

муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя школа № 44»
Центр дополнительного образования

Согласовано:
школьное методическое объединение
от «01» октября 2018г.
Протокол № 2



Утверждаю:
Директор средней школы № 44
(Бабунина С.Ю.)
«01» октября 2018г.

Принята на заседании Педагогического
совета
Протокол № 17
«01» октября 2018г.

физкультурно-спортивная направленность

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
объединения
«Рубка шашкой, фланкировка»**

Возраст обучающихся: 11-17 лет
Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Дуплов Владимир Вениаминович,
педагог дополнительного образования

Ярославль, 2018

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»

Пояснительная записка

Традиционная культура не знала специального тренинга. Постоянный физический труд, игры, праздничные обряды составляли основу для подготовки воина. Однако по мере того, как казачество превращалось в служилое сословие царской России, возникла необходимость в подготовке не просто природных воинов, но воинов знающих особенности армейской службы

Программа ориентирована на детей и подростков школьного возраста и ставит своей целью привлечения их к активному и здоровому образу жизни, получения навыков в освоении дисциплин комплекса ГТО, начальной допризывной подготовки, познакомить их с традиционной казачьей культурой.

Курс «Рубка шашкой», реализуемый в рамках профильной подготовки, предназначен для учащихся кадетских классов. Курс является составляющей казачьей направленности.

Курс предполагает изучение основных видов традиционного казачьего холодного оружия, а также овладение элементарными навыками обращения с ним.

Актуальность

Казачи всегда славились своей силой, ловкостью и умением работать с оружием! Рубка шашкой, как традиционное казачье боевое искусство, в наши дни становится увлекательным, доступным и стремительно развивающимся видом спорта.

Курс состоит из трех разделов. Они изучаются в ходе 3 часов теоретических занятий, и 33 часа практических занятий

Формы и режим занятий: программа предусматривает использование фронтальной, индивидуальной и групповой форм обучения.

Программа предназначена для работы с детьми школьного возраста **11-16 лет**, рассчитана на 1 год обучения **1 раз в неделю по 1 часа**. Объем программы – **36 часов**.

Цель - привить кадетам уважение к традиционным казачьим боевым искусствам, обучить кадет основным навыкам владения шашкой .

В ходе курса решаются **обучающая, воспитательная и развивающая задачи**.

- 1.Обучающая задача - основным навыкам владения шашкой и другими видами традиционного казачьего оружия.
- 2.Воспитательная задача - воспитать у кадет любовь и уважение к традиционным казачьим боевым искусствам.
- 3.Развивающая задача - развивать у учащихся такие качества характера как дисциплинированность, вежливость, уважение к старшим, смелость; физические качества - силу, ловкость, выносливость

Тематическое планирование курса

№ 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: кинжал, нагайка, шашка.	1	Лекция
Раздел 1 «методика обучения фланкировки с 1 шашкой» 21 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.	2	Практическое занятие

9	Виды перехватов: прямой, обратный, круговой.	3	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 подкрутами, перед собой, с оборотами	2	Практическое занятие
13	Комбинированные упражнения с 1 шашкой	4	Практическое занятие
Раздел 2 «методика обучения фланкировки с 2 шашками» 10 часов			
14	Прокрутка с 2 шашками: Прямая, обратная.	2	Практическое занятие •
15	Восьмерки с 2 шашками: Боковые, вертикальные, горизонтальные.	2	Практическое занятие
16	Виды мельниц: Прямая, обратная.	2	Практическое занятие
17	Комбинированное Упражнения с 2 шашками	2	Практическое занятие
18	Виды рубки с 1 и 2 шашками	2	Практическое занятие
19	Итоговое занятие	2	Практическое занятие
Итого		36	

Основное содержание программы

Вводное занятие (1 час)

Знакомство с содержанием программы элективного курса, расписанием занятий Инструктаж по технике безопасности с регистрацией в журнале инструктажей.

Дисциплина казачьих боевых искусств (1 час)

Из истории казачьих боевых искусств, происхождение, традиции.

Тактико-технические характеристики: кинжал, нагайка, шашка. (1

час) Лекция с демонстрацией различных видов традиционного казачьего холодного

оружия.

Раздел 1 «методика обучения фланкировки с 1 шашкой»

21 час.

Обучение фланкировке одной шашкой, основные упражнения.

Раздел 2 «методика обучения фланкировки с 2 шашками» 10 часов

Обучение фланкировке двумя шашками, основные упражнения. В раздел также

включены виды рубки одной и двумя шашками как завершающий этап обучения.

№ п/п	Разделы, темы	Кол-во часов	Вид занятия	оборудование
1.	Вводное занятия, инструктаж по ТБ	1	Лекция	
2.	Дисциплина казачьих боевых искусств	1	Лекция	
3.	Тактико-технические характеристики: кинжал, нагайка, шашка.	1	Лекция	
4.	Виды стоек	1	Практическое занятие	шашка, макеты шашек
5.	Разминочные упражнения	1	Практическое занятие	шашка, макеты шашек
6.	Специальные упражнения	1	Практическое занятие	шашка, макеты шашек
7.	Упражнения для воспитания ловкости	1	Практическое занятие	шашка, макеты шашек
8.	Виды кругов: круг вперед, круг назад.	1	Практическое занятие	шашка, макеты шашек
9.	Виды кругов: круг вперед, круг назад.	1	Практическое занятие	шашка, макеты шашек
10.	Виды перехватов: прямой, обратный, круговой.	1	Практическое занятие	шашка, макеты шашек
11.	Виды перехватов: прямой, обратный, круговой.	1	Практическое занятие	шашка, макеты шашек
12.	Виды перехватов: прямой, обратный, круговой.	1	Практическое занятие	шашка, макеты шашек
13.	Виды прокрутки: с локтя; со спины; с ноги	1	Практическое занятие	шашка, макеты шашек
14.	Виды прокрутки: с локтя; со спины; с ноги	1	Практическое занятие	шашка, макеты шашек
15.	Виды прокрутки: с локтя; со спины; с ноги	1	Практическое занятие	шашка, макеты шашек
16.	Виды восьмерок: боковая, горизонтальная, вертикальная.	1	Практическое занятие	шашка, макеты шашек
17.	Виды восьмерок: боковая, горизонтальная, вертикальная.	1	Практическое занятие	шашка, макеты шашек

№ п/п	Разделы, темы	Кол-во часов	_____	оборудование
			План	
18.	Виды восьмерок: боковая, горизонтальная, вертикальная.	1	Практическое занятие	шашка, макеты шашек
19.	Виды подбросов: простой, обратный с подкрутами, перед собой, с оборотами	1	Практическое занятие	шашка, макеты шашек
20.	Виды подбросов: простой, обратный с подкрутами, перед собой, с оборотами	1	Практическое занятие	шашка, макеты шашек
21.	Комбинированные упражнения с 1 шашкой	1	Практическое занятие	шашка, макеты шашек
22.	Комбинированные упражнения с 1 шашкой	1	Практическое занятие	шашка, макеты шашек
23.	Комбинированные упражнения с 1 шашкой	1	Практическое занятие	шашка, макеты шашек
24.	Комбинированные упражнения с 1 шашкой		Практическое занятие	шашка, макеты шашек
25.	Прокрутка с 2 шашками: Прямая, обратная.	1	Практическое занятие	шашка, макеты шашек
26.	Прокрутка с 2 шашками: Прямая, обратная.	1	Практическое занятие	шашка, макеты шашек
27.	Восьмерки с 2 шашками: Боковые, вертикальные, горизонтальные.	1	Практическое занятие	шашка, макеты шашек
28.	Восьмерки с 2 шашками: Боковые, вертикальные, горизонтальные.	1	Практическое занятие	шашка, макеты шашек
29.	Виды мельниц: Прямая, обратная.	1	Практическое занятие	шашка, макеты шашек
30.	Виды мельниц: Прямая, обратная.	1	Практическое занятие	шашка, макеты шашек
31.	Комбинированное Упражнения с 2 шашками	1	Практическое занятие	шашка, макеты шашек
32.	Комбинированное Упражнения с 2 шашками	1	Практическое занятие	шашка, макеты шашек
33.	Виды рубки с 1 и 2 шашками	1	Практическое занятие	шашки
34.	Виды рубки с 1 и 2 шашками	1	Практическое занятие	шашки
35\36	Итоговое занятие	2	Практическое занятие	

Планируемые результаты

После изучения курса учащиеся должны: знать:

- тактико-технические характеристики традиционных видов казачьего холодного оружия
- дисциплину казачьих боевых искусств;
- меры безопасности при обращении с холодным оружием;
- основные виды приемов с традиционным казачьим оружием;

уметь:

- выполнять основные упражнения с традиционными видами холодного оружия;
- фланкировать одной или двумя шашками (нагайками).

Условия реализации программы

Для реализации данной программы необходимо наличие учебно-материальной базы, именно, спортивного зала, спортивной площадки, макетов шашек, а также традиционных видов казачьего холодного оружия.

ЛИТЕРАТУРА

1. Конституция Российской Федерации.
2. Федеральный закон « Об обороне»
3. Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе»
- 5.Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации М. Воениздат.
- 6.Яровой А.В. Казачьи боевые искусства. История, методика обучения и правила соревнований. 2010 г.
7. Яровой, А.В. Воинские традиции в культуре донских казаков: учебно-методическое пособие. – Зерноград, 2010. – 11п.л.
8. Яровой, А.В. Шермиции: история, методика обучения, правила соревнований: учебнометодическое пособие. – РостовнаДону: Логос, 2011 – 8 п.л.
9. Яровой, А.В. Использование компонентов казачьей традиционной культуры в воспитании подрастающего поколения (на примере традиционных казачьих игр) // Организация деятельности учащейся молодежи в деле изучения, использования и охраны историкокультурного наследия: сборник научных трудов Российской (с Международным участием) научнопрактической конференции 14–16 апреля 2011 года. – РостовнаДону, 2011. – 0,6 п.л.