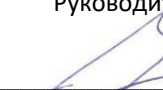
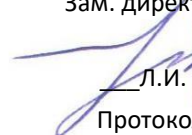


Муниципальное образование
Ленинградский район
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 13
им. Д.К. Павлоградского станицы Ленинградской
муниципального образования Ленинградский район

РАССМОТРЕНО
Руководитель ШМО


Н.А. Кияшко
Протокол №1
от "28" 08.2023 г.

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по ВР


Л.И. Сеницина
Протокол №1
от "29" 08.2023



УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ СОШ №13


Н.Н. Васильченко
Приказ №195-осн
от "30" 08.2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Название кружок «Казачьи игры»

Направление спортивное

Класс 7-8

Учитель Сухоцкая Е.А.

Программа разработана в соответствии с ФГОС основного общего образования, на основе авторской программы «Программа физического воспитания учащихся 5-9 классов общеобразовательных учреждений на основе традиционных казачьих средств», 5-9 классы. Авторы - Долуда Н.А и др. Краснодар, КГУФКСТ, 2008 г.

Программа разработана в соответствии и на основе: приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (с дополнениями и изменениями)

-Основной образовательной программы начального общего образования МАОУ СОШ № 18 с УИОП, утвержденной решением педагогического совета от 31 августа 2021 г. протокол № 1;

Программа разработана на основе авторской программы «Программа физического воспитания учащихся 5-9 классов общеобразовательных учреждений на основе традиционных казачьих средств», 5-9 классы. Авторы - Долуда Н.А и др. Краснодар, КГУФКСТ, 2008 г.

Пояснительная записка.

Цель программы:

- формирование гармоничной личности будущих казаков на основе программно – нормативной базы, объединяющей современные и традиционные казачьи средства патриотического, духовно-нравственного и физического воспитания.

Задачи:

- содействие развитию казачьей народной, в том числе и физической культуры;
- возрождение традиций кубанского казачества в области духовно-нравственного и физического воспитания;
- патриотическое, духовно-нравственное и физическое развитие детей и подростков;
- формирование у будущих казаков позитивной мотивации к духовно-нравственному и физическому развитию на основе традиционных казачьих средств;
- профессиональная ориентация будущих казаков в части несения государственной, военной и иной службы;
- пропаганда традиционных казачьих средств и методов физического воспитания, повышения уровня организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в МАОУ СОШ № 18 с УИОП.

1.

1.Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Казачьи игры»

Личностные результаты

1.Гражданское воспитание

- участие в общественной жизни школы в пределах возрастных компетенций с учетом региональных и этнокультурных особенностей;

2.Патриотическое воспитание и формирование российской идентичности

- чувство гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; знание культуры своего народа, своего края; кубанского казачества, его истории и традиций;

3. Духовное и нравственное воспитание детей на основе российских традиционных ценностей

- принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

4. Приобщение детей к культурному наследию

- физические потребности, ценности и чувства, эстетическое сознание как результат освоения художественного наследия народов России и мира, активной деятельности военно-спортивного характера

5. Формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:

- осознание ценности безопасного образа жизни в современном мире, важности правил безопасности

6. Физическое воспитание и формирование культуры здоровья

- коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видах деятельности;

7. Трудовое воспитание и профессиональное самоопределение

- ответственное отношение к обучению, готовность и способность к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;

8. Экологическое воспитание

• признание ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;

Метапредметные результаты

- освоение обучающимися межпредметных понятий и универсальных учебных действий, способность их использования в предметно-преобразующей деятельности;
- самостоятельность планирования и осуществление предметно-преобразующей деятельности; организация сотрудничества;
- построение индивидуальной образовательной траектории.

- умению анализировать собственную учебную деятельность, адекватно оценивать правильность или ошибочность выполнения учебной задачи и собственные возможности ее решения, вносить необходимые коррективы для достижения запланированных результатов;

- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.

Предметные результаты
обучающийся научится

- способность составлять планы занятий с использованием физических упражнений разной направленности, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;

получит возможность научиться

- умение проводить самостоятельные занятия по освоению и закреплению осваиваемых на уроке новых двигательных действий и развитию основных физических способностей, контролировать и анализировать эффективность этих занятий;

- приобретение устойчивых навыков самостоятельной, целенаправленной и содержательной физкультурной и военно-спортивной деятельности, включая казачьи военно-прикладные дисциплины.

**2.Содержание учебного курса
6-7класс – 34 часа.**

Таблица тематического распределения количества часов

№	Разделы	Кол-во часов
1	«Традиционные казачьи игры и специализированные эстафеты»	10
2	«Элементы традиционных казачьих танцев в физическом воспитании будущих казаков»	4
3	«Традиционные казачьи гимнастики»	5
4	«Легкоатлетическая казачья подготовка: способы преодоления препятствий и ускоренное передвижение»	10
5	«Гигиена и закаливание. Оздоровительные гимнастики кубанских казаков»	5

1.Традиционные казачьи игры и специализированные эстафеты - 10 часов.

Формирование военно-прикладных навыков и умений у казачьей молодёжи игровыми средствами. Духовно-нравственное и физическое воспитание казачьей молодёжи на основе народных казачьих игр и состязаний. Развитие чувства патриотизма при занятиях казачьими играми. Морально-нравственные аспекты использования народных казачьих игр. Игры с нагайкой и шашкой, кинжалом: вращения по разным траекториям, переходы с траектории на траекторию, перехваты из руки в руку, перекидки, сбивание предметов, сочетание

с пляской. Рубка струи, лозы и т. д. Игры творческие и обусловленные правилами. Изучение и отработка приёмов тактики в народной забаве «Стенка на стенку».

2. Элементы традиционных казачьих танцев в физическом воспитании будущих казаков- 4 часа.

Танцевальные элементы с преимущественным развитием гибкости и ловкости. Трюковые элементы пляса. Изучение и отработка трюков в одиночку и в парах. Выполнение трюков по кругу. Изучение техники вращения. Формы и способы организации тренировки с использованием казачьих танцевальных элементов в круге, индивидуально, в парах, в разминке, в качестве приёма единоборства.

3. Традиционные казачьи гимнастики – 5 часов.

Гимнастика «круговая разминка». Прикладная гимнастика «Джигитовка». Гимнастика, направленная на преимущественное развитие силы. Гимнастика, направленная на преимущественное развитие гибкости. Силовая гимнастика «разминка оборотня».

4.Легкоатлетическая казачья подготовка: способы преодоления препятствий и ускоренное передвижение - 10 часов.

Марш-броски 2-3 км. Быстрый бег по прямой. Бег по кругу 60-120 м. Бег по слабопересечённой и умеренно пересечённой местности средней интенсивности 2-3 км. Передвижение в гору (умеренно крутой подъём). Передвижение с горы (умеренно крутой спуск). Ускоренное передвижение по травяному грунту до 1500 м. Ускоренное передвижение по пашне до 1500 м. Ускоренное передвижение по мягкому грунту: песку, снегу. Ускоренное передвижение по мягкому грунту: песку, снегу.

5.Гигиена и закаливание. Оздоровительные гимнастики кубанских казаков – 5 часов.

Оздоровительные гимнастики казаков: казачья разминка. Гимнастика «Благодать». Казачьи народные песни как дыхательная гимнастика. Народная медицина кубанских казаков. Общие представления о лечении природными средствами: травами, минералами и т.д.

3.Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности.

Содержание (разделы, темы)	Основные виды учебной деятельности (УУД)
1. Традиционные казачьи игры и специализированные эстафеты - 10 часов. <i>4.Приобщение детей к культурному наследию</i> <i>6.Физическое воспитание и формирование культуры здоровья</i> <i>7. Трудовое воспитание и профессиональное самоопределение</i>	

Игры в содержании традиционной культуры кубанских казаков. Место и роль казачьих игр в формировании основных физических и духовных качеств.	Знакомятся с правилами проведения игр и эстафет, техникой безопасности на занятиях подвижными играми. Отрабатывают основные движения игрока. Овладевают знаниями об особенностях формы одежды и инвентаря для проведения игр, индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма.. Овладевают умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий казачьими играми и эстафетами. Разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим, самообладанием при проигрыше и выигрыше.
Применение игр для военно-патриотического воспитания казачьей молодёжи.	
Игры с преимущественным проявлением силы и ловкости. Чехарда без опоры на спину.	
Игры: «Три бабки», «Городки», «Город», «Тучи». «На гурт», «Переездной конь» «Переезд», «Котлы». «Ярки», «Высокий дуб», «Зевака», «Пятнашки».	
Возня – борьба: только за руки, только за шею, только за пояса.	
2. Элементы традиционных казачьих танцев в физическом воспитании будущих казаков- 4 часа.	
<i>1.Гражданское воспитание</i> <i>3.Духовное и нравственное воспитание детей на основе российских традиционных ценностей</i> <i>4.Приобщение детей к культурному наследию</i> <i>6.Физическое воспитание и формирование культуры здоровья</i>	
Танцевальные элементы с преимущественным развитием силы.	Овладевают знаниями казачьих народных танцев. Анализируют влияние казачьих танцевальных элементов на формирование и выработку военно-прикладных навыков и умений. Отрабатывают основные танцевальные движения. Организуют использование танцевальных движений в повседневной жизни. Проявляют умение максимально проявлять физические способности при выполнении танцевальных движений.
Танцевальные элементы как основа традиционных боевых движений	
Выделение ударных элементов в технике хлопков и вращений. Элементы танца вприсядку.	
Ознакомление и изучение элементов танца «казачья ночка» - массовый бытовой танец.	
3. Традиционные казачьи гимнастики – 5 часов.	
<i>1.Гражданское воспитание</i> <i>5. Популяризация научных знаний среди детей</i> <i>6.Физическое воспитание и формирование культуры здоровья</i> <i>7. Трудовое воспитание и профессиональное самоопределение</i>	
Гимнастика «круговая разминка»	Различают предназначение видов казачьих гимнастик на формирование военно-прикладных навыков и умений. Овладевают правилами техники безопасности во время занятий казачьими гимнастическими.
Прикладная гимнастика «Джигитовка».	
Гимнастика, направленная на преимущественное развитие силы, гибкости.	
Силовая гимнастика «разминка оборотня».	
4. Легкоатлетическая казачья подготовка: способы преодоления препятствий и ускоренное передвижение - 10 часов.	
<i>2.Патриотическое воспитание и формирование российской идентичности</i> <i>5. Популяризация научных знаний среди детей</i> <i>6.Физическое воспитание и формирование культуры здоровья</i>	
Марш-бросок 1 км.	Овладевают знаниями о влиянии легкоатлетической подготовки на развитие
Быстрый бег по прямой. Бег по кругу 60-120 м.	

Бег по слабопересечённой и умеренно пересечённой местности средней интенсивности 1 км.	физических качеств человека. Характеризуют и классифицируют способы преодоления препятствий и ускоренного передвижения. Применяют данные движения для развития соответствующих качеств выбирают индивидуальный режим физической нагрузки.
Передвижение в гору (умеренно крутой подъём, спуск).	
Ускоренное передвижение по травяному грунту до 500 м.	

5. Гигиена и закаливание. Оздоровительные гимнастики кубанских казаков – 5 часов.

2. Патриотическое воспитание и формирование российской идентичности

6. Физическое воспитание и формирование культуры здоровья

8. Экологическое воспитание

Оздоровительные гимнастики кубанских казаков: казачья разминка. Гимнастика «Благодать».	Формируют потребность соблюдать нормы здорового образа жизни с традиционным казачьим укладом. Характеризуют казачьи песни и танцы как элементы оздоровительной гимнастики. Характеризуют и классифицируют казачьи методы ПМП. Анализируют методы народной кубанской медицины, применяют на практике.
Казачьи народные песни как дыхательная гимнастика. Народная медицина кубанских казаков.	
Общие представления о лечении природными средствами: травами, минералами и т.д	

Протокол заседания ШМО «Здоровье» учителей музыки, физической культуры, ИЗО, технологии ОБЖ МБОУ СОШ №13 от 28 августа 2023 года № 1 _____ Е.А. Сухоцкая	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по ВР _____ Л.И. Сеницына 29августа 2023 год
---	---