



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА «Мешёра»**

**Дополнительная образовательная программа
спортивной подготовки по виду спорта
«практическая стрельба»**

Составитель:
Инструктор-методист Р.А. Егоров
тренер-преподаватель И.А. Севостьянов

г. Курлово
2023г.

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Примерная дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «практическая стрельба (далее – Примерная программа) предназначена для разработки дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по виду спорта «практическая стрельба».

1.2. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «практическая стрельба» должна иметь следующую структуру:

- титульный лист (приложение № 1 к Примерной программе);
- пояснительная записка;
- теоретический раздел;
- практический раздел;
- иные требования и условия реализации Программы.

2. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

2.1. Краткая характеристика вида спорта «практическая стрельба»

«Практическая стрельба» – вид стрелкового спорта, в котором стрелки поражают мишени различных типов на скорость. Цель - усвоение и выработка приёмов, наиболее полно отвечающих различным случаям применения огнестрельного оружия.

Имея боевое происхождение, этот вид спорта сильно видоизменился, но и сегодня это наиболее прикладной вид спорта во многих специальных подразделениях.

Спортивные дисциплины вида спорта «практическая стрельба» определяются организацией, реализующей (разрабатывающей) дополнительную образовательную программу спортивной подготовки по виду спорта «практическая стрельба» (далее – Организация), самостоятельно в соответствии со Всероссийским реестром видов спорта, а также Таблицей № 1.

Таблица №1

Спортивные дисциплины вида спорта «практическая стрельба»

Наименование спортивной дисциплины	номер-код спортивной дисциплины						
ПК-1 - пистолет, классический класс	119	046	1	8	1	2	Я
ПК-2 - пистолет, классический класс - командные соревнования (4 человека)	119	047	1	8	1	2	Я
ПК-3 - пистолет, классический класс - дуэльная стрельба	119	048	1	8	1	2	Я
ПМ-1 - пистолет, модифицированный класс	119	007	1	8	1	2	Я
ПМ-2 - пистолет, модифицированный класс- командные соревнования (4 чел.)	119	008	1	8	1	2	Я
ПМ-3 - пистолет, модифицированный класс-дуэльная стрельба	119	009	1	8	1	2	Я
ПО-1 - пистолет, открытый класс	119	001	1	8	1	2	Я
ПО-2 - пистолет, открытый класс - командные соревнования (4 человека)	119	002	1	8	1	2	Я
ПО-3 - пистолет, открытый класс -дуэльная стрельба	119	003	1	8	1	2	Я
ПС-1 - пистолет, стандартный класс	119	004	1	8	1	2	Я
ПС-2 - пистолет, стандартный класс - командные соревнования (4 чел.)	119	005	1	8	1	2	Я
ПС-3 - пистолет, стандартный класс - дуэльная стрельба	119	006	1	8	1	2	Я

ПСр-1 - пистолет, серийный класс	119	010	1	8	1	2	Я
ПСр-2 - пистолет, серийный класс - командные соревнования (4 человека)	119	011	1	8	1	2	Я
ПСр-3 - пистолет, серийный класс - дуэльная стрельба	119	012	1	8	1	2	Я
ПСро-1 - пистолет, серийный класс с оптическим прицелом	119	067	1	8	1	2	Я
ПСро-2 - пистолет, серийный класс с оптическим прицелом - командные соревнования (4 человека)	119	068	1	8	1	2	Я
ПСро-3 - пистолет, серийный класс с оптическим прицелом - дуэльная стрельба	119	069	1	8	1	2	Я
ПСрол-1 - пистолет, серийный класс с оптическим прицелом, легкий	119	070	1	8	1	2	Я
ПСрол-2 - пистолет, серийный класс с оптическим прицелом, легкий - командные соревнования (4 человека)	119	071	1	8	1	2	Я
ПСрол-3 - пистолет, серийный класс с оптическим прицелом, легкий - дуэльная стрельба	119	072	1	8	1	2	Я
ППО-1 - пистолет пневматический, открытый класс	119	049	1	8	1	2	Я
ППО-2 - пистолет пневматический, открытый класс - командные соревнования (4 человека)	119	050	1	8	1	2	Я
ППО-3 - пистолет пневматический, открытый класс - дуэльная стрельба	119	051	1	8	1	2	Я
ППС-1 - пистолет пневматический, стандартный класс	119	052	1	8	1	2	Я
ППС-2 - пистолет пневматический, стандартный класс - командные соревнования (4 человека)	119	053	1	8	1	2	Я
ППС-3 - пистолет пневматический, стандартный класс - дуэльная стрельба	119	054	1	8	1	2	Я
ППСр-1 - пистолет пневматический, серийный класс	119	055	1	8	1	2	Я
ППСр-2 - пистолет пневматический, серийный класс - командные соревнования (4 человека)	119	056	1	8	1	2	Я
ППСр-3 - пистолет пневматический, серийный класс - дуэльная стрельба	119	057	1	8	1	2	Я
Р-1 - револьвер	119	013	1	8	1	2	Г
Р-2 - револьвер - командные соревнования (4 человека)	119	014	1	8	1	2	Г

Р-3 - револьвер - дуэльная стрельба	119	015	1	8	1	2	Г
КО-1 - карабин, открытый класс	119	028	1	8	1	2	Г
КО-2 - карабин, открытый класс - командные соревнования (4 чел.)	119	029	1	8	1	2	Г
КО-3 - карабин, открытый класс - дуэльная стрельба	119	030	1	8	1	2	Г
КОР-1 - карабин, открытый класс - ручное перезаряжание	119	034	1	8	1	2	Г
КОР-2 - карабин, открытый класс - ручное перезаряжание - командные соревнования (4 чел.)	119	035	1	8	1	2	Г
КОР-3 - карабин, открытый класс - ручное перезаряжание - дуэльная стрельба	119	036	1	8	1	2	Г
КС-1 - карабин, стандартный класс	119	031	1	8	1	2	Г
КС-2 - карабин, стандартный класс - командные соревнования (4 чел.)	119	032	1	8	1	2	Г
КС-3 - карабин, стандартный класс - дуэльная стрельба	119	033	1	8	1	2	Г
КСР-1 - карабин, стандартный класс - ручное перезаряжание	119	037	1	8	1	2	Г
КСР-2 - карабин, стандартный класс - ручное перезаряжание - командные соревнования (4 человека)	119	038	1	8	1	2	Г
КСР-3 - карабин, стандартный класс - ручное перезаряжание - дуэльная стрельба	119	039	1	8	1	2	Г
КПК-1 - карабин, пистолетного калибра	119	073	1	8	1	2	Я
КПК-2 - карабин, пистолетного калибра - командные соревнования (4 человека)	119	074	1	8	1	2	Я
КПК-3 - карабин, пистолетного калибра - дуэльная стрельба	119	075	1	8	1	2	Я
КПО-1 - карабин пневматический, открытый класс	119	058	1	8	1	2	Я
КПО-2 - карабин пневматический, открытый класс - командные соревнования (4 человека)	119	059	1	8	1	2	Я
КПО-3 - карабин пневматический, открытый класс - дуэльная стрельба	119	060	1	8	1	2	Я
КПОР-1 - карабин пневматический, открытый класс - ручное перезаряжание	119	061	1	8	1	2	Я
КПОР-2 - карабин пневматический, открытый класс - ручное перезаряжание - командные соревнования (4 человека)	119	062	1	8	1	2	Я
КПОР-3 - карабин пневматический,	119	063	1	8	1	2	Я

открытый класс - ручное перезаряжание - дуэльная стрельба							
КПС-1 - карабин пневматический, стандартный класс	119	064	1	8	1	2	Я
КПС-2 - карабин пневматический, стандартный класс - командные соревнования (4 человека)	119	065	1	8	1	2	Я
КПС-3 - карабин пневматический, стандартный класс - дуэльная стрельба	119	066	1	8	1	2	Я
ПРКС-1 - троеборье (пистолет, ружьё, карабин), стандартный класс	119	040	1	8	1	2	Г
ПРКС-2 - троеборье (пистолет, ружьё, карабин), стандартный класс - командные соревнования (4 человека)	119	041	1	8	1	2	Г
ПРКС-3 - троеборье (пистолет, ружьё, карабин), стандартный класс - дуэльная стрельба	119	042	1	8	1	2	Г
ПРКО-1 - троеборье (пистолет, ружьё, карабин), открытый класс	119	043	1	8	1	2	Г
ПРКО-2 - троеборье (пистолет, ружьё, карабин), открытый класс - командные соревнования (4 человека)	119	044	1	8	1	2	Г
ПРКО-3 - троеборье (пистолет, ружьё, карабин), открытый класс - дуэльная стрельба	119	045	1	8	1	2	Г
РУМ-1 - ружьё, модифицированный класс	119	022	1	8	1	2	Я
РУМ-2 - ружьё, модифицированный класс - командные соревнования (4 чел.)	119	023	1	8	1	2	Г
РУМ-3 - ружьё, модифицированный класс - дуэльная стрельба	119	024	1	8	1	2	Г
РУО-1 - ружьё, открытый класс	119	016	1	8	1	2	Г
РУО-2 - ружьё, открытый класс - командные соревнования (4 чел.)	119	017	1	8	1	2	Я
РУО-3 - ружьё, открытый класс - дуэльная стрельба	119	018	1	8	1	2	Г
РУП-1 - ружьё, помповый класс	119	025	1	8	1	2	Я
РУП-2 - ружьё, помповый класс - командные соревнования (4 чел.)	119	026	1	8	1	2	Г
РУП-3 - ружьё, помповый класс - дуэльная стрельба	119	027	1	8	1	2	Г
РУС-1 - ружьё, стандартный класс	119	019	1	8	1	2	Я
РУС-2 - ружьё, стандартный класс - командные соревнования (4 чел.)	119	020	1	8	1	2	Г

РУС-3 - ружьё, стандартный класс - дуэльная стрельба	119	021	1	8	1	2	Г
--	-----	-----	---	---	---	---	---

2.2. Отличительные особенности спортивных дисциплин вида спорта «практическая стрельба»

Отличительной особенностью практической стрельбы от других видов стрелкового спорта является разнообразие упражнений.

Практическая стрельба намного зрелищнее стендовой и пулевой.

В ней допускается применение трех видов оружия, в связи с чем выделяется и три основных направления в стрельбе: пистолет, карабин, ружье.

Стрелки соревнуются по каждому направлению отдельно либо по всем сразу в рамках троеборья.

Требования к калибрам таковы:

Пистолет — минимум 9 калибр.

Ружье – 20 калибр.

Карабин — без ограничений.

Каждое из трех направлений в стрельбе делится на классы, различающиеся по типу используемого оружия и его характеристикам.

Для каждого состязания мишени имеют разный внешний вид.

Мишени могут стоять неподвижно, перемещаться или падать. Для стрелков организуются различные препятствия: стенки, перегородки, баррикады и т.п. Стрелять по целям может быть предложено из автобуса или другого транспортного средства. Такие приемы усложняют турнир и придают ему зрелищность.

От участников состязаний требуется стрелять не только метко, но и быстро. В практической стрельбе учитывается время.

В отличие от других стрелковых дисциплин, в практической стрельбе спортсмены стреляют не только из стационарных положений, но и в движении, направление которого может быть различным. Приходится падать на землю или преодолевать различные препятствия.

Очередность поражения мишеней в практической стрельбе не учитываются.

В практической стрельбе одни из самых строгих правил техники безопасности, обязывающие, в том числе, использовать при стрельбе защитное снаряжение: очки, наушники или беруши.

2.3. Цель, основные задачи и планируемые результаты реализации Примерной программы

Целью реализации Примерной программы является достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки.

Достижение поставленной цели предусматривает решение основных задач: оздоровительные; образовательные; воспитательные; спортивные.

Планируемые результаты освоения Примерной программы представляют собой систему ожидаемых результатов освоения обучающими всех компонентов учебно-тренировочного и соревновательного процессов, также обеспечивает формирование личностных результатов: овладение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и уровня физической подготовленности, о соответствии их возрастным нормативам, об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики перетренированности (недотренированности), перенапряжения; овладение знаниями и навыками инструкторской деятельности и судейской практики; умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха, соблюдать правила безопасности и содержать в порядке спортивный инвентарь, оборудование, спортивную одежду, осуществлять подготовку спортивного инвентаря к учебно-тренировочным занятиям и спортивным соревнованиям; умение анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях, находить адекватные способы поведения и взаимодействия в соревновательный период; развитие понимания о здоровье, как о важнейшем условии саморазвития и самореализации человека, умение добросовестно выполнять задания тренера-преподавателя, осознанно стремиться к освоению новых знаний и умений, умение организовывать места тренировочных занятий и обеспечивать их безопасность, ориентирование на определение будущей профессии, приобретение навыков по участию в соревнованиях различного уровня.

3. «ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ» ПРИМЕРНОЙ ПРОГРАММЫ

Теоретический раздел Примерной программы предусматривает нормативные аспекты, которые необходимо учесть при разработке дополнительных образовательных программ спортивной подготовки по виду спорта «практическая стрельба» в своих регионах.

В данном разделе указаны минимальные и максимальные требования по: срокам реализации этапов спортивной подготовки; возрастным границам лиц, проходящих спортивную подготовку; наполняемости учебно-тренировочных групп; планируемом объеме соревновательной деятельности; учебно-тренировочным нагрузкам к объему учебно-тренировочного процесса.

Медицинские требования к обучающимся по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки устанавливаются в соответствии на основании требований, предъявляемых приказом Минздрава России от 23.10.2020 № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных

и спортивных мероприятиях» (зарегистрирован Минюстом России 03.12.2020, регистрационный № 61238).

3.1. Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам:

На этап начальной подготовки зачисляются лица, которым в текущем году исполнилось (или) исполнится количество лет по году рождения, соответствующее возрасту зачисления, а также лица, старше зачисляемого возраста на этап начальной подготовки и учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) до трех лет. При этом при комплектовании учебно-тренировочных групп разница в возрасте зачисляемых лиц не должна быть более двух лет.

На этапах начальной подготовки и учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) до трех лет допускается зачисление лиц, прошедших спортивную подготовку в других организациях и (или) по другим видах спорта и выполнивших требования, необходимые для зачисления, согласно нормативам по физической подготовке, установленных в дополнительной образовательной программе по виду спорта «практическая стрельба» с учетом сроков реализации этапов спортивной подготовки и возрастных границ лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам.

Таблица № 2

Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки	Возраст зачисления	
Для пневматических спортивных дисциплин			
Начальной подготовки	2-3	до одного года обучения	11
		свыше одного года обучения	12
Учебно-тренировочный (спортивной специализации)	4-5	до трех лет обучения	13
		свыше трех лет обучения	16
Совершенствования спортивного мастерства	3-6	до одного года обучения	17
		свыше одного года обучения:	18
Высшего спортивного мастерства	-	до одного года обучения	18
		свыше одного года обучения	19

Для непневматических спортивных дисциплин			
Начальной подготовки	2-3	до одного года обучения	15
		свыше одного года обучения	16
Учебно-тренировочный (спортивной специализации)	4-5	до трех лет обучения	17
		свыше трех лет обучения	20
Совершенствования спортивного мастерства	3-6	до одного года обучения	21
		свыше одного года обучения:	22
Высшего спортивного мастерства	-	до одного года обучения	22
		свыше одного года обучения	23

3.2. Наполняемость учебно-тренировочных групп на этапах спортивной подготовки

Наполняемость групп определяется Организацией с учетом единовременной пропускной способности спортивного сооружения (объекта спорта), используемого при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «практическая стрельба».

Таблица № 3

Наполняемость учебно-тренировочных групп на этапах спортивной подготовки

Этапы спортивной подготовки		Количественный состав группы (человек)
Для пневматических и непневматических спортивных дисциплин		
Начальной подготовки	до одного года обучения	8-10
	свыше одного года обучения	
Учебно-тренировочный (спортивной специализации)	до трех лет обучения	6-8
	свыше трех лет обучения	
Совершенствования спортивного мастерства	до одного года обучения	4-5
	свыше одного года обучения:	

Высшего спортивного мастерства	до одного года обучения	3-4
	свыше одного года обучения	

3.3. Планируемый объем соревновательной деятельности по виду спорта «практическая стрельба»

Планируемый объем соревновательной деятельности устанавливается в Примерной программе по типу соревнований: контрольные, отборочные, основные, с учетом особенностей видов спорта, с учетом задач спортивной подготовки на различных этапах спортивной подготовки, уровня подготовленности и состоянием тренированности обучающегося по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки (далее – обучающийся).

В дополнительной образовательной программе спортивной подготовки Организацией указывается количество соревнований в соответствии с единым календарным планом межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий и с учетом значений, утвержденных в государственном (муниципальном) задании.

Контрольные соревнования проводятся с целью определения уровня подготовленности обучающихся, оценивается уровень развития физических качеств, выявляются сильные и слабые стороны спортсмена. Контрольную функцию могут выполнять как официальные соревнования различного уровня, так и специально организованные Организацией.

Отборочные соревнования проводятся с целью отбора обучающихся и комплектования команд для выступления на основных спортивных соревнованиях и выполнении требований Единой всероссийской спортивной классификации.

Основные соревнования проводятся с целью достижения спортивных результатов и выполнения требований Единой всероссийской спортивной классификации.

Таблица № 4

Планируемый объем соревновательной деятельности по виду спорта «практическая стрельба»

Виды соревнований	Этапы и годы спортивной подготовки				Этап высшего спортивного мастерства
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех	

				лет		
Для пневматических спортивных дисциплин						
Контрольные	1	2	3	4	5	6
Отборочные	1	1	2	3	4	4
Основные	-	1	2	3	3	4
Для непневматических спортивных дисциплин						
Контрольные	1	2	3	4	5	6
Отборочные	-	1	2	3	4	4
Основные	-	1	2	3	3	4

3.4. Учебно-тренировочные нагрузки к объему учебно-тренировочного процесса

Учебно-тренировочная нагрузка к объему учебно-тренировочного процесса рассчитывается для каждого учебно-тренировочного занятия на основании ее интенсивности, длительности и для каждого этапа спортивной подготовки имеет свой часовой недельный (годовой) объем.

В объем учебно-тренировочной нагрузки входит время восстановления организма обучающегося после определенной нагрузки и при кратковременной тренировки с высокой интенсивностью и долговременной тренировки с низкой интенсивностью, а также аспекты морально-волевой и теоретической подготовки.

Общий годовой объем учебно-тренировочной работы, предусмотренный в нижеуказанной таблице №5 режимами работы, для этапов: учебно-тренировочного свыше трех лет, совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства, может быть сокращен не более чем на 25 %, реализуемых в период учебно-тренировочных мероприятий, а также на основании индивидуальных планов спортивной подготовки.

Таблица № 5

Учебно-тренировочные нагрузки к объему учебно-тренировочного процесса

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки					
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной подготовки)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	12-14	16-18	20-24	24-32

Общее количество часов в год	234-312	312-416	624-728	832-936	936-1092	1092-1248
------------------------------	---------	---------	---------	---------	----------	-----------

3.5. Медицинские требования к обучающимся по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки

Для прохождения обучения по дополнительной образовательной программе спортивной подготовки допускаются лица, получившие в установленном законодательством Российской Федерации порядке медицинское заключение об отсутствии медицинских противопоказаний для занятий видом спорта «практическая стрельба».

Организация ведет контроль за прохождением обучающимися медицинского обследования.

Обучающийся, должен иметь медицинский допуск к учебно-тренировочным занятиям и к соревновательным мероприятиям.

4. «Практический раздел» Программы

4.1. Примерный годовой учебно-тренировочный план

Примерный годовой учебно-тренировочный план по виду спорта «практическая стрельба» (далее – учебный план) определяет общий объем учебно-тренировочной нагрузки по видам спортивной подготовки, видам деятельности, практикам и распределяет учебное время, отводимое на их освоение по этапам спортивной подготовки и по годам обучения. Учебный план составляется и утверждается Организацией ежегодно на 52 недели (в часах).

Учебный план определяет общую структуру планируемого учебно-тренировочного процесса в рамках деятельности Организации, совокупность отдельных относительно самостоятельных, но не обособленных в их закономерных связях видах спортивной подготовки, соотношении и последовательности их как органических звеньев единого процесса, а также выступает в качестве одного из основных механизмов реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки, оптимально вносящий свой вклад для достижения спортивных результатов.

Представленные в учебном плане тренировочные мероприятия – теоретическая подготовка, инструкторская и судейская практика, учебно-тренировочные, антидопинговые, воспитательные, аттестационные мероприятия, медико-биологическое обследование являются неотъемлемой частью тренировочного процесса и регулируются Организацией самостоятельно, указанные тренировочные мероприятия входят в годовой объем тренировочной нагрузки.

Объем тренировочной нагрузки на этапе высшего спортивного мастерства представлен одним учебно-тренировочным годом, но необходимо учесть, что представленные параметры нагрузки не изменяются в течении всего периода обучения на данном этапе.

Учебный план заполняется Организацией в соответствии с формой и примерными объемами по видам подготовки, представленной в приложении № 2 к Примерной программе.

4.2. Примерный календарный учебно-тренировочный график

Календарный учебно-тренировочный график (далее – учебно-тренировочный график) составляется на учебный год Организацией самостоятельно по каждому этапу спортивной подготовки согласно объему соревновательной деятельности, определенному в Примерной программе, включающий в себя перечень спортивных и учебно-тренировочных мероприятий, период прохождения аттестации в течении учебного года, медико-биологических мероприятий, восстановительных мероприятий по отдельным этапам, определяет календарный период проведения мероприятия.

При составлении учебно-тренировочного графика могут быть учтены различные принципы периодизации учебного года в Организации.

При составлении учебно-тренировочного графика Организацией учитываются особенности осуществления спортивной подготовки по виду спорта «практическая стрельба».

4.3. Перечень учебно-тренировочных мероприятий

Учебно-тренировочные мероприятия проводятся Организацией для подготовки обучающихся к соревновательной деятельности, а также для контроля за уровнем физической подготовленности и период проведения учитываются в учебно-тренировочном графике.

Перечень учебно-тренировочных мероприятий представлен в приложении № 3 к Примерной программе.

4.4. Режим учебно-тренировочного процесса

Режим учебно-тренировочного процесса составляется Организацией для каждой учебно-тренировочной группы с учетом единовременной пропускной способности спортивного сооружения (объекта спорта) и включает в себя:

- наименование вида спорта (спортивной дисциплины);
- фамилия, имя, отчество тренера-преподавателя;
- этап спортивной подготовки и год обучения;
- дни недели;
- количество часов в неделю;
- место проведения учебно-тренировочных занятий;
- количество обучающихся;
- начало и окончание учебно-тренировочного занятия.

4.5. Рабочая программа тренера-преподавателя

Рабочая программа тренера-преподавателя составляется на каждый реализуемый этап спортивной подготовки на основании дополнительной образовательной программы спортивной подготовки Организации.

Рабочая программа тренера-преподавателя обеспечивает достижение планируемых результатов освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорту на этапах спортивной подготовки.

Функции рабочей программы тренера-преподавателя:

- нормативная, то есть является документом, обязательным для выполнения тренером-преподавателем в полном объеме;
- целеполагающая, то есть определяет ценности и задачи, ради достижения которых она введена на этапах спортивной подготовки по годам обучения;
- содержательная, то есть фиксирует состав элементов содержания, подлежащих усвоению обучающимися (требования к минимуму содержания);

процессуальная, то есть определяет логическую последовательность усвоения элементов содержания, организационные формы и методы, средства и условия учебно-тренировочного процесса;

оценочная, то есть выявляет уровни усвоения элементов содержания, объекты контроля и критерии оценки уровня освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки обучающихся.

Структура рабочей программы тренера-преподавателя:

I. Титульный лист;

II. Пояснительная записка;

III. Нормативно-методические инструментарины тренировочного процесса;

IV. Прогнозируемый результат учебно-тренировочной деятельности отдельного этапа спортивной подготовки;

Содержание рабочей программы тренера-преподавателя:

I. Титульный лист (на бланке Организации):

1.1. Гриф согласования с руководителем Организации;

1.2. Название рабочей программы тренера-преподавателя, фамилия, имя, отчество тренера-преподавателя, реализуемый этап спортивной подготовки, год обучения, срок реализации (не более года);

II. Пояснительная записка:

2.1. Цель и задачи этапа спортивной подготовки;

2.2. Прогнозируемый результат учебно-тренировочной деятельности реализуемого этапа спортивной подготовки;

III. Нормативно-методические инструментарины тренировочного процесса:

3.1. Перспективный план спортивной подготовки (для этапов совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства);

3.2. Годовой план спортивной подготовки (для реализуемых этапов);

3.3. План по месяцам;

3.4. Индивидуальный план спортивной подготовки составляется для каждого спортсмена этапов совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства;

VI. Прогнозируемый результат учебно-тренировочной деятельности реализуемого этапа спортивной подготовки.

4.6. Примерный календарный план воспитательной работы

Примерный календарный план воспитательной работы составляется Организацией на учебный год с учетом учебного плана, учебно-тренировочного графика и следующих основных задач воспитательной работы:

формирование духовно-нравственных, морально-волевых и этических качеств;

воспитание лидерских качеств, ответственности и патриотизма;

всестороннее гармоничное развитие физических качеств;

укрепление здоровья спортсменов;

привитие навыков здорового образа жизни;

формирование основ безопасного поведения при занятиях спортом;

развитие и совершенствование навыков саморегуляции и самоконтроля.

Примерный календарный план воспитательной работы приведен в приложение № 4 к Примерной программе.

4.7. Примерный план мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним

План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним, составляется Организацией на учебно-тренировочный год с учетом учебного плана, учебно-тренировочного графика, примерного плана мероприятий, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним (приложение № 5 к Примерной программе).

В примерный план мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним включаются мероприятия, направленные на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним, а также мероприятия по научно-методическому обеспечению, которые реализуются в рамках воспитательной работы тренера-преподавателя, включающей в том числе научную, творческую и исследовательскую работу, а также другую работу, предусмотренную трудовыми (должностными) обязанностями и (или) индивидуальным планом (методическую, подготовительную, организационную, диагностическую, работу по ведению мониторинга, работу, предусмотренную планами спортивных и иных мероприятий, проводимых с обучающимися спортсменами, участие в работе коллегиальных органов управления Организацией).

Среди мероприятий, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним, выделяют беседы с обучающимися в условиях учебно-тренировочных занятий, беседы с родителями в рамках родительских собраний об определении понятия «допинг», последствиях допинга в спорте для здоровья спортсменов, об ответственности за нарушение антидопинговых правил, об особенностях процедуры проведения допинг-контроля.

4.8. Аттестационные формы контроля учебно-тренировочного процесса и оценочные материалы

Аттестация в спорте представляет собой систему контроля, включающую дифференцированный и объективный мониторинг результатов учебно-тренировочного процесса, соревновательной деятельности и уровня подготовленности обучающихся. Контрольные занятия обеспечивают текущий контроль, промежуточную и итоговую информацию об уровне и результатах освоения программного материала спортивной подготовки каждым отдельным обучающимся спортсменом, представленными выполнением нормативных и квалификационных требований по годам и этапам спортивной подготовки.

Оценочный материал представлен комплексами контрольных упражнений для оценки общей физической, специальной физической, технической, тактической

подготовки лиц, проходящих в Организации спортивную подготовку по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки.

Обязательное контрольное тестирование включает:

нормативы по общей физической подготовке, основанные на требованиях федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «практическая стрельба»;

контроль выполнения квалификационных требований обучающимся соответствующего года учебно-тренировочного этапа проводится с учетом приложения № 6 к Примерной программе «Аттестационные формы контроля учебно-тренировочного процесса и оценочные материалы».

5. Иные требования и условия реализации Программы

5.1. Требования к технике безопасности в условиях учебно-тренировочных занятий

Учебно-тренировочные занятия, физкультурные и спортивные мероприятия разрешается проводить:

при условии наличия соответствующей квалификации тренерско-преподавательского состава, медицинского и иного персонала;

при наличии медицинского допуска у обучающихся к физкультурно-спортивным занятиям;

при соответствии спортивной экипировки санитарно-гигиеническим нормам, правилам соревнований и методике учебно-тренировочного процесса;

при соответствии мест проведения учебно-тренировочного процесса, соревнований, физкультурных и спортивных мероприятий санитарным нормам и условиям безопасности;

при условии готовности места проведения, инвентаря и оборудования к конкретному мероприятию;

при ознакомлении каждого обучающегося с правилами техники безопасности.

5.2. Примерные требования к оборудованию и спортивному инвентарю, спортивной экипировке, необходимые для реализации Примерной программы

Примерные требования к оборудованию и спортивному инвентарю, спортивной экипировке, необходимые для реализации Программы устанавливаются в дополнительной образовательной программе спортивной подготовки с учетом приложения № 7 к Примерной программе.

5.3. Примерный перечень информационного обеспечения Программы

Информационное обеспечение деятельности Организации – многогранный процесс, направленный на решение профессиональных, организационных и воспитательных задач, формирование и структурирование информационного пространства Организации с использованием всей совокупности информационных ресурсов и информационных технологий в целях гармонизации спортивной и образовательной деятельности.

Примерный перечень информационного обеспечения Программы приведен в приложении № 8 к Примерной программе.

Титульный лист

На «Титульном листе» Программы указываются:
название Программы с указанием вида спорта (спортивной дисциплины)
и этапов спортивной подготовки;
наименование организации, реализующей Программу;
гриф утверждения Программы;
срок реализации Программы;
год составления Программы.

Образец титульного листа

Полное (сокращенное) наименование организации или бланк организации

Утверждено
Руководитель учреждения
« ___ » _____ 202__ г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА (СПОРТИВНОЙ
ДИСЦИПЛИНЕ)**

по этапам спортивной подготовки _____

Срок реализации программы: ____ лет

Год составления

Приложение № 2
к Примерной программе

Примерный годовой учебно-тренировочный план

№ п/п	Виды подготовки	Этапы и годы подготовки					
		Этап начальной подготовки		Учебно- тренировочный этап(этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
		До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет		
		Недельная нагрузка в часах					
		4,5-6	6-8	12-14	16-18	20-24	24-32
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах					
		2	2	3	3	4	4
		Наполняемость групп (чел)**					
		Заполняется Организацией самостоятельно с учетом суммарного количества обучающихся на этапах (годах) спортивной подготовки					
		1.	Физическая подготовка:	105-139	119-154	234-273	279-316
Общая физическая подготовка	77-103		70-95	129-151	127-144	120-133	101-118
Специальная физическая подготовка	28-36		49-65	105-122	152-172	185-210	210-243
2.	Техническая подготовка	87-118	124-165	229-268	312-350	363-466	352-404
3.	Тактическая подготовка	2-3	9-12	25-29	42-47	47-55	116-130
4.	Психологическая подготовка	2-3	9-12	25-29	42-47	47-55	109-125
5.	Теоретическая подготовка	2-3	9-12	25-29	42-47	47-55	55-62
6.	Аттестация	5-6	6-8	12-15	17-20	19-22	22-25
7.	Соревновательная деятельность	2-3	3-4	6-7	8-9	9-11	11-12
8.	Инструкторская практика	2-3	3-4	6-7	8-9	9-11	11-12
9	Судейская практика	2-3	3-4	6-7	8-9	9-11	11-12

10	Восстановительные мероприятия	7-9	9-12	19-22	26-28	28-33	33-37
11	Медицинское обследование	6-6	6-6	6-6	6-6	6-6	6-6
Вариативная часть, формируемая Организацией:							
12.	Самоподготовка	12-16	12-17	31-36	42-48	47-55	55-62
Общее количество часов в год		234-312	312-416	624-728	832-936	936-1092	1092-1248

Перечень учебно-тренировочных мероприятий

№ п/п	Виды учебно-тренировочных мероприятий	Предельная продолжительность учебно-тренировочных мероприятий по этапам спортивной подготовки (количество дней)			
		Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Этап совершенствования спортивного мастерства	Этап высшего спортивного мастерства
1. Тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям					
1.1.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к международным спортивным соревнованиям	-	-	21	21
1.2.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к чемпионатам России, кубкам России, первенствам России	-	14	18	21
1.3.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к другим всероссийским спортивным соревнованиям	-	14	18	18
1.4.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к официальным спортивным соревнованиям субъекта Российской Федерации	-	14	14	14
2. Специальные тренировочные мероприятия					
2.1.	Учебно-тренировочные мероприятия по общей и (или) специальной физической подготовке	-	14	18	18
2.2.	Восстановительные мероприятия	-	-	До 10 дней	
2.3.	Мероприятия для комплексного медицинского обследования			До 3 дней, но не более 2 раз в год	
2.4.	Учебно-тренировочные мероприятия	До 14 дней подряд и не более двух учебно-тренировочного		-	-

	в каникулярный период	мероприятий в год		
2.5.	Просмотровые тренировочные мероприятия	-	До 60 дней	

Примерный календарный план воспитательной работы

№ п/п	Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
1.	Профориентационная деятельность		
1.1.	Судейская практика	Спортивные соревнования различного типа	Учебно-тренировочный график
1.2.	Инструкторская практика	Учебно-тренировочные занятия	Режим учебно-тренировочного процесса
2.	Здоровье сбережение		
2.1.	Медико-биологическое исследование	Исследование организма спортсмена после/до тренировочной и соревновательной деятельности	Учебно-тренировочный график
2.2.	Режим питания и отдыха	Практическая деятельность и восстановительные процессы	Режим учебно-тренировочного процесса
3.	Патриотическое воспитание спортсменов		
3.1.	Теоретическая подготовка	Беседы, встречи, диспуты	Учебно-тренировочный график
4.	Развитие творческого мышления		
4.1.	Практическая подготовка	Формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов	Учебно-тренировочный график, режим учебно-тренировочного процесса

Примерный план мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним

Этап спортивной подготовки	Содержание мероприятия и его форма		Сроки проведения	Рекомендации по проведению мероприятий
Начальной подготовки	1. Веселые старты	«Честная игра»	1-2 раза в год	Составление отчета о проведении мероприятия: сценарий/программа, фото/видео
	2. Теоретическое занятие	«Ценности спорта. Честная игра»	1 раз в год	Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в регионе
	3. Проверка лекарственных препаратов (знакомство с международным стандартом «Запрещенный список»)		1 раз в месяц	Научить юных спортсменов проверять лекарственные препараты через сервисы по проверке препаратов в виде домашнего задания (тренер называет спортсмену 2-3 лекарственных препарата для самостоятельной проверки дома).
	4. Антидопинговая викторина	«Играй честно»	По назначению	Проведение викторины на крупных спортивных мероприятиях в регионе.
	5. Онлайн обучение на сайте РУСАДА		1 раз в год	Прохождение онлайн-курса – это неотъемлемая часть системы антидопингового образования.
	6. Родительское собрание	«Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»	1-2 раза в год	Включить в повестку дня родительского собрания вопрос по антидопингу. Использовать памятки для родителей. Научить родителей пользоваться сервисом по проверке препаратов
	7. Семинар для тренеров	«Виды нарушений антидопинговых правил», «Роль тренера и родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»	1-2 раза в год	Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в субъекте Российской Федерации
Учебно-тренировочный	1. Веселые старты	«Честная игра»	1-2 раза в год	Предоставление отчета о проведении мероприятия: сценарий/программа, фото/видео.

(спортивной специализации)	2. Онлайн обучение на сайте РУСАДА		1 раз в год	Прохождение онлайн-курса – это неотъемлемая часть системы антидопингового образования.
	3. Антидопинговая викторина	«Играй честно»	По назначению	Проведение викторины на спортивных мероприятиях
	4. Семинар для спортсменов и тренеров	«Виды нарушений антидопинговых правил» «Проверка лекарственных средств»	1-2 раза в год	Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в субъекте Российской Федерации
	5. Родительское собрание	«Роль родителей в процессе формирования антидопинговой культуры»	1-2 раза в год	Включить в повестку дня родительского собрания вопрос по антидопингу. Использовать памятки для родителей. Научить родителей пользоваться сервисом по проверке препаратов
Этапы совершенствования спортивного мастерства и высшего спортивного мастерства	1. Онлайн обучение на сайте РУСАДА		1 раз в год	Прохождение онлайн-курса – это неотъемлемая часть системы антидопингового образования
	2. Семинар	«Виды нарушений антидопинговых правил» «Процедура допинг-контроля» «Подача запроса на ТИ» «Система АДАМС»	1-2 раза в год	Согласовать с ответственным за антидопинговое обеспечение в субъекте Российской Федерации

**Аттестационные формы контроля учебно-тренировочного процесса
и оценочные материалы**

№	Формы аттестации	Оценочные материалы	Примечание
1.	Контрольные тесты	протокол	Форма, разработанная Организацией и включающая тесты из Рабочей программы тренера - преподавателя
2.	Медико-биологические исследования	Заключения	Выдается Заключения медицинским центром по всем видам исследования
3.	Собеседования	Протокол Комиссии	Проводится по итогам учебно-тренировочного года или полугодий
4.	Переводные нормативы	Протокол	Проводятся только для этапов начальной подготовки и учебно-тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) до трех лет, не имеющих спортивных разрядов
5.	Просмотровые сборы	Заключение тренера, Комиссии	Проводятся при отборе детей на этапы спортивной подготовки , а также одаренных и способных детей перешедших из других видов спорта или поздно ориентированных на занятия спортом
6.	Другие	устанавливаются Организацией самостоятельно	

Примерные требования к оборудованию и спортивному инвентарю, спортивной экипировке, необходимые для реализации Примерной программы

Таблица № 1

№ п/п	Наименование оборудования, спортивного инвентаря	Единица измерения	Количество изделий
1.	Мишень "Металлическая тарелка" (на галерею)	штук	10
2.	Мишень "Поппер" (на галерею)	штук	10
3.	Мишень "Мини-Поппер" (на галерею)	штук	10
4.	Мишенная установка "Бланчи"	штук	2
5.	Установка для прыгающей мишени (на галерею)	штук	1
6.	Установка для качающейся мишени (на галерею)	штук	2
7.	Неустойчивая подвесная платформа	штук	2
8.	Мобильные пулеприемники (на галерею)	штук	10
9.	Щит (на галерею)	штук	4
10.	Щит с портами	штук	4
11.	Щит с дверью	штук	2
12.	Рейки для штрафных линий 2 м (на галерею)	штук	10
13.	Рейки для туннеля Купера 1 м	штук	6
14.	Стойки для мишеней (на галерею)	штук	10
15.	Рейки 1,3 м на каждую стойку для мишеней (на галерею)	штук	16
16.	Ножовка, молоток, плоскогубцы	комплект	1
17.	Шуруповерт	штук	1
18.	Шурупы	штук	100
19.	Устройство ускоренного заряжания патронов (на галерею)	штук	2
20.	Хронограф	штук	1

21.	Измерительная коробка	штук	1
22.	Зона безопасности (на галерею)	штук	1
23.	Зона зарядки/разрядки	штук	1
24.	Степлер мебельный (на галерею)	штук	1
25.	Скрепки	штук	500
26.	Заклейки	штук	360
27.	Труба зрительная	штук	2
28.	Таймер (на галерею)	штук	2
29.	Доска информационная (на галерею)	штук	1
30.	Компьютер с программным обеспечением для подсчета результатов	штук	1

Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование											
№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки							
				Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)		Этап совершенствования спортивного мастерства		Этап высшего спортивного мастерства	
				количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (мес)	количество	срок эксплуатации (мес)	количество	срок эксплуатации (мес)
1.	Активные наушники	штук	на занимающегося	1	2	1	2	1	2	1	2
2.	Бумажная мишень (для вида спорта "практическая стрельба")	штук	на занимающегося	100	1	200	1	300	1	500	1
3.	Стрелковое снаряжение (кобура, ремень, подсумки)	комплект	на занимающегося	1	2	1	2	1	2	1	2
4.	Очки стрелковые защитные	штук	на занимающегося	1	1	1	1	1	1	1	1
5.	Футляр (чехол) для переноски оружия	штук	на занимающегося	1	2	1	2	1	2	1	2
6.	Мини бумажная мишень (для вида спорта "практическая стрельба")	штук	на занимающегося	100	1	200	1	200	1	300	1
Для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании слова "ПК-1", "ПК-2", "ПК-3", "ПМ-1", "ПМ-2", "ПМ-3", "ПО-1", "ПО-2", "ПО-3", "ПС-1", "ПС-2", "ПС-3", "ПСр-1", "ПСр-2", "ПСр-3", "ПСро-1", "ПСро-2", "ПСро-3", "ПСрол-1", "ПСрол-2", "ПСрол-3", "Р-1", "Р-2", "Р-3", "ПРКС-1", "ПРКС-2", "ПРКС-3", "ПРКО-1", "ПРКО-2", "ПРКО-3"											
7.	Патроны к пистолету или револьверу калибра 5,6 мм (22LR) и более	штук	на занимающегося	5000	1	10000	1	36000	1	12000 0	1
8.	Дополнительные магазины к используемым	штук	на занимающегося	3	1	5	1	10	1	15	1

	пистолетам										
9.	Пистолет, револьвер калибра 5,6 мм (22LR) и более (короткоствольное нарезное оружие)	штук	на занимающегося	1	1	3	2	3	2	4	2
Для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании слова "ППО-1", "ППО-2", "ППО-3", "ППС-2", "ППС-3", "ППС-3", "ППСр-1", "ППСр-2", "ППСр-3", "ПРКС-1", "ПРКС-2", "ПРКС-3", "ПРКО-1", "ПРКО-2", "ПРКО-3"											
10.	Газ (зеленый) в баллоне (1000 мл)	штук	на занимающегося	5	1	10	1	72	1	120	1
11.	Шарики пластиковые для пневматического оружия	штук	на занимающегося	5000	1	10000	1	72000	1	120000	1
12.	Пневматический пистолет калибром 6 мм	штук	на занимающегося	1	1	3	1	3	1	3	1
Для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании слова "КПК-1", "КПК-2", "КПК-3"											
13.	Патроны к карабину (калибр 9 мм и более)	штук	на занимающегося	2000	1	5000	1	50000	1	100000	1
14.	Карабин калибра 9 мм и более (длинноствольное нарезное оружие)	штук	на занимающегося	1	1	3	2	3	2	3	1
15.	Дополнительные магазины к используемым карабинам	штук	на занимающегося	3	1	5	1	10	1	15	1
Для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании слова "КПО-1", "КПО-2", "КПО-3", "КПОР-1", "КПОР-2", "КПОР-3", "КПС-1", "КПС-2", "КПС-3"											
16.	Пневматический карабин калибром 6 мм	штук	на занимающегося	1	1	3	1	3	1	3	1
17.	Газ (зеленый) в баллоне (1000 мл)	штук	на занимающегося	5	1	10	1	72	1	120	1
Для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании слова "КО-1", "КО-2", "КО-3", "КОР-1", "КОР-2", "КОР-3", "КС-1", "КС-2", "КС-3", "КСР-1", "КСР-2", "КСР-3", "ПРКС-1", "ПРКС-2", "ПРКС-3", "ПРКО-1", "ПРКО-2", "ПРКО-3"											
18.	Патроны к карабину (калибр 5,45 и более)	штук	на занимающегося	2000	1	5000	1	36000	1	60000	1
19.	Карабин калибра 5,45 мм более (длинноствольное нарезное оружие)	штук	на занимающегося	1	1	3	2	3	2	3	1
20.	Дополнительные магазины к используемым карабинам	штук	на занимающегося	3	1	5	1	10	1	15	1
Для спортивных дисциплин, содержащих в своем наименовании слова "РУО-1", "РУО-2", "РУО-3", "РУП-1", "РУП-2", "РУП-3", "РУС-1", "РУС-2", "РУС-3"											

2", "РУС-3", "ПРКС-1", "ПРКС-2", "ПРКС-3", "ПРКО-1", "ПРКО-2", "ПРКО-3"											
21.	Патроны к ружью (20 и (или) 12 калибр)	штук	на занимающегося	2000	1	5000	1	36000	1	60000	1
22.	Ружье 20 калибра и более (длинноствольное гладкоствольное оружие)	штук	на занимающегося	1	2	3	4	3	4	3	2

Примерный перечень информационного обеспечения

1. Алтунин, А. Ю. Физическая подготовка стрелка-спортсмена в рамках практической стрельбы / А. Ю. Алтунин - Текст : электронный // Наука-2020. – 2021. – № 5(50). – С. 42-48.
2. Афиногенов, Тимофей Петрович. Подготовка спортсменов в практической стрельбе из пистолета с использованием тренажерного исследовательского стенда : диссертация ... кандидата педагогических наук : 13.00.04 / Афиногенов Тимофей Петрович; [Место защиты: Дальневост. гос. акад. физ. культуры]. - Хабаровск, 2012. - 139 с.
3. Барисовец, З. С. Использование метода практической стрельбы на занятиях по огневой подготовке / З. С. Барисовец - Текст : электронный // Научный поиск курсантов : сборник материалов Международной научной конференции, Могилев, 25 февраля 2020 года. – Могилев: Учреждение образования "Могилевский институт Министерства внутренних дел Республики Беларусь", 2020. – С. 131-132.
4. Загубный, Д. Ю. Опыт обучения практической стрельбе / Д. Ю. Загубный, Т. Т. Кудряков, Д. С. Степанов - Текст : электронный // Совершенствование тактико-специальной подготовки сотрудников правоохранительных органов : Сборник научных трудов Всероссийской конференции, Москва, 26 октября 2018 года / Под общей редакцией А.Х-А. Пихова. – Москва: Московский университет Министерства внутренних дел Российской Федерации им. В.Я. Кикотя, 2018. – С. 94-104.
5. Иванов, В. В. Практическая стрельба как спортивное и прикладное единоборство / В. В. Иванов, С. Л. Конилов, А. А. Передельский - Текст : электронный // Мир науки. Социология, филология, культурология. – 2021. – Т. 12. – № 3.
6. Каримов, А. А. Повышение качества тренировочного процесса в прикладном виде спорта "Практическая стрельба" : специальность 13.00.04 "Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры" : диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Каримов Альберт Амирович. - Текст : электронный. – Улан-Удэ, 2004. – 139 с.
7. Кондрух, А. И. Введение в теорию и методику практической стрельбы [Текст] : монография / А. И. Кондрух. - Москва : Физическая культура, 2014. - 110 с.
8. Кондрух, А. И. Практическая стрельба как вид спорта, прикладная дисциплина, боевое искусство / А. И. Кондрух - Текст : электронный // Личность. Культура. Общество. – 2015. – Т. 17. – № 3-4(87-88). – С. 261-266.

9. Кондрух, Анатолий Иванович. Основы практической стрельбы из пистолета [Текст] : научно-методическое пособие / А. И. Кондрух. - Москва : Sport, 2016. - 166 с.
10. Константинов, В. Н. Методические основы построения и организации тренировочного процесса в практической стрельбе : специальность 13.00.04 "Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры" : диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук / Константинов Владимир Николаевич. - Текст : электронный. – Улан-Удэ, 2010. – 175 с.
11. Константинов, В. Н. Средства и методы тактической подготовки в учебно-тренировочном процессе практической стрельбы / В. Н. Константинов - Текст : электронный // Аллея науки. – 2018. – Т. 2. – № 2(18). – С. 739-742.
12. Крючин, Виталий Александрович. Соревновательная подготовка спортсменов в области практической стрельбы : диссертация ... кандидата педагогических наук : 13.00.04, 13.00.08. - Челябинск, 2006. - 202 с.
13. Лесин, И. А. Организация и проведение соревнований по практической стрельбе / И. А. Лесин, Н. Н. Тумаков, О. Н. Черникова - Текст : электронный // Современные технологии в науке и образовании - СТНО-2019 : Сборник трудов II международного научно-технического форума: в 10 томах, Рязань, 27 февраля – 01 2019 года / Под общей редакцией О.В. Миловзорова. – Рязань: BookJet, 2019. – С. 209-212.
14. Пичугин, А. В. Психологические аспекты подготовки спортсмена стрелка в практической стрельбе, преодоление соревновательного стресса / А. В. Пичугин - Текст : электронный // Антропные образовательные технологии в сфере физической культуры : Сборник статей по материалам VII Всероссийской научно-практической конференции, Нижний Новгород, 18–19 марта 2021 года. – Нижний Новгород: федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Нижегородский государственный педагогический университет имени Козьмы Минина", 2021. – С. 292-297.
15. Подготовка спортсменов в области практической стрельбы / Е. И. Васильченко, А. В. Попов, С. А. Ермоленко, В. Ю. Дубровский - Текст : электронный // Современный ученый. – 2017. – № 5. – С. 377-379.
16. Романов, Е. И. Физическая и специально техническая подготовка в практической стрельбе / Е. И. Романов, Р. И. Носатый, Д. А. Морозова - Текст: электронный // Мир науки. – 2018. – Т. 6. – № 6. – С. 59.