

Муниципальное образование Павловский район Краснодарского края  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 13  
имени Федора Ивановича Фоменко станицы Новопетровской

УТВЕРЖДЕНО  
решением педагогического совета  
протокол № 1 от «31» августа 2022 года  
Председатель педсовета  
И.В. Янченко



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По курсу внеурочной деятельности «Казачья удаль»

Уровень образования (класс) – начальное общее образование, 1-4 класс

Количество часов 135 часов

Учитель Совтус Светлана Михайловна

Программа разработана в соответствии и на основе Примерной рабочей программы учебного предмета «Физическая культура» для образовательных организаций, реализующих программы начального, основного и среднего общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 20 сентября 2016 г. № 3/16), Москва 2016 г.; издания «Детские игры и забавы в станицах Кубанской и Тверской областей»- Краснодар: Традиция, 2012.; Основы безопасности жизнедеятельности. Рабочие программы. Предметная линия учебников под редакцией А.Т.Смирнова. 10-11 классы: пособие для учителей общеобразовательных организаций/ А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников. – М.: Просвещение, 2014; Мастерская учителя «Школа докторов Природы или 135 уроков здоровья»: 1-4 классы Начальная школа – Москва: ВАКО, 2004 Л. А.Обуховой Н. А.Лемяскиной.

**Основной целью** программы «Казачья удаль» является создание условий для формирования:

- у учащихся уважение к ратному труду казаков, осознанную необходимость повышения уровня своей физической подготовки через занятия военно-прикладными видами спорта и физической культурой.
- у учащихся навыки по организации выполнения совместных действий, игр с товарищами, повышение уровня организованности и дисциплины, выработать чувство «локтя». Выработать строевую слаженность.
- обеспечения учащихся необходимой информацией по сохранению и укреплению здоровья, по организации и проведению самостоятельных занятий.

## 1. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Воспитательные результаты внеурочной спортивно-оздоровительной деятельности школьников распределяются по трём уровням.

1. **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 способах ориентирования на местности и элементарных правилах выживания в природе; о принятых в обществе нормах отношения к природе; к памятникам истории и культуры; о русских народных играх; об основах разработки социальных проектов и организации коллективной творческой деятельности; о способах организации досуга других людей; о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации.
2. **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 труду, к другим людям.
3. **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 самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками; опыта управления другими людьми и принятия на себя ответственности за других.

При достижении трёх уровней результатов внеурочной деятельности возрастает вероятность появления эффектов воспитания и социализации подростков. Первая группа эффектов – социокультурная идентичность – осознание подростком себя в контексте управления, принятия себя как субъекта социокультурного взаимодействия, личности и индивидуальности.

Вторая группа эффектов – социально-коммуникативные компетенции- предполагает высокую степень эффективности самореализации школьника в социальном взаимодействии ( при соблюдении этикета, принципов коммуникативной толерантности), осознанное позиционирование себя как субъекта межличностного взаимодействия, владение управленческими (организаторскими, маркетинговыми и др.) компетенциями ( изучение потребностей аудитории, поиск наиболее адекватных вариантов удовлетворения потребностей). третья группа – компетенции собственно в сфере сохранения и укрепления здоровья, спортивной деятельности.

К концу *1 года обучения* учащиеся должны :

<b>Знать:</b>	<b>Уметь:</b>
---------------	---------------

<ul style="list-style-type: none"> <li>• как правильно надо мыть руки и лицо,</li> <li>▪ как заботиться о глазах и как ухаживать за ушами, зубами, руками и ногами,</li> <li>▪ знать правила ухода за кожей,</li> <li>▪ как следует питаться,</li> <li>▪ о пользе сна,</li> <li>▪ правила поведения в школе и дома,</li> <li>▪ о вреде курения,</li> <li>▪ о пользе физических упражнений и закаливания,</li> <li>▪ правила безопасного поведения на воде.</li> <li>▪ свое место в строю;</li> <li>▪ основные приемы и движения построений;</li> <li>▪ основные команды</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• правильно мыть руки и лицо,</li> <li>• делать гимнастику для глаз,</li> <li>• содержать в чистоте и защищать уши, зубы, руки, ноги и кожу от повреждений,</li> <li>• выбирать полезную для здоровья пищу и тщательно пережёвывать её при приёме,</li> <li>• спать по 11-11,5 часов, ложась в 20-21 час,</li> <li>• контролировать своё поведение в школе и дома,</li> <li>• уметь противостоять при предложении покурить,</li> <li>• выполнять физические упражнения для укрепления мышц,</li> <li>• выполнять закаливающие процедуры,</li> <li>• соблюдать правила безопасного поведения на воде,</li> <li>• играть в подвижные народные игры.</li> <li>• строиться по команде учителя;</li> <li>• исполнять команды учителя;</li> <li>• держать необходимую дистанцию в строю.</li> </ul>
--	--

После окончания *II года обучения* учащиеся должны

<b>Знать:</b>	<b>Уметь:</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>– правила народных игр;</li> <li>– историю возникновения и развития народных игр;</li> <li>– значение питания, как фактора сохранения и укрепления здоровья;</li> <li>– основные правила судейства соревнований</li> <li>– расстояние и интервалы при построении;</li> <li>– понятия «парад», «фланг», «фронт», «тыльная сторона», «строевая стойка», «интервал», «ширина строя».</li> <li>– правила построения в условиях парада.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– играть по правилам в народные игры.</li> <li>– выполнять упражнения на расслабление во время занятий;</li> <li>– соблюдать правила техники безопасности во время занятий, в пути следования на занятия и по дороге домой;</li> <li>– четко следовать командам учителя;</li> <li>– выполнять строевые приемы в условиях парада;</li> </ul>

После окончания *III года обучения* учащиеся должны

<b>Знать:</b>	<b>Уметь:</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>– специфические особенности игр направленных на развитие физических качеств;</li> <li>– правила игр;</li> <li>– основы техники безопасности во время занятий в пути следования на занятия и по дороге домой;</li> <li>– правила дорожного движения;</li> <li>– понятие о силе воли и спортивном характере;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– играть по правилам в игры</li> <li>– соблюдать правила техники безопасности во время занятий, в пути следования на занятия и по дороге домой;</li> <li>– выполнять обязанности помощников судей на соревнованиях.</li> <li>– оказывать первую доврачебную помощь;</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>– значение питания, как фактора сохранения и укрепления здоровья.</li> <li>– общее представление о судействе на соревнованиях;</li> <li>– основные обязанности судей</li> <li>– меры личной и общественной профилактики болезней;</li> <li>– характерные спортивные травмы и их предупреждение;</li> <li>– правила оказания первой доврачебной помощи;</li> <li>– причины утомления;</li> <li>– основные приемы построений и движений под музыку;</li> <li>– правила отдавание воинского приветствия в движении;</li> <li>– способы и приёмы передвижения солдат в бою при действиях в пешем порядке.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– двигаться в строю под музыку;</li> <li>– отдавать воинское приветствие в движении;</li> <li>– проходить полосу препятствий.</li> </ul>
---	---

После окончания *IV года обучения* учащиеся должны

<b>Знать:</b>	<b>Уметь:</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>– методику судейства соревнований по играм;</li> <li>– меры личной и общественной профилактики болезней;</li> <li>– характерные спортивные травмы и их предупреждение;</li> <li>– правила оказания первой доврачебной помощи;</li> <li>– правила игр;</li> <li>– основы техники безопасности во время занятий в пути следования на занятия и по дороге домой;</li> <li>– правила дорожного движения;</li> <li>– историю возникновения и развития игр;</li> <li>– понятие о силе воли и спортивном характере;</li> <li>– значение питания, как фактора сохранения и укрепления здоровья</li> <li>– строевые песни;</li> <li>– приемы движения строя с исполнением песни;</li> <li>– приемы командования строем.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– оказывать первую доврачебную помощь;</li> <li>– анализировать технику своего бега и определять ошибки;</li> <li>– подбирать и проводить спортивные и подвижные игры;</li> <li>– владеть терминологией по изучению игр;</li> <li>– двигаться строем с исполнением песни</li> </ul>

#### **Предполагаемый результат:**

- Укрепление здоровья детей, формирования у них навыков здорового образа жизни.
- Обобщение и углубление знаний об истории, культуре народных игр
- Развитие умений работать в коллективе, лидерских качеств
- Формирования у детей и уверенности в своих силах.
- Умение применять игры в самостоятельных занятиях.
- Овладение умениями организовать собственную здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, подвижные игры, регулярные занятия спортом и т.д.).

**Личностными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:**

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально - яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.
- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих, предупреждения заболеваний;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.
- приобщение подрастающего поколения к традиционной культуре через изучение игрового фольклора
- проявление положительных качеств личности и управления своими эмоциями в различных(нестандартных) ситуациях и условиях;
- принятие и освоение традиций, ценностей, формы культурно-исторической, социальной и духовной жизни своей страны;
- формирование гражданского самосознания и чувства патриотизма;
- формирование нравственных ценностей, толерантности, правильной оценки происходящих событий.
- формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
- формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

**Метапредметными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:**

- овладеть навыками бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.

- характеризовать явления(действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправлений;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения ;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых строевых движений, использовать их в других школьных дисциплинах;
- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов, схем решения учебных и практических задач;
- активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий (далее – ИКТ) для решения коммуникативных и познавательных задач;
- использование различных способов поиска (в справочных источниках и открытом учебном информационном пространстве сети Интернет), сбора, обработки, анализа, организации, передачи и интерпретации информации в соответствии с коммуникативными и познавательными задачами и технологиями учебного предмета; в том числе умение вводить текст с помощью клавиатуры, фиксировать (записывать) в цифровой форме измеряемые величины и анализировать изображения, звуки, готовить свое выступление и выступать с аудио-, видео- и графическим сопровождением; соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета;
- овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации по родовидовым признакам, установления аналогий и причинно-следственных связей, построения рассуждений, отнесения к известным понятиям;
- готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности (природных, социальных, культурных, технических и др.) в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами;
- умение работать в материальной и информационной среде начального общего образования

**Предметными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:**

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- характеризовать роль и значение физической культуры в жизнедеятельности человека;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях
- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

## **2. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Программа «Казачья удаля» рассчитана на четыре года для обучающихся в возрасте от 6,5 до 11 лет. Общий годовой план работы составляет 135 часов: в 1 классе - 33 ч., из них: аудиторных -17 ч, внеаудиторных -16 ч., в 2-4 классах – по 34 часа, из них 17–аудиторных, 17 – внеаудиторных.

### **1 класс Аудиторные занятия:**

**ШКОЛА ДОКТОРОВ ПРИРОДЫ** включает :

**Вводное занятие.** Знакомство с программой. Инструктаж по ТБ.

**Поведение в школе.** Я - ученик

**Настроение в школе.** Как настроение?

**Настроение после школы.** Я пришёл из школы

**Дружи с водой.** Советы доктора Воды. Друзья Вода и Мыло.

**Забота о глазах.** Глаза - главные помощники человека.

**Уход за ушами.** Чтобы уши слышали.

**Уход за зубами.** Почему болят зубы. Чтобы зубы были здоровыми. Как сохранить улыбку красивой?

**Уход за руками и ногами.** «Рабочие инструменты» человека

**Забота о коже.** Зачем человеку кожа. Надёжная защита организма. Если кожа повреждена

**Как следует питаться.** Питание-необходимое условие для жизни человека. Здоровая пища для всей семьи.

**Как сделать сон полезным.** Сон – лучшее лекарство

**Вредные привычки.** Вредные привычки.

**Мышцы, кости и суставы.** Скелет – наша опора. Осанка – стройная спина!

**Как закаляться. Обтирание и обливание.** Если хочешь быть здоров.

**Как правильно вести себя на воде.** Правила безопасности на воде

**Доктора природы (обобщающий)**

### **1 класс Внеаудиторные занятия:**

#### **НАРОДНЫЕ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ КУБАНСКОГО КАЗАЧЕСТВА включают:**

**Игры с игрушками** Игра «Чушки», Игра «Свинка»,

**Игры без игрушек** Игра «Хрен» Игра «Кобылка»

**Игры с бегом и увёрткой** Игра «Чапля» Игра «Хваталки»

**Игры с прыжками и борьбой** Игра «Путы» Игра «Змейка»

#### **СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА включает:**

Строй и его элементы. Обязанности казака перед построением и в строю. Построение отделения. Строевая стойка. Повороты на месте. Расчёт на 1,2. Перестроение в две колонны. Расчёт на 1,2, 3. Перестроение в три колонны. Ходьба в движении. Движение походным шагом. Движение строевым шагом. Движение строевым шагом с песней

#### **ОБЩЕСТВЕННЫЙ СМОТР ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ включает:**

Игра «Кубанский край - земля казачья»

### **2 класс Аудиторные занятия:**

#### **ШКОЛА ДОКТОРОВ ПРИРОДЫ включает :**

**Почему мы болеем.** Причины болезни. Признаки болезни. Как здоровье?

**Кто и как предохраняет нас от болезней.** Как организм помогает сам себе? Здоровый образ жизни

**Кто нас лечит.** Какие врачи нас лечат

**Прививки от болезней.** Инфекционные болезни. Прививки от болезней

**Что нужно знать о лекарствах.** Какие лекарства мы выбираем. Домашняя аптечка

**Как избежать отравлений.** Отравление лекарствами. Пищевые отравления.

**Безопасность при любой погоде.** Если солнечно и жарко. Если на улице дождь и гроза

**Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте.** Опасность в нашем доме. Как вести себя на улице

**Правила безопасного поведения на воде.** Вода – наш друг

**Правила общения с огнём.** Чтобы огонь не причинил вреда

**Как уберечься от поражения электрическим током.** Чем опасен электрический ток?

**Как уберечься от порезов, ушибов, переломов.** Травма

**Как защититься от насекомых.** Укусы насекомых

**Предосторожности при обращении с животными.** Что мы знаем о собаках и кошках?

**Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожении.** Как помочь себе при тепловом ударе. Если ты обморозился

**Первая помощь при травмах.** Растяжение связок и вывих костей. Переломы. Если ты ушибся или порезался

**Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос.** Если в глаз, ухо, нос или горло попал посторонний предмет

### **2 класс Внеаудиторные занятия:**

**НАРОДНЫЕ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ КУБАНСКОГО КАЗАЧЕСТВА** включают:

**Камушки и казанки** «Чёт и нечёт» «Пять камушков»

**Чижик** Игра «Чижик ездовой» Игра «Чижик в кругу»

**Игры с шарами** Игра «Котлы» Игра «В короли»

**Игры без игрушек** Игра «Жмурки» Игра «Игра в шапку и прыганье через шапку»

**СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА** включает:

Строй и его элементы. Обязанности казака перед построением и в строю. Построение отделения. Строевая стойка. Повороты на месте. Расчёт на 1,2.

Перестроение в две колонны. Расчёт на 1,2, 3. Перестроение в три колонны. Ходьба в движении. Движение походным шагом. Движение строевым

шагом. Движение строевым шагом с песней

**ОБЩЕСТВЕННЫЙ СМОТР ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ** включает:

Игра «Кубанский край - земля казачья»

### **3 класс Аудиторные занятия:**

**ШКОЛА ДОКТОРОВ ПРИРОДЫ** включает :

**Чего не надо бояться.** Как воспитать уверенность и бесстрашие?

**Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным.** Учимся думать. Спешите делать добро

**Почему мы говорим не правду.** Поможет ли нам обман? «Неправда – ложь» в пословицах и поговорках

**Почему мы не слушаемся родителей?** Надо ли прислушиваться к советам родителей? Почему дети и родители не всегда понимают друг друга?

**Надо уметь сдерживать себя.** Все ли желания выполнимы? Как воспитать в себе сдержанность?

**Не грызи ногти, не ковыряй в носу.** Как отучить себя от вредных привычек

**Как относиться к подаркам.** Я принимаю подарок. Я дарю подарки

**Как следует относиться к наказаниям.** Наказание

**Как нужно одеваться.** Одежда

**Как вести себя с незнакомыми людьми.** Ответственное поведение

**Как вести себя, когда что-то болит.** Боль

**Как вести себя за столом.** Сервировка стола. Правила поведения за столом

**Как вести себя в гостях.** Ты идёшь в гости

**Как вести себя в общественных местах.** Как вести себя в транспорте и на улице. Как вести себя в театре, кино, школе

**«Нехорошие слова». Недобрые шутки.** Умеем ли мы вежливо общаться? Умеем ли мы разговаривать по телефону?

**Как выбирать друзей.** Что такое дружба? Кто может считаться настоящим другом?

**Как помочь больным и беспомощным.** Если кому-нибудь нужна твоя помощь. Спешите делать добро

### **3 класс Внеаудиторные занятия:**

## **НАРОДНЫЕ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ КУБАНСКОГО КАЗАЧЕСТВА включают:**

**Игры со жгутом, палками** Игра «Обыкновенный жгут» Игра «Просо»

**Игры в мяч** Игра «В три бабки» Игра «Зевака»

**Символические игры** Игра «Солнце и луна» Игра «Безвин»

**Особые домашние игры** Игра «Вергилий» Игра «Игра в верёвочку»

## **СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА включает:**

Строй и его элементы. Обязанности казака перед построением и в строю. Построение отделения. Строевая стойка. Повороты на месте. Расчёт на 1,2. Перестроение в две колонны. Расчёт на 1,2, 3. Перестроение в три колонны. Ходьба в движении. Движение походным шагом. Движение строевым шагом. Движение строевым шагом с песней

## **ОБЩЕСТВЕННЫЙ СМОТР ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ включает:**

Игра «Кубанский край - земля казачья»

## **4 класс Аудиторные занятия:**

### **ШКОЛА ДОКТОРОВ ПРИРОДЫ включает :**

**Наше здоровье.** Что такое здоровье? Что такое эмоции?

Чувства и поступки. Стресс

**Как помочь сохранить себе здоровье.** Учимся думать и действовать. Учимся находить причину и последствия событий. Умей выбирать

**Что зависит от моего решения.** Принимаю решение. Я отвечаю за своё решение

**Злой волшебник табак.** Что мы знаем о курении. Зависимость.

**Почему некоторые привычки называются вредными.** Умей сказать НЕТ. Как сказать НЕТ.

Почему вредной привычке ты скажешь нет? Я умею выбирать- тренинг безопасного поведения

**Помоги себе сам.** Волевое поведение

**Злой волшебник алкоголь.** Алкоголь. Алкоголь – ошибка. Алкоголь - сделай выбор

**Злой волшебник наркотик.** Наркотик. Наркотик – тренинг безопасного поведения

**Мы одна семья.** Мальчишки и девчонки. Моя семья

**Повторение.** Дружба. День здоровья. Чистота и порядок.

Умеем ли мы правильно питаться?. Я выбираю кашу.

Чистота и здоровье. Откуда берутся грязнули?

Будем делить хорошо и не будем плохо.

КВН «Наше здоровье».

Я здоровье берегу – сам себе я помогу. Будьте здоровы!

## **4 класс Внеаудиторные занятия:**

### **НАРОДНЫЕ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ КУБАНСКОГО КАЗАЧЕСТВА включают:**

**Символические игры** Игра «Утки» Игра «Краски»

**Игры с прыжками, бегом и борьбой** Игра «Колдун» Игра «Хлебец»

**Игры и упражнения с метанием** Игра «Печки» Игра «Болван»

**Игры с мячом** Игра «Зевака» Игра «Выбивалка»

**Игры с палкой** Игра «Рюха» Игра «Клёк»

**СТРОЕВАЯ ПОДГОТОВКА** включает:

Строй и его элементы. Обязанности казака перед построением и в строю. Построение отделения. Строевая стойка. Повороты на месте. Расчёт на 1,2. Перестроение в две колонны. Расчёт на 1,2, 3. Перестроение в три колонны. Ходьба в движении. Движение походным шагом. Движение строевым шагом. Движение строевым шагом с песней

**ОБЩЕСТВЕННЫЙ СМОТР ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ** включает:

Игра «Кубанский край - земля казачья»

### 3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Раздел	Кол-во часов	Темы, входящие в данный раздел	Кол-во часов
<b>1 класс</b>			
<b>Школа докторов природы</b>	17	1. Вводное занятие. Знакомство с программой. Инструктаж по ТБ.	1
		3. Поведение в школе. Я - ученик	1
		5. Настроение в школе. Как настроение?	1
		7. Настроение после школы. Я пришёл из школы	1
		9. Дружи с водой. Советы доктора Воды. Друзья Вода и Мыло.	1
		11. Забота о глазах. Глаза - главные помощники человека.	1
		13. Уход за ушами. Чтобы уши слышали.	1
		15. Уход за зубами. Почему болят зубы. Чтобы зубы были здоровыми. Как сохранить улыбку красивой?	1
		17. Уход за руками и ногами. «Рабочие инструменты» человека	1
		19. Забота о коже. Зачем человеку кожа. Надёжная защита организма. Если кожа повреждена	1
		21. Как следует питаться. Питание-необходимое условие для жизни человека. Здоровая пища для всей семьи.	1
		23. Как сделать сон полезным. Сон – лучшее лекарство	1
		25. Вредные привычки. Вредные привычки.	1
		27. Мышцы, кости и суставы. Скелет – наша опора. Осанка – стройная спина!	1
29. Как закаляться. Обтирание и обливание. Если хочешь быть здоров.	1		
31. Как правильно вести себя на воде. Правила безопасности на воде	1		
32. Доктора природы (обобщающий)	1		
<b>Народные подвижные игры кубанского казачества</b>	8	2. Введение. Инструктаж по ТБ. Традиционные детские казачьи игры.	1
		4. Игры с игрушками. Игра «Чушки»	1
		6. Игры без игрушек. Игра «Кобылка»	1
		8. Игры с прыжками и борьбой. Игра «Путы». Игра «Змейка»	1
		10. Игры с бегом и увёрткой. Игра «Чапля»	1

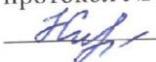
		12. Игры с игрушками. Игра «Свинка»	1
		14. Игры без игрушек. Игра «Хрен»	1
		16. Игры с бегом и увёрткой. Игра «Хваталки»	1
<b>Строевая подготовка</b>	7	18. Строй и его элементы. Обязанности казака перед построением и в строю. Построение отделения	1
		20. Строевая стойка. Повороты на месте. Расчёт на 1,2. Перестроение в две колонны	1
		22. Расчёт на 1,2, 3. Перестроение в три колонны	1
		24. Ходьба в движении.	1
		26. Движение походным шагом.	1
		28. Движение строевым шагом.	1
		30. Движение строевым шагом с песней	1
<b>Общественный смотр знаний, умений, навыков</b>	1	33. Игра «Кубанский край - земля казачья»	1
	33 часа		33 часа
<b>2 класс</b>			
<b>Школа докторов природы</b>	17	1. Почему мы бодем. Причины болезни. Признаки болезни. Как здоровье?	1
		3. Кто и как предохраняет нас от болезней. Как организм помогает сам себе? Здоровый образ жизни	1
		5. Кто нас лечит. Какие врачи нас лечат	1
		7. Прививки от болезней. Инфекционные болезни. Прививки от болезней	1
		9. Что нужно знать о лекарствах. Какие лекарства мы выбираем. Домашняя аптечка	1
		11. Как избежать отравлений. Отравление лекарствами. Пищевые отравления.	1
		13. Безопасность при любой погоде. Если солнечно и жарко. Если на улице дождь и гроза	1
		15. Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте. Опасность в нашем доме. Как вести себя на улице	1
		17. Правила безопасного поведения на воде. Вода – наш друг	1
		19. Правила общения с огнём. Чтобы огонь не причинил вреда	1
		21. Как уберечься от поражения электрическим током. Чем опасен электрический ток?	1
		23. Как уберечься от порезов, ушибов, переломов. Травма	1
		25. Как защититься от насекомых. Укусы насекомых	1
		27. Предосторожности при обращении с животными. Что мы знаем о собаках и кошках?	1
29. Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожении. Как помочь себе при тепловом ударе. Если ты обморозился	1		
31. Первая помощь при травмах. Растяжение связок и вывих костей. Переломы. Если ты ушибся или порезался	1		
32. Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос. Если в глаз, ухо, нос или горло попал	1		

		посторонний предмет	
<b>Народные подвижные игры кубанского казачества</b>	8	2. Введение. Инструктаж по ТБ. Традиционные детские казачьи игры.	1
		4. Игры без игрушек. Игра «Жмурки»	1
		6. Камушки и казанки. «Чёт или нечёт»	1
		8. Игры с шарами. Игра «В короли»	1
		10. Чижик. Игра «Чижик в кругу» «Чижик ездовой»	1
		12. Игры без игрушек. Игра «Игра в шапку и прыганье через шапку»	1
		14. Игры с шарами. Игра «Котлы»	1
		16. Камушки и казанки. Игра «Пять камушков»	1
<b>Строевая подготовка</b>	7	18. Строй и его элементы. Обязанности казака перед построением и в строю. Построение отделения	1
		20. Строевая стойка. Повороты на месте. Расчёт на 1,2. Перестроение в две колонны	1
		22. Расчёт на 1,2, 3. Перестроение в три колонны	1
		24. Ходьба в движении.	1
		26. Движение походным шагом.	1
		28. Движение строевым шагом.	1
<b>Общественный смотр знаний, умений, навыков</b>	2	33. Игра «Кубанский край - земля казачья»	1
		34. Игра «Кубанский край - земля казачья»	1
	34 часа		34 часа
<b>3 класс</b>			
<b>Школа докторов природы</b>	17	1. Чего не надо бояться. Как воспитать уверенность и бесстрашие?	1
		3. Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным. Учимся думать. Спешите делать добро	1
		5. Почему мы говорим не правду. Поможет ли нам обман? «Неправда – ложь» в пословицах и поговорках	1
		7. Почему мы не слушаемся родителей? Надо ли прислушиваться к советам родителей? Почему дети и родители не всегда понимают друг друга?	1
		9. Надо уметь сдерживать себя. Все ли желания выполнимы? Как воспитать в себе сдержанность?	1
		11. Не грызи ногти, не ковыряй в носу. Как отучить себя от вредных привычек	1
		13. Как относиться к подаркам. Я принимаю подарок. Я дарю подарки	1
		15. Как следует относиться к наказаниям. Наказание	1
		17. Как нужно одеваться. Одежда	1
		19. Как вести себя с незнакомыми людьми. Ответственное поведение	1
		21. Как вести себя, когда что-то болит. Боль	1
		23. Как вести себя за столом. Сервировка стола. Правила поведения за столом	1
		25. Как вести себя в гостях. Ты идёшь в гости	1

		27. Как вести себя в общественных местах. Как вести себя в транспорте и на улице. Как вести себя в театре, кино, школе	1
		29. «Нехорошие слова». Недобрые шутки. Умеем ли мы вежливо общаться? Умеем ли мы разговаривать по телефону?	1
		31. Как выбирать друзей. Что такое дружба? Кто может считаться настоящим другом?	1
		32. Как помочь больным и беспомощным. Если кому-нибудь нужна твоя помощь. Спешите делать добро	1
<b>Народные подвижные игры кубанского казачества</b>	8	2. Введение. Инструктаж по ТБ. Традиционные детские казачьи игры.	1
		4. Игры со жгутом, палками. Игра «Просо»	1
		6. Символические игры. Игра «Солнце и луна»	1
		8. Игры в мяч. Игра «В три бабки»	1
		10. Особые домашние игры. Игра «Вергилий» Игра «Игра в верёвочку»	1
		12. Символические игры. Игра «Безвин»	1
		14. Игры в мяч. Игра «Зевака»	1
		16. Игры со жгутом, палками. Игра «Обыкновенный жгут»	1
<b>Строевая подготовка</b>	7	18. Строй и его элементы. Обязанности казака перед построением и в строю. Построение отделения	1
		20. Строевая стойка. Повороты на месте. Расчёт на 1,2. Перестроение в две колонны	1
		22. Расчёт на 1,2, 3. Перестроение в три колонны	1
		24. Ходьба в движении.	1
		26. Движение походным шагом.	1
		28. Движение строевым шагом.	1
		30. Движение строевым шагом с песней	1
<b>Общественный смотр знаний, умений, навыков</b>	2	33.Игра «Кубанский край - земля казачья»	1
		34.Игра «Кубанский край - земля казачья»	1
	34 часа		34 часа
<b>4 класс</b>			
<b>Школа докторов природы</b>	17	1. Наше здоровье. Что такое здоровье? Что такое эмоции?	1
		3. Чувства и поступки. Стресс	1
		5. Как помочь сохранить себе здоровье. Учимся думать и действовать. Учимся находить причину и последствия событий. Умей выбирать	1
		7. Что зависит от моего решения. Принимаю решение. Я отвечаю за своё решение	1
		9. Злой волшебник табак. Что мы знаем о курении. Зависимость.	1
		11. Почему некоторые привычки называются вредными. Умей сказать НЕТ. Как сказать НЕТ.	1
		13. Почему вредной привычке ты скажешь нет? Я умею выбирать- тренинг безопасного поведения	1
		15. Помоги себе сам. Волевое поведение	1

		17. Злой волшебник алкоголь. Алкоголь. Алкоголь – ошибка. Алкоголь - сделай выбор	1
		19. Злой волшебник наркотик. Наркотик. Наркотик – тренинг безопасного поведения	1
		21. Мы одна семья. Мальчишки и девчонки. Моя семья	1
		23. Повторение. Дружба. День здоровья. Чистота и порядок.	1
		25. Умеем ли мы правильно питаться?. Я выбираю кашу.	1
		27. Чистота и здоровье. Откуда берутся грязнули?	1
		29. Будем делать хорошо и не будем плохо.	1
		31. КВН «Наше здоровье».	1
		32. Я здоровье берегу – сам себе я помогу. Будьте здоровы!	1
Народные подвижные игры кубанского казачества	8	2. Введение. Инструктаж по ТБ. Традиционные детские казачьи игры.	1
		4. Игры с палкой. Игра «Рюха» Игра «Клёк»	1
		6. Символические игры. Игра «Утки» Игра «Краски»	1
		8. Игры с мячом. Игра «Зевака»	1
		10. Игры с прыжками, бегом и борьбой Игра «Хлебец»	1
		12. Игры и упражнения с метанием «Печки»	1
		14. Игры с прыжками, бегом и борьбой «Колдун»	1
		16. Игры с мячом. Игра «Выбивалка»	1
Строевая подготовка	7	18. Строй и его элементы. Обязанности казака перед построением и в строю. Построение отделения	1
		20. Строевая стойка. Повороты на месте. Расчёт на 1,2. Перестроение в две колонны	1
		22. Расчёт на 1,2, 3. Перестроение в три колонны	1
		24. Ходьба в движении.	1
		26. Движение походным шагом.	1
		28. Движение строевым шагом.	1
Общественный смотр знаний, умений, навыков	2	33. Игра «Кубанский край - земля казачья»	1
		34.Игра «Кубанский край - земля казачья»	
	34 часа		34 часа

СОГЛАСОВАНО  
 Протокол заседания ШМО  
 учителей начальных классов,  
 музыки, ИЗО, физической культуры  
 протокол № 1 от «29» августа 2022 г.

 С.М.Совтус

СОГЛАСОВАНО  
 заместитель директора по ВР  
 О.С.Андрienко

«30» августа 2022 г.