрельба по белому листу для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Пули «Диаболо». Количество выстрелов — 5. (1ч)

Практическое занятие.

*Упражнение №4. Стрельба по квадрату 10*10 на листе белой бумаги. Выстрелов — 10. Задание попасть в квадрат. (1ч)*

Практическое занятие.

Упражнение №5. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по пяти пробоинам и научиться делать поправку в наводке винтовки. (1ч)

Практическое занятие.

Упражнение №6 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, лежа с опорой для ствола. (1ч)

Практическое занятие.

*Упражнение №7 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, лежа с опорой на локоть, дистанция 10м, Выстрелов 3*5 Задание — набрать наибольшее количество очков. (1ч)*

Практическое занятие.

*Упражнение №8. Мишень «П», сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов — 3*5 Задание — выбить не менее 40 из 50. (1ч)*

Практическое занятие.

3. Календарно - тематическое планирование.

Тема урока	Наименование темы, урока	Кол-во часов	Дата проведения	
			План	Корректировка
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	08.09	
Тема 2	Теоретические основы стрельбы	6		
2.1	История развития пулевой стрельбы, ее значение.	1	15.09	
2.2	Траектория полета пули, стабилизация.	1	22.09	
2.3	Определение основы средней точки прицеливания, попадания.	1	29.09	
2.4	Явление выстрела. Отдача винтовки.	1	06.10	
2.5	Факторы, влияющие на траекторию пули и точность выстрела.	1	13.10	
2.6	Правильное положение тела стрелка во время выстрела, правильное дыхание.	1	20.10	
Тема 3	Устройство и назначение винтовки ИЖ-38, МР-512. Устройство и назначение автомата Калашникова.	4		
3.1	Общие данные. Назначение и устройство основных частей	1	27.10	
3.2	Работа частей и механизмов. Хранение оружия.	1	03.11	
3.3	Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова.	1	10.11	
3.4	Неполная разборка и сборка автомата Калашникова.	1	17.11	
Тема 4	Меры безопасности при стрельбе и правила обращения с оружием.	2		
4.1	Общие требования. Правила обращения с оружием.	1	24.11	
4.2	Права и обязанности стрелка.	1	01.12	
Тема 5	Подготовка пневматической винтовки к стрельбе.	4		
5.1	Заряжание винтовки. Принятие положения для стрельбы. Прицеливание.	1	08.12	
5.2	Нажатие на спусковой крючок, режим дыхания.	1	15.12	
5.3	Пристрелка оружия. Отлаживание прицельных приспособлений.	1	22.12	
5.4	Характерные ошибки при стрельбе, возможные неисправности и способы их устранения.	1	29.12	
Тема 6	Предварительные упражнения - стрельба без пуль.	4		
6.1	Упражнение №1 Контроль однообразия прицеливания.	1	12.01	
6.2	Упражнение №2 Тренировка в стрельбе без пуль.	1	19.01	
6.3	Тренировка в удержании винтовки, прицеливании, нажатии на спусковой крючок, соблюдение режима дыхания.	1	26.01	
6.4	Тренировка в удержании винтовки, прицеливании, нажатии на спусковой крючок, соблюдение режима дыхания.	1	02.02	
Тема 7	Техника стрельбы из пневматической	6		

	винтовки МР-512 на 5 м (мишень №6).			
7.1	Упражнение№3. Стрельба по белому листу для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Пули «Диаболо». Количество выстрелов — 3.	1	09.02	
7.2	Упражнение№4. Стрельба по квадрату 10*10 на листе белой бумаги. Выстрелов — 3. Задание попасть в квадрат.	1	16.02	
7.3	Упражнение№5. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по пяти пробоинам и научиться делать поправку в наводке винтовки.	1	02.03	
7.4	Упражнение№6 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов 3*5	1	09.03	
7.5	Упражнение№7.Стрельба по спортивной мишени «П», дистанция 5м, Выстрелов 3*5 Задание — набрать наибольшее количество очков.	1	16.03	
7.6	Упражнение№8.Мишень «П», сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов — 3*5 Задание — выбить не менее 40 из50.	1	23.03	
Тема 8	Техника стрельбы из пневматической винтовки МР-512 на 10 м (мишень №6).	6		
8.1	Упражнение№3. Стрельба по белому листу для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок. Пули «Диаболо». Количество выстрелов — 5.	1	30.03	
8.2	Упражнение№4. Стрельба по квадрату 10*10 на листе белой бумаги. Выстрелов — 10. Задание попасть в квадрат.	1	06.04	
8.3	Упражнение№5. Задание попасть в квадрат, найти среднюю точку попадания по пяти пробоинам и научиться делать поправку в наводке винтовки.	1	13.04	
8.4	Упражнение№6 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, лежа с опорой для ствола.	1	20.04	
8.5	Упражнение№7 Стрельба по спортивной мишени «П» из положения, лежа с опорой на локоть, дистанция 10м, Выстрелов 3*5 Задание — набрать наибольшее количество очков.	1	27.04	
8.6	Упражнение№8.Мишень «П», сидя за столом с опорой локтями. Выстрелов — 3*5 Задание — выбить не менее 40 из 50.	1	04.05	
Итого, часов		33		

4. Методическое обеспечение

Для реализации данной программы необходимо следующее техническое обеспечение:

- плакаты по изучению устройства и взаимодействия частей АК-74 и пневматической винтовки;
- сборно-разборный макет автомата Калашникова;
- пневматическая винтовка 4,5 мм – 4 шт.;
- стенды для стрельбы - 2 шт.;
- прицельный станок 1 шт.;
- мишени бумажные (различные);
- пульки для стрельбы из пневматического оружия.

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).

5. Список литературы

- «Программа для кружков по изучению основ военного дела и овладению военно-техническими знаниями в первичных организациях ДОСААФ», М, 1986 г.
- «Программы допризывной подготовки юношей» 1990 г.
- Д.Н. Болотин «Советское стрелковое оружие», «Военное издательство», М, 1986 г.
- Лелюшенко Д.Д., «Пособие для допризывников», Военное издательство Министерства обороны союза ССР, Москва, 1964.
- Науменко Ю.А., «Начальная военная подготовка», Москва, Просвещение, 1987 г.
- Попов Е.А., «Огневая подготовка», Москва, 2004 г.
- Яковлев Н.П., «Учебник допризывника», Военное издательство Министерства обороны союза ССР, Москва, 1960.
- А. Д. Дворкин «Стрельба из пневматических винтовок».
- А. С. Кузнецов программа кружка «Стрелковые кружки».
- Правила соревнований по пулевой стрельбе.

Приложение № 1

Условия выполнения упражнений

Индекс упражнения	Дистанция, м	Положение для стрельбы	Количество выстрелов		Мишени			Время на стрельбу
			проб	заче	№	проб	заче	
			а	т		а	т	
«Начинающий стрелок»	5	Сидя или стоя с опорой на стол	3	5	4	1	1	Неограниченно
«Юный стрелок»	10	С опорой о стол	6	20	8	2	4	30 мин
«Меткий стрелок»	10	Стоя	6	20	8	2	4	45 мин
«Снайпер»	10	Стоя. С колена.	6	20	8	2	4	40 мин

Приложение № 2

Разрядные нормы по стрельбе пулевой (пневматические винтовки, пули ДН или ДЦ, прицел открытый)

Индекс упражнения	Положение для стрельбы	Дистанция, м	Пол	Спортивные разряды			
				переходной	3-й	2-й	1-й
«Начинающий стрелок»	Сидя или стоя с опорой на стол (5 выстрелов)	5	ю	40			
			д	34			
«Юный стрелок»	С опорой о стол	10	ю		130	150	170
			д		122	142	162
«Меткий стрелок»	Стоя	10	ю		110	130	150
			д		100	120	140
«Снайпер»	Стоя. С колена. (40 выстрелов:20+20)	10	ю		310	330	350
			д		300	320	340