

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГУЛЬКЕВИЧСКИЙ РАЙОН  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЦЕНТР «КАВКАЗСКАЯ ЛИНИЯ»

Принята на заседании  
педагогического совета  
от «25» мая 2022г.  
Протокол № 6

Утверждаю  
Директор  
МБУДО «Центр «Кавказская линия»  
С.А.А. Малов  
2022 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
«ПАТРИОТИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ  
НА ОСНОВЕ ТРАДИЦИОННЫХ КАЗАЧЬИХ СРЕДСТВ»

Уровень программы: базовый  
Срок реализации программы: 1 год – 263 ч.  
Возрастная категория: от 7 до 21 года  
Состав группы: до 30 человек  
Форма обучения: очная  
Вид программы: модифицированная

Программа реализуется на бюджетной основе  
ID-номер Программы в Навигаторе: 47694

Автор-составитель:  
Рачинский Сергей Святославович,  
инструктор по физической культуре

г. Гулькевичи, 2022 г.

## **Нормативно-правовое основание проектирования дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 31.03. 2022г. № 678-р.
3. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный 07 декабря 2018г.
4. Приказ Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
5. Приказ Минтруда России от 05 мая 2018 г. № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (зарегистрирован Минюстом России 28 августа 2018г., регистрационный номер № 25016).
6. Приказ Министерства образования и науки РФ от 9 января 2014г. №2 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
8. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ от 18.11.2015г. Министерство образования и науки РФ.
9. Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей (утв. приказом Министерства просвещения РФ «Об утверждении Целевой модели региональных систем дополнительного образования детей» от 03.09.2019 №467).
10. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 N 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»
11. Федеральный закон от 29.12.2010 N 436-ФЗ (ред. от 18.12.2018) «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию».
12. Краевые методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ 2020г.
13. Государственная программа Краснодарского края «Развитие образования», утвержденная постановлением главы администрации (губернатора) Краснодарского края от 5 октября 2015 г. № 939.
14. Концепция развития системы дополнительного образования детей

в Краснодарском крае до 2020г, утвержденная постановлением главы администрации (губернатора) Краснодарского края от 2016г.

15. Положение «О формах, периодичности и порядке текущего контроля обучения. Промежуточной и итоговой аттестации обучающихся МБУДО «Центр «Кавказская линия», утвержденное приказом директора МБУДО «Центр «Кавказская линия» от 02.09.2019г.

16. Устав МБУДО «Центр «Кавказская линия», утвержденный постановлением администрации муниципального образования Гулькевичский район от 17.08.2021 года № 1204.

17. Приказ Минпросвещения России от 30.09.2020 N 533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

## **РАЗДЕЛ 1**

### **«КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ОБРАЗОВАНИЯ: ОБЪЕМ, СОДЕРЖАНИЕ, ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ»**

#### **1. Пояснительная записка**

Важнейшей задачей российского общества сегодня является воспитание гражданина и патриота. На современном этапе сложилась государственная система патриотического воспитания, основанная на понимании патриотизма как духовного ориентира важнейшего ресурса развития современного российского общества, как ценностно-смыслового ядра развития личности, семьи и гражданского общества.

Именно педагогика казачества позволяет трансформировать традиции прошлого в реалиях современности. Воспитательный потенциал казачьего образования заключается в формировании ценностных ориентиров, нравственных представлений и норм, социокультурном укладе казачьей жизни. В средствах, основанных на казачьих традициях, заложены огромные возможности для позитивного воздействия на духовный мир и физическое состояние молодёжи. Кроме того, возможность получить основы военной подготовки и хорошую физическую закалку, приобщиться к здоровому образу жизни и самобытным ценностям казачьей культуры.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа военно-патриотической направленности «Патриотическое воспитание на основе традиционных казачьих средств» составлена на основе Программы физического воспитания учащихся 5-11 классов общеобразовательных учреждений на основе традиционных казачьих средств: учеб. программа /Долуда Н.А., Ахметов С.М., Чернышенко Ю.К., Банникова Т.А., Карпухин А.П., Шестаков М.М., Федин Р.И., Десятириков Б.А., Аршинник С.П., Шулика Ю.А., Плотник А.И., Погребной А.И., Линченко С.Н., Федорин В.Н., Белоусов О.Н., Шкабарин Ю.В., Гордеев В.А. – Краснодар КГУФКСТ, 2008. – 91 с.

## **Направленность**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Патриотическое воспитание на основе традиционных казачьих средств» имеет военно-патриотическую направленность. Характеризуя направленность программы, следует отметить, что важнейшей составной частью казачьей культуры является физическое воспитание, основанное на традиционных видах физических упражнений, неразрывно связанных с развитием духовно-нравственных, начал подрастающего поколения. Программа направлена на формирование таких стержневых качеств казачьей культуры, как служение Отечеству, демократические основы устройства мира, свободолюбие, патриотизм, уважение к символам и ритуалам, воля, физическое и нравственное здоровье.

## **Актуальность.**

Важнейшей задачей российского общества сегодня является воспитание гражданина и патриота. Решение практической задачи связано с включением подрастающего поколения в общественно значимую деятельность, в том числе и через создание военно-патриотических объединений.

Патриотическое воспитание является составной частью целостного процесса социальной адаптации, жизненного самоопределения и становления личности.

Все это свидетельствует о необходимости продолжения работы, направленной на решение комплекса проблем патриотического и духовно – нравственного воспитания программными методами.

**Новизна** программы состоит в разработке содержания разделов, обеспечивающих целостность процесса физического, интеллектуального и духовного развития личности обучающегося.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Патриотическое воспитание на основе традиционных казачьих средств» направлена на техническую подготовку кубанских казаков. Программа составлена с уклоном физического воспитания, общефизической и военно-прикладной подготовки.

## **Педагогическая целесообразность**

Педагогическая целесообразность программы обусловлена тем, что патриотическое воспитание на основе традиционных казачьих средств:

- развивает физические качества - силу, гибкость, быстроту, выносливость и координационные способности;
- формирует двигательные умения и навыки, необходимые для будущей казачьей службы - верховой езды, приемов владения традиционным оружием, рукопашного боя;
- способствует формированию навыков здорового образа жизни в аспекте ее физического, социального и духовного начал;
- способствует пробуждению интереса к основам - традициям своей культуры и любви к малой родине – Кубани.

Ценностно-смысловым ядром программы является спортивно-патриотическое

воспитание - совершенствование физической культуры личности в мотивационном и ценностно-рациональном пространстве патриотизма, развитие силы, ловкости, выносливости, воспитания воли к достижению победы, необходимости ведения здорового образа жизни, сохранение и приумножение славных воинских традиций.

### **Отличительные особенности**

Особенность данной программы заключается:

- в возможности использовать элементы военно-прикладной подготовки на основе исторически сложившихся традиционных средств, адаптированных к современным условиям дополнительного образования;
- казачьей направленности изучаемых техник;
- соответствии традициям Кубанского казачества;
- эффективности и простоте изучаемых методик.

Своеобразие программы заключается не в том, чтобы смоделировать происхождение этнического сознания, а в том, чтобы воспроизвести его переход функционирования с более низкого уровня на более высокий. Иначе, создать такие педагогические условия, чтобы обучающиеся могли выполнить ту деятельность, которая в традиционной системе обучения не предусмотрена.

### **Адресат программы**

Набор обучающихся производится с 1 августа по 30 августа текущего года. В группу принимаются юноши и девушки в возрасте от 7 до 21 года, без ограничений по здоровью, при наличии медицинского заключения. При комплектовании учебных групп учитывается общефизическая подготовка, возраст и интерес желающих заниматься к традициям Кубанского казачества.

### **Уровень программы - базовый**

#### **Объем, сроки реализации**

Объем программы – 263 часа (6 часов в неделю);

Срок реализации - 44 недели.

**Формы обучения:** очная.

**Режим занятий:** 6 раз в неделю по 1 академическому часу.

#### **Особенности организации образовательного процесса**

- состав группы – постоянный;
- занятия – индивидуально-групповые;
- виды занятий по программе: учебно-тренировочные и теоретические занятия. Дополнительно применяются: соревнования, показательные выступления; традиционные праздники (годового цикла, казуальные, памятные даты казаков); выполнение самостоятельных заданий; летние экспедиции и полевые выходы.

Занятия по программе «Патриотическое воспитание на основе традиционных казачьих средств» могут проводиться в спортивном зале или на специально оборудованной площадке на открытом воздухе.

## 2. Цель и задачи образовательной программы

**Цель программы** – формирование гармоничной личности будущих казаков на основе программно-нормативной базы, объединяющей современные и традиционные казачьи средства патриотического, духовно-нравственного и физического воспитания.

Программный материал предполагает решение следующих основных задач:

### **Образовательные:**

- Обучить казачьей народной, в том числе и физической, культуре.
- Сформировать теоретические знания и прикладные двигательные умения, и навыки казаков.

### **Развивающие:**

- Формирование у будущих казаков позитивной мотивации к духовно-нравственному и физическому развитию на основе традиционных казачьих средств.

- Профессиональная ориентация будущих казаков в части несения государственной, военной и иной службы.

- Привитие осознанного отношения к своему здоровью, здоровому образу жизни.

- Формирование положительных мотивов к освоению этнокультуры физического воспитания кубанских казаков;

- Формирование познавательного интереса к традициям казачества.

- Формирование коммуникативных навыков, обеспечивающих совместную деятельность в группе, сотрудничество, общение.

### **Воспитательные:**

- Патриотическое, духовно-нравственное и физическое развитие подростков и молодежи.

- Привитие духовно-нравственных устоев; приобщение к основным традициям и обычаям кубанских казаков.

- Привитие уважительного отношения к истории и культуре казаков и других народов.

- Формирование представления о Кубани как неотделимой части России.

### 3. Содержание программы

#### Учебный план

Таблица 1

№ п/п	Разделы, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	История казачества	16	13	3	Опрос по разделу
2	История физического и военно-прикладного воспитания кубанских казаков	8	5	3	Опрос по разделу
3	Современные виды казачьей службы. Физическая подготовка будущих казаков для несения службы	2	1	1	Опрос по разделу
4	Формы организации работы по физическому воспитанию	2	1	1	Опрос по разделу
5	Традиционные и современные одежда, форма и снаряжение кубанских казаков. Учебно-материальная база	8	7	1	Опрос по разделу
6	Традиционные казачьи игры и специализированные эстафеты	8	4	4	Практическая проверка
7	Традиционные казачьи гимнастики	8	4	4	Практическая проверка
8	Легкоатлетическая казачья подготовка: способы преодоления препятствий и ускоренное передвижение	23	2	21	Практическая проверка
9	Казачий рукопашный бой и борьба	20	2	18	Практическая проверка
10	Основы владения традиционным и современным холодным оружием: казачья шашка, сабля, палка	23	5	18	Опрос по разделу
11	Стрельба из пневматического оружия (пистолет и винтовка). Материальная часть АК-74. Метание ручной гранаты.	20	4	16	Практическая проверка
12	Строевая подготовка	35	4	31	Практическая проверка
13	Казачья туристическая подготовка	32	5	27	Опрос по разделу

14	Основы топографии и ориентирования на местности	23	8	15	Практическая проверка
15	Общие представления кубанских казаков о здоровье. Народный календарь и цикличность жизни	13	8	5	Опрос по разделу
16	Система питания. Посты	1	1	-	Опрос по разделу
17	Народная медицина казаков. Казачьи обереги.	3	2	1	Опрос по разделу
18	Первая медицинская помощь	13	9	4	Практические занятия
19	Закаливание	5	3	2	Опрос по разделу
	<b>Итого часов</b>	<b>263</b>	<b>88</b>	<b>175</b>	

## Содержание учебного плана

### Раздел 1. История казачества (16 часов)

**Теория:** История казачества – часть истории Отечества. Происхождение казачества и образование казачьих войск. Казаки на государственной службе. Роль казачества в истории Руси и России. Подвиги казаков на фронтах Великой Отечественной войны. Возрождение казачества. Казаки в 50 – 80-гг. XX в. Казачье движение 90-х гг. Первый Большой казачий круг 1990 г. Совет атаманов Союза казаков 1990 г. Принятие «Декларации казачества России».

Круг, атаман и есаулы, старики. Преступления и наказания в казачьей общине. Воспитание мальчика. Первые бытовые обряды – первая стрижка, праздник первых штанов, обучение верховой езде, стрельбе, владению шашкой. Воспитание девочки. Девичьи праздники и работа. История возникновения прически: казачий чуб и усы - неотъемлемая часть военной формы. Роль папахи и фуражки в обычаях и символике казаков. Символическая, сакральная и утилитарная роль серьги мужчин-казаков.

**Практика:** Экскурсия (виртуальная экскурсия) по краю. Экскурсия в библиотеку. Встреча с атаманом поселения.

**Форма контроля:** Опрос по разделу.

### Раздел 2. История физического и военно-прикладного воспитания кубанских казаков (8 часов)

**Теория:** Исторически сложившиеся представления о службе казака и её роли в жизни. Служба кубанских казаков в дореволюционный период. Охрана границ. Кавалерийская служба. Разведка. Пластунская служба. Физическая подготовка в жизни кубанских казаков. Традиционные казачьи гимнастики

История становления и развития различных видов спортивного туризма в России. Единоборства и рукопашный бой в физическом воспитании казаков. Верховая езда.

**Практика:** Учебно- тренировочные занятия.



**Форма контроля:** Опрос по разделу.

### **Раздел 3. Современные виды казачьей службы. Физическая подготовка будущих казаков для несения службы (2 часа)**

**Теория:** Современные виды государственной и иной службы казаков. Государственная служба. Военная служба. Правоохранительная служба. Природоохранная служба. Охранная служба. Служба по ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций. Физическая и профессионально-прикладная подготовка для несения каждого вида службы.

**Практика:** Учебно- тренировочные занятия.

**Форма контроля:** Опрос по разделу.

### **Раздел 4. Формы организации работы по физическому воспитанию (2 часа)**

**Теория:** характеристика видов спорта, физических упражнений и народных игр в физическом воспитании казаков. Формы работы: урочные занятия, учебно-тренировочные сборы, полевые лагеря, соревнования, фестивали. Значение народных видов состязаний и конноспортивных праздников в физическом воспитании казаков. Правила детско-юношеских казачьих спортивных мероприятий по классическим и военно-прикладным видам спорта, выполнению физических упражнений и занятиям народными играми. Рекомендации по проведению игр и состязаний казачьей направленности в ходе физкультурно-спортивных массовых мероприятий.

**Практика:** Учебно- тренировочные занятия.

**Форма контроля:** Опрос по разделу.

### **Раздел 5. Традиционные и современные одежда, форма и снаряжение кубанских казаков. Учебно-материальная база (8 часов)**

**Теория:** Традиционная одежда кубанских казаков – от шаровар до папахи. Её военно-прикладное назначение. Традиционное оружие кубанских казаков: общий обзор. Холодное оружие кубанских казаков: шашка, сабля. Защитное снаряжение для работы шашкой. Традиционные и современные тренажёры кубанских казаков. Инвентарь и оснащение игровых площадок. Оснащение для казачьего рукопашного боя и борьбы. Традиционное снаряжение кубанских казаков: экипировка казака и верховой лошади. Их военно-прикладное назначение.

**Практика:** Учебно- тренировочные занятия. Игры для развития быстроты, ловкости, смекалки.

**Форма контроля:** Опрос по разделу.

### **Раздел 6. Традиционные казачьи игры и специализированные эстафеты (8 часов)**

**Теория:** Основы техники безопасности на занятиях подвижными играми, форма одежды участников и инвентарь для проведения игр, правила и

навыки его изготовления. Основы судейства: критерии и правила, по которым оценивается команда или участник игры. Основные требования к спортивным сооружениям. Народные игры кубанского казачества, направленные на развитие основных физических качеств. Народные игры кубанского казачества, направленные на развитие основных физических качеств. Игры с элементами строевых действий, рукопашного боя. Игры с преимущественным проявлением силы и ловкости.

**Практика:** Игры: «Кабылка», «Шагайдары», «Расколушки, или горю, пень», «Горелки», «Грыбаки», «Хрен», «Дитя», «Жни просо», «Игра в шапку и прыгание через шапку», «Четыре угла», «Деркач», «Жмурки», «Перетяжка», «Хвост-левка» и др.

**Форма контроля:** Практическая проверка.

### **Раздел 7. Традиционные казачьи гимнастики (8 часов)**

**Теория:** Влияние гимнастики на развитие физических качеств. Формирование военно-прикладных навыков и умений средствами казачьих гимнастик.

Уставные казачьи гимнастики: гимнастика с палкой; упражнения вольной гимнастики. Прикладная гимнастика «джигитовка» с применением гимнастических скамеек. Военная гимнастика: упражнения с подвижными снарядами. Гимнастика по Уставу строевой казачьей службы 1899 г. Военная гимнастика: упражнения на неподвижных снарядах. Гимнастика «круговая разминка». Прикладная гимнастика. «Джигитовка» с применением гимнастического коня или уставного деревянного имитатора коня. Гимнастика устава строевой казачьей службы 1899 г. Военная гимнастика: упражнения на неподвижных снарядах.

**Практика:** Поставные казачьи гимнастики: гимнастика с палкой; упражнения вольной гимнастики.

**Форма контроля:** Практическая проверка.

### **Раздел 8. Легкоатлетическая казачья подготовка: способы преодоления препятствий и ускоренное передвижение (23 часа)**

**Теория:** Влияние легкоатлетической подготовки на развитие физических качеств. Формирование военно-прикладных навыков и умений легкоатлетическими средствами.

Преодоление препятствий: пролезая, проползая, различными видами прыжков (прыжком в шаге, прыжком наступая, согнув ноги, прыжком «перешагивая», опорным прыжком боком, барьерным шагом, многоскоками, длинным кувырком). Преодоление препятствий с помощью подручных средств. Преодоление высоких вертикальных препятствий. Спрыгивание со средних препятствий. Техника безопасного падения для преодоления препятствий и при передвижениях. Преодоление полосы из препятствий. Преодоление препятствий с помощью подручных средств.

Классификация способов ускоренного передвижения: переползание на четвереньках, на получетвереньках, боком, по-пластунски. Ускоренная ходьба. Чередование ходьбы и бега Марш-броски 2-3 км. Быстрый бег по прямой. Бег по кругу, по слабопересечённой и умеренно пересечённой местности. Передвижение в гору, с горы Ускоренное передвижение по травяному грунту, пашне, по мягкому грунту. Ускоренное передвижение по скользкому грунту медленным бегом, по узкой опоре медленным бегом. Проведение соревнований по казачьей легкоатлетической подготовке.

**Практика:** Учебно- тренировочные занятия.

**Форма контроля:** Практическая проверка.

## **Раздел 9. Казачий рукопашный бой и борьба (20 часов)**

**Теория:** Роль и значение рукопашного боя для несения казаками государственной и иной службы. Морально-нравственные аспекты рукопашного боя. Техника безопасности.

Казачья верховая борьба: «борьба накрест или за пояса», «борьба всадников». Казачья верховая борьба: кулачный бой, рукопашный бой в положении «верхом на коне».

Традиционная казачья техника ведения боя «за грудки». Блоки ударов руками, локтями, ногами и др. Приёмы самозащиты от ударов рукой и ногой.

Техника самозащиты и освобождения от захватов: за руку, одежду, шею, волосы, обхвата сзади и др.

Система боя «Стенка на стенку»: работа в строю.

**Практика:** Учебно- тренировочные занятия. Игры с применением элементов рукопашного боя.

**Форма контроля:** Практическая проверка.

## **Раздел 10. Основы владения традиционным и современным холодным оружием: казачья шашка, сабля, палка (23 часа)**

**Теория:** Изготовление учебного имитатора шашки, сабли. Техника безопасности при работе с шашкой. Овладение первичными навыками владения шашкой: подготовительные упражнения с шашкой, хваты шашки, основные стойки и перемещения с шашкой, основные действия при нападении шашкой, основные действия защиты шашкой, постановка удара шашкой, правила и технические основы ведения боя шашкой.

Устройство нагайки. Изготовление учебного имитатора плётки, нагайки. Техника безопасности при работе с нагайкой.

Классификация традиционного холодного оружия казаков. Плетёное оружие: нагайка и кнут (арапник). Техника безопасности при работе с холодным оружием. Приёмы работы с макетом автомата. Блоки автомата. Техника безопасности при работе с макетом автомата. Роль и значение традиционных казачьих техник владения холодным оружием казаков для несения государственной или иной службы.

Изготовление имитатора казачьей пикой. Техника безопасности при работе с казачьей пикой. Подготовительные упражнения, правила и технические основы ведения боя с пикой. Нормативно-правовое регулирование ношения и применения холодного оружия казаками. Пределы необходимой обороны.

Изготовление учебных имитаторов кинжала. Техника безопасности при работе с кинжалом. Овладение первичными навыками владения кинжалом. Метание кинжала в цель. Универсальная техника владения холодным оружием казаков «Здароваца».

**Практика:** Учебно- тренировочные занятия.

**Форма контроля:** Практическая проверка.

## **Раздел 11. Стрельба из пневматического оружия (пистолета и винтовка). Материальная часть АК-74. Метание ручной гранаты (20 часов)**

**Теория:** Изучение основ техники стрельбы. Меры безопасности при стрельбе и обращении с пневматическим оружием.

Материальная часть пневматического оружия. Уход за оружием.

Обучение технике метания ручной гранаты. Метание гранаты из окопа, на открытом пространстве, пересечённой местности, гористой местности, в лесу. Метание гранаты из окопа, на открытом пространстве, пересечённой местности, гористой местности, в лесу.

Основы теории пулевой стрельбы. Зависимость траектории полёта пули от метеорологических условий. Расчёт поправок, вносимых в прицел. Комбинированная эстафета со стрельбой и метанием гранаты. Обслуживание, чистка, ремонт АК-74 Изучение материальной части ручной гранаты (Ф-1, РГД)

**Практика:** Учебно- тренировочные занятия.

**Форма контроля:** Практическая проверка.

## **Раздел 12. Строевая подготовка (35 часов)**

**Теория:** Строевые приёмы и движение без оружия, строевой расчёт. Строевая стойка, положение туловища, кистей рук и стоп. Повороты на месте: направо, налево, кругом. Движение на месте, остановка. Остановка с поворотом, направо, налево, кругом. Движение прямо, повороты в движении направо, налево.

Перестроения из колонны по одному в колонну по два, перестроения согласно расчёту. Подготовительные упражнения к движению строевым шагом, движение походным шагом. Совершенствование поворотов и движение прямо с вариантами остановки. Повороты в движении, направо, налево.

Обучение движению торжественным маршем, в том числе под музыкальный аккомпанемент. Строевые приёмы с шашкой. Выполнение команд шашкой: «на караул», отдача казачьего приветствия, действия при

постановке и снятии караула. Действия шашкой при движении церемониальным, строевым шагом и торжественным маршем.

Строевые приемы с оружием. Общие понятия. Выполнение команд: «оружие на ремень», «оружие за - спину», «Автоматы на - грудь», «Положить оружие», «В ружьё», «Оружие к бою», «Ремни отпустить (подтянуть)».

Порядок действий почетного караула при выставлении (снятии) часовых. Боевое знамя подразделения (общие положения) Положение Боевого Знамени в строю. Порядок внесения и вынесения Боевого Знамени.

**Практика:** Учебно- тренировочные занятия.

**Форма аттестации:** Практическая проверка.

### **Раздел 13. Казачья туристическая подготовка (32 часов)**

**Теория:** Правила техники безопасности в туристических походах и лагерях. Основные правила безопасности при проведении соревнований по ориентированию на местности и туристскому многоборью.

Значение физической и тактической подготовки. Факторы, являющиеся причинами нарушения ТБ безопасности, травматизма. Ознакомление с правилами соблюдения безопасности при движении по дистанции. Требования ТБ при использовании спортивных снарядов, туристского снаряжения, при тренировках и занятиях на местности.

Понятия «аварийная ситуация», «радиофицированный КП (этап)». Правила безопасности при движении по дистанции. Алгоритм действий спортсмена-туриста в аварийной ситуации.

Ориентирование на местности. Изучение туристических узлов и методики вязки, их практическое применение. Карабинные узлы и правила их вязки.

Правила преодоления препятствий по навесной переправе Правила преодоления препятствий по параллельным перилам. Планирование горного похода.

Переправы: «таджикская стенка», «кольцо», переправа со страховкой, вплавь, по перилам, по бревну, навесная переправа. Определение высоты подъёмов и спусков, крутизны склонов.

Движение группы в различных природных условиях и местностях. Правила и организация привалов и ночлегов в высокогорье. Движение группы на маршруте. Привалы и ночлеги, организация бивуака на снегу Ночёвка в экстремальных условиях. Топонимика и углублённая работа с картами.

**Практика:** Учебно- тренировочные занятия.

**Форма контроля:** Опрос по разделу.

### **Раздел 14. Основы топографии и ориентирования на местности (23 часа)**

**Теория:** Особенности изображения рельефа местности на географических картах и на спортивных картах. Условные обозначения различных географических объектов на спортивных картах.

Освоение опыта движения по компасу на пересечённой местности. Особенности работы с компасом при ориентировании на местности. Определение расстояний и азимутов на местности.

Особенности ориентирования и преодоления различных видов местности (горы, речные поймы, болота, лесные завалы и т. п.).

Комфорт в туризме и его создание в полевых условиях. Оборудование и благоустройство туристского места отдыха, приёма пищи.

Основные правила безопасности при проведении соревнований по ориентированию на местности Соревнования по туристскому ориентированию на местности.

**Практика:** Учебно- тренировочные занятия.

**Форма контроля:** Практическая проверка.

### **Раздел 15. Казачья религия. Народный календарь и цикличность жизни (13 часов)**

**Теория:** Древнейшие верования и обычаи казаков. Связь верований казаков с обычаями и верованиями их исторических предшественников.

Основы православной культуры. Традиционные народные праздники и обряды кубанских казаков. Значение народных праздников для формирования духовного здоровья казака Войсковые праздники кубанских казаков. День благоверного князя Святого Александра Невского. Святая Екатерина – покровительница Екатеринодара.

Связь праздников с духовным здоровьем казака и их значение. Родильно-крестильный обряд. Свадебный обряд. Проводы на службу. Похоронно-поминальный обряд. Поминальные дни. Радуница (провода). Родительские суббота. Связь и значение обрядов жизненного цикла кубанских казаков с духовным здоровьем. Дмитриева неделя. Войсковые поминовения. Участие в поминовениях. Связь и значения праздников с духовным здоровьем казака.

**Практика:** Экскурсия (виртуальная экскурсия) по православным храмам Кубани / Встреча с настоятелем местного прихода.

**Форма контроля:** Опрос по разделу.

### **Раздел 16. Система питания. Посты (1 час)**

**Теория:** Традиционная система питания на Кубани. Правила питания во время постов.

**Практика:** -

**Форма контроля:** Опрос по разделу.

### **Раздел 17. Народная медицина казаков. Казачьи обереги (3 часа)**

**Теория:** Народная медицина кубанских казаков. Общие представления о лечении народными средствами: травами, минералами и т. д. Казачьи обереги. Народная медицина кубанских казаков. Казачьи методы первой медицинской помощи.

**Практика:** Отработка казачьих методов первой медицинской помощи.

**Форма контроля:** Опрос по разделу.

### **Раздел 18. Первая медицинская помощь (13 часов)**

**Теория:** Общее понятие о первой медицинской помощи (ПМП). Предмет и задачи ПМП. Основы медицинской терминологии. Характеристика ПМП. Первая медицинская помощь и правила ее оказания. Понятие о ране и их квалификация.

Основы ПМП при кровотечениях. Правила наложения повязок.

Основы ПМП при острых заболеваниях и неотложных состояниях, при термических поражениях, при острых отравлениях, при ядовитых укусах.

Специфика травматизма в казачьих войсковых формированиях

Способы применения лекарственных средств.

ПМП при электротравме и утоплении.

Основы ПМП при травмах головы, шеи, позвоночника.

Основы ПМП при травмах грудной клетки, живота и таза.

**Практика:** Учебно- тренировочные занятия. Отработка методов первой медицинской помощи

**Форма контроля:** Практические занятия.

### **Раздел 19. Закаливание. Личная гигиена (5 часов)**

**Теория:** Традиционные представления казаков о пользе и оздоровительных свойствах колодезной воды. Крещенское купание.

Профилактика различных заболеваний. Гигиенические основы режима труда, отдыха и занятий физической культурой и спортом: гигиена тела, значение водных процедур (умывание, обтирание, парная баня, душ, купание), гигиена обуви и одежды. Общая гигиеническая характеристика тренировок, походов и путешествий. Сущность закаливания, его значение, гигиенические основы закаливания.

**Практика:** Разучивание комплекса упражнений гимнастики. Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними.

**Форма контроля:** Опрос по разделу.

## **4. Планируемые результаты**

В результате изучения курса «Патриотическое воспитание на основе традиционных казачьих средств» обучающимися должны быть достигнуты определённые результаты.

**Предметные результаты:**

- Сформированность теоретических знаний и прикладных двигательных умений, и навыков казаков по изучаемым разделам программы.

**Метапредметные результаты:**

- Сформированность у будущих казаков позитивной мотивации к духовно-нравственному и физическому развитию на основе традиционных казачьих средств.

- Профессиональная ориентированность будущих казаков в части несения государственной, военной и иной службы.

- Осознанное отношение к своему здоровью, здоровому образу жизни.

- Сформированность положительных мотивов к освоению этнокультуры физического воспитания кубанских казаков;

- познавательного интереса к традициям казачества.

- Сформированность коммуникативных навыков, обеспечивающих совместную деятельность в группе, сотрудничество, общение.

**Личностные результаты:**

- Патриотическое, духовно-нравственное и физическое развитие подростков и молодежи.

- Привитие духовно-нравственных устоев; приобщение к основным традициям и обычаям кубанских казаков.

- Уважительное отношение к истории и культуре казаков и других народов.

- Представление о Кубани как неотделимой части России.

## РАЗДЕЛ 2

### «КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ, ВКЛЮЧАЮЩИЙ ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ»

#### 1. Календарный учебный график

Даты начала и окончания учебного периода обусловлены адресом реализации программы:

- Группа 1 (инстр. Рачинский С.С.) – с 01.09.2022г. по 20.07.2023г.

- Группа 2 (инстр. Кравченко И.М.) - с 01.09.2022г. по 20.07.2023г.

**Продолжительность занятия:** 1 академический час

**Количество учебных недель – 44**

#### Сроки проведения контрольных процедур

Таблица 2

Контроль	Период
Входная диагностика	Первое занятие по программе
Текущий контроль	На каждом занятии
Итоговая аттестация	После прохождения программы в конце учебного периода



**Место проведения:**

- Группа 1 (инстр. Рачинский С.С.) – пос. Венцы, ул. Советская, 25, ГБПОУ КК ВЗСТ, спортивный зал

- Группа 3 (инстр. Кравченко И.М.) - Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа №23 им. А.А. Мамонова по адресу: х. Тысячный ул. Красная, 25, спортивный зал.

**Время проведения:** Расписание занятий (дата и время проведения) составляется за 5 (пять) дней до начала учебного периода.

**Календарный учебный график** с датами проведения и расписанием занятий оформляется за 5 (пять) дней до начала учебного периода (Приложение № 1 к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Патриотическое воспитание на основе традиционных казачьих средств»).

*Таблица 3*

№	Дата		Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля
	план	факт				
<b>Раздел 1. История казачества (16 часов)</b>						
1.			История казачества – часть истории Отечества.	2	Беседа	Устная оценка
2.			Подвиги казаков на фронтах Великой Отечественной войны.	2	Виртуальная экскурсия	Устная оценка
3.			Возрождение казачества.	2	Беседа	Устная оценка
4.			Первый Большой казачий круг 1990 г. Совет атаманов Союза казаков 1990 г. Принятие «Декларации казачества России».	2	Экскурсия в библиотеку	Устная оценка
5.			Круг, атаман и есаулы, старики.	2	Встреча с атаманом поселения	Устная оценка
6.			Воспитание мальчика.	2	Беседа/ Презентация	Устная оценка
7.			Воспитание девочки. Девичьи праздники и работа.	2	Беседа/ Презентация	Устная оценка
8.			История возникновения прически. Роль папахи и фуражки. Символическая	2	Беседа/ Презентация	Опрос по разделу

			роль серьги мужчин-казаков.			
<b>Раздел 2. История физического и военно-прикладного воспитания кубанских казаков (8 часов)</b>						
9.			Исторически сложившиеся представления о службе казака и её роли в жизни	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
10.			Охрана границ. Кавалерийская служба. Разведка. Пластунская служба.	1	Объяснение	Устная оценка
11.			Физическая подготовка в жизни кубанских казаков.	1	Объяснение	Устная оценка
12.			Традиционные казачьи гимнастики	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
13.			История становления и развития различных видов спортивного туризма в России.	1	Беседа	Устная оценка
14.			Единоборства и рукопашный бой в физическом воспитании казаков. Верховая езда.	2	Беседа/ Тренировка	Опрос по разделу
<b>Раздел 3. Современные виды казачьей службы. Физическая подготовка будущих казаков для несения службы (2 часа)</b>						
15.			Современные виды государственной и иной службы казаков.	1	Беседа	Устная оценка
16.			Физическая и профессионально-прикладная подготовка для несения каждого вида службы.	1	Тренировка	Опрос по разделу
<b>Раздел 4. Формы организации работы по физическому воспитанию (2 часа)</b>						
17.			Характеристика видов спорта, физических упражнений и народных игр в физическом воспитании казаков.	1	Тренировка	Устная оценка
18.			Значение народных видов состязаний и конноспортивных праздников в физическом воспитании казаков.	1	Беседа/ Тренировка	Опрос по разделу
<b>Раздел 5. Традиционные и современные одежда, форма и снаряжение кубанских казаков. Учебно-материальная база (8 часов)</b>						

19.			Традиционная одежда кубанских казаков – от шаровар до папахи.	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
20.			Традиционное оружие кубанских казаков: общий обзор.	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
21.			Традиционные и современные тренажёры кубанских казаков.	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
22.			Традиционное снаряжение кубанских казаков: экипировка казака и верховой лошади.	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
23.			Инвентарь и оснащение игровых площадок.	1	Игры	Устная оценка
24.			Оснащение для казачьего рукопашного боя и борьбы.	1	Беседа/ Тренировка	Опрос по разделу
<b>Раздел 6. Традиционные казачьи игры и специализированные эстафеты (8 часа)</b>						
25.			Основы техники безопасности на занятиях подвижными играми	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
26.			Форма одежды участников и инвентарь для проведения игр, правила и навыки его изготовления	1	Объяснение/ Игры	Устная оценка
27.			Народные игры кубанского казачества, направленные на развитие основных физических качеств.	2	Объяснение/ Игры	Устная оценка
28.			Народные игры кубанского казачества, направленные на развитие основных физических качеств.	2	Объяснение/ Игры	Устная оценка
29.			Игры с элементами строевых действий, рукопашного боя. Игры с преимущественным проявлением силы и ловкости.	2	Объяснение/ Игры	Практическая проверка
<b>Раздел 7. Традиционные казачьи гимнастики (8 часов)</b>						
30.			Влияние гимнастики на развитие физических качеств. Формирование военно-прикладных навыков и умений	1	Тренировка	Устная оценка

			средствами казачьих гимнастик.			
31.			Уставные казачьи гимнастики: гимнастика с палкой; упражнения вольной гимнастики.	1	Казачьи гимнастики	Устная оценка
32.			Прикладная гимнастика «джигитовка» с применением гимнастических скамеек.	1	Казачьи гимнастики	Устная оценка
33.			Военная гимнастика: упражнения с подвижными снарядами.	1	Казачьи гимнастики	Устная оценка
34.			Гимнастика по Уставу строевой казачьей службы 1899 г. Военная гимнастика: упражнения на неподвижных снарядах.	1	Тренировка	Устная оценка
35.			Гимнастика «круговая разминка». Прикладная гимнастика.	1	Казачьи гимнастики	Устная оценка
36.			«Джигитовка» с применением гимнастического коня или уставного деревянного имитатора коня.	1	Тренировка	Устная оценка
37.			Гимнастика устава строевой казачьей службы 1899 г. Военная гимнастика: упражнения на неподвижных снарядах.	1	Тренировка	Практическая проверка
<b>Раздел 8. Легкоатлетическая подготовка: способы преодоления препятствий и ускоренное передвижение (23 часов)</b>						
38.			Влияние легкоатлетической подготовки на развитие физических качеств.	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
39.			Формирование военно-прикладных навыков и умений легкоатлетическими средствами	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
40.			Преодоление препятствий: пролезая, проползая, различными видами прыжков.	2	Тренировка	Устная оценка

41.			Преодоление препятствий с помощью подручных средств.	2	Тренировка	Устная оценка
42.			Преодоление высоких вертикальных препятствий.	2	Тренировка	Устная оценка
43.			Спрыгивание со средних препятствий. Техника безопасного падения для преодоления препятствий и при передвижениях.	2	Тренировка	Устная оценка
44.			Преодоление полосы из препятствий.	2	Тренировка	Устная оценка
45.			Преодоление препятствий с помощью подручных средств.	2	Тренировка	Устная оценка
46.			Ускоренное передвижение.	1	Тренировка	Устная оценка
47.			Переползание на четвереньках, на полчетвереньках, боком, по-пластунски.	1	Тренировка	Устная оценка
48.			Ускоренная ходьба. Чередование ходьбы и бега	1	Тренировка	Устная оценка
49.			Марш-броски 2-3 км. Быстрый бег по прямой.	1	Тренировка	Устная оценка
50.			Бег по кругу, по слабопересечённой и умеренно пересечённой местности.	1	Тренировка	Устная оценка
51.			Передвижение в гору, с горы.	1	Тренировка	Устная оценка
52.			Ускоренное передвижение по травяному грунту, пашне, по мягкому грунту.	1	Тренировка	Устная оценка
53.			Ускоренное передвижение по скользкому грунту медленным бегом, по узкой опоре медленным бегом.	1	Тренировка	Устная оценка
54.			Проведение соревнований по казачьей	1	Тренировка	Практическая проверка

			легкоатлетической подготовке.			
<b>Раздел 9. Казачий рукопашный бой и борьба (20 часов)</b>						
55.			Роль и значение рукопашного боя для несения казаками государственной и иной службы. Техника безопасности.	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
56.			Казачья верховая борьба: «борьба накрест или за пояса».	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
57.			Казачья верховая борьба: «борьба всадников»	2	Тренировка	Устная оценка
58.			Казачья верховая борьба: кулачный бой, рукопашный бой в положении «верхом на коне».	2	Тренировка	Устная оценка
59.			Традиционная казачья техника ведения боя «за грудки».	2	Тренировка	Устная оценка
60.			Блоки ударов руками, локтями, ногами и др.	2	Тренировка	Устная оценка
61.			Приёмы самозащиты от ударов рукой и ногой.	2	Тренировка	Устная оценка
62.			Техника самозащиты и освобождения от захватов: за руку, одежду, шею, волосы.	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
63.			Техника самозащиты и освобождения от захватов: обхвата сзади и др.	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
64.			Система боя «Стенка на стенку»: работа в строю.	2	Беседа/ Тренировка	Практическая проверка
<b>Раздел 10. Основы владения традиционным и современным холодным оружием: казачья шашка, сабля, палка (23 часа)</b>						
65.			Изготовление учебного имитатора шашки, сабли. Техника безопасности при работе с шашкой.	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
66.			Овладение первичными навыками владения шашкой.	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
67.			Устройство нагайки. Изготовление учебного	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка

			имитатора плётки, нагайки. Техника безопасности при работе с нагайкой.			
68.			Классификация традиционного холодного оружия казаков. Плетёное оружие: нагайка и кнут (арапник). Техника безопасности при работе с холодным оружием.	2	Тренировка	Устная оценка
69.			Приёмы работы с макетом автомата. Блоки автомата. Техника безопасности при работе с макетом автомата.	2	Тренировка	Устная оценка
70.			Роль и значение традиционных казачьих техник владения холодным орудием казаков для несения государственной или иной службы.	2	Тренировка	Устная оценка
71.			Изготовление имитатора казачьей пикой. Техника безопасности при работе с казачьей пикой.	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
72.			Подготовительные упражнения, правила и технические основы ведения боя с пикой.	2	Тренировка	Устная оценка
73.			Нормативно-правовое регулирование ношения и применения холодного оружия казаками. Пределы необходимой обороны.	1	Тренировка	Устная оценка
74.			Изготовление учебных имитаторов кинжала. Техника безопасности при работе с кинжалом.	2	Тренировка	Устная оценка
75.			Овладение первичными навыками владения кинжалом.	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
76.			Метание кинжала в цель. Универсальная техника владения холодным	2	Беседа/ Тренировка	Опрос по разделу

			оружием казаков «Здароваца».			
<b>Раздел 11. Стрельба из пневматического и малокалиберного оружия (пистолета и винтовка). Метание ручной гранаты (20 часов)</b>						
77.			Изучение основ техники стрельбы.	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
78.			Меры безопасности при стрельбе и обращении с пневматическим оружием.	2	Тренировка	Устная оценка
79.			Материальная часть пневматического оружия.	1	Тренировка	Устная оценка
80.			Уход за оружием.	2	Тренировка	Устная оценка
81.			Обучение технике метания ручной гранаты.	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
82.			Метание гранаты из окопа, на открытом пространстве, пересечённой местности, гористой местности, в лесу.	2	Тренировка	Устная оценка
83.			Метание гранаты из окопа, на открытом пространстве, пересечённой местности, гористой местности, в лесу	2	Тренировка	Устная оценка
84.			Основы теории пулевой стрельбы.	1	Тренировка	Устная оценка
85.			Зависимость траектории полёта пули от метеорологических условий.	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
86.			Расчёт поправок, вносимых в прицел.	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
87.			Комбинированная эстафета со стрельбой и метанием гранаты.	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
88.			Обслуживание, чистка, ремонт АК-74	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
89.			Изучение материальной части ручной гранаты (Ф-1, РГД)	2	Беседа/ Тренировка	Практическая проверка
<b>Раздел 12. Строевая подготовка 35 часов)</b>						
90.			Строевые приёмы и движение без оружия, строевой расчёт.	2	Тренировка	Устная оценка



91.			Строевая стойка, положение туловища, кистей рук и стоп.	1	Тренировка	Устная оценка
92.			Повороты на месте: направо, налево, кругом.	2	Тренировка	Устная оценка
93.			Движение на месте, остановка.	1	Тренировка	Устная оценка
94.			Остановка с поворотом, направо, налево, кругом.	2	Тренировка	Устная оценка
95.			Движение прямо, повороты в движении направо, налево.	1	Тренировка	Устная оценка
96.			Перестроения из колонны по одному в колонну по два, перестроения согласно расчёту.	2	Тренировка	Устная оценка
97.			Перестроения согласно расчёту.	1	Тренировка	Устная оценка
98.			Подготовительные упражнения к движению строевым шагом, движение походным шагом.	2	Тренировка	Устная оценка
99.			Совершенствование поворотов и движение прямо с вариантами остановки.	1	Тренировка	Устная оценка
100.			Совершенствование поворотов и движение прямо с вариантами остановки.	2	Тренировка	Устная оценка
101.			Повороты в движении, направо, налево.	1	Тренировка	Устная оценка
102.			Обучение движению торжественным маршем, в том числе под музыкальный аккомпанемент.	2	Тренировка	Устная оценка
103.			Строевые приёмы с шашкой.	1	Тренировка	Устная оценка
104.			Выполнение команд шашкой: «на караул», отдача казачьего приветствия, действия при постановке и снятии караула.	2	Тренировка	Устная оценка
105.			Действия шашкой при движении церемониальным,	1	Тренировка	Устная оценка

			строевым шагом и торжественным маршем.			
106.			Строевые приемы с оружием. Общие понятия.	1	Беседа/ Тренировка	
107.			Выполнение команды: «оружие на ремень»	1	Беседа/ Тренировка	
108.			Выполнение команды: «оружие за - спину»	1	Беседа/ Тренировка	
109.			Выполнение команды: «Автоматы на - грудь»	1	Беседа/ Тренировка	
110.			Выполнение команды: «Положить оружие», «В ружьё»	1	Беседа/ Тренировка	
111.			Выполнение команды: «Оружие к бою»	1	Беседа/ Тренировка	
112.			Выполнение команды: «Ремни отпустить (подтянуть)»	1	Беседа/ Тренировка	
113.			Порядок действий почетного караула при выставлении (снятии) часовых.	1	Беседа/ Тренировка	
114.			Боевое знамя подразделения (общие положения)	1	Беседа/ Тренировка	
115.			Положение Боевого Знамени в строю. Порядок внесения и вынесения Боевого Знамени.	2	Беседа/ Тренировка	Практическая проверка
<b>Раздел 13. Туристическая подготовка (32 часа)</b>						
116.			Правила техники безопасности в туристических походах и лагерях.	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
117.			Основные правила безопасности при проведении соревнований по ориентированию на местности и туристскому многоборью.	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
118.			Значение физической и тактической подготовки. Факторы, являющиеся причинами нарушения ТБ безопасности, травматизма.	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
119.			Ознакомление с правилами соблюдения	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка

			безопасности при движении по дистанции.			
120.			Требования ТБ при использовании спортивных снарядов, туристского снаряжения, при тренировках и занятиях на местности.	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
121.			Понятия «аварийная ситуация», «радиофицированный КП (этап)».	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
122.			Правила безопасности при движении по дистанции. Алгоритм действий спортсмена-туриста в аварийной ситуации.	2	Беседа/ Тренировка	Практическая проверка
123.			Ориентирование на местности.	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
124.			Изучение туристических узлов и методики вязки, их практическое применение.	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
125.			Карабинные узлы и правила их вязки.	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
126.			Правила преодоления препятствий по навесной переправе	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
127.			Правила преодоления препятствий по параллельным перилам	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
128.			Планирование горного похода. Переправы: «таджикская стенка», «кольцо», переправа со страховкой, вплавь, по перилам, по бревну, навесная переправа.	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
129.			Определение высоты подъёмов и спусков, крутизны склонов	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
130.			Движение группы в различных природных условиях и местностях.	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
131.			Правила и организация привалов и ночлегов в высокогорье.	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка

132.			Движение группы на маршруте.	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
133.			Привалы и ночлеги, организация бивуака на снегу	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
134.			Ночёвка в экстремальных условиях.	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
135.			Топонимика и углублённая работа с картами.	2	Беседа/ Тренировка	Опрос по разделу
<b>Раздел 14. Основы топографии и ориентирования на местности (23 часа)</b>						
136.			Особенности изображения рельефа местности на географических картах и на спортивных картах.	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
137.			Условные обозначения различных географических объектов на спортивных картах.	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
138.			Особенности работы с компасом при ориентировании на местности.	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
139.			Освоение опыта движения по компасу на пересечённой местности.	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
140.			Работа с компасом при ориентировании на местности.	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
141.			Работа с компасом при ориентировании по карте на местности	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
142.			Определение расстояний и азимутов на местности.	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
143.			Особенности ориентирования и преодоления различных видов местности.	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
144.			Комфорт в туризме и его создание в полевых условиях.	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
145.			Оборудование и благоустройство туристского места отдыха, приёма пищи.	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
146.			Основные правила безопасности при	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка

		проведении соревнований по ориентированию на местности			
147.		Соревнования по туристскому ориентированию на местности.	2	Беседа/ Тренировка	Практическая проверка
<b>Раздел 15. Казачья религия. Народный календарь и цикличность жизни (13 часов)</b>					
148.		Древнейшие верования и обычаи казаков.	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
149.		Связь верований казаков с обычаями и верованиями их исторических предшественников.	1	Экскурсия (виртуальная экскурсия) по православным храмам Кубани	Устная оценка
150.		Основы православной культуры.	1	Экскурсия (виртуальная экскурсия) по православным храмам Кубани	Устная оценка
151.		Традиционные народные праздники и обряды кубанских казаков.	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
152.		Значение народных праздников для формирования духовного здоровья казака	1	Встреча с настоятелем местного прихода	Устная оценка
153.		Войсковые праздники кубанских казаков. День благоверного князя Святого Александра Невского.	1	Встреча с настоятелем местного прихода	Устная оценка
154.		Святая Екатерина – покровительница Екатеринодара.	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
155.		Связь и значение войсковых праздников с духовным здоровьем казака.	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
156.		Родильно-крестильный обряд. Свадебный обряд.	1	Встреча с настоятелем местного прихода	Устная оценка
157.		Проводы на службу.	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
158.		Похоронно-поминальный обряд. Поминальные дни.	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка

			Радуница (провода). Родительские суббота.			
159.			Связь и значение обрядов жизненного цикла кубанских казаков с духовным здоровьем. Дмитриева неделя.	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
160.			Войсковые поминовения. Участие в поминовениях. Связь и значения праздников с духовным здоровьем казака.	1	Беседа/ Тренировка	Опрос по разделу
<b>Раздел 16. Система питания. Посты (1 час)</b>						
161.			Традиционная система питания на Кубани. Правила питания во время постов.	1	Беседа	Опрос по разделу
<b>Раздел 17. Народная медицина кубанских казаков. Казачьи обереги (3 часа)</b>						
162.			Народная медицина кубанских казаков. Общие представления о лечении народными средствами: травами, минералами и т. д.	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
163.			Казачьи обереги. Народная медицина кубанских казаков. Лечение словом и молитвой.	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
164.			Казачьи методы первой медицинской помощи.	1	Отработка казачьих методов первой медицинской помощи	Опрос по разделу
<b>Раздел 18. Первая медицинская помощь (13 часов)</b>						
165.			Общее понятие о первой медицинской помощи (ПМП). Первая медицинская помощь и правила ее оказания. Понятие о ране и их квалификация.	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
166.			Основы ПМП при кровотечениях. Правила наложения повязок.	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
167.			Основы ПМП при острых заболеваниях и	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка

			неотложных состояниях, при термических поражениях, при острых отравлениях, при ядовитых укусах.			
168.			Специфика травматизма в казачьих войсковых формированиях	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
169.			Способы применения лекарственных средств.	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
170.			ПМП при электротравме и утоплении.	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
171.			Основы ПМП при травмах головы, шеи, позвоночника.	2	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
172.			Основы ПМП при травмах грудной клетки, живота и таза.	2	Беседа/ Тренировка	Практические занятия
<b>Раздел 19. Закаливание. Личная гигиена (5 часов)</b>						
173.			Традиционные представления казаков о пользе и оздоровительных свойствах колодезной воды.	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
174.			Святые источники. Крещенское купание.	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
175.			Общая гигиеническая характеристика тренировок, походов и путешествий.	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
176.			Гигиенические основы режима труда, отдыха и занятий физической культурой и спортом.	1	Беседа/ Тренировка	Устная оценка
177.			Сущность закаливания, его значение, гигиенические основы закаливания.	1	Беседа/ Тренировка	Опрос по разделу
			<b>Итого часов</b>	<b>263</b>		

## 2. Условия реализации программы:

Для реализации программы требуется светлое, проветриваемое помещение, отвечающее санитарно-гигиеническим нормам (спортзал) и /или специально оборудованная площадка на свежем воздухе.

Комплект учебных пособий, используемых при проведении занятия:

- карты туристские, спортивные; дидактические материалы и наглядные пособия (книгоиздательская литература, плакаты, таблицы, карточки, видеофильмы, фотоматериалы);
- информационно-коммуникативные технологии (интерактивная доска, компьютер, мультимедиа проектор, электронный вариант дидактического материала).

**Оборудование, инструменты и материалы, необходимые для реализации программы** включают в себя:

- Спортивный инвентарь (маты, мячи, скакалки (короткие и длинные), гимнастические палки, булавы; спортивная перекладина, брусья, спортивный конь и др.);
- шашка казачья фланкировочная - 15
- палатка - не менее 5 шт.
- аптечка – 2 набора
- компасы жидкостные – 11 шт.
- веревка основная 40м – 10 шт.
- веревка вспомогательная – 4 шт.
- тросы – 4 шт.
- карабин туристский с муфтой – 44 шт.
- «Жумар» - 15 шт.
- шлем защитный (каска) – 15 шт.
- ММГ (АК-74, ПМ)
- бронежилет, жилет разгрузочный – 15 шт.
- магазины с учебными патронами
- гранаты учебные, гранаты для метания – по 15 шт.
- ножи для метания – 15 шт.
- стойка для метания ножей;
- обувь спортивная (типа шиповок); сапоги резиновые;
- спортивный тренировочный костюм;
- традиционные казачьи костюмы (мужской и женский).

**Техническое оснащение:** компьютер, принтер, интернет, проектор.

### **Кадровое обеспечение**

Программу реализуют инструкторы по физической культуре МБУДО «Центр «Кавказская линия» МО Гулькевичский район:

Рачинский С.С. – инструктор по физической культуре, инструктор детско-юношеского спортивного туризма. Стаж педагогической работы 7 лет, стаж работы с детьми школьного возраста 7 лет.



Кравченко И.М. – инструктор по физической культуре, Стаж педагогической работы 1,5 года, стаж работы с детьми школьного возраста 1,5 года.

Педагоги владеют методами, средствами и приемами организации деятельности учащихся, в том числе современными педагогическими технологиями, электронными образовательными и информационными ресурсами.

### **3. Формы аттестации**

Подведение итогов реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Патриотическое воспитание на основе традиционных казачьих средств» проводится в форме опросов, выполнении практических навыков и умений.

**Форма отслеживания и фиксации:** Образовательные результаты учащихся **отслеживаются и фиксируются** в таких формах как: журнал посещаемости, грамоты, отзывы родителей и детей, фото с мероприятий, показательных выступлений и соревнований.

**Формы предъявления и демонстрации** образовательных результатов: открытые занятия, показательные выступления, соревнования, мониторинг физической подготовки, формирования предпосылок к УУД и развития личностных качеств учащихся.

### **4. Оценка планируемых результатов**

#### **Оценочные материалы**

Освоение и совершенствование техники двигательных действий будет осуществляться с помощью следующих методов:

*словесный метод* – **устная оценка** (объяснение, беседа, разбор, инструктирование);

*наглядный метод* (демонстрация приемов);

*метод упражнений* (целостно-конструктивный, сопряженного воздействия);

Оценивание деятельности обучающихся проводится по четырем направлениям:

1. основы знаний;
2. техника владения двигательными действиями;
3. способы осуществления физкультурно-оздоровительной деятельности;
4. уровень физической подготовленности.

## Система оценивания результатов

Таблица 4

Вид	Форма	Критерии
Входящий	Беседа, опрос.	Устная оценка
Текущий (в течение учебного периода)	Опрос	Устная оценка: «отлично» - 80-100% правильных ответов «хорошо» - 60-80% правильных ответов «удовлетворительно» - 40- 60% правильных ответов
Текущий (после изучения раздела)	Практическая проверка	Устная оценка: «отлично» - оптимальное решение; «хорошо» - решение с допуском невыгодных вариантов. «удовлетворительно» - решение с ошибками
Итоговый (После прохождения раздела/ после прохождения программы в конце учебного периода)	Соревнования	Закончить дистанцию

### 5. Методические материалы

#### **Методы обучения**

Теоретические занятия проводятся в форме бесед.

Для развития двигательных способностей используют методы: стандартно-повторный, переменно-интервальный, соревновательный.

Выбор педагогических технологий, применяемых при реализации данной программы, определяется целями и задачами, возрастными особенностями детей и спецификой содержания учебного материала.

Для достижения результатов при реализации задач программы используются следующие разнообразные педагогические методы и приемы:

*Репродуктивный метод.* Цель – воспроизведение информации. Используется при объяснении новой темы. Приемы: рассказ, репродуктивная беседа.

*Метод проблемного обучения.* Цель – новые знания достигаются детьми в решении проблемных вопросов. Приемы – создание проблемной ситуации.

*Метод взаимодействия.* Приемы: работа во временных группах, ситуации совместных переживаний.

*Метод контроля.* Прием: сдача нормативов, соревнования.

*Метод мотивации и стимулирования.* Цель – формирование познавательного интереса. Приемы: самоподготовка, отработка туристских элементов, разбор дистанции, поход.

### **Современные технологии**

Приоритетным направлением работы является повышение качества образования через использование современных образовательных технологий на занятиях.

Здоровьесберегающая технология выделяет несколько групп, отличающихся разными подходами к охране здоровья и, соответственно, разными методами и формами работы.

По характеру действия различают следующие технологии:

- *стимулирующие* позволяют активизировать собственные силы организма, использовать его ресурсы для выхода из нежелательного состояния. Примерами могут быть – температурное закаливание, физические нагрузки;
- *защитно-профилактические* заключаются в выполнении санитарно-гигиенических норм и требований. Ограничение предельной нагрузки, исключающей переутомление. Использование страховочных средств и защитных приспособлений в спортзалах, исключающих травматизм;
- *информационно-обучающие* технологии обеспечивают обучающимся уровень грамотности, необходимый для эффективной заботы о здоровье.

### **Формы организации деятельности**

Структура различных типов занятий.

*Таблица 5*

Тип занятия	Основные элементы структуры занятия
Комбинированное занятие	Организационная часть <ul style="list-style-type: none"><li>• Проверка знаний ранее изученного.</li><li>• Изложение нового материала.</li><li>• Первичное закрепление новых знаний, применение их на практике.</li></ul>
Занятие сообщения и усвоения новых знаний	Организационная часть <ul style="list-style-type: none"><li>• Изложение нового материала и закрепление его.</li></ul>
Занятие повторения и обобщения полученных знаний	Организационная часть <ul style="list-style-type: none"><li>• Постановка проблем и выдача заданий. Выполнение обучающимися заданий и решения задач.</li><li>• Анализ ответов и оценка результатов работы, исправление ошибок.</li><li>• Подведение итогов.</li></ul>
Занятие закрепления знаний, выработки умений и навыков	Организационная часть

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Определение и разъяснение цели занятия. Воспроизведение обучающимися знаний, связанных с содержанием предстоящей работы.</li> <li>• Сообщение и содержание задания, инструктаж его выполнения.</li> <li>• Самостоятельная работа обучающихся под руководством педагога.</li> <li>• Обобщение и оценка выполненной работы.</li> </ul>
Занятие применения знаний, умений и навыков	<p>Организационная часть</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Определение и разъяснение целей занятия. Установление связи с ранее изученным материалом.</li> <li>• Инструктаж по выполнению работы. Самостоятельная работа обучающихся, оценка ее результатов.</li> </ul>

### Тематика и формы методических материалов по программе

Повышению эффективности тренировочных занятий способствует выбор рациональных организационно-методических форм. Наиболее распространены круговая и стационарная формы проведения тренировочных занятий.

Круговая форма предполагает последовательное выполнение обучающимся упражнений на различных «станциях». Обычно оборудуются от 8 до 12 «станций», на которых решаются различные задачи физической и технической подготовки. Выполняя упражнения на различных станциях, спортсмен получает разностороннюю нагрузку и решает поставленную в этой части занятия задачу.

При стационарной форме проведения занятий места выполнения упражнений могут быть оснащены различным специальным оборудованием, тренажёрами и приспособлениями, диагностико-управляющими комплексами. При стационарной форме проведения занятий можно индивидуально подобрать объём и характер тренировочных воздействий, оперативно вносить корректирующие изменения в программы тренировочных занятий.

### Алгоритм учебного занятия

Таблица 6

№	Этап занятия	Вид деятельности
1	Организационный этап	Организация обучающихся на начало занятия. Мотивация к деятельности. Повторение правил безопасной работы в зале и на тренажерах.
2	Основной этап	Разминка (упражнения ОФП, упражнения на растяжку). Постановка целей занятия. Отработка упражнений СФП. Отработка технических, тактических приемов игры в баскетбол. Изучение и отработка нового. Коррекция ошибок. Игровые моменты (эстафеты, спортивные игры), работа на тренажерах.
3	Завершающий этап	Упражнения на восстановления дыхания, медленный бег, растяжка. Автоматизация умственных действий по

## 6. Список литературы

1. Адамович, Г. Э. Владение холодным оружием. Казачьи техники: учеб. пособие / Г.Э. Адамович, Р.И. Федин. – Краснодар: КГУФКСТ, 2005
2. Адамович, Г. Э. За грудки: учеб. пособие по техникам ближнего боя / Г.Э. Адамович, А.П. Карпухин, Р.И. Федин. - Краснодар, 2008
3. Александров, С. Г. Народные подвижные игры кубанского казачества: учеб. -метод. Пособие / С.Г. Александров. - Краснодар: КГАФК, 1997 -
4. Карпухин, А.П. Казачья верховая борьба: пособие /А.П. Карпухин //– Краснодар, 2006
5. Карпухин, А.П. Традиционные средства физического воспитания Кубанских казаков А.П. Карпухин // Сборник статей и материалов хуторского казачьего общества «Ореховатое». От возникновения до наших дней. – Краснодар, 2008
6. Учебное пособие по военно-патриотическом воспитанию и основам военной службы // под общ. ред. И.Л. Борщева. - Краснодар, 2005

### Список дополнительной литературы

1. Александров, С. Г. Модель физического воспитания детей и молодежи кубанского казачества (сер. XIX – нач. XX вв.) / С.Г. Александров // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – Краснодар. – 1998 – № 4
2. Бондарь, Н.И. Традиционная духовная культура кубанского казачества. Традиционная культура и дети / Н.И. Бондарь. - Краснодар: изд-во эксп. центра развития образования, 1994
3. Ерашов В.А. «Русская нунчаку», или казачья нагайка/ В.А. Ерашев. – Ростов- на- Дону, 2000
4. Карпухин А.П. Традиционная казачья гимнастика «Казак скачет»: учебно- методическое пособие / А. П. Карпухин. – Краснодар, 2012. – 96 с.
5. Карпухин А.П. Казачья верховая борьба: учебно-методическое пособие/А.П. Карпухин. – Краснодар, 2014. – 149 с.
6. Карпухин А.П. Уроки казачьей нагайки: учебно-методическое пособие по обучению технике владения казачьей нагайкой/ А.П. Карпухин. – Краснодар, 2016. – 230 с