

Российская Федерация
муниципальное образование Староминский район
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №10 имени А.Г.Таран

УТВЕРЖДАЮ:
Решением педсовета Протокол № 1
от «30» августа 2023г
председатель совета _____ С.А.Звирко

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
«Основы фланкировки»

Преподаватель: Логовский Ю.А.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность программы кружка по содержанию спортивная, по форме организации кружковой работы, рассчитанной на 1 год.

Цели изучения кружка. В соответствии с государственным стандартом Российской Федерации целью изучения кружка является получение знаний учеников по истории и культуре кубанского казачества. Данный компонент учебного процесса является одной из важных частей гуманитарной подготовки будущих специалистов. Цель кружка «История и культура донского казачества» заключается в том, чтобы помочь будущим специалистам, многие из которых являются уроженцами Краснодарского края, понять волнующую, красочную, но вместе с тем сложную и противоречивую историю Кубанского края, особенности его развития и связанное с прошлым его настоящее.

Задачи кружка;

- 1) Осветить историю Кубанского казачества, его быт и традиции (хозяйственной деятельности, военные, культурные и др.);
- 2) Помочь учащимся понять особенности исторического прошлого кубанских казаков;
- 3) Познакомить учащихся с фактами жизни и деятельности личностей, сыгравших выдающуюся роль в истории Кубанского казачества и Краснодарского края;
- 4) Проанализировать с целью дальнейшего усвоения и понимания кадетами специфику и тенденции современного процесса возрождения Кубанского казачества.

Ученик должен знать историю родного края, культуру населяющих его народов, понимать место и роль Южного региона в составе Российского государства; учитывать своеобразие казачества как субэтнической группы, многонациональность и поликонфессиональность населения Дона.

Ученик должен уметь использовать полученные знания в повседневной жизни, перенимать опыт предыдущих поколений в решении межнациональных и межрелигиозных проблем; интерпретировать современную региональную политику, оценивать ее достоинства и учитывать недостатки; на примере героических подвигов Кубанских казаков воспитывать в себе чувство патриотизма, любви к Кубани и Отечеству.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Содержание	Кол-во часов	Вид занятия
1	Вводное занятия, инструктаж по ТБ	1	Лекция
2	Дисциплина казачьих боевых искусств	1	Лекция
3	Тактико-технические характеристики: Шашка, лук	1	Лекция
Тема: 2 «методика обучения фланкировки с 1 шашкой» 15 час.			
4	Виды стоек	1	Практическое занятие

5	Разминочные упражнения	1	Практическое занятие
6	Специальные упражнения	1	Практическое занятие
7	Упражнения для воспитания ловкости	1	Практическое занятие
8	Виды кругов: круг вперед, круг назад.	1	Практическое занятие
9	Виды перехватов: прямой, обратный, круговой.	2	Практическое занятие
10	Виды прокрутки: с локтя; со спины; с ноги	3	Практическое занятие

11	Виды восьмерок: боковая, горизонтальная, вертикальная.	3	Практическое занятие
12	Виды подбросов: . простой, обратный с подкрутками, перед собой, с оборотами	2	Практическое занятие
Тема 3 «методика обучения фланкировки с 2 шашками» 4 часа			
13	Прокрутка с 2 шашками: Прямая, обратная.	1	Практическое занятие
14	Восьмерки с 2 шашками: Боковые, вертикальные, горизонтальные.	1	Практическое занятие
15	Виды мельниц: Прямая, обратная.	1	Практическое занятие
16	Комбинированное Упражнения с 2 шашками	1	Практическое занятие

Тема 4 «Казачьи виды спорта: фланкировка шашкой, пикой, нагайкой, стрельба из лука, метание ножей» 8 часов			
17	Техника владения саблей и пикой. Команды. Стойка. Выпады. Движения. Удары. Отбивы. Обманы	8	Практическое занятие
Тема 5 «Преодоление препятствий» 37 часов			
18	Ознакомление с единой полосой препятствий.	5	Практическое занятие
19	Объяснение порядка выполнения упражнения.	5	Практическое занятие
20	Ознакомление с преодолением отдельных препятствий и тренировка в их преодолении.	5	Практическое занятие
21	Тренировка в преодолении отдельных препятствий и групп препятствий единой полосы препятствий.	5	Практическое занятие
22	Выполнение упражнений.	10	Практическое занятие
23	Совершенствование навыков в выполнении упражнения на единой полосе препятствий.	5	Практическое занятие
24	Подведение итогов	2	Практическое занятие
Итого		68	

--	--	--

Список источников

1. https://pikabu.ru/story/oysya_tyi_oysya_flankirovka_umenie_vladet_shashkoy_kubanskoe_kazachestvo_7312356 .
2. <https://ok.ru/group/58099246235773/topic/151669416748413>.
3. <https://kavkazsuvenir.ru/blog/flankirovka-shashkoj>.
4. https://vk.com/video-81835160_171638521.
5. <https://anapa.bezformata.com/listnews/tamantci-silni-i-v-rubke-i-v-flankirovke/61824031/>.
6. <https://school1208.ru/raznoe/istoriya-kubanskogo-kazachestva.html>