

Принят педагогическим советом протокол №1 от 30.08.2023

Утвержден приказом директора МБОУ «СОШ №2 с кадетскими классами» от 31.08.2023 №01-П/104



УЧЕБНЫЙ ПЛАН

рабочей программы физкультурно-спортивного модуля «Фланкировка»
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
«Долг. Честь. Отечество.»

1 год обучения

№ п/п	Наименование тем.	Количество часов			Форма контроля
		теория	практика	Всего	
1.	Вводное занятия, инструктаж по ТБ	1		1	
2.	Дисциплина казачьих боевых искусств	1		1	
3.	Тактико-технические характеристики: кинжал, нагайка, шашка	1		1	
Методика обучения фланкировки с 1 шашкой			31	33	
4.	Виды стоек		1	1	
5.	Разминочные упражнения		1	1	
6.	Специальные упражнения для развития кистевого сустава		2	2	
7.	Упражнения для развития ловкости		2	2	
8.	Виды крутов		3	3	
9.	Виды перехватов		3	3	
10.	Виды восьмерок		8	8	Соревнование
11.	Виды подбросов		5	5	Соревнование
12.	Комбинированные упражнения с 1 шашкой		5	5	Соревнование
13.	Итоговое занятие		1	1	Индивидуальные выступления
		3	31	34	

2 год обучения

№ п/п	Наименование тем.	Количество часов			Форма контроля
		теория	практика	Всего	
1.	Вводное занятия, инструктаж по ТБ	1		1	
2.	Дисциплина казачьих боевых искусств	1		1	

3.	Тактико-технические характеристики: кинжал, нагайка, шашка	1		1	
Методика обучения фланкировки с 1 шашкой			23	23	
4.	Виды стоек, разминочные упражнения		1	1	
5.	Специальные упражнения для развития кистевого сустава, упражнения для развития ловкости		1	1	
6.	Виды перехватов		3	3	Соревнование
7.	Виды крутов		2	2	Соревнование
8.	Виды прокрутки		3	3	Соревнование
9.	Виды восьмерок		4	4	Соревнование
10.	Виды подбросов (с разных рук)		4	4	Соревнование
11.	Комбинированные упражнения с 1 шашкой		5	5	Соревнование
Методика обучения фланкировки с 2 шашками			8	8	
12.	Круты с 2 шашками		4	4	
13.	Выступление на творческих концертах		4	4	Творческий отчёт
Итого часов в год:		3	31	34	

3 год обучения

П/П	Наименование тем.	Количество часов			Форма контроля
		теория	практика	Всего	
1.	Вводное занятия, инструктаж по ТБ	1		1	
2.	Дисциплина казачьих боевых искусств	1		1	
3.	Тактико-технические характеристики: кинжал, нагайка, шашка	1		1	
Методика обучения фланкировки с 1 шашкой					
4.	Виды стоек, разминочные упражнения, специальные упражнения, упражнения для воспитания ловкости		1	1	
5.	Виды крутов		1	1	

6.	Виды перехватов		2	2	
7.	Виды восьмерок		2	2	
8.	Виды прокрутки		2	2	
9.	Виды подбросов		3	3	
10.	Комбинированные упражнения с 1 шашкой		4	4	
Методика обучения фланкировки с 2 шашками					
11.	Круты с 2 шашками		2	2	
12.	Восьмерки с 2 шашками		3	3	
13.	Виды мельниц		3	3	
14.	Комбинированные упражнения с 2 шашками		3	3	Соревнование
15.	Виды рубки с 1 и 2 шашками		2	2	
16.	выступление на творческих концертах		3	3	Творческие отчёты
	Итого часов в год:	3	31	34	