

**Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение
«Верхневязовская средняя общеобразовательная школа»
Бузулукский район Оренбургской области**

Рассмотрено: Педагогическим советом МОБУ «Верхневязовская СОШ» Протокол №1 от 31.08.2023 г.	Утверждаю: Директор МОБУ «Верхневязовская СОШ» _____ М.А. Вытченкова Приказ от 31.08.2023 г. №156
--	--

**Модульная образовательная программа внеурочной деятельности
(казачество)**

«Орлёнок»

по пяти направлениям внеурочной деятельности ФГОС

Направленность:

- 1- социальная;
- 2-спортивно-оздоровительная;
- 3-общекультурная;
- 4-общейинтеллектуальная.
- 5- духовно- нравственная.

Возраст детей: 11-16 лет (5-9 казачий класс)

Количество часов на каждый модуль: 34

Срок реализации программы: 5 лет

Язык обучения: русский

Автор - составитель:
Твердоступ Ирина Владимировна
куратор казачьего кадетского класса

1. Пояснительная записка.

1.1. Вступление

Модульная образовательная программа внеурочной деятельности «Казачата XXI века» реализуется через 0,5 ставки педагога организатора в соответствии с пятью направлениями внеурочной деятельности ФГОС и ООП ООО МОБУ «Верхневязовская СОШ».

1.2. Цели и задачи программы.

Цель: формирование всесторонне образованной, инициативной, культурной, социально-адаптированной личности, владеющей навыками военно-прикладных умений казака кадета.

Задачи:

в области воспитания:

- сформировать чувство патриотизма и гражданственности, чувство долга и ответственности за судьбу своей Родины;
- сформировать уважительное отношение к военной службе, готовность служения Отечеству;
- сформировать способность и готовность выражать свою гражданскую позицию, критически оценивать собственные намерения, мысли и поступки;
- сформировать уважительное отношение к истории казачества, к ратным подвигам предков, бережное отношение к историческим памятникам культуры и искусства.

в области развития:

- способствовать развитию интеллектуальных, познавательных, коммуникативных, творческих способностей обучающихся;
- сформировать навыки здорового образа жизни, ценностного отношения к собственному здоровью;
- способствовать развитию волевых качеств, чувство товарищества и коллективизма;
- развить чувство внутренней свободы, чувство собственного достоинства, казачьей доблести и духа.

в области обучения:

- пробудить познавательный интерес к более глубокому изучению военного искусства и истории казачества от зарождения до настоящего времени;
- сформировать представления о жизни, быте, традициях, культуры и ратных подвигах казачества;
- освоить основы казачьего военного дела;
- сформировать умения и навыки исследовательской, поисковой, краеведческой и литературоведческой деятельности.

1.3. Общая характеристика программы.

Актуальность программы

Актуальность определена тем, что обучающиеся должны иметь мотивацию к собственному развитию в разных направлениях деятельности, основанной на казачьих традициях, культуре, обычаях.

Направленность программы

Программа предназначена для формирования представлений социального обустройства казачьего быта, для изучения истории развития казачества на территории Оренбургской области. Содержание

программы направлено на общекультурное развитие патриота и гражданина России, стремящегося к сохранению лучших ценностей своего народа, уважению многонационального достояния российского народа.

Уровень освоения программы

Данная общеобразовательная программа базового уровня.

1.4. Курс изучения программы

- группа 10 человек;
- занятия проводятся по модулям по 1 академическому часу (40 минут) в неделю на каждый модуль.

1.5. Реализация программы

В программе предусмотрена интеграция основного и дополнительного образования. Каждый модуль программы направлен на достижение результата развития всесторонней гармоничной личности, ориентированной на гражданскую ответственность за судьбу Отечества.

1.6. Адресат программы

Программа рассчитана для работы с обучающимися 6-9 класса (11-16 лет).

1.7. Специфика программы

В процессе усвоения программы совершенствуется навык адаптации к изменяющимся условиям социализации, а так же развиваются военно-прикладные умения воспитанников.

Практические умения, приобретаемые в ходе реализации программы, помогут в выборе профессии и самоидентификации в обществе. Программа способствует всестороннему развитию личности.

Отличительной особенностью программы является применение методики военно-прикладного искусства казака для развития навыков владения своим телом, оружием, приемами строевой и военной подготовки, навыков художественно-эстетического направления.

1.8. Организация процесса обучения

Форма обучения и виды занятий

Форма обучения смешанная.

Виды занятий: учебное занятие, экскурсии, конкурсы, проекты, казачьи слеты, фестивали, туристические походы.

Объем и сроки освоения программы

Программа рассчитана на 5 лет 680 часов по модулям:

- 1) Курс «Основы военной подготовки» - общеинтеллектуального направления - 34 часа.
- 2) Курс «Атлатория» (туризм, краеведение) – социального направления - 34 часа.
- 3) Курс «Общая физическая подготовка» - спортивно-оздоровительного направления - 34 часа.
- 4) Курс «Казачья удаль» - общекультурного направления - 34 часа.
- 5) Курс «Казачий хор» - духовно-нравственного направления - 34 часа.

1.9 Прогнозируемые результаты программы

Программа позволяет достичь следующих результатов освоения образовательной программы:

Личностные:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные:

Познавательные:

- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя.

Регулятивные:

- определить и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- учиться работать по определенному алгоритму.

Коммуникативные:

- осмысление общечеловеческих ценностей, выработка личного отношения к ним, к осознанию собственной внутренней позиции и жизненных ценностей;
- сформированность у учащихся приемов и способов конструктивной, коммуникативной, познавательной, учебной и других видов деятельности воспитываясь в классе казачьей направленности;
- сформированность основ нравственного самосознания личности (совести), умения осуществлять нравственный самоконтроль, давать нравственную оценку своим и чужим поступкам;
- постановка вопросов - инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов – выявление, идентификация проблемы, оценка и поиск альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
- управление поведением партнера - оценка, коррекция и контроль его действий;
- умение полно и точно выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.

Предметные: приобщать детей к истокам культуры казаков, знакомить с обрядами, традициями, бытом; дать знания в области православной культуры для духовно-нравственного и эстетического развития личности; развивать физические способности обучающихся, используя заложенный в них потенциал.

В процессе прохождения программы «Казачата XXI века» предполагается приобретение кадетами-учащимися следующих знаний, умений и навыков:

- понимание основных положений Концепции национальной безопасности Российской Федерации по обеспечению национальной безопасности;
- знание основных видов воинской деятельности;
- знание обязанностей кадета-казака перед построением в строй и в строю, элементы строя;
- умение выполнять строевые приёмы (движение строевым и походным шагом, выход из строя и возвращение в строй, отход и подход к начальнику, отдавание воинского приветствия в движении и на месте);
- уметь действовать в составе парадного расчёта (повороты «направо», «налево», «кругом» в движении);
- знание казачьих походных песен;
- знание материальной части стрелкового оружия и ручных гранат;
- знание основ, приёмов и правил стрельбы;
- знание приёмов и правил метания ручных гранат;

- знание тактических приёмов казаков;
- умение использовать средства индивидуальной защиты;
- умение ориентироваться на местности;
- умение использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности.

Модуль 1 «Общая военная подготовка»

Личностные

При освоении данной программы учащиеся должны достигнуть следующих **личностных результатов**:

- учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи;
- ориентация на понимание причин успеха во вне учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи;
- способность к самооценке на основе критериев успешности вне учебной деятельности;
- активно включаться в общение и взаимодействие с товарищами по секции на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и со-переживания;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями;
- оказывать бескорыстную помощь своим товарищам, находить с ними общий язык;
- рассматривать физическую культуру как явление общей культуры;
- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, строго соблюдать правила техники безопасности при стрельбе из пневматической винтовки;
- руководствоваться правилами оказания первой доврачебной помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Метапредметными результатами освоения данной программы являются:

- умение работать с разными источниками информации;
- технически правильно выполнять специальные двигательные действия;
- овладение составляющими исследовательской и проектной деятельности, ставить вопросы, наблюдать, проводить эксперименты, делать выводы и заключения, объяснять, доказывать, защищать свои идеи;
- умение организовать свою деятельность: определять цель работы, ставить задачи, планировать - определять последовательность действий и прогнозировать результаты работы; осуществлять контроль и коррекцию в случае обнаружения отклонений и отличий при сличении результатов с заданным эталоном; распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения;
- способность выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках по отношению к живой природе, здоровью своему и окружающих;
- умение слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми; умение адекватно использовать речевые средства для дискуссии и аргументации своей позиции, сравнивать разные точки зрения, аргументировать свою точку зрения, отстаивать свою позицию.
- управлять эмоциями при общении, сохранять хладнокровие, сдержанность.

Предметные результаты

Предметные результаты, так же как и метапредметные, проявляются в разных областях культуры.

В области познавательной культуры:

- знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;
- знание основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации;
- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни
- знание правил, нормативных требований выполнения видов испытаний (тестов) комплекса ГТО.

В области нравственной культуры:

- способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий физической культурой, доброжелательное и уважительное отношение к занимающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности;
- умение оказывать помощь занимающимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;
- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях тренировочной и соревновательной деятельности, соблюдать требования тренировок и правила соревнований.

В области трудовой культуры:

- способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме;
- способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой разной направленности, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;
- способность самостоятельно организовывать и проводить занятия профессионально-прикладной физической подготовкой, подбирать физические упражнения в зависимости от индивидуальной ориентации на будущую профессиональную деятельность.

В области эстетической культуры:

- способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;
- способность организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений, подбирать упражнения координационной, ритмической и пластической направленности, режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;
- способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.

В области коммуникативной культуры:

- способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре, грамотно пользоваться понятийным аппаратом;
- способность формулировать цели и задачи занятий физическими упражнениями, аргументировано вести диалог по основам их организации и проведения;
- способность осуществлять судейство соревнований по стрелковому спорту.

В области физической культуры:

- способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки;
- способность составлять планы занятий физической культурой с различной педагогической направленностью, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;

- способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий, выполнять нормативы ГТО.

Модуль 2

«Туристическо-краеведческая»

Личностные результаты

В рамках **когнитивного компонента** будут сформированы:

- знание истории и географии края;
- ориентация в системе моральных норм и ценностей;
- знание основных принципов и правил отношения к природе; знание основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий; правил поведения в чрезвычайных ситуациях.

В рамках **ценностного и эмоционального компонентов** будут сформированы:

- гражданский патриотизм, любовь к Родине, чувство гордости за свою страну;
- уважение к истории, культурным и историческим памятникам;
- уважение к личности и её достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим, нетерпимость к любым видам насилия и готовность противостоять им;
- уважение к ценностям семьи, любовь к природе, признание ценности здоровья, своего и других людей, оптимизм в восприятии мира;
- потребность в самовыражении и самореализации, социальном признании;

В рамках **деятельностного (поведенческого) компонента** будут сформированы:

- умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия; умение конструктивно разрешать конфликты;
- готовность и способность к выполнению моральных норм в отношении взрослых и сверстников в школе, дома, во внеучебных видах деятельности;
- потребность в участии в общественной жизни ближайшего социального окружения, общественно полезной деятельности;

Метапредметные результаты

Обучающийся научится:

- целеполаганию, включая постановку новых целей, преобразование практической задачи в познавательную;
- самостоятельно анализировать условия достижения цели на основе учёта выделенных учителем ориентиров действия в новом учебном материале;
- адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации;

Обучающийся получит возможность научиться:

- самостоятельно ставить новые учебные цели и задачи;
- выделять альтернативные способы достижения цели и выбирать наиболее эффективный способ;
- основам саморегуляции в учебной и познавательной деятельности в форме осознанного управления своим поведением и деятельностью, направленной на достижение поставленных целей;
- осуществлять познавательную рефлексию в отношении действий по решению учебных и познавательных задач;
- адекватно оценивать объективную трудность как меру фактического или предполагаемого расхода ресурсов на решение задачи;
- основам саморегуляции эмоциональных состояний;
- прилагать волевые усилия и преодолевать трудности и препятствия на пути достижения целей.
- формулировать собственное мнение и позицию, аргументировать и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;

- аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию не враждебным для оппонентов образом;
 - задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
 - осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;
 - адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач;
 - организовывать и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками, определять цели и функции участников, способы взаимодействия;
- Обучающийся получит возможность научиться:
- учитывать и координировать отличные от собственной позиции других людей, в сотрудничестве;
 - учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
 - понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы;
 - продуктивно разрешать конфликты на основе учёта интересов и позиций всех участников, поиска и оценки альтернативных способов разрешения конфликтов;
 - договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
 - брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство);
 - в совместной деятельности чётко формулировать цели группы и позволять её участникам проявлять собственную энергию для достижения этих целей.

Предметные результаты

Обучающийся научится:

- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;
- давать определение понятиям;
- устанавливать причинно-следственные связи;
- обобщать понятия - осуществлять логическую операцию перехода от видовых признаков к родовому понятию, от понятия с меньшим объёмом к понятию с большим объёмом;
- строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;
- объяснять явления, процессы, связи и отношения, выявляемые в ходе исследования;

Модуль 3

«Общая физическая подготовка»

Личностные

- оценивать поступки людей, жизненные ситуации с точки зрения общепринятых норм и ценностей; оценивать конкретные поступки как хорошие или плохие;
- умение выражать свои эмоции;
- понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать.

Регулятивные

- определять и формировать цель деятельности с помощью учителя;
- проговаривать последовательность действий во время занятия;
- учиться работать по определённому алгоритму.

Познавательные

- умение делать выводы в результате совместной работы класса и учителя.

Коммуникативные

- умение оформлять свои мысли в устной форме
- слушать и понимать речь других;
-

договариваться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения и следовать им;

- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера и исполнителя).

Предметные

Ученик научится

- формированию установок здорового образа жизни;
- формированию навыков самоконтроля, самонаблюдения и саморегуляции;
- закалывающим процедурам для снижения заболеваемости простудными заболеваниями и гриппом;
- соблюдению правил игр;

Ученик получит возможность научиться

- правилам спортивных игр (пионербол, баскетбол, футбол);
- умению играть в спортивные игры (пионербол, баскетбол, футбол);
- приемам формирования лидерских качеств личности, способной взаимодействовать в команде;
- сохранять мотивацию к здоровому образу жизни.

Модуль 4

«Казачья удаль»

Личностные:

- включаться в исполнение обрядов с демонстрацией полученных навыков;
- исполнить несложные календарные, игровые, плясовые песни.

Метапредметные:

- видеть мир через систему годового обрядового круга;
- замечать проявления традиции казачества в современном мире;
- представлять общую систему жизни человека в соответствии с годовыми циклами обрядовых праздников и традиций казаков.

Предметные

Ученики научатся:

-распознавать основные символы и знаки, ключевые слова образно-поэтической системы казаков: казак, Урал, Сал, сокол, орёл, конь, лампас, насека, булава, понятие оберега, элементы русского народного костюма, основное содержание календарных праздников: Святки, Коляда, Рождество, Масленица, Сороки, Пасха, Троица, Покров.

Ученик получит возможность научиться

- владению приемами шермиций, фланкировки, метанию предмета в цель.

Модуль 5

«Казачий хор»

Личностные результаты освоения программы:

- Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.
- Формирование основ гражданской идентичности, формирование основ гражданской идентичности, принадлежности в форме осознания «Я» как члена семьи,

представителя народа, гражданина России, чувства сопричастности и гордости за свою Родину, народ и историю;

- формирование эмоциональное отношение к искусству;
- формирование духовно-нравственных ценностей, эстетических потребностей и эмоциональности и чувств;
- реализация творческого потенциала в процессе коллективного музицирования;
- Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками во время урочной, репетиционной и концертной деятельности, умения работать в коллективе;
- Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.

Метапредметные результаты освоения программы:

регулятивные УУД:

- планировать свои действия с творческой задачей и условиями её реализации;
- самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели урока;
- выстраивать самостоятельный творческий маршрут общения с искусством;
- создавать исполнительский план хорового произведения;

коммуникативные УУД:

- участвовать в жизни микро- и макросоциума (группы, класса, школы, города, региона и др.) – участие в концертных выступлениях различного уровня (класс, школа, район, город, регион);
- уметь слушать и слышать мнение других людей, излагать свои мысли о музыке;
- работать над унисоном в хоре и хоровой партии;
- осознавать свою роль в многоголосном пении;
- работа над произведениями с сопровождением разного уровня сложности и самостоятельности (дублирующим голос и не дублирующим голос);
- работать с минусовками;
- применять знаково-символические и речевые средства для решения коммуникативных задач.

познавательные УУД:

- использовать знаково-символические средства (нотная грамота, теория музыки, музыкальная литература) для разучивания и исполнения хоровых произведений различной степени сложности;
- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников;
- расширять музыкальный кругозор.

Предметные результаты освоения программы:

Ученик научится:

- Элементарным способам воплощения художественно-образного содержания хоровых произведений в различных видах музыкальной и учебно-творческой деятельности;
- нотную грамоту;
- правильную певческую установку;
- особенности музыкального языка хорового искусства.

Ученик получит возможность научиться:

- применять полученные знания и приобретённый опыт творческой деятельности при реализации различных проектов для организации содержательного культурного досуга во внеурочной и внешкольной деятельности;
- исполнять хоровые произведения с аккомпанементом и без сопровождения;
- правильно пользоваться вокальным дыханием;
- исполнять хоровые произведения различной сложности (в соответствии с возрастом и техническими возможностями) в рамках учебного материала;
- анализировать хоровые произведения различных жанров, эпох и культур.

3. Учебно-тематический план
Расчет часов по предметам обучения

Модуль 1. Общая военная подготовка

№ п/п	Наименование предмета	Количество часов									
		5 класс.		6 класс.		7 класс.		8 класс.		9 класс	
		всего	В т.ч. практ.	всего	В т.ч. практ.	всего	В т.ч. практ.	всего	В т.ч. практ.	всего	В т.ч. практ.
1.	Строевая подготовка	7	7	6	6	6	6	6	6	6	6
2.	Тактическая подготовка	3	2	4	2	5	5	5	5	5	5
3.	Физическая подготовка	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
4.	Кодекс чести казака	3	-	3	-	3	-	3	-	3	-
5.	Дни воинской славы России	5	-	6	-	6	-	6	-	6	-
6.	Итоговые занятия (конкурсы, соревнования)	8	8	8	8	7	7	7	7	7	7
	Итого:	33	24	34	23	34	25	34	25	34	25

Модуль 2
«Атластория»

Учебно – тематическое планирование

№ п/п	Разделы программы классы	Часовая нагрузка по годам обучения/классы				
		5	6	7	8	9
1.	Основы туристической подготовки	13	10	14	14	14
2.	Топография и ориентирование	8	10	4	4	4
3.	Краеведение	3	5	2	2	2
4.	Основы гигиены, первая доврачебная помощь. Обеспечение безопасности	2	2	3	2	2
5.	Туристические узлы	8	5	6	6	6
6.	Прохождение дистанции	-	2	5	6	6
	Итого:	34	34	34	34	34

Модуль 3

«Общая физическая подготовка»

Содержание	Возраст		
	11-12	12-14 лет	Свыше 14 лет
Для развития силы			
1. Общеразвивающие упражнения с предметами	+	+	+
2. Упражнения с гантелями	0,5—1 кг	1-3 кг	3—5 кг
2. Упражнения с гирей 16 кг	—	—	+
3. Упражнения со штангой в положении стоя и лежа)	—	до 10 кг	+
4. Удержание угла в вися и упоре	+	+	+
5. Силовые упражнения с собственной массой	+	+	+
6. Упражнения с партнером	—	+	+
7. Подвижные и национальные казачьи игры	+	+	+
Скоростно-силовые			
1. Прыжки через скакалку	+	+	+
2. Прыжки на одной и двух ногах	+	+	+
3. Многоскоки	—	+	+
4. Выпрыгивание из приседа	—	+	+
5. Тройные и пятерные прыжки с места	—	+	+
6. Бег с партнером на спине и плечах	—	—	+
7. Метание набивных мячей	+	+	+
8. Толкание ядра	—	—	+
9. Игровые задания по сигналу	+	+	+
10. Подвижные и национальные игры	+	+	+
На общую и силовую выносливость			
1. Кросс	+	+	+
2. Прыжки со скакалкой 1—3 мин	+	+	+
3. Серийное выполнение упражнений с умеренной интенсивностью (например, 50 подскоков + 30 приседаний в темпе + 30 подскоков). Повторить 2—3 раза	—	+	+
4. Круговая тренировка	—	+	+
5. Спортивные игры	—	+	+
6. Серийное выполнение силовых упражнений	—	+	+
7. Вис на согнутых руках	+	+	—

8. Удержание угла в упоре и висе	+	+	—
На координацию движений			
1. Разнонаправленные движения руками и ногами одновременно и последовательно	+	+	+
2. Жонглирование различными предметами	+	+	+
3. Метание на точность	+	+	+
4. Полосы препятствий	+	+	+
5. Эстафеты	+	+	+
6. Подвижные и национальные игры	+	+	+
На гибкость			
1. Пружинящие наклоны из различных исходных положений	+	+	+
2. Повороты и вращения туловища с большой амплитудой	+	+	+
3. Акробатические упражнения	+	—	—

Модуль 4
«Казачья удаль»

Наименование разделов, тем	Всего часов/ классы				
	5	6.	7	8	9
Вводное занятие	1	1	1	1	1
Ознакомление с программой, техника безопасности, режимы форм занятий, содержание контрольного тестирования. Приветствие, построение.	1	1	1	1	1
Направленность физического воспитания оренбургских казаков к несению казачьей службы - история и современность.	5				
Краткая история Оренбургского казачьего войска.	1	1	1	1	1
Структура Оренбургского казачьего войска.	1	1	1	1	1
Казачьи чины и звания.	2	1	1	1	
Исторические виды казачьей службы.		2	1	1	1
Традиционные казачьи средства физического воспитания.		1	1	1	2
Духовные ценности и правила казака; казачьи праздники.	3				

Казачьи заповеди и правила поведения.	1	1	1	1	1
Казачьи пословицы и поговорки. Казачьи песни и их значение.	2	1	1	1	
Войсковые праздники Оренбургских казаков.	1	1	1	1	1
Традиционная форма одежды, снаряжение и оружие Оренбургских казаков	3				
Казачий мужской костюм, и его прикладное назначение.	1	1	1	1	1
Походное снаряжение Оренбургского казака.		1	1	1	2
Традиционное оружие Оренбургских казаков – общий обзор.		1	1	1	2
Общие представления оренбургских казаков о здоровом образе жизни, здоровье и оказание первой медицинской помощи	3				
Режим дня и режим года в представлении казаков. Казачья закалка.	1	1	1	1	1
Казачья кухня и правила питания.	1	1	1	1	1
Оказание первой медицинской помощи при ушибах и кровотечениях.	1	1	1	1	1
Специальная физическая подготовка (СФП) на основе традиционных казачьих игр, танцев, гимнастик	6				
Казачьи игры: «свалить с места»; «ладошки», «петушиный бой», «перестрелка», «пощечи» и др.	2	2	1		
Элементы казачьих танцев: «присядки», «ползунки».	2	2	1		
Элементы казачьих танцев: «четка», «хлопки».	2	2	1		
Элементы казачьих танцев: «прыжки», «вращения»	1	1	1	1	1
Изучение «силовой разминки»		1	1	1	2
Закрепление «силовой разминки»		1	1	2	1
Строевая подготовка	2				

Понятие строя и его элементов. Шаг на месте и в движении.	1	1	1	1	1
Приветствие шашкой в строю. Повороты в строю.	1	1	1	1	1
Основы рукопашного боя без оружия (самобытные традиционные виды единоборств)	2				
Техника ударов ладонями «Здороваться» на месте: изучение, закрепление.			1	2	2
Самозащита от ударов шашкой сверху, с боку, снизу, прямых уколов, самозащита от ударов палкой.			1	2	2
Основы владения традиционным казачьим оружием (имитатор шашки).	6				
Хваты шашки и ее назначение. Приветствие. Комплекс фланкировки № 1 – хваты и передачи из руки в руку.			1	2	2
Комплекс фланкировки № 2 – простые восьмерки.			1	2	2
Комплекс фланкировки № 3 – сложные восьмерки.			1	2	2
Комплекс фланкировки № 4 – простые комбинации.		1	1	1	2
Изучение и закрепление ударов шашкой.		1	1	1	2
Изучение и закрепление стоек и простых перемещений с шашкой.			1	2	2
Туристическая подготовка	2				
Подбор походной экипировки. Выбор места для лагеря. Обеспечение в лагере. Правила поведения и безопасность в лагере. Занятия в лагере.		1			1
Итоговая аттестация	1	1	1	1	1
Зачет на умения, навыки программного материала – теория и СФП. Зачет на умения, навыки программного материала – техника.	1	1	1	1	1
	3 4	34	34	34	34

Модуль 5
Казачий хор

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА ЧАСОВ,
ОТВОДИМЫХ НА ОСВОЕНИЕ КАЖДОЙ ТЕМЫ.**

Учебно-тематическое планирование

5 КЛАСС.

№ темы	Название темы	Теория	Практика
		Количество часов	
1-2.	Вводное занятие. «Мир фольклора. Специфика детского фольклора »	1	1
3-5.	Потешки.	1	2
6-8.	Прибаутки.	1	2
9-11.	Небылицы.	1	2
12-14.	Дразнилки.	1	2
15-17.	Считалки.	1	2
18-20.	Молчанки	1	2
21-25.	Частушки	1	4
26-30.	Казачьи детские игры	1	4
31-34.	Итоговое занятие – посиделки «Делу – время, потехе – час».	1	3
Итого: 34 часа		10	24

№ п/п	Наименование раздела программы, темы	Кол-во часов	Планируемые результаты по каждой теме (характеристика основных видов деятельности обучающихся на уровне учебных действий предметных, личностных, метапредметных)
«Детский казачий музыкальный фольклор»			
1-2.	Вводное занятие. «Мир фольклора. Специфика	2	Знакомство с содержанием и тематикой занятий самостоятельного творчества, развития

	детского фольклора »		индивидуальности.
3-5.	Потешки.	3	Исследовательская работа, работа с литературой, интернет ресурсами. Знакомство и разучивание потешек.
6-8.	Прибаутки.	3	Исследовательская работа, работа с литературой, интернет ресурсами. Знакомство и разучивание прибауток.
9-11.	Небылицы.	3	Исследовательская работа, работа с литературой, интернет ресурсами. Знакомство и разучивание небылиц.
12-14.	Дразнилки.	3	Исследовательская работа, работа с литературой, интернет ресурсами. Знакомство и разучивание дразнилок.
15-17.	Считалки.	3	Исследовательская работа, работа с литературой, интернет ресурсами.
18-20.	Молчанки	3	Исследовательская работа, работа с литературой, интернет ресурсами. Знакомство и разучивание молчанок.
21-25.	Частушки	5	Исследовательская работа, работа с литературой, интернет ресурсами. Разучивание частушек.
26-30.	Казачьи детские игры	5	Знакомство и разучивание детских игр казаков.
31-34.	Итоговое занятие – посиделки «Делу – время, потехе – час».	4	Праздник. Музыкально-пластические движения, исполнение песен, драматизация
Итого:		34	

6 КЛАСС.

№ темы	Название темы.	Теория	Практика
		Количество часов	
1-2.	Вводное занятие «У наших ворот всегда хоровод»	1	1
3-7.	Театр народной песни.	1	4
8-18.	Русские народные песни.	1	10
19-26.	Народное пение.	1	7
27-32.	Игра на русских музыкальных инструментах.	1	5
33-34.	Итоговое занятие – посиделки «Красна песня ладом».	1	1
Итого: 34 часа		6	28

№ п/п	Наименование раздела программы, темы	Кол-во часов	Планируемые результаты по каждой теме (характеристика основных видов деятельности обучающихся на уровне учебных действий)
-------	--------------------------------------	--------------	---

предметных, личностных, метапредметных)			
Театр народных казачьих песен. «Выразим себя в фольклоре»			
1-2.	Вводное занятие «У наших ворот всегда хоровод»	2	Знакомство с содержанием и тематикой занятий самостоятельного творчества, развития индивидуальности.
3-7.	Театр народной песни.	5	Музыкально-пластические движения, исполнение песен, драматизация.
8-18.	Русские народные песни.	11	Знакомство и разучивание русских народных песен.
19-26.	Народное пение.	8	Исследовательская работа, работа с литературой, интернет ресурсами.
27-32.	Игра на русских музыкальных инструментах.	6	Музыкально-пластические движения, игра на музыкальных инструментах.
33-34.	Итоговое занятие – посиделки «Красна песня ладом».	2	Праздник. Музыкально-пластические движения, исполнение песен, драматизация
Итого:		34	

7 КЛАСС.

№ темы	Название темы.	Теория	Практика
		Количество часов	
1-2.	Вводное занятие: «Весной косы точили, летом травы косили, осенью на возочке возили».	1	1
3-8.	Трудовые песни.	1	5
9-13.	Заклички.	1	4
14-18.	Колядки.	1	4
19-24.	Масленичные песни.	1	5
25-32.	Хороводы.	1	7
33-34.	Итоговое занятие – посиделки «В хороводе были мы».	1	1
Итого: 34 часа		7	27

№ п/п	Наименование раздела программы, темы	Кол-во часов	Планируемые результаты по каждой теме (характеристика основных видов деятельности обучающихся на уровне учебных действий предметных, личностных, метапредметных)
Календарные обряды казаков. «Казачьи календарные обрядовые песни»			

1-2.	Вводное занятие: «Весной косы точили, летом травы косили, осенью на возочке возили».	2	Знакомство с содержанием и тематикой занятий самостоятельного творчества, развития индивидуальности.
3-8.	Трудовые песни.	6	Исследовательская работа, работа с литературой, интернет ресурсами. Знакомство и разучивание трудовых песен казаков.
9-13.	Заклички.	5	Исследовательская работа, работа с литературой, интернет ресурсами. Знакомство и разучивание закличек.
14-18.	Колядки.	5	Знакомство и разучивание песен, колядок казаков.
19-24.	Масленичные песни.	6	Исследовательская работа, работа с литературой, интернет ресурсами. Знакомство и разучивание масленичных песен казаков.
25-32.	Хороводы.	8	Исследовательская работа, работа с литературой, интернет ресурсами. Музыкально-пластические движения, исполнение хороводов, драматизация.
33-34.	Итоговое занятие – посиделки «В хороводе были мы».	2	Праздник. Музыкально-пластические движения, исполнение песен, драматизация.
Итого:		34	

8 КЛАСС.

№ темы	Название темы.	Теория	Практика
		Количество часов	
1-2.	Введение. Поэтика казачьего фольклора	1	1
3-8.	Строевые военные казачьи песни	1	5
9-14.	Лирические казачьи песни	1	5
15-20.	Исторические казачьи песни - былины	1	5
21-26.	Плясовые казачьи песни	1	5
27-30.	Колыбельные песни.	1	3
31-34.	Итоговое занятие – Казачья свадьба	1	3
Итого: 34 часа		6	28

9 класс

№	Наименование раздела	Кол-	Планируемые результаты по каждой теме
---	----------------------	------	---------------------------------------

п/п	программы, темы	во часов	(характеристика основных видов деятельности обучающихся на уровне учебных действий предметных, личностных, метапредметных)
Жанровое многообразие казачьего музыкального фольклора. «Казачьи народные песни»			
1-2.	Введение. Поэтика казачьего фольклора	2	Знакомство с содержанием и тематикой занятий самостоятельного творчества, развития индивидуальности.
3-8.	Строевые военные казачьи песни	6	Знакомство и разучивание строевых песен казаков.
9-14.	Лирические казачьи песни	6	Знакомство и разучивание лирических песен казаков.
15-20.	Исторические казачьи песни - былины	6	Знакомство и разучивание исторических песен-былин казаков.
21-26.	Плясовые казачьи песни	6	Знакомство и разучивание плясовых песен казаков.
27-30.	Колыбельные песни.	4	Знакомство и разучивание колыбельных песен казаков.
31-34.	Итоговое занятие – Казачья свадьба	4	Праздник. Музыкально-пластические движения, исполнение песен, драматизация.
Итого:		34	

3.Содержание программы

Модуль 1

«Общая военная подготовка»

1. Строевая подготовка(12 часов)

Уставы военной службы. Построение и перестроения. Повороты на месте. Строевые приёмы и движение в строю. Движение шагом и бегом. Повороты в движении.

2. Медицинская подготовка(2 часа).

Оказание первой доврачебной помощи при отравлении, солнечном и тепловом ударах, ожогах и обморожении, ушибах, переломах, кровотечениях.

3. Защита от оружия массового поражения(3 часа).

Оружие массового поражения: ядерное оружие, химическое оружие, бактериологическое оружие. Средства индивидуальной защиты. Средства коллективной защиты. Медицинские средства индивидуальной защиты.

4. Огневая подготовка(9 часов).

Боевое вооружение казака. История создания стрелкового оружия. Стрелковое оружие дореволюционной России. Новейшие образцы стрелкового оружия современной России. Меры безопасности при обращении с оружием. Изучение устройства и особенностей автомата Калашникова. Порядок неполной разборки и сборки. Меры безопасности при обращении с ручными гранатами. Приёмы и правила метания ручных осколочных гранат.

5. Военная топография(2 часа).

Азимут. Движение по азимуту.

6. Походная подготовка(6 часов).

Вязание узлов. Полевые игры.

Модуль 2

«Атластория»

1 Вводное занятие. Обеспечение безопасности. Особенности пешеходного туризма- **1 час.**

Теория: Цели и значение занятий туризмом и краеведением. Правила поведения и техника безопасности во время занятий, нормы поведения в горах, лесу, у водоемов, на болоте. При передвижении по дорогам. Правила обращения с огнем, опасными инструментами и специальным снаряжением. Правила общения с местными жителями; правила гигиены туриста.

2 Краеведение – 2часа. Природа родного края. Охрана природы. Виды туризма. Туристические возможности Сорочинского края.

Теория: Рельеф и климатические особенности родного края, животный и растительный мир. История родного края, краеведческая работа в походе. Правила сбора краеведческого материала, его оформления и презентации. Краеведческий отчет туристической группы. Краеведческие викторины, олимпиады(подготовка и проведение для обучающихся 5-8 классов). Подготовка, организация, проведение и анализ силами туристической группы фотовыставки «Знай родной край».

Практика: Знакомство с картой области(края). «Путешествие» по карте. Подготовка и заслушивание докладов кружковцев о природе и достопримечательностях края. Проведение краеведческих викторин.

3 Туристические узлы- (13часов). Подготовка к соревнованиям и отработка навыков туристической техники совместно с родителями.

Теория: Узлы и их применение в туризме. Узлы: прямой, проводник, двойной проводник, австрийский проводник, восьмерка, стремя, прусик, булинь, удавка, карабинная удавка, академический, ткацкий, встречный, шкотовый, брамшкотовый, штык, схватывающий, грейпвайн и т.д. отработка навыков завязывания туристических узлов. Наведение и снятие веревочных перил для преодоления препятствий.

Практика: Постановка дистанции, мини- соревнования между командами «Мама, папа и я – туристическая семья». Участие в личных зачетах по прохождению дистанции.

4 Топография- (2 часа). Топографическая подготовка, условные знаки.

Теория: Топографические карты и топографические знаки, масштаб и легенда карты. Чтение топографических карт. Рисование топонимов. Изображение высоты местности с помощью горизонталей. Определение крутизны склона и его высоты. Измерение расстояния до недоступных предметов. Топографическая съемка местности.

Практика: Измерение расстояния по карте и на местности. Создание простейших планов и схем(класса, школьного двора, т.п.). спортивный компас. Ориентирование карты по компасу. Снятие азимута. Движение по азимуту. Ориентирование по местным предметам и рельефу. Определение точки стояния.

5 Спортивное туристическое многоборье-(4 часа).

Теория: спортивное туристическое снаряжение. Страховки и самостраховки. Преодоление препятствий. Траверс склона с альпенштоком. Горизонтальный и вертикальный маятник. Переправа по веревке с перилами(параллельные перила). Подъем по склону по перилам спортивным способом. Подъем по склону по судейским перилам с самостраховкой. Навесная переправа. Переправа с самонаведением и снятием перил.

6 Туристическая стенгазета- (1час).

Теория: Виды газет, работ редакционной коллегии, название газетной рубрики и заголовки, верстка и оформление. Выбор названия для туристической газеты: открытый конкурс. Социальные пробы: интервью, репортаж, соцопрос. Создание совета для выпуска туристической газеты и распределение обязанностей. Выпуск и презентация первого номера газеты, посвященного Всемирному дню туризма, выпуски номеров, посвященные экологическим проблемам микрорайона, интересным страницам родной истории, совершенным туристическим походам, экспедициям.

7 Природоохранные акции- (2часа).

Теория: Анкетный опрос школьников, родителей об экологических проблемах микрорайона. Определение круга проблем. Проработка каждой проблемы методом мозгового штурма. Выбор дела. Создание совета дела. Распределение обязанностей. Подготовка инвентаря и спецодежды. Реализация запланированного дела: проведение природоохранных мероприятий на улицах, в парке. Фоторепортаж о проведении акции. Анализ работы. Подведение итогов: рассказ об экологических проблемах микрорайона и проведенной акции учащимся младших классов.

8 Спортивное ориентирование-(5часов).

Теория: гигиена спортсмена: гигиена тела, одежды и обуви. Правила соревнований по спортивному ориентированию. Спортивное снаряжение. Действия участника перед стартом, на старте, на дистанции, на КП, в финишном коридоре, после финиша. Техника ориентирования. Измерение расстояния на местности(шагами, по времени, визуально). Спортивный компас. Приемы пользования компасом. Определение сторон горизонта по компасу. Определение точки стояния. Движение по азимуту. Определение и контроль направлений с помощью компаса и карты, по объектам местности. Спортивные карты. Технические приемы: азимут, линейное ориентирование, точечное ориентирование. Тренировки и соревнования по спортивному ориентированию

9 Походы выходного дня-(2 часа).

Практика: Совместная, осуществление и последующий анализ походов выходного дня с целью отработки навыков ориентирования, техники пешеходного туризма, сбора краеведческого материала.

10 Спортивные походы- (2 часа).

Практика:Пешеходный поход. Протяженность спортивных походов, локальная протяженность спортивных походов. Принципы комплектования группы и требования к участникам спортивных походов. Ориентирование на маршруте. Хронометраж на маршруте. Краеведение на маршруте. Подведение итогов похода, подготовка фотоотчета, технического и краеведческого описание маршрута. Ознакомление с собранным краеведческим материалом других учащихся школы, конкурс отчетов.

Летний зачетный некатегорийный поход протяженностью 5-25 км готовится в течении всего года. Во время этого похода обучающиеся выполняют краеведческую работу, совершают экскурсии на различные объекты своего края, ведут путевые записи, фотографируют достопримечательности и т.д.

Зачетный поход- завершающий этап в освоении ребятами основных элементов туристической техники и навыков походного быта. Особое внимание следует уделить отработке таких элементов туристической техники, как:

- установка туристических палаток в обычных условиях и на время,
- разведение костра в различных погодных условиях,
- ориентирование по карте, звездам, компасу,
- ходьба по заболоченной местности и густому мелколесью,
- подъем и спуски по залесенным склонам,
- определение сторон горизонта по местным признакам и по солнцу.

За время похода членами группы должна быть хорошо освоена система организации движения по маршруту и походного бивачного быта: правильная укладка рюкзака, варка пищи, мытье посуды, личная гигиена, заготовка топлива и т.п.

Подведение итогов- устные или письменные высказывания участников похода о его результатах, о тех или иных случаях, о товарищах.

В воспитании грамотных и культурных туристов огромное значение имеют разборы походов. Важно после каждого учебно-тренировочного похода на очередном занятии или прямо в походе у вечернего костра уделить время для обсуждения его итогов. Удачно проведенный разбор итогов похода учит ребят думать, критически относиться к себе и товарищам, заставляет осмыслить обильный поток информации, полученной во время похода. Для руководителя обсуждение похода – еще одно средство изучения воспитанников, позволяющее глубже узнать их характеры, образ мыслей, наклонности.

Программа учебной дисциплины «Пешеходный туризм» предполагает наличие у команды(секции, кружка) необходимого личного и группового туристического и специального снаряжения, бивуачного и вспомогательного(хозяйственного, медаптечки и пр.), обзорные карты края; кроки, схемы; топографические и спортивные карты всех масштабов; компасы, веревки, карабины, страховочные системы; основные и вспомогательные веревки, бивуачное и спец. тур. снаряжение.

Модуль 3

«Общая физическая подготовка»

1. Вводное занятие(1час):

Теория: Правила поведения и техника безопасности во время занятий по общей физической подготовке. Гигиена спортсмена. Правила пользования спортивным инвентарем, одеждой, обувью. Возможные травмы и их предупреждение. Командные виды спорта. Судейство соревнований.

Практика: Развитие скоростных качеств.

7. Легкая атлетика(5 часов):

Практика: Общеразвивающие упражнения. Эстафеты, развитие скоростных качеств, упражнение на выносливость, беговые упражнения. Метание гранаты в цель на дальность. Соревнования на звание лучшего бегуна, прыгуна, метателя.

8. Гимнастика с элементами акробатики(8 часов):

Теория: Правила безопасности на уроках гимнастики.

Практика: Перекаты и группировки с последующей опорой руками за головой. Выполнение гимнастических упражнений. ОРУ на месте. Лазанье по канату в три приема. ОРУ с предметами. Круговая эстафета. ОРУ с предметами. Опорный прыжок: согнув ноги (м); ноги врозь (д). Строевые упражнения. Повороты на месте. Ускорение 300-500 метров. Развитие скоростных качеств. Эстафета. Подвижные игры. Спец. Беговые упр. Бег 10 мин. Подтягивание. Соревнования с элементами гимнастики.

9. Национальные казачьи игры(19 часов):

Теория: Изучение правил казачьих игр.

Практика: Изучение казачьих игр «Обыкновенный жгут», «Просо», «Казачи-разбойники», «Борющаяся цепь», «Чехарда», «Салки», «Цепи-цепи», «Цурка», «Русская лапта» способствует укреплению здоровья и содействию правильного физического развития, укреплению опорно-двигательного аппарата, развитию быстроты, ловкости, гибкости, начальному обучению тактическим действиям, приучение к игровой обстановке.

10. Правила самостоятельного освоения физических упражнений(1час):

Теория: Общие представления о физической нагрузке. Правила самостоятельного освоения физических упражнений. Подведение итогов с постановкой дальнейших задач; домашнее задание на лето.

Модуль 4 «Казачья удаль»

1 Вводное занятие (1 час).

Ознакомление с Программой, техника безопасности, режим и форма занятий, содержание контрольного тестирования. Приветствие, построение, молитва.

2 Направленность физического воспитания Оренбургских казаков к несению казачьей службы - история и современность(5 часов).

Краткая история Оренбургского казачьего войска. Структура казачьего войска.

Казачьи чины и звания. Исторические виды казачьей службы. Традиционные казачьи средства физического воспитания.

3 Духовные ценности и правила казака; казачьи праздники(3).

Казачьи заповеди и правила поведения. Казачьи пословицы и поговорки.

Казачьи песни и их значение. Войсковые праздники Оренбургских казаков.

4 Традиционная форма одежды, снаряжение и оружие Оренбургских казаков(3).

Казачий мужской костюм, и его прикладное назначение. Походное снаряжение казака. Традиционное оружие Оренбургских казаков – общий обзор.

5 Общие представления казаков о здоровом образе жизни(3 часа).

Здоровье и оказание первой медицинской помощи. Режим дня и режим года в представлении казаков. Казачья заплата. Казачья кухня и правила питания. Оказание первой медицинской помощи при ушибах и кровотечениях.

6 Специальная физическая подготовка (СФП) на основе традиционных казачьих игр, танцев, гимнастик(6 часов).

Казачьи игры: «свалить с места»; «ладошки»; «петушиный бой»; «ладошки»; «перестрелка», «пощечки», «перетяжки» и др.

Элементы казачьих танцев: «присядки»; «хлопки»; «четка»; «прыжки», «вращения». Гимнастика "разминка силовая".

7 Строевая подготовка(2 часа).

Понятие строя и его элементов. Шаг на месте и в движении. Приветствие и фланкировка шашкой в строю.

8 Основы рукопашного боя без оружия (самобытные традиционные виды единоборств)(2 часа).

Техника ударов ладонями «Здороваться». Самозащита от ударов палкой.

9 Основы владения традиционным казачьим оружием (имитатор шашки)(6 часов).

Хваты и способы держания. Основная стойка и способы передвижения. Фланкировка. Удары.

10 Туристическая подготовка(2 часа).

Подбор походной экипировки. Выбор места для лагеря. Обеспечение в лагере. Правила поведения и безопасность в лагере. Занятия в лагере.

11 Итоговая аттестация(1 час).

Зачет на знания, умения, навыки программного материала.

Модуль 6

«Казачий хор»

1.2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА:

5 КЛАСС.

«Детский казачий музыкальный фольклор» (34ч.)

1. Введение. Мир фольклора. Специфика детского фольклора.

Знакомство с предметом; мир фольклора – мир народной мудрости; особенности казачьего пения; простейшие исполнительские навыки.

Развитие певческих навыков: упражнения на дыхание, звукообразование, ритм, пение в унисон.

Потешный фольклор как часть детского фольклора.

2. Казачьи потешки.

Потешки, как один из видов народного творчества, их назначение. Слово «потешать» означает позабавить, поразвлечь, посмешить. Знакомство с понятием - интонация.

Разучивание музыкальных казачьих потешек, работа над выразительным исполнением.

3. Прибаутки.

Прибаутки как жанр казачьего фольклора. Среди народных стишков для детей встречаются такие, содержание которых составляет смешные шутки – балагурки - прибаутки. Их назначение в жизни детей.

Разучивание слов и мелодий прибауток, их эмоциональное исполнение.

4. Небылицы.

Небылицы как вид творчества, их назначение; особенности данного вида творчества. Знакомство с понятием – аккомпанемент.

Разучивание песен-небылиц и их обыгрывание.

5. Дразнилки.

Дразнилки как вид творчества, их назначение.

Разучивание дразнилок, обыгрывание, работа над выразительным исполнением; сочинение дразнилок.

6. Считалки.

Считалка как вид народного творчества. Короткие рифмованные стихи решающие выбор водящего.

Разучивание музыкальных считалок, умение применять их на практике.

7. Молчанки.

Молчанки как вид народного творчества; игры - уговоры, где проигрывает тот, кто не обладает достаточной выдержкой. Знакомство с понятием – а капелла.

Разучивание музыкальных молчанок, сочинение молчанок.

8. Частушки.

Происхождение, структура частушки, виды частушек.

Разучивание частушек, сочинение частушек.

9. Казачьи детские игры.

Виды игр, воплощение художественного образа в драматическом действии; обрядовые игры, соответствие игр календарному годовому кругу; музыкальные припевы, их особенности.

Разучивание игр казачьих русских народных игр; работа над выразительным исполнением.

10. Творческая мастерская «Делу – время, потехе – час».

Викторина; кроссворд; игра «Угадай народную казачью мелодию».

Примерный репертуар 1-го года обучения.

Потешки:

«Три-та-та, вышла кошка...», «Идет коза рогатая», «Скоро Саше годочек», «Солнышко-ведрышко», «Вот коровушка, буренушка», «А вот козлик-шалунишка», «Я точу, молочу на чужом гумне», «На дубу свинья гнездо свила», «А мы ноня гуляли», «Ой, шли веселые, разговаривали».

Прибаутки:

«Стучит, бренчит по улице», «Федул, что губы надул», «Здорово, кума», «Ты видел моего теленочка?», «Куда, кум, идешь?»

Небылицы:

«Чики-чики-чиколочки», «Таракан дрова рубил», «Как петух в печи пироги печет», «По синю морю корабль бежит», «Ехала деревня мимо мужика», «Ай, чу-чу», «А где это видано», «Вы послушайте, ребята». «Как кума то к куме в решете приплыла».

Дразнилки:

«Резорок с вершок», «Флор», «Ваня едет на быке», «Антошка», «Алеша-белеша», «Ванюша-рамок», «Ерема-Ерема».

Считалки:

«Первадан, другодан», «Ты куковка, я куковка», «Кошка учится считать», «Возьму из кадушек», «Трынцы-брынцы», «Шла коза по мостику», «Я сказала», «Спиря-Спиридон».

Молчанки:

«Чок,чок зубы на крючок», «Ехали бояре», «Шел Молчан», «Кони, кони, мои кони», «Прилетели журавли», «Кони-огони», «Венчики, венчики», «Мы набрали в рот воды», «Первенчики, червенчики»

Частушки:

о домашних делах, про девочек, про мальчиков, про школу, календарные праздники и др.

Игры:

«Грачи летят», «Дед Сысой», «Козынька», «В перстни», «Девочка и медведь», «Лиса в норку», «Почта», «В птицы», «В кувшинчики», «Горшки», «Закуски», «Лапта», «Олень», «Редька», «Сидит Дрема», «Пошла коза по лесу», «Колпачок», «Гори, гори гарко», «Костромушка, Кострома».

К концу первого года обучения дети должны:

знать: о фольклоре, как источнике народной мудрости; жанры детского казачьего фольклора; Понятия – интонация, а капелла, ансамбль, аккомпанемент.

уметь: самостоятельно воспроизводить осваиваемый фольклорный материал; выразительно петь простейшие песенки, потешки, небылицы, считалки.

6 КЛАСС.

«Выразим себя в фольклоре» (34ч.)

1. Введение. Казачий песенный фольклор: особенности песнопения.

Расширять круг представлений учащихся о казачьем фольклоре. Дать начальные понятия о традиционном казачьем песенном материале и его вариантах.

Совершенствовать коллективные и индивидуальные формы исполнения; упражнения на дыхание, работа над особенностью подачи фольклорного звука; работа над дикцией.

Театр казачьей песни.

2. Казачьи песни.

Казачья песня, как и всякое художественное творение, начинается с замысла. В казачьей песне замысел прост, он содержится в расшифровке самого содержания песни. Обычно казачья песня имеет глубокое образно-смысловое начало.

Для того, чтобы в детях развивалась творческое отношение к произведениям народного творчества, необходимо дать им возможность «поставить» песню по-своему. Но для того, чтобы казачья песня была «разыграна» на первых занятиях, нужно дать методические установки. Алгоритм работы при постановке песни:

1. чтение текста песни, выявление ритмических особенностей;
2. анализ жанра;
3. обдумывание действия и поведение персонажей;
4. планирование хореографии;
5. продумывание художественного оформления.

Обучать детей пению на два голоса; разучивать слова и мелодии; упражнения на дыхание, упражнения со звуком; игра на шумовых инструментах; ролевое обыгрывание песни.

3. Специфика казачьего пения.

Певческая установка и ее влияние на музыкальное самовыражение. Певческое дыхание. Его роль в звукообразовании, разновидности дыхания Знакомство с понятием – ритм, динамические оттенки.

Работа над музыкальными произведениями, исполнения песен, анализ произведения, исполнения, упражнения на формирование правильного певческого дыхания.

4. Игра на музыкальных инструментах.

Знакомство с простейшими музыкальными инструментами: рубель, трещотки, шумелки, ложки и т.д. Знакомство с понятием – темп.

Игра на музыкальных инструментах в ансамбле. Овладение элементарными техническими навыками.

5. Казачьи народные песни.

Слушание казачьих народных песен. Определение жанра и характера произведений. Голосовые особенности исполнения казачьих песен.

Исполнение казачьих песен. Работа над выразительностью исполнения.

6. Творческая мастерская «Красна песня ладом»:

Конкурс на лучшую инсценировку казачьей песни.

Примерный репертуар 2-го года обучения.

Русские народные и казачьи песни:

«Тень-тень-потетень», ««На дубу свинья гнездо свила», «А мы ноне гуляли»», «Как по реченьке утенушка плывет», «Как у бабушки козел», «А я по лугу», «Как кума то к куме в решете приплыла», «Пошла млада за водой», «Во кузнице», «Как за нашим за двором», «Комара муха любила», «Ой, вставала я ранешенько», «Савка и Гришка», «Покажи-ка, воробейко», «Тили-бом, тили-бом загорелся кошкин дом», «Комарик», «Две уточки», «Война грибов», «В лесу родилась ёлочка. Казачья»

Игра на музыкальных инструментах:

«Во саду ли в огороде», «Светит месяц», «Барыня», «Яблочко».

К концу второго года обучения дети должны:

знать: особенности казачьего народного пения; определять характер песен; названия простейших музыкальных инструментов. Понятия – ритм, темп, динамические оттенки.

уметь: петь песни без музыки и с музыкальным сопровождением; самостоятельно инсценировать песни; выразительно петь пройденные песни.

7 КЛАСС.

« Календарные обрядовые песни» (34ч.)

1. Введение. Песенный обрядовый фольклор.

Освоить нотную грамоту; звукоряд; составление из звуков е, ле, ви, на, зо, ра различных последовательностей. Знакомство с простейшими музыкальными инструментами: дрова, коробочки, бубенцы. Жанровый состав песен.

Исполнение коллективных и индивидуальных форм песнопения: упражнение в трехголосном исполнении песен. Календарные обрядовые песни.

2. Трудовые песни.

- Древнее происхождение жнивных трудовых песен, припевок, сопровождающих физический труд и помогающих ему. Мужские, женские и детские трудовые песни. Организующая роль ритма в процессе труда. Эстетическое отношение к труду, его идеализация в казачьем фольклоре. Разновидности жнивных трудовых песен.
- Разучивание слов и мелодий жнивных песен, выразительное исполнение. Театрализация праздника «Жниво».

3. Заклички.

- Заклички как жанр фольклора, их назначение и виды.
- Разучивание слов и мелодий. Работа над выразительным исполнением.

4. Колядки.

- Разнообразие жанров колядок: щедровки, овсени, таусени, усени, величальные, виноградья, подблюдные, волочебные песни. Образное содержание, народная символика. Лаконизм формы и поэтичность содержания.
- Разучивание слов и мелодий колядок, щедровок, пение без музыки и с музыкальным сопровождением.
- Игра на простейших музыкальных инструментах. Разыгрывание обряда «Коляда».

5. Масленичные песни.

- Древнее происхождение масленичных песен. Архаические попевки. Характерные ритмоформулы масленичных песен. Особенности исполнения, ладовая окраска.
- Разучивание слов и мелодий. Работа над выразительным исполнением.
- Игра на простейших музыкальных инструментах. Разыгрывание масленичных гуляний. Обряд «Проводы масленицы»

6. Игровые песни.

- Древнее происхождение хороводов. Тематика игровых песен.
- Разучивание слов, мелодий и движений в игровых песнях. Работа над выразительным исполнением.

7. Творческая мастерская «В хороводе были мы».

Примерный репертуар третьего года обучения.

Жнивные песни:

«Соловейко», «Уж мы сеяли ленок», «Жниво мое, жниво», «А мы просо сеяли», «Ты взойди, солнце красное», «Уродись-ка, горох», «Тяни холсты», «Завиваем бороду», «Ой, на горе тай жинцы жнут» (песня запорожских казаков)

Заклички:

«Жаворонки», «Ой, кулики», «Весна идет», «Солнышко-ведрышко», «Гори-гори гарко», «Дождик-дождик», «Осень – осень в гости просит» и др.

Колядки:

«Коляда-малыда». «Маленький вьюжунк», «Куры-рябые», «Хожу гуляю по нову городу», «Овсень-овсень», «Таусень», «Рождество», «Сею-вею, посеваю», «Усень-Усень», «Уж я золото хороню», «Перстни», «Ты матушка моя», «Скакал, скакал козлик», «Рождество твое Христе боже наш», "Святыйвэчир", Как в Иерусалиме рано зазвонили» (Рождественская щедровка кубанских казаков), Мы ходили по проулочкам» (новогодняя авсенька донских казаков)

Масленичные песни:

«Уж мы Масленицу дожидали», «Скоро масленка придет», «Как на Масленой неделе», «Пришла Масленая неделя», «Мы давно блинов не ели», «Ты прощай, прощай наша Масленица». "Кружки тканые", «Вы, блины мои, блины (курагодная на Масленицу казаков-некрасовцев), «Как во дальней во сторонке» (гулебная на Масленицу донских казаков).

Игровые песни.

«Пойду ль я, выйду ль я», «Вдоль по улице», «Как во поле было поле», «Уж я золото хороню», «Пошла млада за водой», «Во саду ли, в огороде», «Походить бы мне по травкам», «Как по травкам по муравкам», «Под яблонью, под кудрявою», «Ой, вы кумушки мои, подруженьки», «Ой, сеяли девки лен», «Как по речке по Казанке», «Выходили красны девицы», «Краковячок» (донская пляска), «Вы казачки-казачки» (частая плясовая кубанских казаков), "Акулинка" (хороводная песня донских казаков), "Заинька серенький" (игровая песня некрасовских казаков)

К концу третьего года обучения дети должны:

знать: историю происхождения обрядов: «Жниво», «Коляда», «Проводы Масленицы». Понятие – лад, ладовая переменность, длительность, размеры. Виды закличек и их место в жизни людей, виды колядок, щедровки, названия колядных песен, масленичные песни.

уметь: пропеть жнивную песню, закличку, приговорку, колядку, щедровку, масленичную песню. Петь без музыки и с аккомпанементом, а так же под фонограмму, пользоваться ручными знаками для фиксации песенных вариантов. Исполнять песни на два голоса.

8 КЛАСС.

«Казачьи народные песни»

1. Введение. Поэтика казачьего фольклора:

- Народное пение – основа профессионального творчества. Прослушивание подлинного звучания народного казачьего пения. Характерные особенности исполнения семейных песен. Воспитание навыков многоголосья.
- Артикуляционная гимнастика;
- Пение песен на три голоса.

2. Строевые военные казачьи песни.

- Значение строевой песни для воспитания молодых казаков; праздник «проводы в Армию». Развитие навыков импровизации народной песни.
- Разучивание слов и мелодий строевых песен. Работа над выразительным исполнением. Импровизация песен.

3. Лирические казачьи песни

- Лирические песни о природе, о любви. Особенности поэтического текста, связанные с любовью к Родине, тоской по ней.
- Разучивание слов и мелодий песен. Работа над выразительностью исполнения. Пение без музыки. Индивидуальная работа. Развитая ладовая и мелодическая структура.

4. Исторические казачьи песни - былины.

- Изучение исторической глубины сюжетов и образов исторических – песен - былин.
- Разучивание слов и мелодий песен. Элементы аккордовой гармонии. Особенности голосоведения в народной казачьей музыке.

5. Военно-бытовые лирические казачьи песни.

- Тяжелая казачья судьба, безвременная смерть где-нибудь на чужбине, трудная доля казачьих вдов.
- Поэтическое содержание жанра военно-бытовой лирической казачьей песни.
- Разучивание слов и мелодий песен. Работа над выразительным исполнением. Пропевание без музыки и с музыкальным сопровождением. Пение песен трехголосно.

6. Плясовые казачьи песни:

- Изучение танцевальной культуры казаков.
- Разучивание слов и мелодий плясовых песен. Хореография казачьих танцев.

7. Колыбельные казачьи песни.

Раннее детство. Первая колыбель, устройство колыбели. Мифологическое устройство колыбели. Колыбельные песни – азы воспитания.

8. Творческая мастерская

Обряд «Казачья свадьба»

Примерный репертуар 4-го года обучения.

Строевые военные казачьи песни:

«В 93 годике», «Во саду дерево цветет», «Пчелочка золотая», «Из-за леса, леса копий и мечей», «Из-за леса, из-за рощи», «Всадники-друзи» (марш-сигнал), «Любо братцы, любо», "Кубанцы-молодцы".

Проводы в Армию

«Последний нынешний денёчек», «Конь боевой с походным вьюком», «Прощай любезная станица», «Провожала маты сына у солдаты», «За лесом солнце воссияло», «Вышел пастух ва лужок», «Як сидив кочет на воротах», «Ой там прыдалыни там жила вдова», «Прощай станица, горад Кавказ»

Лирические казачьи песни:

"Свитэмисяць" (лирическая песня черноморских казаков), "Ой, на гори два дубка" (плясовая песня черноморских казаков), "Ой, ночка тёмна" (кубанская девичья лирическая песня), "Як бы я мала

крылья орлыни" (лирическая песня черноморских казаков), "Наташка"(лирическая песня линейных казаков), "Не для меня придет весна" (лирическая песня донских казаков), "Сидел ворон на белой березе" (лирическая песня линейных казаков) и др.

Исторические казачьи песни – былины:

"Ох, в Таганроге" (историческая песня линейных казаков), "Я уезжаю на славный Кавказ" (историческая песня линейных казаков), "Ой, Расея, ты Расея" (историческая песня линейных казаков), "Про Игнатку, про изменщика" (историческая песня хутора Кубанский), «Почернело поле» (историческая казачья песня), «Ты Россия» (историческая казачья песня времен войны 1812 года), «Ой, да раз малым-мало спалось» (былинная песня донских казаков, сон Степана Разина) «Ой, да вы, кубанцы (историческая песня кубанских казаков, про Шамиля) и др.

Военно-бытовые лирические казачьи песни:

«В Таганроге», «Пролягала она шлях-дорожка», «На горе высокой» (Терская), «Служба ли матушка» (военно-бытовая песня донских казаков),

«Черный ворон», «Когда мы были на войне» и др.

Плясовые казачьи песни:

"Ой, на гори два дубка" (плясовая песня чёрноморских казаков), "Запрягай" (плясовая песня кубанских казаков), "Запряжу я светло-бурова коня" (плясовая песня линейных казаков), "Ой, Дунюшка" (плясовая песня Донских казаков), "Люблю я казаченька" (плясовая песня линейных казаков), "Раз, вечер, моя милая" (плясовая песня донских казаков), "У Сафона в огороде" (плясовая песня донских казаков), "Меня НоняМамонюшка бранила" (плясовая песня донских казаков), "Уж, вы мысли, мои мысли" (плясовая песня терских казаков),

Колыбельные:

«Байка, качи, качи», «Ходит сон по сенечкам», «А баюшки, баюшки», «Котя, серенький коток», казачьи колыбельные песни и др.

К концу четвертого года обучения дети должны:

знать: происхождение и жанры казачьих песен.

уметь: петь трехголосием. Петь разножанровые казачьи песни, по нотам, в ансамбле и сольно.

4 Календарно тематическое планирование

4.1 Модуль 1

«Общая военная подготовка»

Раздел, № занятия	Тема занятия	Форма проведения	Дата проведения	
			планируемая	корректировка
Строевая подготовка- 12 часов				
1	Вводное занятие. Уставы.	Теория		
2	Построение и перестроения.	Практическое занятие		

3	Повороты на месте	Практическое занятие		
4	Строевые приёмы и движение в строю.(без оружия)	Практическое занятие		
5	Строевые приёмы и движение в строю.(с оружием, макеты.)	Практическое занятие		
6	Движение шагом и бегом. Строевой шаг, походный шаг, движение на месте.	Практическое занятие		
7	Движение шагом и бегом. Движения в обход, противходом, «змейкой», «зигзаг», «фигурная маршировка» и др.	Практическое занятие		
8	Повороты в движении: на право, лево, кругом.	Практическое занятие		
9	Повороты в движении. Смыкание, размыкание.	Практическое занятие		
10	Строевая песня.	Теория		
11	Строевая песня.	Практическое занятие		
12	Смотр стоя и песни.	Практическое занятие. Смотр.		
Медицинская подготовка- 2 часа				
13	Оказание первой доврачебной помощи при ушибах, переломах.	Практическое занятие		
14	Оказание первой доврачебной помощи при кровотечении.	Практическое занятие		
Защита от оружия массового поражения- 3 часа				
15	Оружие массового поражения: ядерное оружие, химическое оружие, бактериологическое оружие.	Теория		
16	Средства индивидуальной	Практическое		

	защиты. Медицинские средства индивидуальной защиты	занятие		
17	Средства коллективной защиты.	Практическое занятие		
Огневая подготовка- 9 часов				
18	Боевое вооружение казака.	Теория		
19	История создания стрелкового оружия. Стрелковое оружие дореволюционной России. Новейшие образцы стрелкового оружия современной России.	Теория		
20	Меры безопасности при обращении с оружием. Изучение устройства и особенностей автомата Калашникова.	Теория		
21	Порядок неполной разборки и сборки автомата. Типы и правила неполной разборки и сборки автомата.	Теория		
22	Порядок неполной разборки и сборки автомата.	Практическое занятие.		
23	Порядок неполной разборки и сборки автомата.	Практическое занятие		
24	Порядок неполной разборки и сборки автомата.	Практическое занятие		
25	Меры безопасности при обращении с ручными гранатами. Приёмы и правила метания ручных осколочных гранат. Боевые свойства ручных осколочных гранат- Ф-1, РГД-5, РГН, РГО.	Практическое занятие.		
26	Меры безопасности при обращении с ручными гранатами. Приёмы и правила метания ручных	Практическое занятие.		

	осколочных гранат.			
Военная топография- 2 часа				
27	Азимут. Движение по азимуту.	Теория		
28	Азимут. Движение по азимуту.	Практическое занятие		
Походная подготовка- 6 часов				
29	Вязание узлов. Прямой, проводник, двойной проводник, Австрийский проводник, восьмерка.	Практическое занятие.		
30	Вязание узлов: стремя, прусик, булинь, удавка, карабинная удавка, академический, ткацкий, встречный	Практическое занятие.		
31	Вязание узлов: шкотовый, брамшкотовый, штык, схватывающий, грейпвайн.	Практическое занятие.		
32	Военно-полевая игра «Казачок»	Теория		
33	Военно-полевая игра «Казачок»	Практическое занятие		
34	Военно-полевая игра «Казачок»	Практическое занятие		
Итого:		34		

4.2.Модуль 2

«Атластория»

Раздел, № занятия	Тема занятия	Форма проведения	Дата проведения	
			планируемая	корректировка
Вводное занятие – 1 час				
1	Обеспечение безопасности.	Теория		

	Особенности пешеходного туризма.			
Краеведение -2 часа				
2	Природа родного края. Охрана природы. Виды туризма. Туристические возможности Сорочинского края.	Теория		
3	Знакомство с картой области(края). «Путешествие» по карте. Подготовка и заслушивание докладов о природе и достопримечательностях родного края. Проведение краеведческих викторин.	Практическое занятие		
Туристические узлы- 13 часов.				
4	Подготовка к соревнованиям и отработка навыков туристической техники.	Теория		
5	Узлы и их применение в туризме.	Теория		
6	Узлы: прямой,	Теория		
7	проводник, двойной проводник	Теория		
8	Австрийский проводник, восьмерка	Теория		
9	стремя, прусик, булинь	Теория		
10	удавка, карабинная удавка	Теория		
11	академический, ткацкий, встречный	Теория		
12	шкотовый, брамшкотовый	Теория		
13	штык, схватывающий, грейпвайн	Теория		
14	Отработка навыков завязывания туристических узлов. Наведение и снятие веревочных перил для	Теория		

	преодоления препятствий.			
15	Постановка дистанции, мини-соревнования.	Практическое занятие		
16	Участие в личных зачетах по прохождению дистанции.	Практическое занятие		
Топография – 2 часа.				
17	Топографическая подготовка, условные знаки.	Теория		
18	Топографические карты и топографические знаки. Компас.	Практическое занятие.		
Спортивное топографическое многоборье- 4 часа.				
19	Спортивное туристическое снаряжение. Страховки и самостраховки.	Теория		
20	Преодоление препятствий. Траверс склона с альпенштоком. Горизонтальный и вертикальный маятник. Переправа по веревке с перилами(параллельные перила).	Практическое занятие		
21	Подъем по склону по перилам спортивным способом. Подъем по склону по судейским перилам с самостраховкой.	Практическое занятие		
22	Спуск по склону по судейским перилам с самостраховкой. Навесная преправа. Переправа с самонаведением и снятием перил.	Практическое занятие		
Туристическая стенгазета- 1 час				
23	Виды газет. Социальные пробы: интервью, репортаж, соцопрос.	Творческая работа		

Природоохранные акции- 2 часа.				
24	Анкетный опрос	Анкетирование		
25	Подготовка инвентаря и спецодежды. Реализация запланированного дела: проведение природоохранных мероприятий на улицах, в парке. Фоторепортаж о проведении акции.	Практическая и творческая работа.		
Спортивное ориентирование- 5 часов				
26	Гигиена спортсмена: гигиена тела, одежды и обуви. Правила соревнований по спортивному ориентированию. Спортивное снаряжение.	Теория		
27	Действия участником перед стартом, на старте, на дистанции, на КП, в финишном коридоре, после финиша. Техника ориентирования.	Теория		
28	Измерение расстояний на местности(шагами, по времени, визуально). Спортивный компас. Приемы пользования компасом. Определение сторон горизонта по компасу. Определение точки стояния.	Практическое занятие		
29	Движение по азимуту. Определение и контроль направлений с помощью компаса и карты, по объектам местности.	Практическое занятие		

30	Спортивные карты. Технические приемы: азимут, линейное ориентирование, точечное ориентирование. Тренировки и соревнования по спортивному ориентированию.	Практическое занятие		
Походы выходного дня- 2 часа.				
31	Совместная, осуществляется и последующий анализ походов выходного дня с целью отработки навыков ориентирования, техники пешеходного туризма.	Теория		
32	Сбор краеведческого материала.	Практическое занятие		
Спортивные походы 2- часа.				
33	Пешеходный поход. Протяженность спортивных походов, локальная протяженность спортивных походов.	Практическое занятие		
34	Ориентирование на маршруте. Хронометраж на маршруте.	Практическое занятие		
Итого:		34		

4.3. Модуль 3
«Общая физическая подготовка»

Раздел, № занятия	Тема занятия	Форма проведения	Дата проведения	
			планируемая	корректировка
1 Вводное занятие- 1 час				
1	Правила безопасности на занятиях ОФП. Командные	Теория		

	виды спорта. Правила соревнований. Развитие скоростных качеств.			
2 Легкая атлетика 5				
2	ОРУ в движении. Эстафеты. Развитие скоростных качеств. Подтягивание.	Практическое занятие		
3	Бег на короткие дистанции. Подтягивание.	Практическое занятие		
4	Подбор подводящих упражнений. Беговые упражнения. Бег 6 минут. Подтягивание.	Практическое занятие		
5	Метание гранаты в цель на дальность. Подтягивание.	Практическое занятие		
6	Соревнования на звание лучшего бегуна, прыгуна, метателя.	Практическое занятие		
3 Гимнастика с элементами акробатики - 8 часов				
7	Правила безопасности на уроках гимнастики. Перекаты и группировки с последующей опорой руками за головой.	теория		
8	Выполнение гимнастических упражнений.	Практическое занятие		
9	ОРУ на месте. Лазанье по канату в три приема.	Практическое занятие		
10	ОРУ с предметами. Круговая эстафета.	Практическое занятие		
11	ОРУ с предметами. Опорный прыжок: согнув ноги (м); ноги врозь (д).	Практическое занятие		
12	Строевые упражнения. Повороты на месте. Ускорение 300-500 метров. Развитие скоростных качеств. Эстафета.	Практическое занятие		

13	Подвижные игры. Спец. Беговые упр. Бег 10 мин. Подтягивание.	Практическое занятие		
14	Соревнования с элементами гимнастики.	Практическое занятие		
4 Национальные казачьи игры 19- часов.				
15	«Обыкновенный жгут». Разбор приемов и правил игры. Игра.	Практическое занятие		
16	«Просо». Разбор приемов и правил игры. Игра.	Практическое занятие		
17	«Казачьи-разбойники». Разбор приемов и правил игры. Игра.	Практическое занятие		
18	«Борющаяся цепь». Разбор приемов и правил игры. Игра.	Практическое занятие		
19	«Чехарда». Разбор приемов и правил игры. Игра.	Практическое занятие		
20	«Салки». Разбор приемов и правил игры. Игра.	Практическое занятие		
21	«Цепи-цепи». Разбор приемов и правил игры. Игра.	Практическое занятие		
22	«Щурка». Разбор приемов и правил игры. Игра.	Практическое занятие		
23	«Русская лапта». Разбор приемов и правил игры. Игра.	Теория		
24	«Русская лапта». Основной спортивный инвентарь для игры в русскую лапту. Совершенствование навыков ловли мяча одной рукой, двумя руками,	Практическое занятие		

	выполнение передачи мяча.			
25	«Русская лапта». Тактика игры в русскую лапту. Тактика игры в нападении и обороне.	Практическое занятие		
26	«Русская лапта». Обучение ударам битой по мячу различными способами: «сверху», «сбоку», «снизу».	Практическое занятие		
27	«Русская лапта» Обучение ударам битой по мячу различными способами: «сверху», «сбоку», «снизу».	Практическое занятие		
28	«Русская лапта». Стойка игрока. Передвижение игроков. Овладение стойкой и передвижениями.	Практическое занятие		
29	«Русская лапта». Тактическая подготовка. Овладение основами индивидуальных действий игроков в нападении (“город”) и в защите (“поле”)	Практическое занятие		
30	«Русская лапта». Тактическая подготовка. Овладение командными взаимодействиями. Игровые занятия.	Практическое занятие		
31	«Русская лапта». Игровые занятия	Практическое занятие		
32	«Русская лапта». Игровые занятия	Практическое занятие		
33	«Русская лапта». Игровые занятия	Практическое занятие		
5 Правила самостоятельного освоения физических упражнений- 1 час.				
34	Общие представления о физической нагрузке. Прависамостоятельного	Теория		

	освоения физических упражнений. Подведение итогов с постановкой дальнейших задач; домашнее задание на лето.			
Итого:		34		

4.4. Модуль 4 «Казачий быт».

Раздел, № занятия	Тема занятия	Форма проведения	Дата проведения	
			планируемая	корректировка
1 Вводное занятие- 1час				
1	Режим работы и техника безопасности на занятиях.	Теория		
2 История культуры, традиций и быта казаков- 3 часа				
2	История традиции «Хлеб- Соль».			
3	История женского русского костюма. Костюм казачки.			
4	Семейные традиции и обряды казаков.			
3 Обряды казаков- 6				
5	Казачья семья, ее законы и обычаи. https://www.youtube.com/watch?v=i3Hty8AzHmw (17.00 про оренбургских казаков)	Теория		
6	Казачья семья, ее законы и обычаи. Казачьи песни и танцы.	Практическое занятие		
7	Почитание старших в казачьей семье.	Теория		
8	Осенины- традиционные народные осенние гуляния.	Теория		
9	Осенины- традиционные народные осенние гуляния. Традиционные танцы, песни.	Практическое занятие		
10	Покров - покровитель свадеб. Семейная летопись(проектная работа)	Теория		

4 Народная игрушка- 3 часа.				
11	Виды народных игрушек.	Теория		
12	Изготовление тряпичной куклы-куватки.	Практическое занятие		
13	Изготовление тряпичной куклы-куватки.	Практическое занятие		
5 Зимние народные праздники и обряды- 3 часа				
14	Подготовка к проведению праздника. Рождествование. Христословие.	Теория		
15	Подготовка к проведению праздника. Рождествование. Христословие.	Практическое занятие		
16	Детский фольклорный праздник «Рождество в казачьей станице».	Творческое мероприятие		
6 Работа с тканью – 7 часов				
17	Организация рабочего места для работы с лоскутом. Техника безопасности при работе.	Теория		
18	Цвет. Цветовой круг. Ручные стежки и строчки.	Практическое занятие		
19	Изготовление ковриков в технике «полоска». Составление схемы соединения кусочков ткани.	Практическое занятие		
20	Изготовление блоков из полосок ткани.	Практическое занятие		
21	Соединение блоков в целое полотно.	Практическое занятие		
22	Окончательная отделка изделия. ВТО готового изделия.	Практическое занятие		
7 Народная вышивка. – 5				
23	Выполнение швов навивом. Обработка края ткани способом мережка «снопиком».	Практическое занятие		
24	Использование комбинированных швов для вышивки салфетки.	Практическое занятие		

25	Нанесение рисунка на ткань. Вышивание салфетки комбинированными декоративными швами.	Практическое занятие		
26	Нанесение рисунка на ткань. Вышивание салфетки комбинированными декоративными швами.	Практическое занятие		
27	Окончательная отделка изделия.	Практическое занятие		
8 Весенние народные праздники и обряды- 2 часа.				
28	Подготовка праздника «Веселая Масленица» с использованием народных инструментов: бубен, деревянные ложки.	теория		
29	Фольклорный праздник «Веселая Масленица»	Практическое занятие		
9 Летние народные праздники и обряды- 2 часа				
30	Подготовка праздника Троица. Семичная неделя. Русальная неделя. Троицын день.	Теория		
31	Праздник Святой Троицы.	Творческое мероприятие		
10 Встречи с казаками- 2 часа				
32	Посещение концерта хора народной песни.	Творческое мероприятие		
33	Встреча с атаманом Сорочинского городского казачьего общества. Беседа с казаками.	Практическое занятие		
11 Итоговое занятие- 1 час.				
34	Проведение выставки работ учащихся. Подведение итогов работы за год.	Выставка творческих работ		
Итого:		34		

4.5. Модуль 5
«Казачья удасть»

Раздел, № занятия	Тема занятия	Форма проведения	Дата проведения	
			планируемая	корректировка
1 Вводное занятие- 1час				
1	Ознакомление с программой, техника безопасности, режим и форма занятий, содержание контрольного тестирования. Приветствие, построение.	Теория		
2 Направленность физического воспитания оренбургских казаков к несению казачьей службы - история и современность – 5 часов				
2	Краткая история Оренбургского казачьего войска.	Теория		
3	Структура Оренбургского казачьего войска.	Теория		
4	Казачьи чины и звания.	Теория		
5	Исторические виды казачьей службы.	Теория		
6	Традиционные казачьи средства физического воспитания.	Теория		
3 Духовные ценности и правила казака; казачьи праздники – 3 часа				
7	Казачьи заповеди и правила поведения.	Теория		
8	Казачьи пословицы и поговорки. Казачьи песни и их значение.	Теория творческое занятие.		
9	Войсковые праздники Оренбургских казаков.	Теория		
4 Традиционная форма одежды, снаряжение и оружие Оренбургских казаков- 3часа				

10	Казачий мужской костюм, и его прикладное назначение.	Теория		
11	Походное снаряжение Оренбургского казака.	Теория		
12	Традиционное оружие Оренбургских казаков – общий обзор.	Теория		
5 Общие представления оренбургских казаков о здоровом образе жизни, здоровье и оказание первой медицинской помощи- 3 часа				
13	Режим дня и режим года в представлении казаков. Казачья закалка.	Теория		
14	Казачья кухня и правила питания	Теория		
15	Оказание первой медицинской помощи при ушибах и кровотечениях.	Практическое занятие		
6 Специальная физическая подготовка (СФП) на основе традиционных казачьих игр, танцев, гимнастик – 6 часов				
16	Казачьи игры: «свалить с места»; «ладошки», «петушиный бой», «перестрелка», «пощечки» и др.	Практическое занятие		
17	Элементы казачьих танцев: «присядки», «ползунки».	Практическое занятие		
18	Элементы казачьих танцев: «чечетка», «хлопки».	Практическое занятие		
19	Элементы казачьих танцев: «прыжки», «вращения»	Практическое занятие		
20	Изучение «силовой разминки»	Практическое занятие		
21	Закрепление «силовой разминки»	Практическое занятие		

7 Строевая подготовка – 2 часа				
22	Понятие строя и его элементов. Шаг на месте и в движении.	Практическое занятие		
23	Приветствие шашкой в строю. Повороты в строю.	Практическое занятие		
8 Основы рукопашного боя без оружия (самобытные традиционные виды единоборств) - 2 часа.				
24	Техника ударов ладонями «Здороваться» на месте: изучение, закрепление.	Практическое занятие		
25	Самозащита от ударов шашкой сверху, с боку, снизу, прямых уколов, самозащита от ударов палкой.	Практическое занятие		
9 Основы владения традиционным казачьим оружием (имитатор шашки)- 6 часов				
26	Хваты шашки и ее назначение. Приветствие. Комплекс фланкировки № 1 – хваты и передачи из руки в руку.	Практическое занятие		
27	Комплекс фланкировки № 2 – простые восьмерки.	Практическое занятие		
28	Комплекс фланкировки № 3 – сложные восьмерки.	Практическое занятие		
29	Комплекс фланкировки № 4 – простые комбинации.	Практическое занятие		
30	Изучение и закрепление ударов шашкой.	Практическое занятие		
31	Изучение и закрепление стоек и простых перемещений с шашкой.	Практическое занятие		
10 Туристическая подготовка – 2 часа				
32	Подбор походной экипировки. Выбор места	Теория		

	для лагеря.			
33	Обеспечение в лагере. Правила поведения и безопасность в лагере. Занятия в лагере.	Практическое занятие		
11 Итоговая аттестация – 1 час				
34	Зачет на умения, навыки программного материала – теория и СФП. Зачет на умения, навыки программного материала – техника.	Практическое занятие		
Итого:		34		

Подведение итогов реализации образовательной программы осуществляется с помощью:

Проверочные работы проводятся в форме тестирования и мини -олимпиад.

Итоговая аттестация за учебный год (май) проводится в форме: Военно-полевая игра «Казачок».

5.Оценочные диагностические материалы

5.1Для оценивания предметных результатов используются тесты по пройденным темам. Результаты заносятся в оценочные листы.

Бланк листа самооценивания

№ п\п	Критерии оценивания	Оценка		
		Всё получилось	Не совсем всё получилось	Не получилось (почему)
1				
2				
N				

5.2Для оценивания личностных результатов используется наблюдение за детьми и их поведением.

5.3Для оценивания метапредметных результатов, т.е. исследовательских и коммуникативных компетентностей используется самооценка и взаимооценка их коммуникаций. Результаты вносятся в листы самооценки и взаимооценки.

Лист самооценки №1 работы в паре «Оцени работу в паре»

Утверждение	Согласен		Затрудняюсь ответить
	Да	Нет	

В паре работать всегда интереснее, потому что можно: 1) разобраться с непонятным заданием; 2) найти и исправить ошибки			
Мы сразу пришли к согласию, какие задания будем выполнять вместе			
При выборе заданий мне пришлось уступать своему партнёру			
Большинство решений предложено моим партнёром			

Примечание: в одной из колонок напротив каждого утверждения поставь +

Оцени свою работу в паре. Отметь значком «+», в какой мере ты согласен (а) со следующими утверждениями, приведенными в таблице

Лист самооценки №2 работы в паре _____ (ФИ ученика)

Утверждение	Полностью согласен(а)	Частично согласен(а)	Не согласен (а)	Затрудняюсь ответить
Я в полной мере участвую в выполнении всех заданий				
Мы всегда приходим к общему мнению				
Мы много спорим				
Я всегда отвечаю так, как предлагает сосед (соседка)				
Работать в паре легче, чем одному (одной)				
Наша работа в паре интересна и полезна				
Мы быстрее и успешнее выполняем задания в паре				

Оцени, насколько хорошо ты (он) работал в группе: используй знаки: «+ / – « или оцени работу на занятии (3, 2, 1,0 баллов), пользуясь таблицей:

Лист самооценки работы в группе

Название группы	Фамилия имя	Оцени работу своей группы	Отметь вариант ответа, с которым ты согласен
		<ul style="list-style-type: none"> Все ли члены группы принимали участие в работе над проектом? 	А) да, все работали одинаково
			Б) кто-то работал больше, а кто-то меньше
			В) нет. Работал только один

		<ul style="list-style-type: none"> Дружно ли вы работали? Были ли ссоры? 	А) работали дружно, ссор не было
			б) работали дружно, спорили, но не ссорились
			В) очень трудно было договориться, не всегда получалось
		<ul style="list-style-type: none"> Тебе понравился результат работы группы? 	А) да, все получилось хорошо
			б) нравится, но можно было бы лучше
			В) нет, не нравится

Примечание: Оцени свой вклад в работу группы. Отметь нужный бал в строке: 0 – почти все сделали без меня; от 1 до 10 – я сделал очень много, без меня работа бы не получилась.

III. Список литературы и технические средства:

1. Библиотечный фонд (книгопечатная продукция) и интернет-ресурсы

1. Постановление Правительства «О военно-патриотических и детских объединениях» №551 от 24.07.2001г.
 2. В.А.Васнев и С.А.Чиненный. Книга для учителя «Основы подготовки к военной службе». Москва, «Просвещение» 2003.
 3. А.А.Волокитин, Н.Н.Грачев, В.А.Жильцов и др. «Военно-профессиональная ориентация учащихся». Москва, «Дрофа». 2004.
 4. Программа для внеклассной работы «Стрелковая подготовка». Москва, «Просвещение». 1970.
 5. Комплекс ГТО по стрельбе в средней (полной) общеобразовательной школе. Москва. 1988.
- Российский общеобразовательный портал- <https://edu.ru/>
Детские электронные книги- <http://viki.rdf.ru/>.

2. Печатные пособия

- 6 Таблицы по ОБЖ. 8
- 7 Плакаты по основам военной службы. 6

3. Технические средства обучения

- 8 Классная доска с набором приспособлений для крепления таблиц 1
- 9 Магнитная доска 1
- 10 Персональный компьютер 1
- 11 Интерактивная доска 1

12 Мультимедиапроектор 1

13 Сканер, принтер 1

4. Экранно-звуковые пособия

14 Видеофильмы

15. Презентации. Видеофильмы с записью фрагментов тренировочных занятий по туризму, общей военной подготовке, общей физической подготовке, истории казачества, традиций оренбургских казаков и т.д..

5. Наглядные пособия

16 Макет автомата. 1

17 Средства индивидуальной защиты. 20

18 Учебные гранаты. 6

6. Необходимое туристическое снаряжение:

19 Рюкзак – 15 шт.

20 Спальный мешок – 15шт.

21 Турковрики – 15шт.

22 Штормовой костюм – 15пар.

23 Рукавицы брезентовые – пар.

24 Ботинки туристические(типа «вибрам») – 15 пар

25Тренировочный костюм х.б. – 15 пар

26 Система страховочная – 15 пар.

27 Палатки – 5 шт.

28 Топор, котелки, пила, канистры, примусы,лопата.

29Аптечка- 2 набора.

30 Компасы жидкостные – 8шт.

31 Курвиметр – 2 шт.

32 Веревка основная(40 м)- шт.

33 Веревка вспомогательная (40 м.)- 3шт.

34 Карабин туристический с муфтой- 30 шт.

35 Шлем защитный – 15шт.

36 Фонарь – 4 шт.

7. Оборудование класса

37 Столы ученические 15

38. Стулья 29
- 39 Мебель для проекционного оборудования
- 40 Мебель для хранения таблиц и плакатов

Приложение 1

ИНСТРУКЦИЯ по правилам безопасности для учащихся в кабинете

I. Общие требования безопасности

Соблюдение данной инструкции обязательно для всех учащихся, занимающихся в кабинете

Спокойно, не торопясь, соблюдая дисциплину и порядок, входить и выходить из кабинета

Не загромождать проходы сумками и портфелями

Не включать электроосвещение и средства ТСО

Не открывать форточки и окна

Не передвигать учебные столы и стулья

Не трогать руками электрические розетки

Травмоопасность в кабинете:

при включении электроосвещения

при включении приборов ТСО

при переноске оборудования и т.п.

Не приносить на занятия посторонние, ненужные предметы, чтобы не отвлекаться и не травмировать своих товарищей

Не садиться на трубы и радиаторы водяного отопления

II. Требования безопасности перед началом занятий

Не открывать ключом дверь кабинета

Входить в кабинет спокойно, не торопясь

Подготовить своё рабочее место, учебные принадлежности

Не менять рабочее место без разрешения учителя

дежурным учащимся протереть доску чистой, влажной тканью

III. Требования безопасности во время занятий

Внимательно слушать объяснения и указания учителя

Соблюдать порядок и дисциплину во время урока

Не включать самостоятельно приборы ТСО

Не переносить оборудование и ТСО

Всю учебную работу выполнять после указания учителя

Поддерживать чистоту и порядок на рабочем месте

IV. Требования безопасности в аварийных ситуациях

При возникновении аварийных ситуаций (пожар и т.д.), покинуть кабинет по указанию учителя в организованном порядке

В случае получения травмы, обратитесь к учителю за помощью

При плохом самочувствии или при внезапном заболевании сообщите учителю

V. Требования безопасности по окончании занятий

Приведите своё рабочее место в порядок

Не покидайте своё рабочее место без разрешения учителя

Обо всех недостатках, обнаруженных во время занятий, сообщите учителю

Выходите из кабинета спокойно, соблюдая дисциплину

