

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖИ
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
«САКСКИЙ ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ ТЕХНИКУМ»

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

_____ Г.П. Мудрая

«02» июля 2024

ОДОБРЕНО

Протокол педагогического совета

№ 9 от «27» июня 2024

РАССМОТРЕНО

На заседании

МО классных руководителей

протокол № 7 от «25» июня 2024

Председатель МО КР

_____ А.Л. Немченко

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБПОУ РК «СТТ»

_____ Н.Н. Наседкин

Приказ № 407 от «15» июля 2024

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

КРУЖОК «ПЛАСТУН»

**Программа составлена руководителем кружка
Одокиенко В.А.**

Саки, 2024

СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	стр. 3
1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ	4
2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	7
3. ПРИМЕРНОЕ КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ	11
4. ЛИТЕРАТУРА	14

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В условиях дополнительного образования все большую актуальность приобретает военно-патриотическое воспитание молодежи. Богатый опыт воспитания патриотизма и особой национальной культуры несёт в себе казачество, проживающее на территории России. В последнее время региональные власти, а также педагогическая общественность в качестве альтернативы кризисным процессам в духовно-нравственной среде молодого поколения, росту детской преступности и безнадзорности, наркомании, ухудшению состояния здоровья молодежи, обращают внимание на культурно-исторические традиции казачества, как субэтноса русского народа.

Целью военного воспитания казачества в прошлом (XIX - начало XX вв.) являлось формирование общефизических, военно-прикладных умений и навыков, позволяющих эффективно осуществлять трудовую и профессиональную деятельность, направленную на защиту Отечества.

К началу III тысячелетия возрожденное казачество, в поисках смысла своего существования, обратилось к своей внутренней сути. Если раньше, в 90-е годы, вопросы казачьей культуры, духовности, традиций, преемственности поколений считалось второстепенными, то сегодня именно они выходят на первый план.

Программа «Пластун» (социально-гуманитарной направленности) способствует формированию у подростков эмоционально-положительного отношения к казачеству, гордости за принадлежность к нему, готовности продолжать его традиции.

Новизна данной программы заключается в изучении нового раздела «Пластунская подготовка», который включает в себя знакомство с топографией, маскировкой, освоение ориентирования на местности, навыков преодоления водных преград, тактическую и психологическую подготовку.

Особенность данной программы заключается в возможности использовать элементы военно-прикладной подготовки на основе исторически сложившихся традициях казачества, адаптированных к современным условиям дополнительного образования.

Данная программа рассчитана на 180 часов.

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Цель: физическое и нравственное развитие подростков через приобщение к культурным традициям казачества.

Задачи:

1. Познакомить с историей Российского казачества.
2. Формировать положительное отношение к казачьим традициям.
3. Формировать навыки дисциплины, самоорганизации и умения действовать в сложных и экстремальных ситуациях. Обучать приемам самообороны.
4. Укреплять физическое и психическое здоровье обучающихся через формирование здорового образа жизни на основе военно-прикладных видах спорта и технике владения оружием.
5. Расширить знания в области физкультуры, спорта, медицины.

Методы работы:

Обучение по образовательной программе «Пластун» представляет собой систему взаимосвязанных практических и теоретических занятий, в ходе которых воспитанники будут получать и применять на практике знания по рукопашному бою, строевой, огневой и пластунской подготовке, высказывать и защищать свою и коллективную точки зрения, участвовать в дискуссиях и обсуждениях.

Наряду с теоретическими занятиями включены практические и выездные занятия, которые позволят обучающимся осмыслить культуру не только интеллектуально, но акустически, визуально, чувственно..

Занятия по предлагаемой программе органично сочетают в себе элементы обучения с развитием творческих способностей обучающихся и военно-спортивной подготовки.

Одним из важнейших компонентов программы является творчество обучающихся: изготовление имитаторов оружия, макетов, рисунков, обрядовых атрибутов, исполнение песен. На практических занятиях, используя накопленную информацию, обучающиеся могут изготавливать уменьшенные модели, макеты, муляжи казачьего оружия и т. д.

Формы работы:

Основной формой организации занятий является групповая.

В соответствии с возрастом обучающихся и образовательными возможностями программы на занятиях используются следующие формы и методы работы:

Теоретические занятия:

Беседы.

Опросы.

Лекции.

Экскурсии.

Практические занятия:

Народные казачьи игры.

Тактические игры.

Упражнения на взаимодействия в группе.

Конкурсы, соревнования.

Тренировки.

Проектирование.

Встречи с ветеранами, представителями казачества.

Тестовые и самостоятельные работы.

При подготовке к занятию педагог должен учитывать особенности организации различных форм учебных занятий и определять, какая именно форма является наиболее эффективной для достижения поставленных целей казачьего обучения и воспитания.

Режим занятий:

Режим проведения учебных занятий не должен противоречить требованиям СанПиН 2.4.4.3172-14, других документов регламентирующих учебный и воспитательный процесс в образовательных организациях.

Занятия проводятся в группе с максимальным количеством обучающихся не более 20 человек. Зачисляются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний. Кроме групповых могут проводиться индивидуальные занятия (работа хозяйственной группы, редколлегии отчета о мероприятиях, с фотографом, с докладчиками и т.д.).

Прогнозируемые результаты:

Выпускник программы «Пластун» должен:

- быть физически развитым, вести здоровый образ жизни, иметь активную жизненную позицию;

- знать основные приёмы рукопашного боя и самообороны;

- знать историю, традиции и обычаи енисейских казаков, чтить Кодекс казака;

- самостоятельно находить способы достижения целей, реализовывать их и - переносить этот опыт на другие ситуации;

- освоить основы владения казачьим оружием (шашкой, нагайкой, пикой);

- знать основы доврачебной помощи;

- владеть основами начальной военной и физической подготовки;

- уметь вести исследовательскую и проектную работу.

По окончании - обучения обучающиеся *должны знать*:

- понятие культура, традиционная народная (этническая культура) и её состав;

- понятие традиция, традиционная (народная) культура;

- структура, деление на полки, рода войск, отделы, управление казачьего войска;

- воинскую культуру, фольклор;

- специальные комплексы упражнений по физической подготовке с уклоном военно-прикладных боевых искусств;
 - обязанности казака перед построением и в строю, элементы строя;
 - материальную часть стрелкового оружия;
 - простейшие элементы рукопашного боя;
 - приёмы оказания первой медицинской помощи при травмах и ушибах;
 - породы, масти лошадей, снаряжение, аллюры, порядок взнуздания и седловки лошадей, какие проходят соревнования с участием лошадей;
- уметь:
- выполнять специальные комплексы упражнений по физической подготовке с уклоном военно-прикладных боевых искусств;
 - зарисовывать и фотографировать этнографические объекты;
 - петь походные песни;
 - ориентироваться на местности, маскироваться, владеть компасом.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

История казачества

Тема 1: Зарождение, служение Казачества России

Кто такие казаки. Казачьи войска России. Казаки - русские первопроходцы. Казаки и степь. Казаки в гражданской войне. Участие казаков в защите Отечества (1941 – 1945 гг.). Возрождение казачества.

Тема 2: Военная служба и организация казачьих войск

Подготовка и порядок службы казаков. Военная служба как основное занятие. Вооружение казаков. Форма одежды казачьих войск. Шаровары. Рубаха. Косоворотка. Сорочка. Зипун, Платье. Юбка. Кофта. Украшения. Черкеска. Бурка. Башлык. Бешмет. Папаха. Награды и поощрения.

Тема 3: Казачий быт, обычаи, традиции, культура, ремесла, промыслы и образование, казачьи игры

Фольклор (народная мудрость, народное знание) как духовная основа культуры. Основные жизненные и календарные циклы (рождение, проводы на службу, свадьба, Рождество, Новый год). Семейные, воинские, общинные праздники, их фольклорная и игровая составляющие. Труд и культура. Основные разновидности земледельческого труда. Другие виды деятельности: ткачество, гончарство, кузнечное ремесло и т. д. Традиционные орудия труда и некоторые рациональные технологические знания: кузнец и металл, гончар и глина.

Военная и военно-бытовая тематика фольклора. Походные песни. Казачьи ремёсла и промыслы. Казачьи игры: «Казачок», «Городки», «Возня-борьба».

Тема 4: Гордость и Слава казачества

Знаменитые Атаманы России: Ермак, Е. Хабаров, И. Болотников, М. Платов. Государственные и военные деятели. Спортивные достижения в казачестве.

Познавательные игры, конкурсы, детские казачьи маневры.

Составление словарей по темам, сообщения и доклады, рефераты по отдельным вопросам изучаемых тем. Образовательные проекты, учебно-исследовательская деятельность. Рисунки, фотоматериалы по темам.

Походные песни «Прощание славянки», «Орлёнок...», «Мой дед Казак».

Праздник «Казачье подворье». Игры «Стенка на стенку», «Взятие снежного городка» и др.

Тема 5: Социально – полезная деятельность

Адресная помощь ветеранам ВОВ и одиноким пожилым людям. Конкурсы, фестивали. Участие в городских акциях.

Легкая атлетика

Техника безопасности. Физическая культура - часть культуры общества как важнейшее средство укрепления здоровья. Гигиена, закаливание, общий режим. Пагубные привычки.

Краткая история Олимпийского движения. Лёгкая атлетика – королева спорта. Легкоатлетические виды. Дыхание при беге. Бег по прямой. Техника прыжка в длину и в высоту.

Практические занятия:

1. Бег на 100 м; 1000 м.
2. Прыжки в длину и высоту: с разбега, с места.

Беговая разминка, имитирующая движения из быта и воинской подготовки казаков. Упражнения для развития выносливости, быстроты, силы и ловкости.

Народные игры казаков, включающие физические упражнения: кувырки, перекаты, падения.

Атлетическая гимнастика

Понятие и назначение атлетической гимнастики. Правила техники безопасности при работе со снарядами и на тренажёрах.

Техника выполнения упражнений на тренажёрах. Техника дыхания при выполнении упражнений с гантелями, гирями.

Практические занятия:

Силовая подготовка:

- подтягивание на перекладине;
- отжимание от пола (минимум: 10 – 20 раз);
- занятия на тренажёрах;
- упражнения с гантелями (1,5 кг).
- Упражнения для мышц голени: подъемы на носки, стоя; подъемы на носки, сидя.
- Упражнения для мышц брюшного пресса: подъемы туловища на наклонной скамье; подъемы ног на скамье, лежа.
- Упражнения для мышц плечевого пояса: подъемы гантелей через стороны вверх, стоя.
- Упражнения для мышц рук: подъемы на бицепс; подъемы гантелей на бицепс; разгибания рук на блоке книзу.

Специальная подготовка

Тема 1: Основы пластунской подготовки

Техника безопасности. Пластуны. Сведения о плане и карте. Определение расстояния на карте и местности. Изучение компаса и работа с ним. Виды маскировки, подбор маскировки в зависимости от местности и климатических условий. Способы преодоления водной преграды.

Практические занятия:

Работа с картой, определение расстояния на карте и местности, определение азимута. Зарисовка простых планов. Маскировка на местности, подбор маскировки.

Подгонка снаряжения для преодоления водной преграды.

Тема 2: Казачий рукопашный бой (без оружия) (20 ч)

Техника безопасности на занятиях по самообороне. Техника рукопашного боя без оружия. Отработка элементов техники рукопашного боя без оружия «здороваться». Последовательность выполнения приемов.

Практические занятия:

- Отработка приёмов казачьего рукопашного боя. Работа в парах, в группе.
- Отработка самозащиты и освобождение от захватов.
- Основы бросковой техники.
- Учебные поединки – отработка изученных техник рукопашного боя.
- Моделирование критических ситуаций: самооборона на основе изучаемых техник.

Тема 3: Доврачебная помощь

Техника безопасности. Понятие: травмы и ушибы, оказание первой медицинской помощи. Правила и приемы транспортировки пострадавшего. Лекарственные растения, произрастающие на территории Республики Крым

Практические занятия:

Отработка приёмов доврачебной помощи на медицинском тренажёре.

Текущий контроль. Индивидуально-творческие задания.

Тема 4 : Основы техники владения казачьим оружием

Практические занятия:

Техника безопасности. Основы фехтования. Техники работы с шашкой. Казачья пика и ее устройство. Правила нанесения ударов казачьей пикой, шашкой и защиты от них.

Освоение элементов техники работы с шашкой «Защита», «Рубка», «Здороваться», «Казачий крест», «Казачий выюн», «Рубка лозы», передвижения и их типы. Фехтование 1-2 шашками.

Освоение элементов техники нанесения ударов казачьей пикой, шашкой и защиты от них. Учебные поединки.

Изготовление уменьшенных макетов, моделей, муляжей казачьего оружия.

Тема 5 : Теория верховой езды

Породы и масти лошадей. Конское снаряжение. Порядок взнуздания и седловки. Аллюры. Виды соревнований. Понятие о джигитовке.

Начальная военная подготовка

Тема 1 : Основы военной службы

История создания Вооружённых сил России. Структура Вооружённых Сил Российской Федерации. Дни воинской Славы России и великие полководцы. Современное оружие Российской армии. Воинская служба казачества в Вооруженных Силах Российской Федерации. Обязанности казака в строю. Элементы строя.

Практические занятия:

Сообщения и доклады, рефераты по отдельным вопросам изучаемых тем. Образовательные проекты.

Итогом работы обучающихся по данному разделу могут стать самостоятельно подготовленные рефераты или сообщения по отдельным историческим событиям или личностям, исследовательские работы.

Тема 2: Основы стрелковой подготовки

Меры обеспечения безопасности и правила поведения в тире. Виды спортивного оружия. Общие сведения о выстреле, взрыве, взрывчатых веществах. Основные элементы техники выполнения выстрела (изготовка,

прицеливание, управление спуском, дыхание), при стрельбе стоя. Материальная часть АКМ. Материальная часть ИЖ-58; ИЖ-60.

Ручные гранаты Ф-1, РГД-5. Тактико-технические характеристики, устройство.

Практические занятия:

Практические стрельбы из пневматической винтовки по белому листу и мишени в изготовке «сидя, с опорой локтями на стол», в изготовке «стоя». Выполнение выстрела без патрона и с патроном. Сборка, разборка АКМ. Практические стрельбы из мелкокалиберного оружия ТОЗ-12.

Тема 3 : Основы строевой подготовки

Практические занятия:

Строй. Фланг. Фронт. Тыл. Интервал. Дистанция. Ширина строя, глубина строя. Знакомство со строевыми приемами. Строевые приемы и движения без оружия. Построение в 1-2 шереножный строй. Выполнение поворотов на месте и в движении. Движение в 1-2 колонны. Воинское приветствие на месте и в движении. Строевой шаг, походный шаг. Одиночная строевая подготовка.

Итоговое занятие

3. ПРИМЕРНОЕ КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема занятия	Кол-во час
1	Зарождение, служение Казачества России	2
2	Воинская служба и организация казачьих войск	2
3	Казачий быт, обычаи, традиции, культура, ремесла, промыслы и образование, казачьи игры	2
4	Казачий быт, обычаи, традиции, культура, ремесла, промыслы и образование, казачьи игры	2
5	Гордость и Слава казачества	2
6	Гордость и Слава казачества	2
7	Социально-полезная деятельность	2
8	Легкая атлетика	2
9	Легкая атлетика	2
10	Легкая атлетика	2
11	Легкая атлетика	2
12	Легкая атлетика	8
13	Легкая атлетика	2
14	Атлетическая гимнастика	2
15	Атлетическая гимнастика	2
16	Атлетическая гимнастика	2
17	Атлетическая гимнастика	2
18	Атлетическая гимнастика	2
19	Основы пластунской подготовки	2
20	Основы пластунской подготовки	2
21	Основы пластунской подготовки	2
22	Основы пластунской подготовки	2
23	Основы пластунской подготовки	2
24	Основы пластунской подготовки	2
25	Основы пластунской подготовки	2
26	Основы пластунской подготовки	2
27	Основы пластунской подготовки	2
28	Основы пластунской подготовки	2
29	Казачий рукопашный бой (без оружия)	2
30	Казачий рукопашный бой (без оружия)	2
31	Казачий рукопашный бой (без оружия)	2
32	Казачий рукопашный бой (без оружия)	2
33	Казачий рукопашный бой (без оружия)	2
34	Казачий рукопашный бой (без оружия)	2
35	Казачий рукопашный бой (без оружия)	2
36	Казачий рукопашный бой (без оружия)	2
37	Казачий рукопашный бой (без оружия)	2
38	Казачий рукопашный бой (без оружия)	2
39	Доврачебная помощь	2

40	Доврачебная помощь	2
41	Доврачебная помощь	2
42	Доврачебная помощь	2
43	Доврачебная помощь	2
44	Основы техники владения казачьим оружием	2
45	Основы техники владения казачьим оружием	2
46	Основы техники владения казачьим оружием	2
47	Основы техники владения казачьим оружием	2
48	Основы техники владения казачьим оружием	2
49	Основы техники владения казачьим оружием	2
50	Основы техники владения казачьим оружием	2
51	Основы техники владения казачьим оружием	2
52	Основы техники владения казачьим оружием	2
53	Основы техники владения казачьим оружием	2
54	Теория верховой езды	2
55	Теория верховой езды	2
56	Основы военной службы	2
57	Основы военной службы	2
58	Основы военной службы	2
59	Основы военной службы	2
60	Основы стрелковой подготовки	2
61	Основы стрелковой подготовки	2
62	Основы стрелковой подготовки	2
63	Основы стрелковой подготовки	2
64	Основы стрелковой подготовки	2
65	Основы стрелковой подготовки	2
66	Основы стрелковой подготовки	2
67	Основы стрелковой подготовки	2
68	Основы стрелковой подготовки	2
69	Основы стрелковой подготовки	2
70	Основы стрелковой подготовки	2
71	Основы стрелковой подготовки	2
72	Основы стрелковой подготовки	2
73	Основы стрелковой подготовки	2
74	Основы стрелковой подготовки	2
75	Основы строевой подготовки	2
76	Основы строевой подготовки	2
77	Основы строевой подготовки	2
78	Основы строевой подготовки	2
79	Основы строевой подготовки	2
80	Основы строевой подготовки	2
81	Основы строевой подготовки	2
82	Основы строевой подготовки	2

83	Основы строевой подготовки	2
84	Основы строевой подготовки	2
85	Основы строевой подготовки	2
86	Основы строевой подготовки	2
87	Основы строевой подготовки	2
88	Основы строевой подготовки	2
89	Основы строевой подготовки	2
90	Итоговое занятие	2

4. ЛИТЕРАТУРА

1. «Как изменяются мальчики», Российская ассоциация планирования семьи, 2001 г. – 100с.
2. «Отчизны верные сыны»// под редакцией А.И. Анохина, Москва, 2004.
3. «Российская оборонная» энциклопедический справочник, Москва, Магистр-ПРО, 2002.
4. «Слава Тебе, Господи, что мы - казаки!», автор-составитель Б. А. Алмазов.
5. Адамович Г. Э., Федин Р. И., «Владение холодным оружием (казачьи техники)» - Краснодар, 2005.
6. Александров С. Г. Народные подвижные игры кубанского казачества: Учебно-метод. пос. Краснодар: КГАФК, 1997. — 83 с.
7. Баранкивич И. А. «Традиционный костюм в семейной обрядности казачеств России: конфессиональные особенности и функции. Православие, традиционная культура, просвещение», Краснодар, 2000.
8. Военная служба: вопросы и ответы. – М. «Военные знания», 2002.
9. Воронин А.В. «Боевые традиции Вооруженных сил. Символы воинской чести». – М., «Армпресс», 2001.
10. Горбунов Б. В. Традиционные рукопашные состязания в народной культуре восточных славян XIX - начала XX века: Историко-этнографическое исследование. М: Коорд.-мет.центр разв-я прикл. этногр. Ин-та этнолог, и антрополог. РАН, 1997. -170 с.
11. Дроздов В.П. Вооруженные Силы России. – М., «Военные знания», 2001.
12. Квак А.А. Физическая подготовка. – М., «Военные знания», 2002.
13. Кузнецов В.И. Особенности военной службы. М., «Армпресс», 2001.
14. Кузнецова В. Л. Возрастные особенности дыхания детей и подростков - М.: Медицина, 1986. - 128 с, ил.
15. Ленин В.М. Тактическая подготовка. – М., «Военные знания», 2002.
16. Наставления по стрелковому делу. – М., «Воениздат», 1985.
17. Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ. – М., «Воениздат», 1994.
18. Попов Е.А. Огневая подготовка. – М., «Военные знания», 2002.
19. Протченко Т.А., Семёнов Ю.А. Обучение плаванию дошкольников и младших школьников: Практическое пособие.- М.: Айрис-пресс, 2003.-80 с.
20. Учебное пособие по гражданской обороне.
21. Учебно-методическое пособие по начальной военной подготовке// под редакцией Ф.Е. Штыкало, Москва, «Просвещение».
22. Учебно-методическое пособие по разделу «Основы подготовки к военной службе» региональной программы курса «Основы безопасности жизнедеятельности»// под общей редакцией В.А. Бесплеменова и Ю.Я. Леонтьева, Краснодар , 1997.
23. Яхновец С.Е. Верность воинскому долгу. – М., «Военные знания», 2001.