

Комитет по образованию города Барнаула  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Лицей №2»

РАССМОТРЕНА  
ПРИНЯТА  
на заседании  
педагогического совета  
протокол №1 от 22.08.2024г.

УТВЕРЖДЕНА:  
приказом директора МБОУ «Лицей №2»  
№216-осн. от 22.08.2024г.  
Г.А. Фоминская



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
программа  
физкультурно-спортивной направленности  
«Фланкировка казачьей шашкой»

Адресована обучающимся: 7 -17 лет.  
Срок реализации программы: 9 месяцев.

Автор-составитель:  
Коновалова Наталья Владимировна,  
педагог дополнительного  
образования

БАРНАУЛ  
2024

## **ОГЛАВЛЕНИЕ**

1. Пояснительная записка
2. Содержание программы «Фланкировка казачьей шашкой»
3. Учебно-тематический план
4. Календарный учебный график
5. Условия реализации программы
6. Список литературы
7. Лист внесения изменений

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная программа соответствует Положению о дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Лицей №2» (далее – Учреждение) разработанного в соответствии с Федеральным законом № 273 от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации», Законом Алтайского края от 04.09.2013 № 56-ЗС «Об образовании в Алтайском крае», постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», приказом Главного управления от 19.03.2015 №535 «Об утверждении методических рекомендаций по разработке дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ», Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 №629 об утверждении «Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Уставом МБОУ «Лицей №2», Положением о дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе муниципального бюджетного образовательного учреждения «Лицей № 2».

**Актуальность программы** определяется тем, что казаки всегда славились своей силой, ловкостью и умением работать с оружием. Фланкировка шашкой, как традиционное казачье боевое искусство, в наши дни становится увлекательным, доступным и стремительно развивающимся видом спорта.

**Вид программы:** модифицированная.

**Направленность:** физкультурно-спортивная.

**Педагогическая целесообразность** данной программы заключается в том, что учащиеся, научившись, работать с казачьей шашкой, как со спортивным инвентарем, могут применить свои навыки на соревнованиях и различных культурных мероприятиях.

При разработке общеобразовательной программы учитывалась специфика образовательной деятельности в лицее, взаимодействие общего и дополнительного образования в одной образовательной структуре, и организация комплексных занятий направленных на развитие индивидуальных особенностей каждого ребенка.

Отбор в коллектив ведется без конкурсного отбора, все желающие могут стать его участниками.

В среднем одна группа состоит из 8-15 человек. Такое количество учащихся максимально приемлемо в условиях занятий с проведением индивидуальных консультаций.

Обучение по данной программе создаёт благоприятные условия для интеллектуального и духовного воспитания личности ребенка, социально-

культурного и профессионального самоопределения, развития познавательной активности и творческой самореализации учащихся. Отличительной особенностью программы является то, что программа является вариативной, возможны изменения в содержании тем, дополнения приёмов выполнения практических заданий.

Практические результаты и темп освоения программы являются индивидуальными показателями, зависят от уровня творческого потенциала и первичной подготовки учащегося.

Наличие разных уровней сложности в одном общем задании или теме позволяет существовать разновозрастным группам.

Программа «Фланкировка казачьей пашкой» рассчитана на 72 часа в год, по 2 часа в неделю и выполняет функции приобщения детей к разнообразным социальным и спортивно-оздоровительным видам деятельности, расширения коммуникативного опыта, организации детского досуга и отдыха.

Содержание программы «Фланкировка казачьей пашкой» направлено на воспитание интереса к служению Отечеству, развитию наблюдательности, умения работать в команде, рассуждать, доказывать, *умения решать учебную задачу творчески*. Содержание может быть использовано для показа учащимся возможностей применения тех знаний и умений, которыми они овладевают на уроках физической культуры.

Народная игра - это игра, широко распространенная в национальном сообществе в конкретный исторический период, отражающая особенности этого сообщества.

Народные игры отражают культуру и менталитет нации, поэтому претерпевают существенные изменения под влиянием экономических, социальных, политических, и прочих процессов.

Игра - деятельность непродуктивная, ее мотивация заключается в самом игровом процессе. Но как бы игровой процесс не строился, и насколько бы сложны или просты ни были правила игры, она остается не только развлечением или физической тренировкой, но и средством психологической подготовки к будущим жизненным ситуациям. Без игры не мыслимо формирование человека, как полноценной личности.

И культура славян - один из лучших тому примеров, т.к. является одной из богатейших в мире по количеству и разнообразию народных игр.

Народные игры, танцы, развлечения наиболее привлекательны и доступны для освоения младшими школьниками, так как соответствуют психологическим особенностям детей этого возраста: обладают эмоциональной насыщенностью и способны активизировать интеллектуальную сферу ребенка как личности. Таким образом, русские народные игры представляют собой сознательную инициативную деятельность, направленную на достижение условной цели, установленной правилами игры, которая складывается на основе национальных традиций и учитывает культурные, социальные и духовные ценности народа в физкультурном аспекте деятельности.

Народные игры - исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственный народам и регионам. Игры очень многообразны: детские игры, настольные игры, хороводные игры для взрослых с народными песнями, прибаутками, плясками.

В данной программе предусмотрены народные игры как часть традиционной культуры. Практические занятия составляют основную часть программы.

**Адресат программы:** девочки и мальчики в возрасте от 7 до 17 лет.

**Срок и объем освоения программы:** 9 месяцев; 72 часа.

**Форма обучения** – очная.

**Особенности организации образовательной деятельности:**

К обучению приглашаются дети, желающие получить знания и практические навыки в области фланкировки, приобрести опыт коллективной деятельности.

В объединение принимаются дети без конкурсного отбора.

В ходе реализации программы учитываются возрастные особенности учащегося.

**Требования к форме одежды учащихся:**

1. Удобная не стесняющая движений спортивная форма – это могут быть футболки, шорты или форма.

2. Кроссовки.

3. Волосы должны быть заколоты и не мешать заниматься.

**Режим занятий:** 2 раза в неделю по 1 часу.

**Цель:** формирование у учащихся практических навыков владения казачьей шашкой, как спортивным орудием.

**Задачи:**

- формирование знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся;
- Формирование практических умений и навыков владения казачьей шашкой;
- Формирование военно-профессиональных интересов и мотивов;
- Формирование знаний о роли здорового образа жизни в обеспечении безопасности личности, общества и государства;
- военно-профессиональная ориентация;
- Развитие умения анализировать свое поведение в повседневной жизни;
- Развитие умения самостоятельно приобретать и применять знания;
- Развитие умения обсуждать результаты и делать выводы;
- Развитие умения проводить сравнительные характеристики и вести контроль своей деятельности;

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:**

В ходе реализации ДООП «Фланкировка казачьей шашкой» будет обеспечено достижение обучающимися следующих результатов:

- приобретение обучающимися социальных знаний (о нравственных нормах, социально одобряемых и не одобряемых формах поведения в обществе).
- получают представление о казачьей шашке разных видов;
- узнают назначение и применение шашки, как оружия и спортивного инвентаря; технику безопасности при обращении с шашкой;
- научатся использовать шашку при выполнении различных элементов на 1 и 2 руки;
- научатся наносить «рубящие» и «колящие» удары в движении.
- разовьют творческое воображение объединяя шашку и танец;
- приобретут умение самостоятельно анализировать и корректировать самостоятельную деятельность.
- разовьют моторику, вестибулярный аппарат, работу обоих полушарий мозга;
- улучшат общую физическую подготовку;
- приобретут умение работать в команде и индивидуально.

### **Содержание программы «Фланкировка казачьей шашкой»**

№ п/п	Разделы программы	Количество часов		Всего часов	Формы аттестации/ контроля
		теория	практика		
1	Начальная подготовка	1	7	8	
2	Фигуры фланкировки одной шашкой		64	64	
3					
	Всего	1	71	<b>72</b>	

#### **Раздел 1. Начальная подготовка. (8 ч)**

- Инструктаж по ОТ. Введение. История казачьей шашки.
- Виды стоек.
- Постановка стоек.
- Развязка кисти – упражнение служащее подготовкой и разминкой кистевого и локтевого сустава руки, перед фланкировкой шашкой.
- Прокруты в разных направлениях.
- Закрепление пройденного курса.

#### **Раздел 2. Фигуры фланкировки одной шашкой (64 ч.).**

- Восьмерки – простое движение клинка по восьмиобразной амплитуде.
- Восьмерка прямая.
- Восьмерка обратная.
- Вертикальная восьмерка.
- Вертикальная восьмерка обратная.
- Восьмерка за спину.
- Контроль полученных навыков выполнения элементов «восьмёрка».

- Черт – движение клинка по восьмерке вокруг правого бока (боковая восьмерка).
- Черт с прокрутом – совмещение фигуры 8 и 9.
- Черт с обратным прокрутом.
- Черт с двойным прокрутом.
- Обратная восьмерка и черт с прокрутом.
- Черт с прокрутом и вертикальная восьмерка.
- Обратная восьмерка и черт с прокрутом.
- Крутка с горизонтальным ударом налево.
- Крутка с горизонтальным ударом направо.
- Перехваты шашки.
- Перехват с прокрутом с обуха.
- Перехват с круткой за спиной.
- Перехват через кисть одной рукой.
- Перехват через кисть с руки на руку.
- Гашник (простой перехват за спиной).
- Подбросы шашки (простой).
- Подбросы шашки (обратный).
- Подбросы шашки (перед собой).

### Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов		Дата проведения		Примечания
		Теория	Практика	По плану	Фактически	
Начальная подготовка (8 часов)						
1	Инструктаж по ОТ. Введение. История казачьей шашки	1				
2	Виды стоек		1			
3	Постановка стоек		1			
4	Развязка кисти – упражнение служащее подготовкой и разминкой кистевого и локтевого сустава руки, перед фланкировкой шашкой		2			
5	Прокруты в разных направлениях		3			
Фигуры фланкировки одной шашкой (64 часа)						
6	Восьмерки – простое движение клинка по восьмиобразной амплитуде.		1			
7	Восьмерка прямая.		3			

8	Восьмерка обратная.		2			
9	Вертикальная восьмерка.		2			
10	Вертикальная восьмерка обратная.		2			
11	Восьмерка за спину.		2			
12	Контроль полученных навыков выполнения элементов «восьмерка».		1			
13	«Черт» – движение клинка по восьмерке вокруг правого бока (боковая восьмерка).		2			
14	Черт с прокрутом – совмещение фигуры 8 и 9.		3			
15	Черт с обратным прокрутом.		2			
16	Черт с двойным прокрутом.		3			
17	Обратная восьмерка и черт с прокрутом.		2			
18	Черт с прокрутом и вертикальная восьмерка.		3			
19	Обратная восьмерка и черт с прокрутом.		2			
20	Крутка с горизонтальным ударом налево.		2			
21	Крутка с горизонтальным ударом направо.		2			
22	Перехваты шашки.		1			
23	Перехват с прокрутом с обуха.		3			
24	Перехват с круткой за спиной.		3			
25	Перехват за спиной под локоть.		2			
26	Перехват через кисть одной рукой.		3			
27	Перехват через кисть с руки на руку.		3			

28	Гашник (простой перехват за спиной).		3			
29	Прокрутка с локтя.		2			
30	Прокрутка со спины.		1			
31	Подбросы шашки (простой).		2			
32	Подбросы шашки (обратный).		2			
33	Подбросы шашки ( с прокрутками).		3			
34	Подбросы шашки (перед собой).		2			

### Календарный учебный график

Количество учебных недель	36
Количество учебных дней	
Продолжительность каникул	Осенние: 27.10.2024-04.11.2024 Зимние: 29.12.2024-08.01.2025 Весенние: 22.03.2025-30.03.2025 Летние: 26.05.2025-31.08.2025
Даты начала и окончания учебного года	10 сентября – 24 мая
Сроки промежуточной аттестации	По окончании каждой четверти
Сроки итоговой аттестации (при наличии)	

### Условия реализации программы

Аспекты	Характеристика
Материально-техническое обеспечение	Учебное оборудование: Зал для занятий, шашки.
Кадровое обеспечение	Педагог дополнительного образования

### Оценочные материалы

Показатели качества реализации ДОП	Методики
Теоретическая грамотность	Практическое наблюдение

Показатели качества реализации ДОП	Методики
Практические навыки	Практическое выполнение выученных элементов

## Методические материалы:

### Методы обучения:

- Словесный
- Наглядный
- Объяснительно-иллюстративный

### Формы организации образовательной деятельности:

- Индивидуальная
- Индивидуально-групповая
- Групповая
- Практическое занятие

### Педагогические технологии:

- Технология индивидуального обучения
- Технология группового обучения
- Технология коллективного взаимодействия
- Здоровьесберегающая технология

## СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

### Литература для педагогов

1. Фитнес: Мифы, иллюзии, реальность: Практическое руководство для сторонников активного образа жизни - 64 с. (Руненко С.Д.).
2. Материалы журналов «Здоровье от природы» и «Шейп».
3. Барановский А. Ю., Диетология. СПб.: Спутник врача, 2006.
4. Беюл Е.А., Будаговская В.Н., Высоцкий В.Г. и др. Справочник по диетологии. М.: Медицина, 1992.
5. Захаров Е., Карасев А., Сафонов А. Энциклопедия физической подготовки. Методические основы развития физических качеств. 1994, с. 35-36.
6. Здоровье. Популярная энциклопедия. 1990, с. 360, 620.
7. Кенеман А.В., Хухалева Д.В. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста. М., 1978, с. 109.
8. Леонтьева Н.Н., Маринова К.В. Анатомия и физиология детского организма. М., 1986.
9. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: Учебн. для ин-тов физ. культ. М., 1991, с. 272.
10. Клокова Л.И. Ты игра наша веселая... (игры записанные в Алтайском крае). Барнаул, 2004

