

**Муниципальное образование
Ленинградский район**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 4 имени Г.М. Дуба
станции Крыловской
муниципального образования
Ленинградский район**

УТВЕРЖДЕНО

решением Педагогического совета
от 30 августа 2021 года протокол №1
Председатель Педагогического совета

О.Г. Науменко

**Рабочая программа внеурочной деятельности курса
«Казачья удаль»**

Направление программы – спортивно - оздоровительное
Вид программы – спортивно-оздоровительная деятельность
Уровень образования, класс – основное общее образование, 5-9 класс
Количество часов – 170, в неделю - 1
Автор – Шмакова Наталья Юрьевна, учитель физкультуры

Рабочая программа разработана на основе авторской программы/автор
Бугаева Диана Юрьевна, учитель физкультуры МБОУСОШ №4 ст.
Крыловской, Краснодарского края.- 2017 год

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни): приобретение школьниками знаний о правилах ведения здорового образа жизни, об основных нормах гигиены, о технике безопасности при занятии спортом, о способах и средствах самозащиты; о кубанских играх; о правилах конструктивной групповой работы; о способах организации досуга других людей; о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации.

результаты второго уровня (формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом): развитие ценностных отношений школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре, к природе, к родному краю, его истории и народу, к труду, к другим людям.

результаты третьего уровня (приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия): приобретение школьником опыта актуализации спортивно-оздоровительной деятельности в социальном пространстве; опыта заботы о младших и организации их досуга; опыта волонтерской деятельности; опыта самообслуживания самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками; опыта управления другими людьми и принятия на себя ответственности за других.

Основные направления воспитательной деятельности:

- 1) Гражданское воспитание: готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей; активное участие в жизни семьи, организации, местного сообщества, родного края, страны; готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, понимание и признание особой роли России в обеспечении государственной и международной безопасности, обороны страны, знание и понимание роли государства в противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических средств, неприятие любых форм экстремизма, дискриминации, формирование веротерпимости, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, развитие способности к конструктивному диалогу с другими людьми.
- 2) Патриотическое воспитание: осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры

Российской Федерации, своего края; ценностное отношение к достижениям своей Родины — Кубани, уважение к символам края, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родном крае;

- 3) Духовно-нравственное воспитание: ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора; готовность оценивать своё поведение и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства;
- 4) физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия: осознание ценности жизни; ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность); осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья; соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде; способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысляя собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели; умение принимать себя и других, не осуждая; умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, умение управлять собственным эмоциональным состоянием; сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека;

2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

1 ГОД ОБУЧЕНИЯ

5 класс

№	Наименование разделов, блоков, тем	Вид организации	Форма деятельности
1.	Вводное занятие.		
1.1.	Знакомство с содержанием программы. История происхождения и назначения народных игр.	познавательная	познавательная беседа
1.2.	Понятие о правилах игры. Безопасность во время проведения игр.	познавательная	беседа-практикум

2.	Организация досуга и отдыха казаков.		
2.1.	Способы организации досуга в казачьих поселениях: ярмарки, посиделки, вечёрки, гуляния.	досугово-развлекательная	познавательная беседа
2.2.	Традиции проведения основных кубанских праздников.	досугово-развлекательная	заочное путешествие
2.3.	Отдых детей и молодежи на Кубани.	досугово-развлекательная	заочное путешествие
3.	Подвижные казачьи игры.		
3.1.	Игры для формирования правильной осанки: «Бои на бревне», «Ванька-встанька»	игровая	игра
3.2.	Игры для формирования правильной осанки: «Лошадки», «Конники»	игровая	игра
3.3.	Игры с плетью или бечевкой: «Найди жгут», «Люлька», «Удочка»	игровая	игра
3.4.	Игры с бегом. «Дорожки», «Караси и щука», «Змейка»	игровая	игра
3.5.	«Казачьи пятнашки», «Салка», «Городок-бегунок»	игровая	игра
3.6.	Игры с прыжками: «Чехарда», «Кто дальше?», «Колодка»	игровая	игра
3.7.	Игры с прыжками «Ямки», «Эстафета с прыжками».	игровая	игра
3.8.	Особенности игр для развития памяти и внимания. Игры », «Жмурки», «Ловишка», «Заря»,	игровая	игра
3.9.	Игры «Корзинки», «Второй - лишний», «Выше ноги от земли».	игровая	игра
4	Строевые приемы и движения		
4.1.	Строевая стойка. Выполнение команд «Становись», «Равняйся», «Смирно», «Вольно», «Заправиться»	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
4.2.	Строевая стойка «Головные уборы – снять», «Надеть».	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
4.3.	Повороты на месте «На пра-Во», «На ле-Во», «Пол-оборота на ле-Во, на пра-Во	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов

4.4.	Повороты на месте	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
4.5.	Повороты на месте «Кру-гом»	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
4.6.	Движение строевым и походным шагом. Обучение строевого и походного шага.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
4.7.	Движение строевым и походным шагом. Согласованное движение рук, ног.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
4.8.	Движение строевым и походным шагом. Переход на строевой шаг после команды «Смирно».	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
4.9.	Движение строевым и походным шагом Выполнение команд «Бегом марш».	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
5.	Строи		
5.1.	Развернутый строй «По два рассчитайсь» (взвод)	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
5.2.	Развернутый строй «В шеренгу становись», «Отделение в две шеренги становись».	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
5.3.	Походный строй. Выполнение команд: «Отделение в колонну по два (по три становись)».	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
5.4.	Выход из строя и в возвращение в строй. Выполнение команд: «Учащийся Петров, выйти из строя», «Учащийся Петров встать в строй».	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
5.5.	Выход из строя и возвращение в строй Выполнение команд: «Учащийся Петров, выйти из строя», «Учащийся Петров встать в строй».	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
5.6.	Подход к начальнику и отход от него. Выполнения команд: «учащийся Петров ко мне», форма доклада о прибытии, «учащийся Петров встать в строй»	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов

5.7.	Подход к начальнику и отход от него. Выполнения команд: «учащийся Петров ко мне», форма доклада о прибытии, «учащийся Петров встать в строй»	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
5.8.	Подход к начальнику и отход от него. Выполнения команд: «учащийся Петров ко мне», форма доклада о прибытии, «учащийся Петров встать в строй»	спортивно-оздоровительная, познавательная	отработка строевых приемов
6	Итоговое занятие		
6.1	Час любимых игр	спортивно-оздоровительная	соревнования
6.2.	Час любимых игр	спортивно-оздоровительная	соревнования
6.3.	Подведение итогов в виде коллективно-творческого дела «Казачьи забавы»	спортивно-оздоровительная	КТД

2 ГОД ОБУЧЕНИЯ

6 класс

№	Наименование разделов, блоков, тем	Вид организации	Форма деятельности
1.	Вводное занятие.		
1.1.	Знакомство с содержанием программы.	познавательная	познавательная беседа
1.2.	Казачьи общества. Особенности создания и деятельности.	познавательная	встреча с атаманом ХКО ст. Крыловской
2.	Организация досуга и отдыха казаков.		
2.1.	История и назначение игр кубанских казаков.	познавательная	беседа
2.2.	Роль игры в подготовке детей к взрослой жизни. Правила игры и правила безопасности во время проведения игр.	познавательная	беседа-практикум
3.	Подвижные игры.		
3.1.	Правила безопасности при проведении подвижных игр. Игры для формирования правильной осанки: «Казаки», «Перемена места»	игровая	игра

3.2.	Игры для формирования правильной осанки: «Конники», «Передай предмет»	игровая	игра
3.3.	Игры с бегом. «Ляпка», «Салки», «Перебежки», «Перебежки с выручалкой»	игровая	игра
3.4.	Игры с бегом «Прятки с домом», «Колесо», «Гори, гори, ясно!», «Цепи»	игровая	игра
3.5.	Особенности игр для развития ловкости и внимания. Игры «Ловишка в кругу», «Стоп!», «Повторяй за мной», «Запомни порядок», «Корзинки», «Рассказ о моих родственниках».	игровая	игра
3.6.	Особенности игр для развития ловкости и внимания «Запомни порядок», «Корзинки», «Рассказ о моих родственниках».	игровая	игра
3.7.	Виды и назначение спортивных игр. Игры «Набрасывание колец», «Попади в круг»	игровая	игра
3.8.	Игры «Метание в цель», пионербол, футбол.	игровая	игра
3.9.	Особенности проведения игр-шуток. Игры «По цели – не глядя»	игровая	игра
3.10.	Особенности проведения игр-шуток. «На трех ногах», «Забавные соревнования».	игровая	игра
4.	Строевые приемы и движения без оружия		
4.1	Повороты на месте в составе отделения. Совершенствование элемента строевой подготовки по отделениям	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
4.2.	Отработка строевых элементов по отделениям на два счета.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
4.3.	Построение в одну (две) шеренги, в колонну по одному (по два, по три).	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
4.4.	Совершенствование четкости и быстроты построения отделения, в две шеренги, одну шеренгу, в колонну по два, по три.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
4.5.	Совершенствование четкости и быстроты построения отделения, в две шеренги, одну шеренгу, в колонну по два, по три.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
5	Движение в составе отделения (взвода)		
5.1.	Движение походным шагом в составе отделения (взвода).	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов

5.2.	Отработка элементов строевого шага по отделениям.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
5.3.	Переход с походного на строевой шаг.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
5.4.	Перестроение отделения (взвода) из колонны по два в колонну по одному.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
5.5.	Совершенствование элемента строевой подготовки по разделением.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
5.6.	Прохождение торжественным маршем в составе отделения (взвода).	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
5.7.	Отработка движения походным и строевым шагом.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
6.	Выполнение воинского приветствия без оружия		
6.1.	Выполнение воинского приветствия вне строя.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
6.2.	Правило выполнения воинского приветствия вне строя на месте без головного убора, в головном уборе.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
6.3.	Выполнение воинского приветствия в движении.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
6.4.	Правило выполнения воинского приветствия в движении.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
6.5.	Подход к начальнику. Форма доклада.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
6.6.	Подготовка к смотру строя	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
6.7.	Подготовка к смотру строя	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
7	Итоговое занятие		
7.1.	Смотр строя.	спортивно-оздоровительная	смотр

3 ГОД ОБУЧЕНИЯ

7 класс

№	Наименование разделов, блоков, тем	Вид организации	Форма деятельности
1.	Вводное занятие.		
1.1	Знакомство с содержанием программы. Игры для укрепления межличностных отношений: «Комплименты», «Имена-качества», «Отгадай, о ком идет речь».	познавательная	познавательная игра

2.	История Кубанского казачества.		
2.1.	Первые казачьи поселения на территории Кубани. Гербы и флаги кубанских сельских поселений: история и значение.	познавательная	заочное путешествие
2.2.	Флаг и герб Краснодарского края.	познавательная	работа в группах
2.3.	Флаг и герб Кубанского казачьего войска.	познавательная	работа в группах
4.	Познавательные игры.		
4.1.	Познавательные народные игры. Игры со словами «Слова наоборот»	игровая	игра
4.1.	«Ассоциации»,	игровая	игра
4.1.	«Последняя буква».	игровая	игра
4.1.	Ребусы. Шарады. Кроссворды. Сканворды.	игровая	составление кроссворда
5.	Настольные тактические игры.		
5.1.	Знакомство с правилами игр и простейшими тактическими и стратегическими приемами.	познавательная	составление правил игр
5.2.	Игра в шашки	игровая	игра
5.3.	Игра в шахматы	игровая	игра
5.4.	Игра «Уголки»	игровая	игра
5.5.	Игра «Пять в ряд»	игровая	игра
6.	Подвижные тактические игры.		
6.1.	Из истории знаменитых военно-тактических операций. Правила и особенности тактических игр.	познавательная	познавательная беседа
6.2.	Подготовка к проведению подвижных тактических игр. Распределение игроков в тактических играх.	познавательная	познавательная беседа
6.3.	Игры «Казачи - разбойники»,	игровая	игра
6.4.	«Зарница»	игровая	игра
7.	Эстафеты.		
7.1.	Правила поведения, правила безопасности при проведении эстафет.	познавательная	познавательная беседа
7.2.	Виды эстафет на казачьих праздниках.	познавательная	познавательная беседа
7.3.	Проведение эстафет с применением спортивного оборудования и инвентаря.	спортивно-оздоровительная	эстафета
8	Строевые приемы и движения без оружия.		
8.1.	Повороты в движении. Движение строевым шагом.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов

8.2	Совершенствование элементов строевого шага по отделениям	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
8.3	Отработка движения походным и строевым шагом	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
9	Строй отделения (взвода)		отработка строевых приемов
9.1.	Отработка приемов выноса знамени.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
9.2.	Отработка приемов выноса знамени.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
9.3.	Развернутый и походный строй.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
9.4.	Построение отделения (взвода) в две шеренги, в колонну по два.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
9.5.	Перестроение отделения (взвода) из колонны по два в колонну по одному.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
9.6.	Совершенствование перестроение взвода из одношереножного строя в двухшереножный строй и наоборот.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
10	Выполнение воинского приветствия		
10.1.	Обучение выполнению воинского приветствия в строю, на месте при подходе начальника.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
10.2.	Обучение выполнению команд: «Отделение смирно, равнение на право (лево).	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
10.3.	Совершенствование выполнения воинского приветствия в движении.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
11	Зачетное занятие		
11.1.	Подготовка к зачетному занятию.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
11.2	Зачетное занятие. Смотр строя.	спортивно-оздоровительная	смотр

4 ГОД ОБУЧЕНИЯ

8 класс

№	Наименование разделов, блоков, тем	Вид организации	Форма деятельности
1.	Вводное занятие.		
1.1.	Знакомство с содержанием программы.	познавательная	познавательная беседа
1.2.	Законы Кубанского казачьего войска.	познавательная	беседа-обсуждение
2.	Гигиена и закаливание.		
2.1.	Из истории кубанского казачества: гигиена и закаливание воина-казака.	познавательная	видеолекторий

2.2.	Режим дня и режим питания.	познавательная	встреча с медработником
2.3.	Гигиена сна.	познавательная	познавательная беседа
2.4.	Уход за кожей, волосами, ногтями, гигиена полости рта.	познавательная	встреча с медработником
2.5.	Гигиена одежды, обуви и мест занятий.	познавательная	встреча с медработником
3	Значение физических упражнений для жизни и здоровья человека. Подбор упражнений в соответствии с уровнем здоровья и физическим состоянием учащегося.		
3.1.	Знакомство с комплексами упражнений на развитие гибкости (растяжки, круговые движения и махи руками и ногами, повороты, прогибы и скручивания корпуса), бег на длинные дистанции),	спортивно- оздоровительная	практикум
3.2.	Знакомство с комплексом упражнений на развитие выносливости (длительное удержание статических поз).	спортивно- оздоровительная	практикум
3.3.	Знакомство с комплексом упражнений на развитие быстроты (бег с ускорениями, выполнение комплексов в различных скоростных режимах).	спортивно- оздоровительная	практикум
3.4.	Силовые упражнения (отжимания, приседания, подтягивания, укрепление брюшного пресса и мышц спины).	спортивно- оздоровительная	практикум
3.5.	Упражнения на развитие ловкости и координации движений (развитие скорости реакции, укрепление вестибулярного аппарата).	спортивно- оздоровительная	практикум
4.	Элементы техники самообороны.		
4.1.	Простейшие правила и приемы самообороны.	спортивно- оздоровительная	отработка элементов техники самообороны
4.2.	Защита от прямых ударов руки.	спортивно- оздоровительная	отработка элементов техники самообороны
4.3.	Защита от прямых ударов ноги.	спортивно- оздоровительная	отработка элементов техники самообороны

4.4.	Защита от ударов палкой; защита от ударов ножом.	спортивно-оздоровительная	отработка элементов техники самообороны
4.5.	Освобождение от захватов.	спортивно-оздоровительная	отработка элементов техники самообороны
5.	Самоконтроль и саморегуляция.		
5.1.	Приемы расслабления и самоконтроля.	проблемно-ценностное общение	проблемно-ценностная дискуссия
5.2.	Приемы выработки и передачи собственной позиции в группе.	проблемно-ценностное общение	дискуссия
5.3.	Отстаивание мнения.	проблемно-ценностное общение	дискуссия
5.4.	Последствия употребления психотропных и возбуждающих веществ.	проблемно-ценностное общение	беседа
5.5.	Мотивированный отказ от употребления психотропных и возбуждающих веществ.	проблемно-ценностное общение	дискуссия
6	Строевые приемы и движения без оружия		
6.1.	Совершенствование движение отделения (взвода) строевым шагом, повороты в движении.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
6.2.	Отработка движения походным и строевым шагом.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
6.3.	Выход из строя и возвращение в строй.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
6.4.	Отработка элементов строевой подготовки по отделениям и в целом.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
6.5.	Подход к начальнику и отход от него.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
6.6.	Размыкание и смыкание развернутого строя.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
6.7.	Обучение приемам выноса знамени	спортивно-оздоровительная	отработка выноса знамени
7	Основные понятия и термины строевого устава		

7.1.	Строй, шеренга, фланг, фронт, интервал.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
7.2.	Дистанция, ширина строя, глубина строя,	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
7.3.	Походный строй. Двухшереножный строй, колона.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
7.4.	Направляющий, замыкающий, развернутый строй.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
8.	Показательное занятие.		
8.1.	Демонстрация полученных знаний и сформированных умений в виде коллективно-творческого дела «Кубанская вольница».	досугово-развлекательная	КТД

5 ГОД ОБУЧЕНИЯ

9 класс

№	Наименование разделов, блоков, тем	Вид организации	Форма деятельности
1.	Вводное занятие.		
1.1.	Знакомство с содержанием программы. Подготовка подростков и молодежи к ратному делу на Кубани	познавательная	познавательная беседа
2.	Гигиена и закаливание.		
2.1.	Гигиеническое и лечебное значение водных процедур.	познавательная	познавательная беседа
2.2.	Правила закаливания.	познавательная	видеолекторий
2.3.	Употребление воды как необходимое условие здоровья.	познавательная	встреча с медработником
2.4.	Воздействие солнечных лучей на организм человека. Свежий воздух и здоровье человека.	познавательная	аукцион предложений
3.	Общая физическая и специальная подготовка.		
3.1.	Знакомство с комплексами упражнений на развитие гибкости (растяжки, круговые движения и махи руками и ногами, повороты, прогибы и скручивания корпуса),	спортивно-оздоровительная	выполнение комплекса упражнений
3.2.	Знакомство с комплексами упражнений на развитие выносливости (длительное удержание статических поз, бег на длинные дистанции),	спортивно-оздоровительная	выполнение комплекса упражнений

3.3.	Знакомство с комплексами упражнений на развитие быстроты (бег с ускорениями, выполнение комплексов в различных скоростных режимах) .	спортивно-оздоровительная	выполнение комплекса упражнений
3.4.	Силовые упражнения (отжимания, приседания, подтягивания, укрепление брюшного пресса и мышц спины).	спортивно-оздоровительная	выполнение комплекса упражнений
3.5.	Упражнения на развитие ловкости и координации движений (развитие скорости реакции, укрепление вестибулярного аппарата).	спортивно-оздоровительная	выполнение комплекса упражнений
4	Самоконтроль и безопасность жизнедеятельности		
4.1.	Примеры экстренных ситуаций и пути выхода из них.	социальная	беседа
4.2.	Примеры экстренных ситуаций и пути выхода из них.	социальная	беседа
4.3.	Правила действий в чрезвычайных ситуациях.	социальная	работа в группах
4.4.	Правила действий в чрезвычайных ситуациях.	социальная	видеолекторий
4.5.	Самоконтроль и саморегуляция при возникновении трудных жизненных ситуаций.	социальная	встреча
4.6.	Самоконтроль и саморегуляция при возникновении трудных жизненных ситуаций.	социальная	встреча
5	Участие в смотрах и соревнованиях		
5.1.	Правила участия в массовых мероприятиях.	познавательная	беседа
5.2.	Общие командные правила и принципы	познавательная	беседа
6	Совершенствование выполнения элементов строевой подготовки.		
6.1.	Индивидуальная строевая подготовка.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
6.2.	Движение строевым шагом.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
6.3.	Повороты на месте.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
6.4.	Развернутый и походный строй.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов

6.5.	Повороты на месте и в движение в составе отделения	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
6.6.	Совершенствование размыкания и смыкания строя.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
6.7.	Перестроение отделения (взвода) из колонны по два в колонну по одному и обратно.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
6.8.	Совершенствование выполнения воинского приветствия на месте и в движении	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
6.9.	Выход из строя и возвращение в строй.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
6.10.	Подход к начальнику и отход от него.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
6.11.	Совершенствование выполнение воинского приветствия.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
6.12.	Пение при движении строем.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
6.13.	Пение при движении строем.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
6.14.	Передвижение строем с предметами.	спортивно-оздоровительная	отработка строевых приемов
7.	Показательное занятие.		
7.1.	Коллективно-творческого дела «Казачья удаль».	спортивно-оздоровительная	КТД
7.2.	Смотр строя и песни	спортивно-оздоровительная	смотры
Итого:			

3. Тематическое планирование

1 ГОД ОБУЧЕНИЯ

5 класс

№	Наименование разделов, блоков, тем	Всего, час	Количество часов		Основные направления воспитательной деятельности
			Аудиторные	Внеаудиторные	
1.	Вводное занятие.	2			

1.1.	Знакомство с содержанием программы. История происхождения и назначения народных игр.	1	1		1,4
1.2.	Понятие о правилах игры. Безопасность во время проведения игр.	1	1		1
2.	Организация досуга и отдыха казаков.	3			
2.1.	Способы организации досуга в казачьих поселениях: ярмарки, посиделки, вечерки, гуляния.	1	1		3
2.2.	Традиции проведения основных кубанских праздников.	1	1		2
2.3.	Отдых детей и молодежи на Кубани.	1	1		1
3.	Подвижные казачьи игры.	9			
3.1.	Игры для формирования правильной осанки: «Бои на бревне», «Ванька-встанька»	1		1	4
3.2.	Игры для формирования правильной осанки: «Лошадки», «Конники»	1		1	4
3.3.	Игры с плетью или бечевкой: «Найди жгут», «Люлька», «Удочка»	1		1	4
3.4.	Игры с бегом. «Дорожки», «Караси и щука», «Змейка»	1		1	4
3.5.	«Казачьи пятнашки», «Салка», «Городок-бегунок»	1		1	4
3.6.	Игры с прыжками: «Чехарда», «Кто дальше?», «Колодка»	1		1	4
3.7.	Игры с прыжками «Ямки», «Эстафета с прыжками».	1		1	4
3.8.	Особенности игр для развития памяти и внимания. Игры », «Жмурки», «Ловишка», «Заря»,	1		1	4
3.9.	Игры «Корзинки», «Второй - лишний», «Выше ноги от земли».	1		1	4

4	Строевые приемы и движения	9			
4.1.	Строевая стойка. Выполнение команд «Становись», «Смирно», «Заправиться»	1		1	4
4.2.	Строевая стойка «Головные уборы – снять», «Надеть».	1		1	4
4.3	Повороты на месте «На пра-Во», «На ле-Во», «Пол-оборота на ле-Во, на пра- Во	1		1	4
4.4.	Повороты на месте	1		1	4
4.5.	Повороты на месте «Кругом»	1		1	4
4.6.	Движение строевым и походным шагом. Обучение строевого и походного шага.	1		1	4
4.7.	Движение строевым и походным шагом. Согласованное движение рук, ног.	1		1	4
4.8.	Движение строевым и походным шагом. Переход на строевой шаг после команды «Смирно».	1		1	4
4.9.	Движение строевым и походным шагом Выполнение команд «Бегом марш».	1		1	4
5.	Строи	9			
5.1.	Развернутый строй «По два рассчитайсь» «Отделение (взвод) в одну	1		1	4
5.2.	Развернутый строй «В шеренгу становись», «Отделение в две шеренги становись».	1		1	4
5.3.	Походный строй. Выполнение команд: «Отделение в колонну по два (по три становись)».	1		1	4

5.4.	Выход из строя и в возвращение в строй.Выполнение команд: «Учащийся Петров, выйти из строя», «Учащийся Петров встать в строй».	1		1	4
5.5.	Выход из строя и возвращение в строй Выполнение команд: «Учащийся Петров, выйти из строя», «Учащийся Петров встать в строй».	1		1	4
5.6.	Подход к начальнику и отход от него. Выполнения команд: «учащийся Петров ко мне», форма доклада о прибытии, «учащийся Петров встать в строй»	1		1	2,4
5.7.	Подход к начальнику и отход от него.	1		1	2,4
5.8.	Подход к начальнику и отход от него.	1		1	2,4
6	Итоговое занятие	3			
6.1	Час любимых игр	1		1	4
6.2.	Час любимых игр	1		1	4
6.3.	Подведение итогов в виде коллективно-творческого дела «Казачьи забавы»	1		1	4
Итого:		34	5	29	

2 ГОД ОБУЧЕНИЯ
6 класс

№	Наименование разделов, блоков, тем	Всего, час	Количество часов		Основные направления воспитательной деятельности
			Аудиторные	Внеаудиторные	
1.	Вводное занятие.	2			
1.1.	Знакомство с содержанием программы.	1	1		1,2
1.2.	Казачьи общества. Особенности создания и деятельности.	1	1		1,2
2.	Организация досуга и отдыха казаков.	2			
2.1.	История и назначение игр кубанских казаков.	1	1		1,2
2.2.	Роль игры в подготовке детей к взрослой жизни. Правила игры и правила безопасности во время проведения игр.	1	1		1,4
3.	Подвижные игры.	10			
3.1.	Правила безопасности при проведении подвижных игр. Игры для формирования правильной осанки: «Казачьи», «Перемена места»	1		1	4
3.2.	Игры для формирования правильной осанки: «Конники», «Передай предмет»	1		1	4
3.3.	Игры с бегом. «Ляпка», «Салки», «Перебежки», «Перебежки с выручалкой»	1		1	4
3.4.	Игры с бегом «Прятки с домом», «Колесо», «Гори, гори, ясно!», «Цепи»	1		1	4
3.5.	Особенности игр для развития ловкости и внимания. Игры «Ловишка в кругу», «Стоп!», «Повторяй за мной», «Запомни порядок», «Корзинки», «Рассказ о моих родственниках».	1		1	4

3.6.	Особенности игр для развития ловкости и внимания «Запомни порядок», «Корзинки», «Рассказ о моих родственниках».	1		1	4
3.7.	Виды и назначение спортивных игр. Игры «Набрасывание колец», «Попади в круг»	1		1	4
3.8.	Игры «Метание в цель», пионербол, футбол.	1		1	4
3.9.	Особенности проведения игр-шутки. Игры «По цели – не глядя»	1		1	4
3.10.	Особенности проведения игр-шутки. «На трех ногах», «Забавные соревнования».	1		1	4
4.	Строевые приемы и движения без оружия	5			
4.1	Повороты на месте в составе отделения. Совершенствование элемента строевой подготовки по отделениям	1		1	1,4
4.2.	Отработка строевых элементов по отделениям на два счета.	1		1	1,4
4.3.	Построение в одну (две) шеренги, в колонну по одному (по два, по три).	1		1	1,4
4.4.	Совершенствование четкости и быстроты построения отделения, в две шеренги, одну шеренгу, в колонну по два, по три.	1		1	1,4
4.5.	Совершенствование четкости и быстроты построения отделения, в две шеренги, одну шеренгу, в колонну по два, по три.	1		1	1,4
5	Движение в составе отделения (взвода)	7			
5.1.	Движение походным шагом в составе отделения (взвода).	1		1	1,4
5.2.	Отработка элементов строевого шага по отделениям.	1		1	1,4

5.3.	Переход с походного на строевой шаг.	1		1	1,4
5.4.	Перестроение отделения (взвода) из колонны по два в колонну по одному.	1		1	1,4
5.5.	Совершенствование элемента строевой подготовки по разделениям.	1		1	1,4
5.6.	Прохождение торжественным маршем в составе отделения (взвода).	1		1	2,4
5.7.	Отработка движения походным и строевым шагом.	1		1	1,4
6.	Выполнение воинского приветствия без оружия	7			
6.1.	Выполнение воинского приветствия вне строя.	1		1	2,4
6.2.	Правило выполнения воинского приветствия вне строя на месте без головного убора, в головном уборе.	1		1	2,4
6.3.	Выполнение воинского приветствия в движении.	1		1	2,4
6.4.	Правило выполнения воинского приветствия в движении.	1		1	2,4
6.5.	Подход к начальнику. Форма доклада.	1		1	1,4
6.6.	Подготовка к смотру строя	1		1	2,4
6.7.	Подготовка к смотру строя	1		1	2,4
7	Итоговое занятие	1			
7.1.	Смотр строя.	1		1	2,4
Итого:		34	4	30	

3 ГОД ОБУЧЕНИЯ
7 класс

№	Наименование разделов, блоков, тем	Всего, час	Количество часов		Основные направления воспитательной деятельности
			Аудиторные	Внеаудиторные	

1.	Вводное занятие.	1		-	
1.1.	Знакомство с содержанием программы. Игры для укрепления межличностных отношений: «Комплименты», «Имена-качества», «Отгадай, о ком идет речь».	1	1		1,2,3,4
2.	История Кубанского казачества.	3	3	-	
2.1.	Первые казачьи поселения на территории Кубани. Гербы и флаги кубанских сельских поселений: история и значение.	1	1		2
2.2.	Флаг и герб Краснодарского края.	1	1		2
2.3.	Флаг и герб Кубанского казачьего войска.	1	1		2
4.	Познавательные игры.	4			
4.1.	Познавательные народные игры. Игры со словами «Слова наоборот»	1		1	1
4.1.	«Ассоциации»,	1		1	1
4.1.	«Последняя буква».	1		1	1
4.1.	Ребусы. Шарады. Кроссворды. Сканворды.	1		1	1
5.	Настольные тактические игры.	5			
5.1.	Знакомство с правилами игр и простейшими тактическими и стратегическими приемами.	1		1	1
5.2.	Игра в шашки	1		1	1
5.3.	Игра в шахматы	1		1	1
5.4.	Игра «Уголки»	1		1	1
5.5.	Игра «Пять в ряд»	1		1	1
6.	Подвижные тактические игры.	4			
6.1.	Из истории знаменитых военно-тактических операций. Правила и особенности тактических игр.	1	1		1

6.2.	Подготовка к проведению подвижных тактических игр. Распределение игроков в тактических играх.	1		1	1
6.3.	Игры «Казаки - разбойники»,	1		1	4
6.4.	«Зарница»	1		1	4
7.	Эстафеты.	3			
7.1.	Правила поведения, правила безопасности при проведении эстафет.	1		1	4
7.2.	Виды эстафет на казачьих праздниках.	1		1	4
7.3.	Проведение эстафет с применением спортивного оборудования и инвентаря.	1	1		4
8	Строевые приемы и движения без оружия.	3			
8.1.	Повороты в движении. Движение строевым шагом.	1		1	1,4
8.2.	Совершенствование элементов строевого шага по отделениям	1		1	1,4
8.3.	Отработка движения походным и строевым шагом	1		1	1,4
9	Строй отделения (взвода)	6			
9.1.	Отработка приемов выноса знамени.	1		1	2,4
9.2.	Отработка приемов выноса знамени.	1		1	2,4
9.3.	Развернутый и походный строй.	1		1	2,4
9.4.	Построение отделения (взвода) в две шеренги, в колонну по два.	1		1	2,4
9.5.	Перестроение отделения (взвода) из колоны по два в колонну по одному.	1		1	2,4
9.6.	Совершенствование перестроение взвода из одношереножного строя в двухшереножный строй и наоборот.	1		1	2,4
10	Выполнение воинского приветствия	3			

10.1.	Обучение выполнению воинского приветствия в строю, на месте при подходе начальника.	1		1	1,2,4
10.2.	Обучение выполнению команд: «Отделение смирно, равнение на право (лево).	1		1	1,2,4
10.3.	Совершенствование выполнения воинского приветствия в движении.	1		1	1,2,4
11	Зачетное занятие	2			
11.1.	Подготовка к зачетному занятию.	1		1	1,2,4
11.2	Зачетное занятие. Смотр строя.	1		1	1,2,4
Итого:		34	6	28	

4 ГОД ОБУЧЕНИЯ
8 класс

№	Наименование разделов, блоков, тем	Всего, час	Количество часов		Основные направления воспитательной деятельности
			Аудиторные	Внеаудиторные	
1.	Вводное занятие.	1			
1.1.	Знакомство с содержанием программы.	1	1		1,2,3,4
1.2.	Законы Кубанского казачьего войска.	1	1		2
2.	Гигиена и закаливание.	5			
2.1.	Из истории кубанского казачества: гигиена и закаливание война-казака.	1	1		2,4
2.2.	Режим дня и режим питания.	1	1		4
2.3.	Гигиена сна.	1	1		4
2.4.	Уход за кожей, волосами, ногтями, гигиена полости рта.	1	1		4
2.5.	Гигиена одежды, обуви и мест занятий.	1	1		4

3	Значение физических упражнений для жизни и здоровья человека. Подбор упражнений в соответствии с уровнем здоровья и физическим состоянием учащегося.	5			
3.1.	Знакомство с комплексами упражнений на развитие гибкости (растяжки, круговые движения и махи руками и ногами, повороты, прогибы и скручивания корпуса), бег на длинные дистанции),	1		1	4
3.2.	Знакомство с комплексом упражнений на развитие выносливости (длительное удержание статических поз).	1		1	4
3.3.	Знакомство с комплексом упражнений на развитие быстроты (бег с ускорениями, выполнение комплексов в различных скоростных режимах).	1		1	4
3.4.	Силовые упражнения (отжимания, приседания, подтягивания, укрепление брюшного пресса и мышц спины).	1		1	4
3.5.	Упражнения на развитие ловкости и координации движений (развитие скорости реакции, укрепление вестибулярного аппарата).	1		1	4
4.	Элементы техники самообороны.	5			
4.1.	Простейшие правила и приемы самообороны.	1		1	1,4
4.2.	Защита от прямых ударов руки.	1		1	1,4
4.3.	Защита от прямых ударов ноги.	1		1	1,4
4.4.	Защита от ударов палкой; защита от ударов ножом.	1		1	1,4
4.5.	Освобождение от захватов.	1		1	1,4

5.	Самоконтроль и саморегуляция.	5			
5.1.	Приемы расслабления и самоконтроля.	1	1		4
5.2.	Приемы выработки и передачи собственной позиции в группе.	1	1		4
5.3.	Отстаивание мнения.	1	1		4
5.4.	Последствия употребления психотропных и возбуждающих веществ.	1	1		4
5.5.	Мотивированный отказ от употребления психотропных и возбуждающих веществ.	1	1		4
6	Строевые приемы и движения без оружия	7			
6.1.	Совершенствование движение отделения (взвода) строевым шагом, повороты в движении.	1		1	4
6.2.	Отработка движения походным и строевым шагом.	1		1	4
6.3.	Выход из строя и возвращение в строй.	1		1	4
6.4.	Отработка элементов строевой подготовки по отделениям и в целом.	1		1	4
6.5.	Подход к начальнику и отход от него.	1		1	4
6.6.	Размыкание и смыкание развернутого строя.	1		1	4
6.7.	Обучение приемам выноса знамени	1		1	2,4
7	Основные понятия и термины строевого устава	4			
7.1.	Строй, шеренга, фланг, фронт, интервал.	1		1	1
7.2.	Дистанция, ширина строя, глубина строя,	1		1	1

7.3.	Походный строй. Двухшереножный строй, колона.	1		1	4
7.4.	Направляющий, замыкающий, развернутый строй.	1		1	4
8.	Показательное занятие.	1			
8.1.	Демонстрация полученных знаний и сформированных умений в виде коллективно- творческого дела «Кубанская вольница».	1		1	1,2,4
Итого:		34	12	22	

5 ГОД ОБУЧЕНИЯ

9 класс

№	Наименование разделов, блоков, тем	Всего, час	Количество часов		Основные направления воспитательн ой деятельности
			Аудитор ные	Внеауди- торные	
1.	Вводное занятие.	1			
1.1.	Знакомство с содержанием программы. Подготовка подростков и молодежи к ратному делу на Кубани	1	1		1,2,3,4
2.	Гигиена и закаливание.	4			
2.1.	Гигиеническое и лечебное значение водных процедур.	1	1		4
2.2.	Правила закаливания.	1	1		4
2.3.	Употребление воды как необходимое условие здоровья.	1	1		4
2.4.	Воздействие солнечных лучей на организм человека. Свежий воздух и здоровье человека.	1	1		4
3.	Общая физическая и специальная подготовка.	5			

3.1.	Знакомство с комплексами упражнений на развитие гибкости (растяжки, круговые движения и махи руками и ногами, повороты, прогибы и скручивания корпуса)	1		1	4
3.2.	Знакомство с комплексами упражнений на развитие выносливости (длительное удержание статических поз, бег на длинные дистанции),	1		1	4
3.3.	Знакомство с комплексами упражнений на развитие быстроты (бег с ускорениями, выполнение комплексов в различных скоростных режимах) .	1		1	4
3.4.	Силовые упражнения (отжимания, приседания, подтягивания, укрепление брюшного пресса и мышц спины).	1		1	4
3.5.	Упражнения на развитие ловкости и координации движений (развитие скорости реакции, укрепление вестибулярного аппарата).	1		1	4
4	Самоконтроль и безопасность жизнедеятельности	6			
4.1.	Примеры экстренных ситуаций и пути выхода из них.	1		1	1
4.2.	Примеры экстренных ситуаций и пути выхода из них.	1		1	1
4.3.	Правила действий в чрезвычайных ситуациях.	1		1	1
4.4.	Правила действий в чрезвычайных ситуациях.	1		1	1
4.5.	Самоконтроль и саморегуляция при возникновении трудных жизненных ситуаций.	1		1	1

4.6.	Самоконтроль и саморегуляция при возникновении трудных жизненных ситуаций.	1		1	1
5	Участие в смотрах и соревнованиях	2			
5.1.	Правила участия в массовых мероприятиях.	1		1	1
5.2.	Общие командные правила и принципы	1		1	1
6	Совершенствование выполнения элементов строевой подготовки.	14			
6.1.	Индивидуальная строевая подготовка.	1		1	4
6.2.	Движение строевым шагом.	1		1	4
6.3.	Повороты на месте.	1		1	4
6.4.	Развернутый и походный строй.	1		1	4
6.5.	Повороты на месте и в движение в составе отделения	1		1	4
6.6.	Совершенствование размыкания и смыкания строя.	1		1	4
6.7.	Перестроение отделения (взвода) из колонны по два в колонну по одному и обратно.	1		1	4
6.8.	Совершенствование выполнения воинского приветствия на месте и в движении	1		1	4
6.9.	Выход из строя и возвращение в строй.	1		1	4
6.10.	Подход к начальнику и отход от него.	1		1	4
6.11.	Совершенствование выполнения воинского приветствия.	1		1	4
6.12.	Пение при движении строем.	1		1	2,4
6.13.	Пение при движении строем.	1		1	2,4
6.14.	Передвижение строю с предметами.	1		1	4

7.	Показательное занятие.	2			
7.1.	Коллективно-творческого дела «Казачья удаль».	1		1	1,2,3,4
7.2.	Смотр строя и песни	1		1	2,4
Итого:		34	5	29	

Согласовано школьным методическим объединением предметов естественно-математического цикла Протокол от 23 августа 2021 года № 1 Руководитель ШМО учителей естественно- математического цикла _____ В.К. Пичугина	Согласовано Заместитель директора по ВР _____ Т.Н. Радченко 25 августа 2021 год
---	---