

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ ГОРОД АРМАВИР КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ –  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 7 ИМЕНИ Г.К. ЖУКОВА

УТВЕРЖДЕНО

решением педагогического совета  
МАОУ СОШ №7 имени Г.К. Жукова  
от « 30» августа 2022 года протокол № 1  
Председатель, директор школы  
Шаламов Р.Ю.  
подпись руководителя ОУ Ф.И.О.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**тематическая**  
тип программы

**кружок «Казачьи игры»**  
(наименование курса)

**4 года**

(срок реализации программы)

**236 часов**

(количество часов)

**6,6 – 10 лет**

(возраст обучающихся)

**Бондарева Светлана Ивановна**

(Ф.И.О. учителя, составителя)

Программа кружка «Казачьи игры» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования на основе примерной образовательной программы внеурочной деятельности «Игровое ГТО» для младших школьников (1-4 классы), 2015г. и авторской программы «Казачья доблесть» Волошенко А.С., 2017 г.

Год составления 2022

## **Пояснительная записка.**

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 270 часов.

Программа предусматривает проведение теоретических и практических занятий 2 раза в неделю в 1-4 классах.

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.

Рабочая программа секции «Казачьи игры» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования на основе примерной образовательной программы внеурочной деятельности «Игровое ГТО» для младших школьников (1-4 классы), авторской программы «Казачья доблесть» Волошенко А.С.

### **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.

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. Для повышения интереса школьников к комплексу ГТО, удовлетворения их разнообразных потребностей разработана инновационная концепция, которая предусматривает следующее:

- 1) совершенствование процесса подготовки и сдачи норм ГТО на основе его «игровой рационализации»;
- 2) оценку ГТО как такого важного элемента системы физического воспитания школьников, который вовсе не заменяет эту систему в целом;
- 3) понимание системы физического воспитания как комплексной как по задачам, так и по формам и методам их решения.

В основе «игровой рационализации» ГТО – игровой метод, как наиболее привлекательный и естественный для детей и подростков, который в непринужденной форме повышает физическую подготовленность школьников и который оказывает значительное влияние на их личностное развитие и социализацию. Через игру и посредством игры делается попытка:

1) использовать ГТО как элемент физического (телесного) воспитания, которое ориентировано на формирование культуры здоровья, двигательной культуры и культуры телосложения, т.е. физической (телесной) культуры в целом;

2) учесть разнообразные интересы и потребности, национальные и региональные особенности, социальные запросы и требования школьников разного возраста к физическому воспитанию и т.д.

Программа составлена с учетом возрастных особенностей развития младших школьников (6,5-10 лет).

## **2. Планируемые результаты изучения курса «Казачьи игры»**

**Личностными результатами** программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению является формирование следующих умений:

целостный, социально ориентированный взгляд на мир;

ориентация на успех в учебной деятельности и понимание его причин;

способность к самооценке на основе критерия успешной деятельности;

активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

освоение моральных норм помощи тем, кто в ней нуждается, готовности принять на себя ответственность;

развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе конструктивных стратегий совладания и умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы стрессоустойчивости; освоение правил здорового и безопасного образа жизни.

**Метапредметными результатами** программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

### **Регулятивные УУД:**

умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;

планирование общей цели и пути её достижения;

распределение функций и ролей в совместной деятельности;

конструктивное разрешение конфликтов;

осуществление взаимного контроля;

оценка собственного поведения и поведения партнёра и внесение необходимых коррективов;

принимать и сохранять учебную задачу;

планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;

учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения; адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;

различать способ и результат действия; вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата.

#### **Познавательные УУД:**

добывать новые знания: находить дополнительную информацию по содержанию курса, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт; перерабатывать полученную информацию, делать выводы; преобразовывать информацию из одной формы в другую: предлагать свои правила игры на основе знакомых игр; устанавливать причинно-следственные связи.

#### **Коммуникативные УУД:**

взаимодействие, ориентация на партнёра, сотрудничество и кооперация (в командных видах игры); адекватно использовать коммуникативные средства для решения различных коммуникативных задач; допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии; учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве; формулировать собственное мнение и позицию; договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов; совместно договариваться о правилах общения и поведения и следовать им; учиться выполнять различные роли в группе. Формы достижения результатов третьего уровня: викторины, конкурсы, ролевые игры.

Формы контроля результатов третьего уровня: оценка уровня результатов деятельности (знание, представление, деятельность по распространению ЗОЖ); результативность участия в конкурсных программах и др.

#### **Личностные универсальные учебные действия**

Выпускник научится:

оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;

выражать свои эмоции;

понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать; учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;

Выпускник получит возможность научиться:

- выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации учения;
- адекватного понимания причин успешности/неуспешности учебной деятельности;
- компетентности в реализации основ гражданской идентичности в поступках и деятельности;

### **Регулятивные универсальные учебные действия**

Выпускник научится:

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определенному алгоритму
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;

### **Познавательные универсальные учебные действия**

Выпускник научится:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве Интернета;
- осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков;
- проводить сравнение, классификацию по заданным критериям;
- устанавливать аналогии;

Выпускник получит возможность научиться:

- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;
- осуществлять сравнение, классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций;
- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;

### **Коммуникативные универсальные учебные действия**

Выпускник научится:

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание (в том числе сопровождая его аудиовизуальной поддержкой), владеть диалогической формой коммуникации, используя в том числе средства и инструменты ИКТ и дистанционного общения;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;

- строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет;
- задавать вопросы;
- контролировать действия партнёра;
- использовать речь для регуляции своего действия;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи.

*Выпускник получит возможность научиться:*

- учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной;
- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы;
- аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;
- продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учёта интересов и позиций всех участников;
- с учётом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнёру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
- адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности;
- адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач.

### 3. Таблица распределения тем примерной программы по предмету по классам изучения курса

№ п/п	Содержание (разделы, темы)	Классы								Характеристика деятельности обучающихся
		1		2		3		4		
		аудитор	внеауди-торные	аудитор	внеауди-торные	аудитор	внеауди-торные	аудитор	внеауди-торные	
1.	Основы знаний	6	-	2	2	1	2	2	4	Введение Игр-путешествие по стране «Здоровье», занимательные разминки (познавательная деятельность)
2.	Подвижные казачьи игры	2	16	-	8	1	7	-	16	Подвижно-игровая деятельность
3.	Почему мы боеем?	-	-	2	2	-	-	-	-	Познавательная деятельность
4.	Строевая	-	10	-	-	-	3	-	4	Спортивно-

	подготовка									оздоровительная деятельность
5.	Игры-эстафеты	2	8	-	-	1	5	2	8	Игры состязательного характера
6.	Кубанские казачьи игры	-	14	-	30	1	9	2	16	Подвижно-игровая деятельность
7.	Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств	-	8	-	10	-	4	-	8	Спортивно-оздоровительная деятельность
8.	Я и мое здоровье	-	-	10	2	-	-	4	2	Познавательная деятельность. Исследования. Игры состязательного характера.
	<b>Итого:</b>	<b>10</b>	<b>56</b>	<b>14</b>	<b>54</b>	<b>4</b>	<b>30</b>	<b>10</b>	<b>58</b>	
	<b>Всего:</b>	<b>66 ч</b>		<b>68 ч</b>		<b>34 ч</b>		<b>68 ч</b>		

#### 4. Содержание программы

##### 1 класс (66ч)

##### 1. Основы знаний. Введение. (6 часов)

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. (18 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. (10 часов)** Строевые упражнения. Игра «Вызов номеров». Повороты налево, направо. Игра «Место в строю». Перестроения. Строевые песни. Конкурс строя и песни.

##### 4. Игры-эстафеты. (10 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. (14 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. (8 часов)

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. Упражнения со скакалками. Прыжки на месте и в движении. Игры с прыжками «Зайчики и охотник».

## **2 класс (68ч)**

### **1. Основы знаний. Введение. (4 часа)**

Значение здорового образа жизни.

Как возникли национальные игры. Отличие от простых подвижных игр.

Зачем нужны национальные игры. Считалки, речитативы.

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

Правила игр, правила взаимодействия с игроками. Подвижные игры с мячом. «Лапта», «Капуста». Подвижные игры со скакалкой «Дорожки», «Рыбачок».

### **3. Почему мы бодем? (4 часа)**

Почему мы бодем. 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. (30 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. (10 часов)**

Бег по 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. (12 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 (34ч)**

### **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». Игра-соревнование 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 (68ч)**

##### **1. Основы знаний. Введение. (6 часов)**

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. (16 часов)**

Правила каждой игры. Техника

безопасности в каждой игре. Целесообразность применения правил. Игры «Охотники и утки»,«Казачата, вперед!», «Конники спортсмены», «Волк во рву», «Чехарда», «Пятнашки», «Печки», «Хваталки», «Чиж в кругу».

##### **3.Строевая подготовка. (4 часа)**

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

##### **4.Игры-эстафеты. (10 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, вперед», « Богатырская силушка».Эстафеты с мячами. Игра- соревнование между родителями и детьми.

##### **5.Кубанские казачьи игры. (18 часов)**

Объяснение правил выполнения подвижных игр, двигательных действий, анализирование и нахождение ошибок, эффективное их исправление. Техника безопасности на занятиях. Игры «Цапля и лягушки», «Жгутик без жгута»,

«Казачьи бои», «Метко в цель», «Ляпка», «У медведя во бору», «Охотники и утки», «Чур у дерева!», «Казачи и разбойники», «Перетягивание», «Свинка». Игры с коновязью.

#### **6.Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств. (8 часов)**

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. (6 часов)**

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».

#### **Формы и методы работы.**

Программа предусматривает проведение учебных занятий различной форме:

1. Работа в парах.
2. Групповые формы работы.
3. Индивидуальная работа.
4. Самооценка и самоконтроль.
5. Взаимооценка и взаимоконтроль

#### **Направления проектной деятельности учащихся**

##### **1 класс**

Проект «Режим дня».

Проект «Подвижные игры».

##### **2 класс**

Проект «Игры нашего края»

Проект «Здоровый образ жизни»

##### **3 класс**

Проект «В здоровом теле – здоровый дух».

Проект «Игровые традиции»

##### **4 класс**

Проект «Игры в моей семье...»

#### **5.Тематическое планирование**

##### **1 класс (66 часов)**

№ п\п	Содержание (разделы, темы)	Кол-во часов		Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)
		Аудит	Вне ауд	
<b>Основы знаний. Введение. (6 часов)</b>		<b>6</b>		
1-2.	Значение ЗОЖ.	2		Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями; • владеть мячом: держание, передачи на расстояние до 5 м, ловля, ведение, броски в процессе соответственно подобранных подвижных игр; • соблюдать порядок, безопасность и гигиенические нормы во время игры; • помогать друг другу и учителю во время занятий, поддерживать товарищей; • быть честным, дисциплинированным, активным во время проведения подвижных игр. Определять характер взаимоотношений человека и природы, находить пример влияния этих отношений на природные объекты, здоровье и безопасность человека; • понимать необходимость здорового образа жизни, соблюдения правил безопасного поведения; • использовать знания о строении и функционировании организма человека для сохранения и укрепления своего здоровья; • играть в игры, комплексно воздействующие на организм ребенка; • уметь взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе игры.
3-4	Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена. Проект «Режим дня»	2		
5-6	Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: физические упражнения, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.	2		
<b>Подвижные казачьи игры. (18 часов)</b>		<b>2</b>	<b>16</b>	
7-8	Понятие «Подвижные игры».	2		
9-10	История возникновения подвижных игр. Проект «Подвижные игры».		2	
11-12	Правила игр и техника безопасности в играх.		2	
13-14	Игра «Вызов номеров»,		2	
15-16	Игра «Перестрелка»		2	
17-18	Игра «Казачата – дружные ребята»		2	
19-20	Игра «Ляпка»		2	
21-22	Игры «Метко в цель», «Дорожки»		2	
23-24	Игры «Челночок», «Платок».		2	
<b>Строевая подготовка. (10 часов)</b>			<b>10</b>	
25-26	Строевые упражнения. Игра «Вызов номеров».		2	
27-28	Повороты налево, направо. Игра «Место в строю».		2	
29-30	Перестроения.		2	
31-32	Строевые песни.		2	
33-34	Конкурс строя и песни.		2	
<b>Игры-эстафеты. (10 часов)</b>		<b>2</b>	<b>8</b>	
35-36	Техника безопасности на соревнованиях. Эстафеты с мячами. Правила игры.	2		
37-38	Большая игра с малым мячом. «Не упусти мяч», «Чемпионы малого мяча».		2	
39-40	Эстафеты с бегом и прыжками.		2	
41-42	Эстафеты с преодолением препятствий.		2	
43-	Игры-эстафеты «Вызов номеров», «Передал - садись».		2	

44				
<b>Кубанские казачьи игры. (14 часов)</b>			<b>14</b>	
45-46	Правила игр и техника безопасности в играх. Игра «Курочки»		2	
47-48	Игры «Всадники», «Иголка, нитка, узелок»		2	
49-50	Игры «Много троих, хватит двоих», «Перебежки»,		2	
51-52	Игры «Перебежки с вырубалочкой», «Берегись»		2	
53-54	Игры «Горячее место», «Заря –заряница»		2	
55-56	Игра «Веретено»		2	
57-58	Игры «Волк, овцы и собаки», «Перетягивание».		2	
<b>Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств. (8 часов)</b>			<b>8</b>	
59-60	Виды бега, ходьбы. Челночный бег. Бег с высоким подниманием бедра, прыжками и ускорением. Бег с изменяющимся направлением движения («змейкой», «по кругу», «спиной вперед»).		2	
61-62	Прыжки в длину с места. Прыжки на месте и в движении.		2	
63-64	Упражнения со скакалками.		2	
65-66	Игры с прыжками «Зайчики и охотник».		2	
<b>Итого:</b>		<b>10</b>	<b>56</b>	

**2 класс (68часов)**

№ п\п	Содержание (разделы, темы)	Кол-во часов		Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)
		Аудит	Вне ауд	
<b>Основы знаний. Введение. (4 часа)</b>		<b>2</b>	<b>2</b>	
1-2.	Значение здорового образа жизни.	2		Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями; • владеть мячом: держание, передачи на расстояние до 5 м, ловля, ведение, броски в процессе соответственно подобранных подвижных игр; • соблюдать порядок, безопасность и гигиенические нормы во время игры; • помогать друг другу и учителю во время занятий, поддерживать товарищей; • быть честным, дисциплинированным, активным во время проведения подвижных игр. Определять характер взаимоотношений человека и природы, находить пример влияния этих отношений на природные объекты, здоровье и безопасность человека; • понимать необходимость здорового образа жизни, соблюдения правил безопасного поведения; • использовать знания о строении и функционировании организма человека для сохранения и укрепления своего здоровья; • играть в игры, комплексно воздействующие на организм ребенка; • уметь взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе игры.
3-4	Как возникли национальные игры. Отличие от простых подвижных игр. Зачем нужны национальные игры. Считалки, речитативы.		2	
<b>2. Подвижные казачьи игры. (8 часов)</b>		-	<b>8</b>	
5-6	Правила игр, правила взаимодействия с игроками.			
7-8	Подвижные игры с мячом. «Лапта», «Капуста».	2		
9-10	Подвижные игры со скакалкой «Дорожки», «Рыбачок».		2	
11-12	Подвижные игры со скакалкой «Дорожки», «Рыбачок».		2	
<b>Почему мы бодем? (4 часа)</b>		<b>2</b>	<b>2</b>	
13	Почему мы бодем? Что нужно знать о лекарствах, где хранить лекарства?	1		
14	Защитные функции организма и как их укреплять?		1	
15	Прививки от болезней. Проект «Здоровый образ жизни»	1		
16	Экскурсия в школьный медицинский кабинет.		1	
<b>Кубанские казачьи игры (30 часов)</b>		-	<b>30</b>	
17-18	Место нашего проживания в регионе. Проект «Игры нашего края»		2	
19-20	Как возникли национальные игры. Отличие от простых подвижных игр.		2	
21-22	Зачем нужны национальные игры.		2	
23-24	Игры с камушками «Чет и нечет», «Ходок»		2	
25-26	Игры с камушками «Чет и нечет», «Ходок»		2	
27-28	Игра с кеглями «Казанок на казанок»		2	
29-30	Игры «Зевака», «Хваталки»		2	
31-32	«Игра в шапку», «Перетяни за черту»		2	
33-34	«Игра в шапку», «Перетяни за черту»		2	
35-36	«Чехарда», «Горелочки»		2	
37-38	«Чехарда», «Горелочки»		2	
39-40	«Путы», «Ручеек»		2	
41-	«Путы», «Ручеек»		2	

42				
43-44	Игры с мячом «Пятнашки», «Сало»		2	
45-46	Игры «Пятнашки», «Сало», «Печки»		2	
<b>Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств. (10 часов)</b>			<b>10</b>	
47-48	Бег по прямой со скоростью близкой к максимальной на дистанциях 10-30м.		2	
49-50	Выполнение наклонов, приседаний взмахов руками, прыжков.		2	
51-52	Выполнение наклонов, приседаний взмахов руками, прыжков.		2	
53-54	Смена положения рук, ног в максимальном темпе в течение 5-10с.		2	
55-56	Удержание равновесия в различных позах, стоя на двух и одной ноге.		2	
<b>Я и мое здоровье (12 часов)</b>			<b>10</b>	<b>2</b>
57-58	Из чего состоит пища.			
59-60	Что нужно есть в разное время года.			
61-62	Продукты полезные и вредные.			
63-64	Правила питания.			
65-66	«Аптека» на подоконнике.			
67-68	Витамины вокруг нас.			

**3 класс- (34 часа)**

№ п/п	Содержание (разделы, темы)	Кол-во часов		Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)
		Аудит	Вне ауд	
<b>Основы знаний. Введение. (3 часов)</b>		<b>1</b>	<b>2</b>	
1.	Значение здорового образа жизни. Знакомство с работой спортивных секций.	1		Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями; •владеть мячом: держание, передачи на расстояние до 5 м, ловля, ведение, броски в процессе соответственно подобранных подвижных игр;
2.	Практическая работа: измерение роста и массы тела. Проект «В здоровом теле- здоровый дух».		1	
3.	Средства, способствующие физическому. Духовному и социальному здоровью: режим дня. Личная гигиена, физические упражнения, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.		1	
<b>2.Подвижные казачьи игры. (8 часов)</b>		<b>1</b>	<b>7</b>	• соблюдать порядок, безопасность и гигиенические нормы во время игры; •помогать друг другу и учителю во время занятий, поддерживать товарищей; • быть честным, дисциплинированным, активным во время проведения подвижных игр. Определять характер взаимоотношений человека и природы, находить пример влияния этих отношений на природные объекты, здоровье и безопасность человека; •понимать необходимость здорового образа жизни, соблюдения правил безопасного поведения ; •использовать знания о строении и функционировании организма человека для сохранения и укрепления своего здоровья; •играть в игры, комплексно воздействующие на организм ребенка; •уметь взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе игры.
4.	Понятие « Подвижные игры ». В чем суть подвижных игр. Ценность их.	1		
5.	Понятие « Подвижные игры ». В чем суть подвижных игр. Ценность их.		1	
6.	Какие бывают подвижные игры. Как возникли подвижные игры. Меры безопасности во время проведения подвижных игр.		1	
7.	Какие бывают подвижные игры. Как возникли подвижные игры. Меры безопасности во время проведения подвижных игр.		1	
8.	Игры «Чехарда», «Пятнашки»		1	
9.	«День - ночь», «Конники спортсмены»,		1	
10.	«Волк во рву», «Сало», «Вдогон».		1	
11.	«Волк во рву», «Сало», «Вдогон».		1	
<b>Строевая подготовка. (3 часов)</b>		-	<b>3</b>	
12.	Элементы строя, строй, подача строевых команд.		1	
13.	Повороты налево, направо, кругом. Перестроения.		1	
14.	Строевые песни. Конкурс строя и песни.		1	
<b>Игры-эстафеты. (6 часов)</b>		<b>1</b>	<b>5</b>	
15.	Взаимодействие со сверстниками в достижении общих целей. Соблюдение требований техники безопасности во время проведения игр-эстафет.	1		
16.	Эстафеты с мячами «Передал – садись», «Мяч капитану».		1	
17.	Игры-эстафеты «Казачата, вперед!», «Эстафеты-поезда»,«Богатырская силушка».		1	
18.	Игры-эстафеты «Казачата, вперед!», «Эстафеты-поезда»,«Богатырская силушка».		1	
19.	Игры-эстафеты «Казачата, вперед!», «Эстафеты-поезда»,«Богатырская силушка».		1	
20.	Игра-соревнование между родителями и детьми.		1	
<b>Кубанские казачьи игры. (10 часов)</b>		<b>1</b>	<b>9</b>	

21.	Техника безопасности на занятиях. Для чего ее нужно помнить. Как ее применять. Проект «Игровые традиции».	1	
22.	Игры «Казанок на казанок», «Казачьи бои».		1
23.	Игры «Казанок на казанок», «Казачьи бои».		1
24.	«Метко в цель», «Ляпка».		1
25.	«Метко в цель», «Ляпка».		1
26.	«У медведя во бору», «Круговые пятнашки».		1
27.	«Охотники и утки», «Бой петухов»,		1
28.	«Всадники», «Крест на крест», «Пятнашки».		1
29-30.	Игры с коновязью, с нагайкой, с рогаткой.		2
<b>Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств. (4 часов)</b>		-	<b>4</b>
31.	Бег по прямой со скоростью близкой к максимальной на дистанциях 20-50м.		1
32.	Прыжки со скакалкой. Игры со скакалкой «Рыбачок», «Дорожки».		1
33.	Ходьба и бег с изменением направления и преодолением элементарных препятствий.		1
34.	Прыжки в различные направления и расстояние.		1

#### 4 класс (68 часов)



№ п\п	Содержание (разделы, темы)	Кол-во часов		Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)
		Аудит	Вне ауд	
<b>2. Основы знаний. Введение. (часов)</b>		<b>2</b>	<b>4</b>	
1-2	Роль и значение регулярных занятий физическими упражнениями для укрепления здоровья человека. Посещение спортивного комплекса с целью пропаганды здорового образа жизни.		2	Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями; • владеть мячом: держание, передачи на расстояние до 5 м, ловля, ведение, броски в процессе соответственно подобранных подвижных игр; • соблюдать порядок, безопасность и гигиенические нормы во время игры; • помогать друг другу и учителю во время занятий, поддерживать товарищей; • быть честным, дисциплинированным, активным во время проведения подвижных игр. Определять характер взаимоотношений человека и природы, находить пример влияния этих отношений на природные объекты, здоровье и безопасность человека;
3-4	Практическая работа: измерение показателей физического развития.	2		
5-6	Средства, способствующие физическому, духовному и социальному здоровью: режим дня, личная гигиена, физические упражнения, самостоятельные занятия физической культурой и спортом.		2	
<b>2. Подвижные казачьи игры. (16 часов)</b>		<b>-</b>	<b>16</b>	• понимать необходимость здорового образа жизни, соблюдения правил безопасного поведения ; • использовать знания о строении и функционировании организма человека для сохранения и укрепления своего здоровья; • играть в игры, комплексно воздействующие на организм ребенка; • уметь взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе игры.
7-8	Правила каждой игры. Техника безопасности в каждой игре. Целесообразность применения правил.		2	
9-10	Игры «Охотники и утки», «Казачата, вперед!».		2	
11-12	Игры «Охотники и утки», «Казачата, вперед!».		2	
13-14	«Конники спортсмены», «Волк во рву».		2	
15-16	«Конники спортсмены», «Волк во рву».		2	
17-18	«Чехарда», «Пятнашки».		2	
19-20	«Печки», «Хваталки», «Чиж в кругу».		2	
21-22	«Печки», «Хваталки», «Чиж в кругу».		2	
<b>Строевая подготовка. (4 часа)</b>		<b>-</b>	<b>4</b>	
23-24	Приветствие и ответ на приветствие на месте.		2	
25-26	Совершенствование строевых навыков и участие в строевых конкурсах и смотрах.		2	
<b>Игры-эстафеты. (10 часов)</b>		<b>2</b>	<b>8</b>	
27-28	Техника безопасности на занятиях и соревнованиях. Для чего ее нужно помнить. Как ее применять.	2		
29-30	Взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности.		2	
31-32	Игры-эстафеты «Эстафеты-поезда», «Казачата, вперед», «Богатырская силушка».		2	
33-34	Эстафеты с мячами.		2	
35-	Игра-соревнование между родителями и детьми.		2	

36			
<b>Кубанские казачьи игры. (18 часов)</b>		<b>2</b>	<b>16</b>
37-38	Объяснение правил выполнения подвижных игр, двигательных действий, анализирование и нахождение ошибок, эффективное их исправление. Техника безопасности на занятиях.		
39-40	Игры «Цапля и лягушки», «Жгутик без жгута».		
41-42	Игры «Цапля и лягушки», «Жгутик без жгута».		
43-44	Казачьи бои», «Метко в цель», «Ляпка».		
45-46	Казачьи бои», «Метко в цель», «Ляпка».		
47-48	«У медведя во бору», «Охотники и утки», «Чур у дерева!».		
49-50	«У медведя во бору», «Охотники и утки», «Чур у дерева!».		
51-52	«Кзаки и разбойники», «Перетягивание», «Свинка».		
53-54	Игры с коновязью. Проект « Игра в моей семье».		
<b>Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств. (8 часов)</b>		<b>-</b>	<b>8</b>
55-56	Передвижение со сменой ходьбы и бега через каждые 10-20с в течение до 5 минут.		2
57-58	Бег умеренной интенсивности без остановки в течение 3-4 минут.		2
59-60	Прыжки с ноги на ногу (до 5). Перепрыгивание препятствий высотой до 20см.		2
61-62	Прыжки через короткую и длинную скакалку, отталкиваясь двумя и одной ногой.		2
<b>Я и моё здоровье. (6 часов)</b>		<b>4</b>	<b>2</b>
63-64	Вредные и полезные привычки в питании. Традиции здорового питания казаков. Профилактика вредных привычек.	2	
65-66	Просмотр и обсуждение фрагмента обучающего фильма «Курение – это болезнь». Акция «Нет сигарете!»	2	
67-68	Праздник «Казачий разгуляй».		2

СОГЛАСОВАНО  
 Протокол заседания  
 методического объединения  
 учителей начальных классов  
 МАОУ СОШ № 7 им. Г.К. Жукова  
 от « » августа 2022 года № 1  
 \_\_\_\_\_  
 Письменная О.Ю.  
 подпись руководителя МО Ф.И.О.

СОГЛАСОВАНО  
 Заместитель директора по УВР  
 \_\_\_\_\_  
 Бондарева С.И.  
 подпись Ф.И.О.  
 « » августа 2022 года



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 226532536287478012381166593962040472429943183994

Владелец Шаламов Роман Юрьевич

Действителен с 23.08.2022 по 23.08.2023