

Муниципальное образование Павловский район
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 15 имени Героя Советского Союза
Виктора Иосифовича Костина хутора Средний Челбас

УТВЕРЖДЕНО

решением педагогического совета
от 31.08 2021 года протокол № 1
Председатель  Мельник Г.А.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

По военно-спортивным дисциплинам

Кружок «Казачья доблесть»

Срок реализации программы – 1 год

Возраст обучающихся – 11-13 лет

Кирей Николай Игоревич

2021-2022 учебный год

Планируемые результаты программы

Предполагаемые результаты реализации программы включают в себя уровни воспитательных результатов внеурочной деятельности:

первый уровень 5 класс – комплексная работа над физическими качествами (сила, скорость, выносливость);

второй уровень 6 класс – формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом;

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного курса «Казачья доблесть»

Метапредметные результаты:

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организация самостоятельной деятельности с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;
- управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильное выполнение двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:

- планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств общей культуры;
- изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерение (познавание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;
- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организация и проведение со сверстниками подвижных игр и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;
- бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности к местам проведения;

обеззараживание и питьевой режим). Питание в походе составление меню. Туристическое оборудование, названия, применение. Ориентирование на местности, по звездам.

5. Физическая подготовка – 2 час.

Бег на длинные дистанции. Преодоление препятствий (вертикальных и горизонтальных). Метание мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Метание мяча на дальность. Метание спортивного ножа. Бег по пересечённой местности.

Практическая часть программы.

1. Строевая подготовка – 3 часа.

Перестроения из одной шеренги в 2,3; из одной колонны в 2,3. Повороты в движении (налево, направо, кругом). Движение строевым шагом. Приветствие и ответ на приветствие на месте. На каждом занятии проводить общеразвивающие упражнения по 10 минут, подвижные игры («Лапта», «Скакание и рубка предметов», «Казачата, смирно!», «Чехарда», «Точный расчёт» «Эстафеты» « Дартс» «Метания мячей и различных предметов в горизонтальную , вертикальную цель, на дальность»).

2. Стрелковая подготовка – 1 час.

Устройство автомата. Сборка и разборка автомата. Порядок заряжения и разряжения оружия. Прицеливание. Тренировка в однообразии прицеливания.

На каждом занятии проводить общеразвивающие упражнения по 10 минут, подвижные игры («Метко в цель», «Конники-спортсмены», технику безопасности при проведении игр и стрельбы из пневматической винтовки, пневматического пистолета.

3. Валеология и знания о здоровом образе жизни – 1 час.

Гигиена одежды, обуви. Режим труда и отдыха. Использование природных лекарственных средств. Самоконтроль физического состояния. Показатели физического развития. Общеразвивающие упражнения по 10 минут, подвижные игры («Челнок», «Бой петухов», «Крест на крест» « Дартс» «Метания мячей и различных предметов в горизонтальную , вертикальную цель, на дальность»)).

4. Основы выживания – 2 часа.

Общеразвивающие упражнения по 10 минут, подвижные игры («Крест на крест», «Бой петухов», «Казачьи бои»), установка палатки, работа с компасом, разжигание костра, обработка ран. Устройство и применение туристического оборудования. Закрепление теоретических и практических навыков по выживанию.

5. Физическая подготовка – 2 часа.

Преодоление препятствий (вертикальных и горизонтальных). Метание мяча в горизонтальную и вертикальную цель. Метание мяча на дальность. Метание спортивного ножа. Бег по пересечённой местности. Общеразвивающие упражнения по 10 минут,

- организация и проведение занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбор для них физических упражнений и выполнение их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеристика физической нагрузки по показателю частоты пульса, регулирование её напряжённости во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их;
- подача строевых команд, подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях.

Личностные результаты:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Содержание программы

1. Строевая подготовка – 3 часов. Теоретические сведения. Перестроения из одной шеренги в 2,3; из одной колонны в 2,3. Повороты в движении (налево, направо, кругом). Движение строевым шагом. Приветствие и ответ на приветствие на месте. Совершенствование строевых навыков и участие в строевых конкурсах и смотрах.

2. Стрелковая подготовка – 1 час.

Меры безопасности на занятиях. Устройство автомата. Сборка и разборка автомата. Порядок заряжения и разряжения оружия. Прицеливание. Тренировка в однообразии прицеливания. Стрельба из пневматической винтовки, пневматического пистолета.

3. Валеология и знания о здоровом образе жизни – 1 час.

Гигиена одежды, обуви. Режим труда и отдыха. Использование природных лекарственных средств. Самоконтроль физического состояния. Показатели физического развития.

4. Основы выживания – 2 час.

Первая медицинская помощь при травмах и несчастных случаях (ссадины, раны, ушибы, мозоли, укусы, пищевые отравления). Организация питьевого режима в походе (добыча воды,

подвижные игры («Стенка на стенку», «Казачьи бои», «Бой петухов», «Конники-спортсмены», «Лапта» « Дартс» «Метания мячей и различных предметов в горизонтальную , вертикальную цель, на дальность»)

Формы контроля

Реализация программы «Казачья доблесть» предполагается с использованием форм: соревнования, турниры, спартакиада, поисковые исследования, портфолио и другие формы как итог реализации каждого модуля.

Методические рекомендации

С учётом требований Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования внеурочная деятельность по программе «Казачья доблесть» организуется по спортивно-оздоровительному направлению.

Данное направление внеурочной деятельности является **содержательным ориентиром**, представляет собой приоритетное направление при организации внеурочной деятельности и служит основанием для построения соответствующей программы, содержания методических рекомендаций согласно конкретному направлению.

Занятия будут проходить в спортивном зале, на строевой площадке, в тире, в кабинете ОБЖ, в окрестностях х.Средний Челбас Места, где будут проходить занятия должны соответствовать требованиям техники безопасности и санитарным нормам.

На занятиях внеурочной деятельности необходимо уделить особое внимание умению применять полученные на занятиях теоретические знания и практические навыки в повседневной жизни:

- соблюдать режим дня;
- уметь оказать простейшую само и взаимопомощь при травмах и несчастных случаях;
- развивать физические способности.

Требования к учащимся.

- соблюдать технику безопасности при проведении занятий;
- строго соблюдать и выполнять правила игры;
- участвовать в строевых конкурсах и смотрах.

Тематический план программы

По плану внеурочной деятельности МКОУ СОШ № 15, на изучение предмета « Казачья доблесть» отводится 42.5 -0.25 .85 часов -0.5 час в неделю или 170 часов 1 час в неделю .

№ п/п	Наименование разделов модулей и тем	Всего часов	5кл			6кл			Характеристика деятельности учащихся
			1 ч	0.5 ч	0.25	1 ч	0.5 ч	0.25	
1.	Строевая подготовка	9	9	5	3	9	5	3	Ознакомление с богатейшим опытом накопленным кубанским казачеством. Воспитание на замечательных традициях и обычаях лучших человеческих качеств, любви к Родине, мужества, справедливости, смелости, уважения к старшему поколению..
2.	Стрелковая подготовка	6	6	3	1	6	3	1	
3.	Валеология и знания о здоровом образе жизни	2	2	1	1	2	1	1	
4.	Основы выживания	11	11	4	2	11	4	2	
5.	Физическая подготовка	8	8	4	2	8	4	2	
	Всего	34	34	17	9	34	17	9	

Календарно-тематическое планирование

5 класс-9 час

№п/п	Содержание (разделы, темы)	Всего часов	аудит орно	внеаудитор но	Даты.		Оборудова ние
					план	факт	
	Строевая подготовка	3					
1.	Т.Б. на занятиях «Казачьей доблестью». Общеразвивающие упр. Игра с коновязью перевороты ногами вперед.			1			
2.	Повороты налево, направо, кругом. Общеразвивающие упр. Игра «Скакание и рубка предметов»			1			Лошадки.

3.	Перестроение из одной шеренги в 2.3. Общеразвивающие упр. Игра «Лапта»			1			Мячи бита
	Стрелковая подготовка	1					
4.	Порядок заряжения и разряжения оружия. Общеразвивающие упр. Игра «Метко в цель»			1			
	Валеология и знания о здоровом образе жизни.	1					
5.	Распорядок дня. Игра «Крест на крест». Общеразвивающие упр.			1			
	Основы выживания	2					
6.	Первая медицинская помощь при травмах и несчастных случаях (ссадины, раны) Обработка ран. Общеразвивающие упр.			1			
7.	Медицинская помощь и обработка (ушибы, мозоли) Игра «Бой петухов»			1			
	Физическая подготовка	2					
8.	Бег на короткие дистанции. Преодоление вертикальных и горизонтальных препятствий.			1			
9	Одевание туристической экипировки. Игра «Казачьи бои» Общеразвивающие упр.			1			
	Итого	9					

Календарно-тематическое планирование

5 класс-9 час

№п/п	Содержание (разделы, темы)	Всего часов	аудио рно	внеаудио рно	Даты.		Оборудование
					план	факт	
	Строевая подготовка	3					
1.	Т.Б. на занятиях «Казачьей доблестью». Общеразвивающие упр. Игра с коновязью перевероты ногами вперёд.			1			
2.	Повороты налево, направо, кругом. Общеразвивающие упр. Игра «Скакание и рубка предметов»			1			Лошадки.
3.	Перестроение из одной шеренги в 2.3. Общеразвивающие упр. Игра «Лапта»			1			Мячи бита
	Стрелковая подготовка	1					
4.	Порядок заряжения и разряжения оружия. Общеразвивающие упр. Игра «Метко в цель»			1			
	Валеология и знания о здоровом образе жизни.	1					
5.	Распорядок дня. Игра «Крест на крест». Общеразвивающие упр.			1			
	Основы выживания	2					
6.	Первая медицинская помощь при травмах и несчастных случаях (ссадины, раны) Обработка ран. Общеразвивающие упр.			1			
7.	Медицинская помощь и обработка (ушибы, мозоли) Игра «Бой петухов»			1			
	Физическая подготовка	2					
8.	Бег на короткие дистанции. Преодоление вертикальных и горизонтальных препятствий.			1			
9	Одевание туристической экипировки. Игра «Казачьи бои» Общеразвивающие упр.			1			
	Итого	9					

Календарно-тематическое планирование

6 класс-9 час

№п/п	Содержание (разделы, темы)	Всего часов	аудио рно	внеауд иторно	Даты.		Оборудовани е
					план	факт	
	Строевая подготовка	3					
1.	Т.Б. на занятиях «Казачьей доблестью». Общеразвивающие упр. Игра с коновязью перевероты ногами вперед.			1			
2.	Повороты налево, направо, кругом. Общеразвивающие упр. Игра «Скаканье и рубка предметов»			1			Лошадки.
3.	Перестроение из одной шеренги в 2.3. Общеразвивающие упр. Игра «Лапта»			1			Мячи бита
	Стрелковая подготовка	1					
4.	Порядок заряжения и разряжения оружия. Общеразвивающие упр. Игра «Метко в цель»			1			
	Валеология и знания о здоровом образе жизни.	1					
5.	Распорядок дня. Игра «Крест на крест». Общеразвивающие упр.			1			
	Основы выживания	2					
6.	Первая медицинская помощь при травмах и несчастных случаях (ссадины, раны) Обработка ран. Общеразвивающие упр.			1			
7.	Медицинская помощь и обработка (ушибы, мозоли) Игра «Бой петухов»			1			
	Физическая подготовка	2					
8.	Бег на короткие дистанции. Преодоление вертикальных и горизонтальных препятствий.			1			
9	Одевание туристической экипировки. Игра «Казачьи бои» Общеразвивающие упр.			1			
	Итого	9					