

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.
	Итого:	10	56	14	54	4	30	10	58	
	Всего:	66 ч		68 ч		34 ч		68 ч		

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!», «Казаки 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	
Основы знаний. Введение. (6 часов)		6		
1-2.	Значение ЗОЖ.	2		<p>Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями;</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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. <p>Определять характер взаимоотношений человека и природы, находить пример влияния этих отношений на природные объекты, здоровье и безопасность человека;</p> <ul style="list-style-type: none"> • понимать необходимость здорового образа жизни, соблюдения правил безопасного поведения; • использовать знания о строении и функционировании организма человека для сохранения и укрепления своего здоровья; <ul style="list-style-type: none"> • 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		
Подвижные казачьи игры. (18 часов)		2	16	
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	
Строевая подготовка. (10 часов)			10	
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	
Игры-эстафеты. (10 часов)		2	8	
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				
Кубанские казачьи игры. (14 часов)			14	
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	
Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств. (8 часов)			8	
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	
Итого:		10	56	

2 класс (68часов)

№ п\п	Содержание (разделы, темы)	Кол-во часов		Основные виды деятельности обучающихся (на уровне универсальных учебных действий)
		Аудит	Вне ауд	
Основы знаний. Введение. (4 часа)		2	2	
1-2.	Значение здорового образа жизни.	2		<p>Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями;</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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. <p>Определять характер взаимоотношений человека и природы, находить пример влияния этих отношений на природные объекты, здоровье и безопасность человека;</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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	
2. Подвижные казачьи игры. (8 часов)		-	8	
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	
Почему мы бодем? (4 часа)		2	2	
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	
Кубанские казачьи игры (30 часов)		-	30	
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	
Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств. (10 часов)			10	
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	
Я и мое здоровье (12 часов)			10	2
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	
Основы знаний. Введение. (3 часов)		1	2	
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	
2.Подвижные казачьи игры. (8 часов)		1	7	• 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	
Строевая подготовка. (3 часов)		-	3	
12.	Элементы строя, строй, подача строевых команд.		1	
13.	Повороты налево, направо, кругом. Перестроения.		1	
14.	Строевые песни. Конкурс строя и песни.		1	
Игры-эстафеты. (6 часов)		1	5	
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	
Кубанские казачьи игры. (10 часов)		1	9	

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
Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств. (4 часов)		-	4
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	
2. Основы знаний. Введение. (часов)		2	4	
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	
2. Подвижные казачьи игры. (16 часов)		-	16	• 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	
Строевая подготовка. (4 часа)		-	4	
23-24	Приветствие и ответ на приветствие на месте.		2	
25-26	Совершенствование строевых навыков и участие в строевых конкурсах и смотрах.		2	
Игры-эстафеты. (10 часов)		2	8	
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			
Кубанские казачьи игры. (18 часов)		2	16
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	«Казачьи разбойники», «Перетягивание», «Свинка».		
53-54	Игры с коновязью. Проект «Игра в моей семье».		
Общеразвивающие физические упражнения на развитие основных физических качеств. (8 часов)		-	8
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
Я и моё здоровье. (6 часов)		4	2
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
 MAOY COII № 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