

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

«Белоярская средняя общеобразовательная школа №1»

Принята на заседании
педагогического совета
МАОУ «Белоярская СОШ №1»
Протокол №1 от 25.08.2025 г.

Утверждаю:

Директор школы

Илья А.Зайцева

Приказ № 347 от 25.08.2025 г.

**Дополнительная
общеобразовательная общеразвивающая программа
военно-патриотической направленности
«Меткий стрелок»**

Возраст обучающихся: 11-17 лет

Составитель: педагог
дополнительного образования

Срок реализации: (1 год)

Баев Е.В.

пгт. Белоярский

2025 г.

1 КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Меткий стрелок» разработана согласно требованиям следующих нормативно - правовых документов:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее ФЗ).
2. Федеральный закон Российской Федерации от 14.07.2023 №295-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».
3. Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в редакции 2013 г.).
4. Концепция развития дополнительного образования детей, до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 №678-р.
5. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 №996-р).
6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее СанПиН).
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
8. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

9. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 №298 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

10. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок»).

11. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

12. Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 №882/391 «Об утверждении Порядок организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».

13. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

14. Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 № АК-2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ»).

15. Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных — дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социальному-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»).

16. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 30.03.2018 № 162-Д «Об утверждении Концепции развития образования на территории Свердловской области на период до 2035 года».

17. Приказ Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 29.06.2023 № 785-Д «Об утверждении Требований к условиям и порядку оказания государственной услуги в социальной сфере «Реализация дополнительных образовательных программ в соответствии с социальным сертификатом».

18. Устав МАОУ «Белоярская СОШ №1».

2.2 Основные характеристики

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Меткий стрелок» имеет военно-патриотическую направленность и предназначена для обучающихся 10-17 лет.

Актуальность и востребованность программы. Кружок создан с целью военно-патриотического воспитания детей и подростков, пропаганды стрелкового спорта, личного и профессионального самоопределения, творческого досуга.

Отличительные особенности программы

от уже существующих дополнительных образовательных программ является систематическое и последовательное обучение. В настоящей программе стрелкового спорта – это лидер мирового спортивного движения, развивает двигательную подготовленность учащихся и позволяет оставаться бодрым и энергичным в течение всего дня.

Адресат программы

Данная программа составлена для учащихся 5-11 классов, количество обучаемых в одной группе 8-15 человек.

Зачисление на обучение по программе осуществляется без предъявления особых требований к обучающимся в течение всего учебного года по заявлению родителя (законного представителя) несовершеннолетнего ребёнка.

Режим занятий:

Продолжительность одного академического часа – 40 мин.

Перерыв между учебными занятиями – 10 минут.

Общее количество часов в неделю – 4.

Занятия проводятся по 2 раза в неделю по 2 часа

Объём общеразвивающей программы:

Объём программы – 136 часов.

Срок освоения:

1 год обучения: 136 часов.

Форма обучения: очная.

Уровень программы: базовый.

Особенности организации образовательного процесса.

Занятия проводятся подвальном помещении школы, оборудованном для работы кружка, с использованием пневматического оружия; кабинете ОБЖ в форме теоретических и практических занятий, соревнований, зачетов, игр, изучения документов. Безопасность при проведении стрельбы обеспечивается четкой ее организацией, точным соблюдением мер безопасности и высокой дисциплинированностью всех участников стрельбы.

Организационные формы обучения.

Состав группы обучающихся – постоянный.

Перечень видов занятий:

1. Теоретические занятия. На них сообщаются основные сведения об отечественном стрелковом оружии, его основных технических характеристиках, истории стрелкового спорта, технике и методике стрельбы, основные правила по технике безопасности во время тренировочных занятий, а также особенности стрельбы из различных положений;
2. практические занятия. На них учащиеся приобретают умения и навыки по разборке и сборке автомата Калашникова, а также совершенствуют технику стрельбы из пневматического оружия;
3. ознакомительное занятие. На нём изучают правила поведения на занятии и обращения с пневматической винтовкой;
4. основы и правила стрельбы. Изучают приёмы и технику стрельбы, явление выстрела, траекторию полёта пули, подготовку винтовки к стрельбе.

2.3. Цели и задачи программы

Цель программы: воспитание гармонически развитой личности, с развитыми умениями и навыками во владении оружием, готовой к защите Родины.

Задачи программы:

- воспитывать у обучающихся отношение к труду и общественной собственности, чувство ответственности перед коллективом;
- формировать сознательное и добросовестное отношение к своим обязанностям, организованность и дисциплину, уважение к старшим;
- добиваться соблюдения норм поведения на занятиях, в школе и в быту, - научить детей ориентироваться в сложных ситуациях;

- дать понятие об азах воинской службы;
 - научить детей пользоваться пневматической винтовкой и изучить меры безопасности при обращении с оружием, правилам прицеливания, изготовки к стрельбе и производства выстрела.
- познакомить с устройством АК-74М,
 - развивать у ребят коллективизм, дисциплинированность, товарищество,
 - воспитывать смелость, мужество, решительность, самообладание, целеустремленность, трудолюбие, внимательность, самостоятельность.

2.4. Планируемые результаты

Личностные результаты

- Воспитание патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину;
- формирование представлений о современном стрелковом оружии как неотъемлемой части ВСРФ;
- о значимости целесообразного применения стрелкового оружия в бою;
- формирование психологической готовности к службе в рядах ВС РФ;
- овладение приемами и правилами стрельбы из стрелкового оружия;
- приобретение опыта обращения с оружием и боеприпасами;
- развивать умения творчески подходить к решению задачи

Метапредметные результаты

- формирование общих способов обращения с оружием, характерных для современного боя и являющихся основой современного боя;
- организация интеллектуально - практической и исследовательской деятельности обучающихся;
- развитие пространственных представлений, приёмов наблюдения и управления огнем из стрелкового оружия;
- освоение компетенций: учебно-познавательной, коммуникативной;
- личностного саморазвития;
- ценностно-ориентационного и профессионально-трудового выбора;
- развивать умения работать в команде, эффективно распределять

обязанности.

Познавательные УУД

- формирование механизмов мышления, применимых к огневой подготовке;
- создание фундамента для развития интуиции, пространственного воображения, глазомера;
- навыков наблюдения;
- достижение повышения уровня подготовки обучающихся к службе в ВС РФ;
- знакомство с различными типами вооружения как классических, так и нестандартных;
- практика проведения соревнований по стрельбе из стрелкового оружия и знаний устройства и характеристик стрелкового вооружения;
- стимулировать мотивацию обучающихся к получению знаний, помогать формировать творческую личность ребенка.

Коммуникативные УУД

Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.

Обучающийся сможет:

- определять возможные роли в совместной деятельности;
- играть определенную роль в совместной деятельности;
- принимать позицию собеседника, понимая позицию другого, различать в его речи: мнение (точку зрения), доказательство (аргументы), факты; гипотезы, аксиомы, теории, определять свои действия и действия партнера, которые способствовали или препятствовали продуктивной коммуникации;
- строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности;
- корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, в дискуссии уметь выдвигать контраргументы, перефразировать свою мысль (владение

механизмом эквивалентных замен);

- критически относиться к собственному мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;
- предлагать альтернативное решение в конфликтной ситуации.

Предметные результаты:

Обучающийся научится:

- умение метко стрелять из пневматического оружия (винтовка МР-512);
- понимать смысл поставленной задачи в ходе боя;
- умение обращаться с оружием;
- иметь представление о видах и классификации вооружения;
- готовность к службе в рядах ВС РФ.
- первоначальное представление о вооружении, как неотъемлемой части современного боя;
- умение находить в различных источниках информацию;
- умение понимать и использовать наглядности (схемы, таблицы) для эффективного использования вооружения;
- умение самостоятельно ставить цели, выбирать алгоритмы для решения возникших проблем;

Обучающийся получит возможность научиться:

- обращаться с пневматическим вооружением необходимо с соблюдением требований безопасности;
- усвоить классификацию, характеристики и устройство отдельных видов оружия;
- владеть практическими навыками использования оружия;
- решать простейшие задачи в ходе ведения современного боя.

2.5. Содержание общеразвивающей программы

Учебный (тематический) план

№	Тема	Количество часов		
		всего	Теор. занятия	Практ. занятия
1	Вводное занятие	1	1	-
2	Начальные сведения об анатомии человека	1	1	-
3	Физическая подготовка стрелка	17	1	16
4	Начальные сведения о стрельбе из личного оружия	1	1	-
5	Общие сведения о пневматическом оружии	2	2	-
6	Подготовительные упражнения по стрельбе	18	-	18
7	Вспомогательные упражнения по стрельбе	26	-	26
8	Основные упражнения по стрельбе	40	-	40
9	Стрелковые игры	14	-	14
10	Соревнования по стрельбе из винтовки	20	-	20
Итого:		140	6	134

Содержание учебного (тематического) плана

1. Вводное занятие

История и задачи развития пулевой стрельбы в России. Пневматическое оружие, его отличительные особенности. Пулевая стрельба как один из видов спорта. Овладение искусством точной стрельбы.

2. Начальные сведения об анатомии человека

Скелет человека. Мышцы, сухожилия, связки, суставы. Системы: нервная, сердечно-сосудистая, крови, внешнего дыхания, пищеварительная и выделения. Сенсорные системы-анализаторы: зрительная, слуховая, вестибулярная, двигательная, кожная.

3. Физическая подготовка стрелка

Значение общей и специальной физической подготовки. Ежедневная зарядка. Закалка водными процедурами. Занятия в различных спортивных секциях. Подвижные спортивные игры. Развитие общей выносливости, силы, силовой выносливости, ловкости, гибкости, координации движений тела. Развитие устойчивости позы тела при стрельбе из различных положений, статистической выносливости, высокой точности, быстроты и координации движений частей тела при стрельбе, способности выключения и фиксации отдельных мышц и суставов, автономности и плавности различных видов нажатия на спусковой крючок. Дыхательные упражнения для повышения мышечно-суставной чувствительности.

4. Начальные сведения о стрельбе из личного оружия

Понятие о стрельбе и выстреле. Основы устройства оружия и боеприпасов. Внутренняя и внешняя баллистика. Стабилизация полета пули в воздухе. Средняя точка попадания пуль, ее определение. Пристрелка оружия. Прицеливание. Режим дыхания. Меры безопасности. Правила выполнения стрельбы. Заряжение и разряжение.

5. Общие сведения о пневматическом оружии

Общие данные. Принцип работы. Устройство, назначение и работа основных частей и механизмов оружия: ствол, прицел, ствольная коробка, поршень, боевая пружина, ложа, спусковой механизм, блокировка спуска. Уход за оружием и пульами, их хранение. Подготовка оружия к стрельбе, его заряжение и разряжение.

6. Подготовительные упражнения по стрельбе

Упражнение 1. Начальное и тренировочное. Изготовка к стрельбе из винтовки сидя за столом с опорой локтями о стол. Применение удлинителя прицельной линии.

Упражнение 2. Контроль однообразия прицеливания из винтовки с использованием прицельных станков и ручных указок контроля прицеливания.

Упражнение 3. Прицеливание из винтовки по фигурным мишеням

Упражнение 4. Принятие устойчивой изготовки для стрельбы из винтовки стоя без опоры длительностью до 5 минут и более. Самоконтроль изготовки.

Упражнение 5. Тренировка в стрельбе из винтовки без пуль. Координация всех действий стрелка.

7. Вспомогательные упражнения

Упражнение 1 Стрельба из винтовки по белому листу бумаги для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок.

Упражнение 2. Стрельба из винтовки по квадрату 10x10 см на листе белой бумаги Определение средней точки попадания.

8. Основные упражнения по стрельбе

Упражнение 1. Стрельба из винтовки по круглой мишени сидя за столом с опорой локтями на стол. Вынос точки прицеливания.

Упражнение 2. Стрельба из винтовки по круглой мишени лежа с упора.

Упражнение 3. Стрельба из винтовки по круглой мишени стоя без опоры.

9. Стрелковые игры

1. «Дуэльная» стрельба по круглой мишени на скорость при заданном качестве.

2. «Дуэльная» стрельба по круглой мишени на лучшее качество без ограничения времени.

3. «Дуэльная» стрельба по силуэтным падающим мишеням на скорость.

4. «Дуэльная» с барьерами для развития психической выносливости к длительным напряжениям в условиях повышенного эмоционального возбуждения.

5. «Лось и волк» - аналогичная предыдущей игре.

6. «График» Для тренировки выносливости к длительным напряжениям, развитие умения мобилизации на выполнение каждого выстрела.

7. «Турнир». Для укрепления навыков техники стрельбы, развития решительности и настойчивости, умения полной мобилизации своих сил для точной стрельбы.

8. «Выбивание» - аналогична предыдущей игре.

9. «Биатлон» с бегом. Для развития скоростных навыков точной стрельбы после интенсивного бега.

10. «Триатлон» с бегом и метанием спортивных гранат обеими руками поочередности.

10. Соревнования по стрельбе из винтовки

Проводится между членами кружка, на первенство учебного заведения.

3. Организационно – педагогические условия

3.1 календарный учебный график 2024 год

№ п/п	Тема занятия	Кол- во часов	Основные виды деятельности
1	Вводное занятие. История стрелкового оружия	1	Обучающиеся изучают: историю стрелкового оружия; <ul style="list-style-type: none"> • о значимости целесообразного применения стрелкового оружия в бою; • формирование психологической готовности к службе в рядах ВС РФ;
Человек и оружие (2ч.)			
2	Начальные сведения об анатомии человека	1	Обучающиеся кратко изучают, закрепляют, начальные сведения об анатомии человека. Кратко изучают системы: нервную, сердечно-сосудистую, дыхания, сенсорные системы-анализаторы: зрительную, слуховую, вестибулярную, двигательную.
3	Физическая подготовка стрелка	1	Изучают значение общей и специальной физической подготовки стрелка. Значение здорового образа жизни, активных задач развития пулевой стрельбы в России;
Общие сведения о пневматическом оружии (3ч.)			
4	Начальные сведения о стрельбе из личного оружия	1	Обучающиеся изучают: Начальные сведения о стрельбе из личного оружия; меры обеспечения безопасности при проведении стрельб. Изучают основные понятия о стрельбе и выстреле; основы устройства оружия и боеприпасов; внутреннюю и внешнюю баллистику. Узнают: что такое стабилизация полета пули в воздухе; средняя точка попадания пуль, ее определение; пристрелка оружия; прицеливание; режим дыхания. Меры безопасности. Правила выполнения стрельбы. Заряжение и разряжение MP-512.

5	Устройство пневматической винтовки МР-512, Автомата Калашникова АК-74М (2 ч.)	2	<p>Обучающиеся изучают</p> <p>устройства винтовки и работы частей и механизмов пневматической винтовки МР-512, получают на руки памятки, схемы механизмов винтовки.</p> <p>Изучают устройство и принцип действия АК-74М. Производят неполную сборку и разборку автомата Калашникова. Необходимые действия по обслуживанию АК-74М.</p>
---	---	---	--

Стрельба из пневматического оружия(54 ч.)

6-13	Подготовительные упражнения по стрельбе	8	<p>Производят подготовительные упражнения по стрельбе, начальные и тренировочные: изготовку к стрельбе из винтовки сидя за столом с опорой локтями о стол; применение удлинителя прицельной линии, с использованием пистолета, одной и двумя руками. Осуществляют прицеливание из винтовки по фигурным мишеням.</p> <p>Учатся принимать устойчивую изготовку для стрельбы из винтовки стоя без опоры, длительностью до 5 минут и более, самоконтроль изготовки.</p> <p>Осуществляют тренировку в стрельбе из винтовки без пуль, координацию всех действий стрелка, из пистолета двумя руками и одной рукой.</p>
14-21	Вспомогательные упражнения по стрельбе	8	<p>Осуществляют стрельбу из винтовки по белому листу бумаги для выработки навыка плавного нажатия на спусковой крючок, из пистолета двумя руками и одной рукой.</p> <p>Осуществляют Стрельбу из винтовки по квадрату 10x10 см на листе белой бумаге. Учатся определять среднюю точку попадания из винтовки, из пистолета двумя руками и одной рукой.</p> <p>Осуществляют стрельбу из винтовки по круглой мишени сидя за столом с опорой локтями на стол, с выносом точки прицеливания.</p> <p>Осуществляют стрельбу из винтовки по круглой мишени стоя без опоры, из пистолета двумя руками, из пистолета одной рукой.</p>

22-35	Основные упражнения по стрельбе	14	<p>Осуществляют стрельбу из винтовки по круглой мишени сидя за столом с опорой локтями на стол, вынос точки прицеливания.</p> <p>Осуществляют стрельбу из винтовки по круглой мишени стоя без опоры, из пистолета двумя руками, из пистолета одной рукой.</p> <p>Осуществляют стрельбу из винтовки с колена.</p> <p>Осуществляют стрельбу из винтовки в двух положениях сидя за столом с опорой локтями, а затем –стоя без опоры.</p> <p>Осуществляют стрельбу из винтовки в трех положениях: стрельба из винтовки в двух положениях сидя за столом с опорой локтями , а затем –стоя без опоры, затем с колена.</p> <p>Осуществляют скоростную стрельбу из винтовки по силуэтам в положении стоя, из пистолета; тренировку без стрельбы с винтовкой с переменным центром тяжести стоя без опоры; стрельбу из винтовки с переменным центром тяжести стоя без опоры.</p> <p>По всем упражнениям овладевают навыками стрельбы из пневматической винтовки в соответствии с нормативами.</p>
-------	---------------------------------	----	---

			<p>1. При проведении стрелковой игры «Дуэльная», производят стрельбу по круглой мишени на скорость при заданном качестве.</p> <p>2. При проведении стрелковой игры «Дуэльная», первый вариант, производят стрельбу по круглой мишени на лучшее качество без ограничения времени.</p> <p>3. При проведении стрелковой игры «Дуэльная», второй вариант, производят стрельбу по силуэтным падающим мишеням на скорость.</p> <p>4. При проведении стрелковой игры «Дуэльная» с барьерами , производят стрельбу для развития психической выносливости к длительным напряжениям в условиях повышенного эмоционального возбуждения.</p> <p>5. При проведении стрелковой игры «Лось и волк», которая аналогичная предыдущей игре, производят стрельбу для развития психической выносливости к длительным напряжениям в условиях повышенного эмоционального возбуждения.</p> <p>6. Соревнования- «График». Осуществляют стрельбу из МР-512, для тренировки выносливости к длительным напряжениям, развивают умения мобилизации на выполнение каждого выстрела.</p> <p>7. Соревнования -«Турнир» . Осуществляют стрельбу из ПВ МР512, для укрепления навыков техники стрельбы, развития решительности и настойчивости, умения полной мобилизации своих сил для точной стрельбы.</p> <p>8. Соревнование -«Выбивание» . Осуществляют стрельбу из ПВ МР-512, для укрепления навыков техники стрельбы, развития решительности и настойчивости, умения полной мобилизации своих сил для точной стрельбы.</p> <p>9. Игра- соревнование- «Биатлон» с бегом. Осуществляют стрельбу из ПВ МР-512, для развития скоростных навыков точной стрельбы после интенсивного бега.</p> <p>10.Игра- соревнование «Триатлон» с бегом и метанием спортивных гранат обеими руками поочередно. Осуществляют метание гранат, бег на определенное расстояние, стрельбу из упора стоя , из винтовки МР-512, на расстояние 10 метров, по круглой мишени.</p>
36-46	Стрелковые игры	11	<p>Проводят стрельбу между членами кружка, на первенство среди участников своей группы.</p>
47-54	Соревнования по стрельбе из винтовки МР-512	8	

3.2 Условия реализации программы

Материально – техническое обеспечение

- Пневматические винтовки модель- МР-512, с чехлами;
- запасные части к винтовкам (шомпол и др части);
- макеты автомата Калашникова АК-74М, с чехлами;
- стальной шкаф-сейф для хранения оружия, пулек, мишеней, инструментов, приборов, плакатов, литературы;
- ученические столы, стулья (для проведения стрельбы в тире);
- стальной пулеулавливатель, вмонтированный в помещении тира.

Кадровое обеспечение

Педагог дополнительного образования Баев Е.В.

3.3 Формы аттестации и оценочные материалы

Виды контроля Наименование и время проведения контроля	Цель проведения	Формы контроля
Входной контроль (в начале курса обучения)	Определение уровня развития детей	Анкетирование, результат стрельбы
Текущий контроль (в течение всего учебного года)	Оценка качества освоения какого-либо раздела учебного материала	Педагогическое наблюдение
Промежуточный контроль (по окончании отчетного периода)	Определение степени усвоения обучающимися учебного материала, Определение результатов обучения.	Выполнение нормативов; соревнование; опрос
Итоговый контроль (в конце учебного года/курса обучения)	Оценка изменения уровня развития детей. Определение результатов обучения.	Выполнение нормативов; опрос; соревнование; итоговое занятие.

4. Список используемой литературы

1. Яковлев Н.П., «Учебник допризывника», Военное издательство Министерства Обороны союза ССР, Москва, 1960.
2. Лелюшенко Д.Д., «Пособие для допризывников», Военное издательство Министерства Обороны союза ССР, Москва, 1964.
3. Науменко Ю.А., «Начальная военная подготовка», Москва, Просвещение, 1987 г.
4. Попов Е.А., «Огневая подготовка», Москва, 2004 г.
5. Руководство по 5,45-мм автоматам Калашникова АК-74, АК -74М, АКС -74У и 5,45ручным пулеметам Калашникова РПК-74, РПК-74М, РПКС-74. Москва, Военное издательство, 2001 год.
6. 13. Сборник нормативов по боевой подготовке Сухопутных войск Книга 1. Москва, Военное издательство, 1991 год.
7. Д.П Киселев, Начальное обучение пулевой стрельбе из пневматического оружия» Методические указания, Ульяновский государственный технический университет, кафедра «Физвоспитание», Ульяновск 2011 год.