


МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«НЕЛЕМНИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА  
ИМЕНИ Н.И.СПИРИДОНОВА - ТЕККИ ОДУЛОКА»  
МР «ВЕРХНЕКОЛЫМСКИЙ УЛУС (РАЙОН)» РЕСПУБЛИКИ САХА (ЯКУТИЯ)  
С.НЕЛЕМНОЕ

СОГЛАСОВАНО

зам. директора по УР

 Аянитова Е.А.

01.09. 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

/директор МКОУ НСОШ

им.Текки Одулока

 / Шадрина Л.Е.

01.09 2021 г.

**Рабочая программа  
школьного спортивного клуба  
«Кичил»**

Составитель: зам. директора по ИР

Миронова Алёна Николаевна

## **Пояснительная записка к программе школьного спортивного клуба «КИЧИЛ»**

Рабочая программа школьного спортивного клуба «Кичил» **разработана на основе нормативных правовых документов:**

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Письмо Министерства образования и науки РФ и Министерства спорта, туризма и молодежной политики РФ от 10.08.2011 г. №МД-1077/19, НП-02-07/4568 «О методических рекомендациях по созданию и организации деятельности школьных спортивных клубов»;
- Приказ Минпросвещения о России от 23.03.2020 г. №117 «Об утверждении порядка осуществления деятельности школьных спортивных клубов»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт ООО, СОО;
- СанПиН 2.4.2.2821-10 с изменениями август 2020 года;
- Устав МКОУ НСОШ им.Текки Одулока;
- Основная образовательная программа МКОУ НСОШ им.Текки Одулока на 2021-2022 учебный год;
- Действующие локальные акты, регламентирующие сопровождение учебно-воспитательного процесса.

### **Статус программы.**

Программа школьного спортивного клуба «Кичил» рассчитана для мальчиков - учащихся 5-11 классов.

В основу программы легли адаптированные юкагирские национальные игры, описанные в монографии известного ученого-юкагироведа Владимира Ильича Иохельсона (1901 г.). Некоторые из этих игр стали частью военного обучения юношей «Кичил» – будущих защитников рода. *Тэнбэйэ шоромо* (сильный человек) – был третьим по значимости в роде (после старейшины рода и шамана). Старейшина был лидером рода, шаман посредником между миром людей и духов, а сильный мужчина был защитником от внешних врагов. Практически все юноши должны были искусно владеть всеми видами оружия, быть ловкими и быстрыми, ведь недаром юкагирские воины славились по всей Северо-Восточной Сибири. Помимо функций защитников, юкагирские мужчины должны были быть кормильцами рода и обеспечивать сородичей мясом. Таких мужчин называли *хангичэ*, то есть лучший охотник. И в освоении этих навыков им помогали национальные игры. В этих играх отразилось мировоззрение юкагиров, их уважение и почитание сил природы. В них заложена мудрость народа, которая стала основой для воспитания подрастающего поколения мужчин.

На протяжении длительного времени игры совершенствовались и адаптировались для применения их в современных условиях.

### **Структура программы:**

Программа школьного спортивного клуба «Кичил» состоит из трех взаимосвязанных между собой разделов: пояснительная записка, основное содержание курса, требования к знаниям и умениям учащихся.

Рабочая программа содержит:

- 1) планируемые результаты освоения учебного предмета;
- 2) содержание и формы реализации учебного предмета;



3) тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.

***Программа школьного спортивного клуба «Кичил» имеет физкультурно-оздоровительную направленность.***

Актуальность программы в том, что национальные виды спорта и игры юкагирского народа являются важнейшим средством развития физической активности школьников. В основе этих игр лежат физические упражнения, движения, в ходе выполнения которых участники преодолевают ряд препятствий, стремятся достигнуть определённой, заранее поставленной цели. Благодаря большому разнообразию содержания игровой деятельности, они всесторонне влияют на организм и личность, способствуя решению важнейших специальных задач физического воспитания.

Новизна данной программы заключается в том, что она интегрирует в себе содержание, способствующее не только физическому развитию ребенка, но и способствует к освоению знаний языка, культуры юкагирского народа, который находится на грани исчезновения.

Игровая деятельность развивает и укрепляет основные группы мышц и тем самым способствует улучшению здоровья. Движения, входящие в подвижные игры, по своему содержанию и форме очень просты, естественны, понятны и доступны восприятию и выполнению.

В играх дети упражняются в ходьбе, прыжках, метании, беге, борьбе и незаметно для самих себя овладевают навыком основных движений.

Улучшается общая координация движений, развивается способность целенаправленно владеть своим телом в соответствии с задачей и правилами игры.

Приобретённый двигательный опыт и хорошая общая физическая подготовка создают необходимые предпосылки для последующей спортивной деятельности.

Содержание игр обогащает представление и активизирует наблюдательность, мышление и внимание, развивает память, сообразительность и воображение.

Игровая деятельность всегда связана с решением определённых задач, выполнением определённых обязанностей, преодолением разного рода трудностей и препятствий. Преодоление препятствий укрепляет силу воли, воспитывает выдержку, решительность, настойчивость в достижении цели, веру в свои силы.

Ценность народных игр в том, что приобретённые умения и навыки могут быть применены в современных условиях жизни юкагиrow, занимающихся традиционными промыслами (охота, рыболовство).

Целесообразность работы школьного спортивного клуба «Кичил» заключается в том, что занятия в нем будут способствовать укреплению здоровья, повышению физической подготовленности и формированию двигательного опыта, здоровьесбережению, снятию психологического напряжения у подростков.

Занятия проводятся в спортивном зале, в актовом зале, на улице (спортивная площадка).

**Цель данной программы** – является гармоничное развитие личности, укрепление физического и нравственного развития, формирование общей культуры и здорового образа жизни, применение народных игр юкагиrow, национальных юкагирских видов спорта для укрепления здоровья, адаптация детей к жизни в современном обществе, достижение спортивных успехов сообразно способностям.

**Основными задачами являются:**

- осуществление физкультурно- оздоровительной, психологической, нравственной и воспитательной работы среди детей, направленной на обеспечение условий для укрепления их здоровья и самосовершенствования личности, всестороннего личностного и физического развития;

- ведение работы по привлечению учащихся к систематическим занятиям, пропаганде и культивированию национальных юкагирских видов спорта;

**Возраст участников:** Данная программа ориентирована на с 5 по 11 классов общеобразовательной школы

**Сроки реализации:** 1 год - 66 часов из расчёта 2 занятия в неделю.

**Формы занятий:** Ведущей формой организации обучения является групповая, индивидуальная.

**Продолжительность занятий:** 1 час

***Результаты реализации программы школьного спортивного клуба «Кичил».***

**Универсальные учебные действия** учащихся по курсу ШСК «Кичил» являются:

1. Умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели.
2. Умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей.
3. Умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

**Личностными результатами:**

1. Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.
2. Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.
3. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.
4. Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметными результатами:**

1. Характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.
2. Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.
3. Общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности.
4. Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой.
5. Организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий.
6. Планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.
7. Анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.
8. Видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека.



9. Оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами.
10. Управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.
11. Технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы по курсу ШСК «Кичил» являются следующие умения:

1. Представлять юкагирские национальные игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека.
2. Оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения.
3. Организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
4. Бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения.
5. Организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
6. Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований.
7. В доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять.
8. Находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы.
9. Выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности.
10. Применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

#### ***Формы подведения итогов реализации программы***

Результативность обучения определяется умением играть и проводить игры, в том числе и на различных праздничных мероприятиях:

- Традиционный школьный конкурс для мальчиков «Хангич»;
- Соревнования по национальным видам спорта;
- Соревнования по настольным видам спорта.

#### ***Тематическое планирование***

№	Тема занятия	Количество часов	теория	практика	Зачет
1	Техника безопасности	1	1	-	-
2	Бег по кочкам	4	1	2	1
3	Большой шаг	4	1	2	1
4	Догонялки	4	1	2	1
5	Метание аркана в летящую утку	4	1	2	1
6	Обычный бег	4	1	2	1
7	Охота на лося с копьем	4	1	2	1
8	Охота на уток с помощью	4	1	2	1

	боласа				
9	Прыжки на лугу	4	1	2	1
10	Прыжки через нарты	4	1	2	1
11	Прыжки через раскачивающееся бревно (из положения «лежа»)	4	1	2	1
12	Стрельба из лука по движущейся мишени	4	1	2	1
13	Толкание бревна	4	1	2	1
14	Юкагирский футбол	4	1	2	1
15	Сказочный старик	1	-	1	-
16	Быть медведем	1	-	1	-
17	Настольные игры юкагиров	4	-	3	1
18	Игры на свежем воздухе	8	-	6	2

### **Описание юкагирских национальных игр.**

#### **1. Бег по кочкам**

Берутся два чурбака высотой 20 см, к ним привязывают веревку. Играют две команды. Каждый игрок по очереди становится на чурбак, берет веревку и как можно сильнее натягивает ее, чтобы чурбак был плотно прижат к ногам. По команде «марш» игроки начинают двигаться вперед до определенного расстояния и назад.

#### **2. Большой шаг**

В этой игре заданное расстояние необходимо преодолеть как можно меньше шагов. Игроки подпрыгивают, опираясь на одну ногу и опускаясь на другую и так дальше.

#### **3. Догонялки**

Все соревнующиеся стреляют из одного лука, победителем считается тот, чья стрела улетит дальше.

#### **4. Метание аркана в летящую утку**

Берется аркан и двухметровый шест, на конце которого привязывается веревка с макетом утки. Один игрок медленно раскручивает по кругу макет над головой. Другой игрок старается поймать макет с арканом.

#### **5. Обычный бег**

Соревнующиеся бегут до определенного места и возвращаются на стартовую линию. В зимнее время соревнуются в лыжном пробеге.

#### **6. Охота на лося с копьём**

Берется деревянное копьё и мишень «лось». Бросают копьё заданное количество раз. Кто попал больше, тот и выиграл.

#### **7. Охота на уток с помощью боласа**

Берется болас, ставятся макеты уток на определенном расстоянии. Игрок раскручивает болас над головой и резко бросает в мишень, надо как можно больше сбить «уток». Бросают заданное количество раз.

#### **8. Прыжки на лугу**

Участники перепрыгивают через согнутый прут, концы которого держат в руках подобно веревке.

#### **9. Прыжки через нарты**

Участники должны непрерывно перепрыгивать через нарты и обратно. Кто сделает больше прыжков, тот победит.

#### **10. Прыжки через раскачивающееся бревно (из положения «лежа»)**

Берется бревно длиной 2 метра. К концам привязываются веревки. Два игрока берутся за концы веревки и медленно раскачивают бревно. Третий игрок принимает положение «лежа» и перепрыгивает через бревно, отталкиваясь руками и ногами. Прыгает под счет до первого касания бревна. Младшие участники прыгают через бревно на двух ногах.

#### **11. Сказочный старик**

Сказочный старик нападает на детей с матерью. Мать защищает детей и отбивается от людоеда. Дети стоят за матерью, друг за другом и убегают, чтобы не попасть к людоеду. Он их ловит по одному, остается одна мать. Он и ее вылавливает. Затем игра начинается снова.

#### **12. Быть медведем**

Игра имитирует охоту на медведя. Один из играющих бежит на четвереньках, изображает животное. Остальные исполняют роль охотников. «Медведь» старается увернуться от тупых стрел, выпущенных из лука, но в конце концов они его «убивают».

#### **13. Стрельба из лука по движущейся мишени**



Мишень закрепляют на натянутую веревку. С одной и с другой стороны веревку тянут игроки по очереди. Лучник должен поразить мишень определенным количеством стрел.

#### **14. Толкание бревна**

Берут бревно длиной 4-6 метров. Играют две команды. Команды держат с 2-х сторон бревно и по команде толкают его по направлению к соперникам. Посередине проведена линия. Если какой-либо команде удастся переступить за линию, то та команда выигрывает. В этой игре могут участвовать женщины.

#### **15. Юкагирский футбол**

Играют две команды. Шкуру скручивают в ком, связывают веревкой. С двух сторон поля прочерчивают линию. Нужно как можно быстрее допинать шкурный мяч за линию.

#### *Литература*

1. Юкагиры и юкагиризированные тунгусы / В.И.Иохельсон; пер. с английского В.Х.Иванова, З.И.Ивановой-Унаровой. – Новосибирск: Наука, 2005. – 675 с. – (Памятники этнической культуры коренных малочисленных народов Севера, Сибири и Дальнего Востока; т. 5).



**Календарно-тематическое планирование  
работы школьного спортивного клуба «Кичил»  
на 2021 – 2022 учебный год**

**количество часов: 2 часа в неделю**

**график занятий: понедельник, суббота**

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения	
			план	факт
1	Вводное занятие (техника безопасности)	1	04.09	
<b>1 раздел. Юкагирские национальные игры «Игры предков» - 53 часа</b>				
2	Бег по кочкам (теория)	1	06.09	
3-4	Бег по кочкам (практика)	2	11.09 13.09	
5	Итоговое занятие (зачет)	1	18.09	
6	Большой шаг (теория)	1	20.09	
7-8	Большой шаг (практика)	2	25.09 27.09	
9	Итоговое занятие (зачет)	1	02.10	
10	Догонялки (теория)	1	04.10	
11-12	Догонялки (практика)	2	09.10 11.10	
13	Итоговое занятие (зачет)	1	16.10	
14	Метание аркана в летящую утку (теория)	1	18.10	
15-16	Метание аркана в летящую утку (практика)	2	23.10 01.11	
17	Итоговое занятие (зачет)	1	06.11	
18	Обычный бег (теория)	1	08.11	
19-20	Обычный бег (практика)	2	13.11 15.11	
21	Итоговое занятие (зачет)	1	20.11	
22	Охота на лося с копьём (теория)	1	22.11	
23-24	Охота на лося с копьём (практика)	2	27.11 29.11	
25	Итоговое занятие (зачет)	1	04.12	
26	Охота на уток с помощью боласа (теория)	1	06.12	
27-28	Охота на уток с помощью боласа (практика)	2	11.12 13.12	
29	Итоговое занятие (зачет)	1	18.12	
30	Прыжки на лугу (теория)	1	20.12	
31-32	Прыжки на лугу (практика)	2	25.12 27.12	
33	Итоговое занятие (зачет)	1	10.01	
34	Прыжки через нарты (теория)	1	15.01	
35-36	Прыжки через нарты (практика)	2	17.01 22.01	
37	Итоговое занятие (зачет)	1	24.01	

38	Прыжки через раскачивающееся бревно (из положения «лежа») (теория)	1	29.01	
39-40	Прыжки через раскачивающееся бревно (из положения «лежа») (практика)	2	31.01 05.02	
41	Итоговое занятие (зачет)	1	07.02	
42	Стрельба из лука по движущейся мишени (теория)	1	12.02	
43-44	Стрельба из лука по движущейся мишени (практика)	2	14.02 19.02	
45	Итоговое занятие (зачет)	1	21.02	
46	Толкание бревна (теория)	1	26.02	
47-48	Толкание бревна (практика)	2	28.02 05.03	
49	Юкагирский футбол (теория)	1	07.03	
50-51	Юкагирский футбол (практика)	2	12.03 14.03	
52	Итоговое занятие (соревнование)	1	19.03	
53	Сказочный старик (практика)	1	02.04	
54	Быть медведем (практика)	1	04.04	
<b>2 раздел. Настольные игры юкагиров – 4 часа</b>				
55	Настольные игры юкагиров (практика)	1	09.04	
56	Настольные игры юкагиров (практика)	1	11.04	
57	Настольные игры юкагиров (практика)	1	16.04	
58	Настольные игры (зачет)	1	18.04	
<b>3 раздел. Игры на свежем воздухе – 8 часов</b>				
59	Национальный конкурс для мальчиков «Ханичэ»	1	23.04	
60	Игры на свежем воздухе (бег на чурках)	1	25.04	
61	Игры на свежем воздухе (стрельба из лука)	1	30.04	
62	Игры на свежем воздухе (метание копья)	1	14.05	
63	Игры на свежем воздухе (прыжки через нарты)	1	16.05	
64	Игры на свежем воздухе (прыжки через раскачивающееся бревно)	1	21.05	
65	Игры на свежем воздухе (юкагирский футбол)	1	23.05	
66	Игры на свежем воздухе (зачет)	1	28.05	