

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Муниципальное образование город Краснодар**

**муниципальное автономное общеобразовательное учреждение -**

**средняя общеобразовательная школа № 49 имени**

**Героя Советского Союза Михаила Вишневого**

**МАОУ СОШ № 49**

**РАССМОТРЕНО**

руководитель МО

\_\_\_\_\_ Е.Е.Шамша.

Приказ №1 от 2023г.

**СОГЛАСОВАНО**

заместитель директора

по УВР

\_\_\_\_\_ Мягкова Л.С..

от 2023г.

**УТВЕРЖДЕНО**

решением

педагогического совета

\_\_\_\_\_ Пархоменко С.А.

от 2023г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Тип программы: образовательная программа  
по конкретным видам внеурочной деятельности  
спортивно – оздоровительного направления

**«КАЗАЧЬИ ИГРЫ»**

**Срок реализации: 4 года**

**Возраст обучающихся: 1-4 класс**

**Количество часов: 34**

**Составитель: учитель начальных классов Абросимова Роза Ивановна**

Краснодар 2023-2024

## **Пояснительная записка.**

Рабочая программа по внеурочной деятельности «Казачьи игры» для 1-4 классов разработана на основе авторской программы «Казачьи игры»,  
**учитель начальных классов Абросимова Роза Ивановна**

### **Актуальность программы.**

Рабочая программа «Казачьи игры» направлена на решение проблемы возрождения казачьих традиций, обычаев, быта среди учащихся начальных классов. Совершенствование физического и психологического здоровья учащихся на примере исторически сложившихся традиций казачества. Рабочая программа рассчитана на 135 часов.

Программа предусматривает проведение теоретических и практических занятий 1 раз в неделю в 1-4 классах. Занятия будут проходить в спортивном зале, тренажёрном зале на строевой площадке.

Место, где будут проходить занятия должны соответствовать требованиям техники безопасности и санитарным нормам.

Казачеством накоплен богатейший опыт воспитания детей на замечательных традициях и обычаях. При умелом использовании они позволяют воспитывать лучшие человеческие качества: любовь к Родине, мужество, справедливость, смелость, уважение к старшему поколению.

### **1.2. Сроки реализации программы.**

Курс «Казачьи игры» рассчитан на 4 года, 135 часов.

### **1.3. Распределение часов по годам обучения.**

1 класс – 33 часа,

2 класс – 34 часа,

3 класс – 34 часа,

4 класс - 34 часа.

### **1.4. Цели:**

-формирование личности в духе традиций казачьего общества;

-знакомство и приобщение к православным традициям кубанского казачества путём физического воспитания.

## Задачи программы:

-содействовать гармоничному физическому развитию, всесторонней физической подготовки; - способствовать усвоению знаний о традициях, жизни и быте казаков;

-пропагандировать сюжетно-образных обрядовых и подвижных игр кубанского казачества.

### 1.5. Пути, методы, средства достижения цели.

Занятия по программе «Казачьи игры» содержат познавательный материал, соответствующий возрастным особенностям детей на основе традиций и обычаев кубанского казачества, необходимых для становления детского организма. Программа включает в себя не только вопросы физического здоровья, но и вопросы духовного развития. Чередование видов деятельности в рамках: бесед, подвижных игр, праздников, спортивных соревнований позволяет достичь планируемого результата с применением колоритного материала народных традиций Кубани.

### 1.6. Возрастная характеристика группы.

Программа составлена с учетом возрастных особенностей развития младших школьников (7-11 лет).

### 1.7. Форма организации детского коллектива. Секция.

## 2. Тематический план программы

№	Содержание (разделы, темы)	Классы								Характеристика деятельности обучающихся
		1		2		3		4		
		аудиторные	внеаудиторны	аудиторные	внеаудиторны	аудиторные	внеаудиторны	аудиторные	внеаудиторны	
1.	Основы знаний Введение	3	-	1	1	1	2	1	2	Игра-путешествие по стране«Здоровье», занимательные разминки (познавательная деятельность)
2.	Подвижные казачьи игры	1	8	-	4	1	7	-	8	Подвижно-игровая деятельность
3.	Познавательная деятельность	-	-	1	1	-	-	-	-	Почему мы болеем?

4.	Строевая подготовка	-	5	-	-	-	3	-	2	Спортивно-оздоровительная деятельность
5.	Игры-эстафеты	1	4	-	-	1	5	1	4	Игры состязательного характера
6.	Кубанские казачьи игры	-	7	-	15	1	9	1	8	Подвижно-игровая деятельность
7.	Общеразвивающие физические упражнения развитие основных физических качеств.,	-	4	-	5	-	4	-	4	Спортивно-оздоровительная деятельность
8.	Я и моё здоровье.	-	-	5	1	-	-	2	1	Познавательная деятельность.
	Итого:	5ч	28ч	7ч	27ч	4ч	30ч	5ч	29ч	
	Всего:	33ч		34ч		34ч		34ч		

### 3. Содержание программы

#### 1 класс

1. Основы знаний. Введение. (3 часа) Значение ЗОЖ. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

2. Подвижные казачьи игры. (9 часов) Понятие « Подвижные игры ». История возникновения подвижных игр. Правила игр и техника безопасности в играх. Игры «Вызов номеров», «Перестрелка», «Казачата – дружные ребята», «Ляпка», «Метко в цель», «Дорожки», «Челночок», «Платок».

3. Строевая подготовка. (5 часов) Строевые упражнения. Игра «Вызов номеров». Повороты налево, направо. Игра «Место в строю». Перестроения. Строевые песни. Конкурс строя и песни.

4. Игры-эстафеты. (5 часов) Техника безопасности на соревнованиях. Эстафеты с мячами. Правила игры. Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча». Эстафеты с бегом и прыжками. Эстафеты с преодолением препятствий. Игры-эстафеты «Вызов номеров», «Передал - садись».

5. Кубанские казачьи игры. (7 часов) Правила игр и техника безопасности в играх. Игры «Курочки», «Всадники», «Иголка, нитка, узелок», «Много троих, хватит двоих», «Перебежки», «Перебежки с вырубалочкой», «Берегись»,

«Горячее место», «Заря – заряница», «Веретено», «Волк, овцы и собаки», «Перетягивание».

6.Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств. (4 часа) Виды бега, ходьбы. Челночный бег. Бег с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением. Бег с изменяющимся направлением движения (“змейкой”, “по кругу”, “спиной вперед”). Прыжки в длину с места. 4 Упражнения со скакалками. Прыжки на месте и в движении. Игры с прыжками «Зайчики и охотник».

## **2 класс**

1.Основы знаний. Введение. (2 часа) Значение здорового образа жизни. Как возникли национальные игры. Отличие от простых подвижных игр. Зачем нужны национальные игры. Считалки, речитативы.

2.Подвижные казачьи игры. (4часа) Правила игр, правила взаимодействия с игроками. Подвижные игры с мячом. «Лапта», «Капуста». Подвижные игры со скакалкой «Дорожки», «Рыбачок».

3.Почему мы болеем? (2 часа) Почему мы болеем. Что нужно знать о лекарствах, где хранить лекарства? Защитные функции организма и как их укреплять? Прививки от болезней. Экскурсия в школьный медицинский кабинет.

4. Кубанские казачьи игры. (15 часов) Место нашего проживания в регионе. Как возникли национальные игры. Отличие от простых подвижных игр. Зачем нужны национальные игры. Игры с камушками «Чёт и нечет», «Ходок», игра с кеглями «Казанок на казанок», игры «Зевака», «Хваталки», «Игра в шапку», «Перетяни за черту», «Чехарда», «Горелочки», «Путы», «Ручеёк», игры с мячом «Пятнашки», «Сало», «Вдогон», «Печки».

5.Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств. (5 часов) Бегпо прямой со скоростью близкой к максимальной на дистанциях 10-30м. Выполнение наклонов, приседаний взмахов руками, прыжков. Смена положения рук, ног в максимальном темпе в течение 5-10с. Удержание равновесия в различных позах, стоя на двух и одной ноге.

6. Я и моё здоровье. (6 часов)Из чего состоит пища. Что нужно есть в разное время года. Продукты полезные и вредные. Выставка«Кубань щедра овощами и фруктами». Правила питания. «Аптека» на подоконнике. Витамины вокруг нас.

### **3 класс**

#### **1. Основы знаний. Введение. (3 часа)**

Значение здорового образа жизни. Знакомство с работой спортивных секций. Практическая работа : измерение роста и массы тела. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

#### **2. Подвижные казачьи игры. (8 часов)**

Понятие « Подвижные игры ». В чем суть подвижных игр. Ценность их. Какие бывают подвижные игры. Как возникли подвижные игры. Меры безопасности во время проведения подвижных игр. Игры «Чехарда», «Пятнашки», «День - ночь», «Конники спортсмены», «Волк во рву», «Сало», «Вдогон».

#### **3. Строевая подготовка. (3 часа)**

Элементы строя, строй, подача строевых команд. Повороты налево, направо, кругом. Перестроения. Строевые песни. Конкурс строя и песни.

#### **4. Игры-эстафеты. (6 часов)**

Взаимодействие со сверстниками в достижении общих целей. Соблюдение требований техники безопасности во время проведения игр-эстафет. Эстафеты с мячами «Передал – садись», «Мяч капитану». Игры-эстафеты «Казачата, вперед!», «Эстафеты-поезда», «Богатырская силушка». Игросоревнование между родителями и детьми.

#### **5. Кубанские казачьи игры. (10 часов)**

Техника безопасности на занятиях. Для чего ее нужно помнить. Как ее применять. Игры «Казанок на казанок», «Казачьи бои», «Метко в цель», «Ляпка», «У медведя во бору», «Круговые пятнашки», «Охотники и утки», «Бой петухов», «Всадники», «Крест на крест», «Пятнашки». Игры с коновязью, с нагайкой, с рогаткой.

#### **6. Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств. (4 часа)**

Бег по прямой со скоростью близкой к максимальной на дистанциях 20-50м. Прыжки со скакалкой. Игры со скакалкой «Рыбачок», «Дорожки». Ходьба и

бег с изменением направления и преодолением элементарных препятствий.  
Прыжки в различные направления и расстояние.

#### **4 класс**

##### **1. Основы знаний. Введение. (3 часа)**

Роль и значение регулярных занятий физическими упражнениями для укрепления здоровья человека. Посещение спортивного комплекса с целью пропаганды здорового образа жизни. Практическая работа: измерение показателей физического развития. Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

##### **2. Подвижные казачьи игры. (8 часов)**

Правила каждой игры. Техника безопасности в каждой игре.  
Целесообразность применения правил.

Игры «Охотники и утки», «Казачата, вперёд!», «Конники спортсмены», «Волк во рву», «Чехарда», «Пятнашки», «Печки», «Хваталки», «Чиж в кругу».

##### **3. Строевая подготовка. (2 часа)**

Приветствие и ответ на приветствие на месте. Совершенствование строевых навыков и участие в строевых конкурсах и смотрах.

##### **4. Игры-эстафеты. (5 часов)**

Техника безопасности на занятиях и соревнованиях. Для чего ее нужно помнить. Как ее применять. Взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности. Игры-эстафеты «Эстафеты-поезда», «Казачата, вперёд», «Богатырская силушка». Эстафеты с мячами. Игра соревнование между родителями и детьми.

##### **5. Кубанские казачьи игры. (9 часов)**

Объяснение правильного выполнения подвижных игр, двигательных действий, анализирование и нахождение ошибок, эффективное их исправление. Техника безопасности на занятиях. Игры «Цапля и лягушки», «Жгутчик без жгута», «Казачьи бои», «Метко в цель», «Ляпка», «У медведя во бору», «Охотники и утки», «Чур у дерева!», «Казачьи разбойники», «Перетягивание», «Свинка». Игры с коновязью.

6.Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств. (4 часа)Передвижение со сменой ходьбы и бега через каждые 10-20с в течение до 5 минут. Бег умеренной интенсивности без остановки в течение 3-4 минут. Прыжки с ноги на ногу (до 5). Перепрыгивание препятствий высотой до 20см. Прыжки через короткую и длинную скакалку, отталкиваясь двумя и одной ногой.

7. Я и моё здоровье. (3 часа)

Вредные и полезные привычки в питании. Традиции здорового питания казаков. Профилактика вредных привычек. Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего фильма «Курение – это болезнь». Акция «Нет сигарете!» Праздник «Казачий разгуляй».

#### **4. Предполагаемые результаты реализации программы**

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

первый уровень – приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни;

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

третий уровень – приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия), личностные и метапредметные результаты, которые будут достигнуты учащимися.

#### **Личностные результаты**

У ученика будут сформированы:

Внутренняя позиция на уровне положительного отношения к школе  
Устойчивый учебно-познавательный интерес к новым общим способам решения задач;

Адекватного понимания причин успешности / неуспешности деятельности  
Компетентности в реализации основ гражданской идентичности в поступках и деятельности

Способности к решению моральных дилемм на основе учета позиций партнеров в общении, ориентации на их мотивы и чувства



Устойчивое следование в поведении моральным нормам и этическим требованиям

Установки на здоровый образ жизни и реализации ее в реальном поведении и поступках

Осознанных устойчивых эстетических предпочтений и ориентации на искусство как значимую сферу человеческой жизни.

### **Метапредметные результаты.**

По окончании изучения программы ученик научится: Определять цель деятельности с помощью учителя и самостоятельно. Принимать и сохранять учебную задачу. Планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условия её реализации. Обнаруживать и формулировать нравственную проблему. Высказывать свою версию разрешения проблемы. Различать способ и результат действия. Работая по предложенному плану, использовать необходимые средства. Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога. Определять успешность выполнения своего задания в диалоге с учителем. Средством формирования этих действий служит технология оценивания коммуникативных достижений. Контролировать свою деятельность, оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение Адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.

**5. Формы и виды контроля** Соревнования, эстафеты, состязания.

### **6. Методические рекомендации**

С учётом требований Федерального государственного образовательного стандарта начального 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 кабинете ОБЖ. 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; знать и уметь применять на практике туристическое оборудование; участвовать в строевых конкурсах и смотрах.

## **7. Материально – техническое обеспечение образовательного процесса**

Наименование объектов и средств материально-технического

Количество обеспечения

1.Библиотечный фонд В.Н. Ратушняк «Кубанские исторические хроники»

Учебное пособие по военно-патриотическому воспитанию и основам и основам военной службы

2.Технические средства Аудиоаппаратура

3. Оборудование Волейбольная сетка

4. Инвентарь: Мячи ,Обручи, Скакалки, Бита, Разметочные фишки.