

**Муниципальное казенное учреждение  
дополнительного образования  
Дом детского творчества**

**ПЛАН КОНСПЕКТ МАСТЕР-КЛАССА  
«ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ  
В ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ»**

**Выполнил: тренер – преподаватель  
1 квалификационной категории  
Балыбердин С.В.**

2022 год

## **План-конспект мастер-класса.**

**Тема: «Инновационные технологии в тренировочном процессе»**

**Дата проведения: 16 февраля 2022 года**

**Цель:** формирование потребности в здоровом образе жизни и эмоциональном благополучии (как залого успешности в педагогической деятельности, умения и желания заботиться о своем здоровье.

### **Задачи:**

1. Мотивировать педагогов к сохранению и укреплению здоровья; формировать позитивное отношение, искренность и открытость; поддержать благоприятный психологический климат в коллективе.
2. Поиск эффективных форм, использования инновационных подходов и новых технологий при организации физкультурно-оздоровительной работы в образовательном учреждении и семье.
3. Способствовать росту педагогического мастерства, создать благоприятную атмосферу для творческой работы всех участников.

**Место проведения:** спортивный зал

**Время:** 30 минут.

## 1 ЧАСТЬ

**Подготовка и одевание туристского снаряжения для прохождения этапов туристской полосы препятствий.**

**Техника прохождения коротких спортивных этапов туристской полосы препятствий по этапам**

**1-й этап. Подъем спортивным способом.** Этап оборудован судейскими перилами, контрольной линией в начале этапа. Разрешено использование подъемных устройств жумара.

**2-й этап. Спуск спортивным способом.** Этап оборудован перильной веревкой, контрольной линией в конце этапа. Этап преодолевается с самостраховкой через восьмерку. **Использование перчаток обязательно!** Участники проходят опасный участок с самостраховкой, который осуществляется с «восьмёркой». Для этого берём перильную верёвку и пропускаем в большее кольцо «восьмёрки» и заводим сверху за малое кольцо через карабин. Таким образом «восьмёрку» пристегнули к перильной верёвке и далее её пристёгиваем к беседочному карабину. При движении со спусковым устройством нижняя рука участника должна находиться не ближе 20 см от устройства.

**3-й этап. Маятник.** Длина этапа до 4-х м. Этап оборудован контрольными линиями и судейскими перилами. Этап преодолевается с использованием самостраховки через карабин.

## 2 ЧАСТЬ

### Ознакомление с работой лазерного тира «РУБИН»

Параметры использованного тренажера

ЛСТ использует в качестве учебного оружия пневматический пистолет Макарова (MP-654K) со встроенным лазером или ММГ АК с лазерным модулем на стволе. Такое учебное оружие сохраняет габариты, вес и баланс, а также ударно-спусковой механизм оригинального оружия, что обеспечивает хорошую (около 70%) переносимость на настоящее оружие навыков, полученных на тренажере. Оружие не имеет никаких проводов, лимитирующих движения стрелка, и «выстрел», как и в настоящем оружии, происходит от удара курка, что позволяет обучение правильной обработке спуска, а также производить выстрелы из любых изготовок и в движении.

Тренажер имеет набор тренировочных упражнений с различными типами мишеней. Упражнения учитывают критерии оценки качества выполнения (кучность, средняя точка попадания, скорость выполнения и т.п.), позволяющие отслеживать прогресс обучения.

Тренажер не требует специального помещения и может быть развернут в обычном учебном классе.

Для повышения мотивации стрелковые упражнения для детей должны быть адаптированы так, чтобы сделать занятия интересными. Например, введением игровых элементов. Методика работы на тренажере также должна учитывать ограниченные возможности ребенка к длительной концентрации внимания, а также фактор усталости при обращении с почти настоящим оружием. Для повышения интереса предмету и развития соревновательного духа, оказались полезными и популярными среди Обучающихся парные упражнения, где стрелки соревнуются друг против друга индивидуально или командно с определением и награждением победителей:

Очень важно с самого начала следить за дисциплиной обращения с учебным оружием. При отсутствии внимания со стороны преподавателя к вопросам безопасности, это может привести к укоренению вредных привычек.

### **Требования безопасности при проведении стрельб в тире.**

Безопасность при проведении стрельб в тире обеспечивается твердым знанием и беспрекословным выполнением всеми участниками стрельб настоящих правил.

### **К проведению стрельб не допускаются:**

- лица, не прошедшие инструктаж по мерам безопасности при обращении с оружием;
- лица в состоянии алкогольного или наркотического опьянения, а также находящиеся под воздействием лекарственных препаратов, снижающих моторику, вызывающих сонливость;
- лица без средств защиты органов зрения и слуха;
- лица, не соблюдающие правил организации и проведения стрельб в тире.

### **При проведении стрельб запрещается:**

брать в руки оружие, производить с ним какие-либо действия без разрешения руководителя стрельбы (инструктора), а также в случае, когда на мишенном поле находятся люди или животные;

направлять оружие, независимо от того, заряжено оно или нет, на людей или в сторону их вероятного появления, а также в сторону или тыл стрелковой галереи;

заряжать оружие, открывать огонь без команды руководителя стрельбы, вести огонь после команды «СТОЙ» («СТОП»);

оставлять заряженное оружие на огневом рубеже, или где бы то ни было, а также передавать его другим лицам;

вести стрельбу из неисправного оружия, неисправными или не предназначенными для данного оружия боеприпасами;

перекладывать заряженное оружие из руки в руку (если это не предусмотрено условиями упражнения); поправлять экипировку во время стрельбы;

Магазин, если он неотделим от оружия, снаряжается только на огневом рубеже. Магазины, отделяемые от оружия, могут снаряжаться до выхода на огневой рубеж, но при этом к оружию не присоединяются.

При возникновении отказа оружия, стрелок прекращает выполнение упражнения, ставит оружие на предохранитель и голосом информирует руководителя стрельбы. Оружие при этом должно быть направлено в сторону мишени. Устранение отказа оружия только по команде руководителя стрельбы.

Ведение огня прекращается по команде «СТОЙ» («СТОП») или самостоятельно в случае:

- возникновении пожара;
- появлении на мишенном поле людей или животных;

- потери ориентации стреляющим;

По команде «СТОЙ» («СТОП») – прекратить движение, повернуться лицом к мишени, поставить оружие на предохранитель, ждать последующей команды (на продолжение стрельбы либо на разряжание оружия). Оружие при этом должно быть направлено в сторону мишени.

Положение для стрельбы (стоя, с колена, лежа, сидя), а также мишень для поражения заранее оговаривается инструктором. Изменять положение для стрельбы и мишень - только по согласованию с инструктором.

Некоторый опыт применения лазерного тира

Для успешной работы с группой детей в электронном тире необходимо учитывать некоторые особенности и специфику детского коллектива

В дуэльной стрельбе и практической стрельбе целесообразно применять вводные или менять задания: из положения сидя, лежа, из-под стола, в движении, с разворота, после выхватывания из кобуры или из-за пояса, после бега и т.п.

Примерные темы занятий и учебные вопросы

Тема 1. Введение в курс занятий по темам огневой подготовки.

Метод: рассказ, беседа, самостоятельная работа.

Учебные вопросы: Предмет, цели, задачи, содержание огневой подготовки, требования к обучаемым. Правовые основы использования оружия в Российской Федерации.

Тема 2. Материальная часть стрелкового оружия.

Метод: рассказ, показ, самостоятельная работа.

Учебные вопросы: Устройство, тактико-технические характеристики автомата Калашникова. Устройство, тактико-технические характеристики 9мм пистолета Макарова.

Тема 3. Сведения из внутренней и внешней баллистики.

Метод: рассказ, показ, самостоятельная работа.

Учебные вопросы: Явление выстрела. Основные термины и понятия (траектория, точка прицеливания, точка попадания линия прицеливания и пр.). Явление рассеивания, определение средней точки попадания. Поправки в начальные установки для стрельбы. Точность и кучность стрельбы как показатели качества стрельбы.

Тема 4. Правила обращения с оружием.

Метод: рассказ, показ, упражнение.

Учебные вопросы: Меры безопасности при обращении с оружием и патронами. Команды, подаваемые на огневом рубеже и порядок действий по ним. Зарядание оружия. Прекращение стрельбы, разряжание и контрольный осмотр оружия. Порядок неполной разборки и сборки оружия. Выполнение нормативов по неполной разборке, сборке оружия, изготовке к стрельбе.

Тема 5. Приемы и правила стрельбы.

Метод: рассказ, показ, упражнение.

Учебные вопросы: Порядок действий и команды подаваемые на огневом рубеже. Принятие положения для стрельбы стоя, с колена, лежа. Выбор прицела и точки прицеливания, наведение оружия. Производство выстрела. Оценка результатов стрельбы, внесение поправок в точку прицеливания.

Тема 6. Выполнение упражнений учебных стрельб.

Метод: рассказ, беседа, упражнение, самостоятельная работа.

Учебные вопросы: Условия и порядок выполнения упражнений учебных стрельб. Тренировка в выполнении начального упражнения из автомата. Тренировка в выполнении 1 упражнения учебных стрельб из пистолета. Тренировка в выполнении спортивных стрелковых упражнений ПМ-1, АК-1, ВП-1, ВП-2.

Тема 7. Соревнования по стрельбе.

Метод: рассказ, беседа, упражнение, самостоятельная работа.

Учебные вопросы: Организация и порядок проведения соревнований по стрельбе. Подсчет очков и правила определения победителя. Правила поведения на соревнованиях

Выводы:

Лазерный стрелковый тренажер может быть полезен в учебных заведениях для повышения доступности, массовости и популяризации стрелкового спорта среди обучающихся детского и юношеского возраста.

Тренажер может использоваться как в рамках программы ОБЖ/ОБС, так и факультативно в форме стрелкового кружка.

Регулярное использование оружия не только для сборки-разборки, но и для стрельбы при правильном контроле со стороны преподавателя гарантирует привитие навыков безопасного обращения с оружием, которые легко понять и запомнить, но которые работают только тогда, когда они вошли в привычку. А это

достигается только постоянной и вдумчивой работой с оружием. Привитие навыков безопасного обращения с оружием является основной целью стрелковой подготовки в рамках школьного курса НВП-ОБЖ.

Занятия на стрелковом тренажере позволяют на раннем этапе обнаружить способности ребенка к стрелковому спорту, что создает основу для расширения базы пополнения Олимпийского резерва.

Часто способности к стрелковому спорту проявляются у детей, не проявляющих себя в других видах спорта. Стрелковый тренажер помогает таким учащимся поднять самооценку, повысить уверенность в себе и уважение со стороны сверстников.

Тренажер может использоваться для проведения межшкольных и межрайонных соревнований.

#### **Список литературы:**

Приказ Минобрнауки России от 17.05.2012 N 413 (ред. от 31.12.2015) "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования".

Приказ Министра обороны РФ и Министерства образования и науки РФ от 24 февраля 2010 г N 96/134 "Об утверждении Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы».

Абрашин Ю.И. Методические рекомендации по эксплуатации винтовок и организации стрельб в помещениях, временно приспособленных под тир. М.: ИЗД-ВО, 2016,-33с.

Основы подготовки к военной службе. М.2013.