**АВТОРСКАЯ ПРОГРАММА**

**«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ В РАЗНЫХ КУЛЬТУРАХ»**

**для учащихся 5 – 6 классов**



**«Физическая культура и спорт в разных культурах» для учащихся 5 – 6 классов общеобразовательной школы /автор Стрельцов В.Г./ город Шардара, 2025 год – 75 стр**

Авторская программа «Физическая культура и спорт в разных культурах» для учащихся 5 – 6 классов общеобразовательной школы состоит из пояснительной записки, содержания обучающей программы, календарно – тематического планирования с указанием цели урока, ожидаемого результата, ресурсов, приемов и методов проведения уроков. Рекомендовано учителям начальной школы

**Аннотация**

Программа включает в себя теоретические занятия и практические занятия. На теоретических занятиях учащиеся знакомятся с историей физической культуры и спорта, различными видами спорта и их культурными особенностями. На практических занятиях учащиеся выполняют физические упражнения, характерные для разных культур, играют в национальные игры.

Программа рассчитана на 34 часа, 1 час в неделю. Состоит из 6 разделов.

**Цель программы** состоит в ознакомлении учащихся с многообразием физической культуры и спорта в разных культурах мира; в формировании у них понимание того, что физическая активность является неотъемлемой частью любой культуры, и что ее формы и значения могут значительно отличаться; в развитии у учащихся интерес к истории и традициям различных народов, воспитывать толерантность и уважение к культурному разнообразию.

**Задачи программы:**

• Расширить знания учащихся о традиционных видах спорта и физических упражнений разных народов.

• Развивать у детей умение сравнивать и анализировать различные виды физической культуры и спорта.

• Формировать у учащихся представление о влиянии физической культуры и спорта на здоровье и развитие человека.

• Воспитывать у детей любовь к физической культуре и здоровому образу жизни.

• Развивать коммуникативные навыки, умение работать в группе и презентовать свои результаты.

**По окончании курса учащиеся смогут:**

• Называть и описывать традиционные виды спорта и физических упражнений разных народов.

• Сравнивать и анализировать сходства и различия в физической культуре разных культур.

• Выполнять некоторые базовые элементы традиционных видов спорта.

• Презентовать информацию о выбранном виде спорта или физической культуре.

• Проявлять интерес к изучению культур других народов.

**В программе используются разнообразные методы обучения:**

• Словесные методы (рассказ, беседа, объяснение).

• Наглядные методы (презентации, видеоматериалы, демонстрации).

• Практические методы (физкультурные упражнения, игры).

• Проблемные методы (постановка и решение проблемных задач).

Оценивание знаний и умений учащихся осуществляется на основе наблюдения за их деятельностью на занятиях, выполнения практических заданий, участия в проектах и презентаций.

Эта программа позволит учащимся не только расширить свои знания о физической культуре и спорте, но и развить свои физические и личностные качества

**Пояснительная записка**

Авторская программа «Физическая культура и спорт в разных культурах» включает в себя теоретические и практические занятия. Теоретическая часть посвящена изучению истории и особенностей физической культуры и спорта в разных странах, знакомству с национальными видами спорта, традициями и обрядами. Практическая часть включает в себя выполнение физических упражнений, игр и соревнований, имитирующих национальные виды спорта.

**Актуальность программы.** Современный мир характеризуется глобализацией и мультикультурностью. Знакомство с физической культурой и спортом разных народов способствует расширению кругозора учащихся, формированию у них толерантного отношения к представителям других культур, а также способствует воспитанию патриотизма и любви к своей культуре.

**Новизна программы.** Новизна программы заключается в междисциплинарном подходе, сочетающем элементы физической культуры, истории, географии и культурологии. Программа позволяет выйти за рамки традиционного обучения физической культуре и предлагает учащимся более глубокое погружение в тему.

**Цель программы.** Программа направлена на формирование у учащихся 5-6 классов целостного представления о физической культуре и спорте как неотъемлемой части культуры разных народов. Через изучение различных видов спорта, национальных игр и традиций, у учащихся формируется межкультурная компетенция, толерантность и уважение к разнообразию культур.

**Основные задачи программы:**

* Познакомить учащихся с историей и развитием физической культуры и спорта в разных странах.
* Развить у учащихся интерес к здоровому образу жизни и занятиям физической культурой.
* Сформировать представление о взаимосвязи физической культуры и национальных традиций.
* Развить двигательные навыки и физические качества учащихся.
* Воспитать чувство коллективизма и взаимопомощи.

Программа рассчитана на 34 часа, 1 час в неделю. Разделы программы:

Раздел I. Введение в мир физической культуры (2 часа)

Раздел II. История развития физической культуры (3 часа)

Раздел III. Национальные виды спорта Казахстана (4 часа)

Раздел IV. Физическая культура регионов и стран мира (12 часов)

Раздел V. Физическая культура и Олимпийские игры (6 часов)

Раздел VI. Практические занятия (3 часа)

 **Методы и формы обучения**

В программе используются разнообразные методы обучения:

• Словесные методы (рассказ, беседа, объяснение).

• Наглядные методы (демонстрация картинок, видеоматериалов).

• Практические методы (физкультурные упражнения, игры, соревнования).

• Игровые методы (ролевые игры, викторины).

**Формы организации учебной деятельности:**

• Фронтальная работа.

• Групповая работа.

• Индивидуальная работа.

 **Ожидаемые результаты:**

***Учащиеся должны знать:***

• Разнообразие культурных проявлений в физической культуре и спорте: Учащиеся должны знать, что физическая активность является неотъемлемой частью любой культуры, и что ее формы и значения могут значительно отличаться в разных странах и народах.

• Исторические аспекты физической культуры и спорта: Учащиеся должны иметь представление о том, как физическая культура и спорт развивались в разных культурах на протяжении истории, какие традиции и ритуалы были с ними связаны.

• Традиционные виды спорта и физических упражнений разных народов: Учащиеся должны знать о популярных видах спорта и физических упражнений в различных культурах, а также о их правилах и особенностях.

• Влияние физической культуры и спорта на здоровье и развитие человека: Учащиеся должны понимать, что физическая активность положительно влияет на физическое и психическое здоровье, а также на социальную адаптацию человека.

***Учащиеся должны уметь:***

• Сравнивать и анализировать различные виды физической культуры и спорта: Учащиеся должны уметь сравнивать традиционные и современные виды спорта, выявлять их сходства и различия, анализировать их влияние на культуру и общество.

• Применять полученные знания на практике: Учащиеся должны уметь выполнять некоторые базовые элементы традиционных видов спорта и физических упражнений, изученных в рамках курса.

• Работать в группе: Учащиеся должны уметь сотрудничать с другими учениками при выполнении заданий, обмениваться информацией и принимать совместные решения.

• Презентовать результаты своей работы: Учащиеся должны уметь подготовить и провести небольшую презентацию о выбранном виде спорта или физической культуре, используя различные источники информации.

• Проявлять интерес к изучению культур других народов: Учащиеся должны развивать толерантность и уважение к культурному разнообразию, проявлять интерес к изучению других культур через призму физической культуры и спорта.

**Связь с другими учебными предметами**

Программа тесно связана с такими учебными предметами как история, география, обществознание.

**Реализация программы.**

Для реализации программы необходимо использовать следующие ресурсы:

• Учебник по физической культуре.

• Дополнительная литература о физической культуре и спорте в разных странах.

• Спортивный инвентарь.

• Мультимедийные средства обучения (компьютер, проектор, презентации, видеоматериалы).

Данная программа способствует всестороннему развитию личности ребенка, формированию у него здорового образа жизни и уважения к культурному разнообразию.

**Содержание авторской программы прикладного курса обучения на тему: «Физическая культура и спорт в разных культурах» для учащихся 5 – 6 классов (34 часа в год, 1 час в неделю)**

**Раздел I. Введение в мир физической культуры (2 часа)**

**Что такое физическая культура? Ее значение в жизни человека. История развития физической культуры**. Определение физической культуры. Значение физической культуры для человека. История развития физической культуры.

**Виды физической активности: спорт, физкультура, оздоровительные практики**. Определение физической активности. Важность физической активности для здоровья человека. Виды физической активности. Сравнение видов физической активности.

**Раздел II. Физическая культура в древних цивилизациях (3 часа)**

**Древняя Греция: Олимпийские игры, гимнастика, спартанское воспитание**. Древняя Греция – колыбель Олимпийских игр. Значение Олимпийских игр для древних греков (религиозное, социальное, политическое). Гимнастика в Древней Греции. Спартанское воспитание.

**Древний Рим: гладиаторские бои, спортивные состязания**. Гладиаторские бои. Другие спортивные состязания. Роль спортивных состязаний в жизни римлян.

**Древний Египет: физические упражнения фараонов, гимнастика жрецов**. Физическая подготовка фараонов. Гимнастика жрецов. Физическая культура в повседневной жизни.

**Средневековая Европа: рыцарские турниры, народные игры**. Рыцарские турниры как зрелищные события для знати. Значение турниров для рыцарей и общества. Народные игры. Разнообразие народных игр для разных возрастных групп и сословий. Связь народных игр с мифологией и верованиями.

**Возрождение: фехтование, верховая езда**. Фехтование как искусство и часть рыцарского воспитания. Знаменитые мастера фехтования эпохи Возрождения. Верховая езда как элемент военного искусства. Лошадь как символ свободы и благородства.

**Новое время: развитие гимнастики, легкой атлетики**. Возникновение гимнастики как системы физических упражнений. Развитие гимнастических систем в разных странах. Легкая атлетика. Первые соревнования по легкой атлетике. Влияние легкой атлетики на развитие других видов спорта.

**XX век: олимпийское движение, массовый спорт**. Возрождение Олимпийских игр. Первые современные Олимпийские игры и их значение. Развитие массового спорта. Спорт и политика. Спорт как средство международного сотрудничества.

**Раздел III. Национальные виды спорта Казахстана (4 часа)**

**История казахской национальной борьбы: қазақша күрес**. История қазақша күрес. Роль қазақша күрес в воспитании воина и гражданина. Правила и техника қазақша күрес. Қазақша күрес в современном мире. Роль қазақша күрес в сохранении культурного наследия.

**Традиционные казахские игры: байга, көкпар, асық ату**. Байга (история возникновения скачек байга, равила проведения байга, значение лошади в жизни казаха). Көкпар (происхождение игры көкпар, правила игры көкпар, символика игры көкпар). Асық ату (история и правила игры асық ату).

**Современное развитие казахских национальных видов спорта**. Современное состояние казахских национальных видов спорта. Адаптация традиционных видов спорта к современным условиям. Перспективы развития. Цели и задачи развития национальных видов спорта. Роль молодежи в популяризации национальных видов спорта.

**Практическое занятие: знакомство с элементами казахской борьбы и игр**. Казахская борьба (показ основных стоек и движений опытным борцом или учителем). Игра байга (Имитация верховой езды: бег с воображаемой уздечкой в руках). Игра көкпар (имитация борьбы за мяч (кокпар)). Игра асық ату (правила игры и техника бросания асыков).

**Раздел IV. Физическая культура регионов и стран мира (12 часов)**

**Африка: борьба, легкая атлетика.** Географические особенности Африки и их влиянии на развитие спорта. Традиционные африканские виды борьбы (например, дага, нгумба) и легкой атлетики (бег по пересеченной местности, прыжки).

**Америка: бейсбол, американский футбол.** Бейсбол (история возникновения, основные правила игры, экипировка бейсболиста). Популярность бейсбола в США. Американский футбол (происхождение американского футбола, основные правила, экипировка футболиста). Роль американского футбола в культуре США.

**Австралия и Океания: спортивные сокровища континента.** Крикет.Популярность крикета в Австралии. История возникновения, основные правила игры. Регби. Популярность регби в Австралии и Новой Зеландии. Виды регби, основные правила. Серфинг как образ жизни в Австралии. История серфинга, основные элементы серфинга.

**Австралия: крикет, серфинг.** Крикет (история возникновения, основные правила игры). Популярность крикета в Австралии. Серфинг (история серфинга, основные элементы серфинга). Серфинг как часть австралийской культуры.

**Европа: разнообразие спортивных традиций.** Разделение Европы на спортивные регионы. Характеристика каждого вида спорта: история, правила, особенности, популярность. Связь спорта с культурой и географией.

**Азия: Путешествие в мир боевых искусств и спортивных игр.** Представление Азии как колыбели боевых искусств. Характеристика каждого вида спорта. Ушу: разнообразие стилей, акцент на здоровье и духовном развитии. Бадминтон: история, правила, техника игры. Сумо: традиции, техника борьбы, физическая подготовка. Айкидо: принцип использования силы противника, техника защиты и нападения. Тхэквондо: история, техника ударов ногами и руками. Армрестлинг: правила, техника борьбы.

**История развития физической культуры в России.** Древняя Русь (физическая подготовка как основа военной подготовки, народные игры и забавы). Период феодализма (физическое воспитание в монастырях). XVIII-XIX века (развитие гимнастики и легкой атлетики). XX век (советская система физического воспитания). Современная Россия (особенности развития физической культуры в современной России).

**Русские народные игры.** Происхождение русских народных игр. «Лапта». «Ручеек». «Вышибалы». Правила нескольких игр

**Китай: ушу, тайцзицюань, цигун**. Ушу (исторические корни ушу , разнообразие стилей ушу, цели занятий ушу). Тайцзицюань как "мягкое" боевое искусство (принципы тайцзицюань, польза для здоровья). Цигун (виды и цели цигун)

**Япония: сумо, кендо, айкидо**. Сумо (исторические корни сумо, правила и техника борьбы, значение сумо в японской культуре). Кендо (кендо как современное воплощение самурайского фехтования, оружие и экипировка кендоиста, философия кендо). Айкидо (принципы айкидо, техники айкидо, айкидо как путь духовного развития).

**Индия: йога, каларипаятту**. Йога (истоки йоги, цели и задачи йоги, основные направления йоги). Аюрведа как древнейшая система медицины, боевые искусства и их роль в жизни древних индийцев.

**Арабские страны: конные скачки, соколиная охот**а. Конные скачки. Историческое значение лошади в жизни арабов. Проведение скачек: традиции, правила, престиж. Соколиная охота как традиционный вид спорта и увлечение. Сокол как символ силы и благородства в арабской культуре.

**Раздел V. Физическая культура и Олимпийские игры (6 часов)**

**История Олимпийских игр. Происхождение и значение** Олимпийских игр в Древней Греции. Олимпийский огонь и его символика. Возрождение Олимпийских игр. Первые современные Олимпийские игры. Развитие Олимпийского движения.

**Олимпийские виды спорта.** Краткая история возникновения и развития Олимпийских игр. Классификация олимпийских видов спорта. Особенности некоторых олимпийских видов спорта.

**Борьба, самбо, бокс**. Борьба (история возникновения, цель, основные виды борьбы). Самбо (происхождение и комплексность самбо). Бокс (правила бокса, основные удары, защита в боксе).

**Хоккей, фигурное катание**. Хоккей (история возникновения хоккея, основные правила игры). Роль хоккея в культуре разных стран. Фигурное катание (история фигурного катания, основные элементы фигурного катания). Фигурное катание как вид искусства.

**Олимпийские ценности.** Понятие олимпийских ценностей, их историческое развитие. Значение дружбы в спорте. Уважение. Стремление к совершенству.

**Паралимпийские игры.** История Паралимпийских игр.Паралимпийские виды спорта. Сравнение с олимпийскими видами спорта. Паралимпийцы: сила духа и спортивные достижения.

**Раздел VI. Практические занятия (3 часа)**

**Путешествие в мир танца.** Разнообразие танцевальных стилей (народные, современные, спортивные). Культурное многообразие, отраженное в танцах.

**Попробуй сам!** Особенности каждого вида спорта, его связи с культурой и историей страны.

**Путешествие по миру спорта и физической культуры /итоговый урок/** Разнообразие физической культуры и спорта в разных странах и культурах. Межкультурная компетенция и толерантность. Польза физической активности для здоровья.

**Календарно – тематическое планирование прикладного курса обучения на тему: «Физическая культура и спорт в разных культурах» для учащихся 5 – 6 классов (34 часа в год, 1 час в неделю)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема урока** | **Кол-во часов** | **Цель урока** | **Ожидаемый результат** | **Ресурсы**  |
| **Раздел I. Введение в мир физической культуры (2 часа)** |
| 1 | **Что такое физическая культура? Ее значение в жизни человека. История развития физической культуры.** | 1 | * Сформировать у учащихся понятие «физическая культура».
* Показать значение физической культуры для здоровья и развития человека.
* Дать представление об истории развития физической культуры.
* Воспитывать интерес к занятиям физической культурой и спортом.
 | * Учащиеся смогут дать определение понятию «физическая культура».
* Учащиеся поймут важность физической активности для здоровья и общего развития.
* Учащиеся узнают об основных этапах развития физической культуры.
* Учащиеся проявят интерес к различным видам физической активности.
 | * Доска, маркеры.
* Презентация или наглядные материалы по теме урока (картинки, схемы).
* Видеоролики с историческими и современными видами спорта.
* Спортивный инвентарь (по желанию: мячи, скакалки, обручи).
 |
| 2 | **Виды физической активности: спорт, физкультура, оздоровительные практики.** | 1 | • Сформировать у учащихся понимание различных видов физической активности.• Показать отличия между спортом, физкультурой и оздоровительными практиками.• Развить у учащихся интерес к здоровому образу жизни и регулярным занятиям физическими упражнениями. | • Учащиеся смогут дать определение понятиям «спорт», «физкультура», «оздоровительные практики».• Учащиеся смогут привести примеры различных видов физической активности.• Учащиеся поймут, что каждый вид физической активности имеет свои особенности и цели.• Учащиеся смогут выбрать подходящий вид физической активности для себя. | • Доска, маркеры.• Презентация или наглядные материалы с картинками, схемами, фотографиями различных видов физической активности.• Видеоролики с демонстрацией различных видов спорта и упражнений.• Листы бумаги, ручки для выполнения заданий. |
| **Раздел II. История развития физической культуры (3 часа)** |
| 3 | **Древняя Греция: Олимпийские игры, гимнастика, спартанское воспитание.** | 1 | • Познакомить учащихся с историей Древней Греции, уделяя особое внимание физической культуре.• Объяснить значение Олимпийских игр, гимнастики и спартанского воспитания в древнегреческой культуре.• Показать связь между физическим развитием и общественной жизнью в Древней Греции.• Воспитывать интерес к истории и культуре древних цивилизаций. | • Учащиеся смогут назвать основные виды физической активности в Древней Греции.• Учащиеся поймут значение Олимпийских игр для древних греков.• Учащиеся узнают об особенностях спартанского воспитания.• Учащиеся смогут сравнить физическую культуру Древней Греции с современной. | • Доска, маркеры.• Презентация или наглядные материалы с изображениями древнегреческих спортсменов, Олимпийских игр, спартанцев.• Карта Древней Греции. |
| 4 | **Древний Рим: гладиаторские бои, спортивные состязания.** | 1 | • Познакомить учащихся с жизнью древних римлян через призму их спортивных состязаний.• Развить у учащихся понимание того, как спорт и развлечения были связаны с политической и социальной жизнью Древнего Рима.• Сравнить гладиаторские бои и другие спортивные состязания Древнего Рима с современными видами спорта. | • Учащиеся смогут описать гладиаторские бои и другие спортивные состязания Древнего Рима.• Учащиеся поймут значение этих состязаний для римского общества.• Учащиеся смогут сравнить древнеримские игры с современными спортивными событиями.• Учащиеся сформируют критическое отношение к жестокости гладиаторских боев. | • Доска, маркеры.• Презентация с изображениями Колизея, гладиаторов, других римских арен, а также картин и скульптур, изображающих спортивные состязания.• Карта Древнего Рима.• Видеофрагменты исторических фильмов или документальных передач о Древнем Риме.• Карточки с заданиями для групповой работы. |
| 5 | **Древний Египет: физические упражнения фараонов, гимнастика жрецов.** | 1 | • Познакомить учащихся с физической культурой Древнего Египта.• Показать, как физические упражнения были связаны с религиозными верованиями и повседневной жизнью египтян.• Развить у учащихся интерес к истории и культуре древних цивилизаций. | • Учащиеся смогут описать виды физических упражнений, которые практиковали фараоны и жрецы Древнего Египта.• Учащиеся поймут, какое значение имели физические упражнения в жизни древних египтян.• Учащиеся смогут сравнить физическую культуру Древнего Египта с другими древними цивилизациями. | • Доска, маркеры.• Презентация с изображениями древнеегипетских фараонов, жрецов, фресками с изображением физических упражнений.• Карта Древнего Египта.• Видеофрагменты документальных фильмов о Древнем Египте.• Костюмы или элементы костюмов древних египтян (для ролевой игры). |
| 6 | **Средневековая Европа: рыцарские турниры, народные игры.**  | 1 | • Познакомить учащихся с жизнью людей в Средневековой Европе через призму рыцарских турниров и народных игр.• Показать, как эти мероприятия отражали социальные, культурные и экономические особенности того времени.• Развить у учащихся интерес к истории и культуре Средних веков. | • Учащиеся смогут описать рыцарские турниры и народные игры как важные социальные события Средневековья.• Учащиеся поймут, какую роль эти мероприятия играли в жизни людей разных сословий.• Учащиеся смогут сравнить средневековые развлечения с современными.• Учащиеся проявят интерес к дальнейшему изучению Средневековья. | • Доска, маркеры.• Презентация с изображениями рыцарских турниров, средневековых городов, людей в народных костюмах, играющих в различные игры.• Карта средневековой Европы.• Видеофрагменты исторических фильмов или реконструкций рыцарских турниров и народных гуляний. |
| 7 | **Эпоха Возрождения: фехтование, верховая езда.** | 1 | • Познакомить учащихся с эпохой Возрождения через призму таких популярных занятий, как фехтование и верховая езда.• Показать, как эти умения отражали идеалы и ценности эпохи Возрождения.• Развить у учащихся интерес к истории и культуре этого периода. | • Учащиеся смогут объяснить, почему фехтование и верховая езда были так популярны в эпоху Возрождения.• Учащиеся поймут связь между этими навыками и идеалами гуманизма и Ренессанса.• Учащиеся смогут сравнить эти занятия с современными видами спорта.• Учащиеся проявят интерес к дальнейшему изучению эпохи Возрождения. | • Доска, маркеры.• Презентация с изображениями известных мастеров фехтования, картин с изображением верховой езды, средневековых городов.• Видеофрагменты исторических фильмов или реконструкций фехтовальных поединков и конных турниров.• Карточки с заданиями для групповой работы.• Костюмы или элементы костюмов для ролевой игры (по желанию). |
| 8 | **Новое время: развитие гимнастики, легкой атлетики.** | 1 | • Познакомить учащихся с историей развития гимнастики и легкой атлетики в Новое время.• Показать, как эти виды спорта отражали социальные и культурные изменения эпохи.• Развить у учащихся понимание того, как физическая культура влияла на жизнь людей в прошлом. | • Учащиеся смогут назвать основные этапы развития гимнастики и легкой атлетики в Новое время.• Учащиеся поймут, какие факторы способствовали развитию этих видов спорта.• Учащиеся смогут сравнить занятия физической культурой в Новое время и современности.• Учащиеся проявят интерес к истории спорта и физической культуры. | • Доска, маркеры.• Презентация с изображениями: старинных гимнастических залов, первых легкоатлетических соревнований, известных спортсменов того времени.• Картинки с различными гимнастическими снарядами и легкоатлетическими снарядами.• Видеофрагменты исторических кинохроник или реконструкций спортивных соревнований.• Карточки с заданиями для групповой работы. |
| 9 | **XX век: олимпийское движение, массовый спорт.** | 1 | • Познакомить учащихся с историей развития олимпийского движения и массового спорта в XX веке.• Показать, как спорт стал неотъемлемой частью жизни общества и отражал социальные, политические и культурные изменения.• Развить у учащихся понимание роли спорта в формировании здорового образа жизни и укреплении международных отношений. | • Учащиеся смогут назвать ключевые события в истории олимпийского движения XX века.• Учащиеся поймут, как развитие массового спорта повлияло на жизнь людей.• Учащиеся смогут сравнить спорт XX века с современным спортом.• Учащиеся проявят интерес к истории спорта и его роли в обществе. | • Доска, маркеры.• Презентация с изображениями: Олимпийских игр разных лет, известных спортсменов, спортивных сооружений.• Видеофрагменты исторических кинохроник или спортивных соревнований.• Карточки с заданиями для групповой работы.• Спортивные атрибуты (по возможности): мячи, обручи, скакалки. |
| **Раздел III. Национальные виды спорта Казахстана (4 часа)** |
| 10 | **История казахской национальной борьбы: қазақша күрес.** | 1 | • Познакомить учащихся с историей и традициями казахской национальной борьбы қазақша күрес.• Развить понимание роли қазақша күрес в казахской культуре и обществе.• Воспитать чувство национальной гордости и уважения к традициям предков.• Формировать интерес к физической культуре и здоровому образу жизни. | • Учащиеся смогут дать определение қазақша күрес и описать его основные правила.• Учащиеся поймут историческое значение қазақша күрес для казахского народа.• Учащиеся смогут сравнить қазақша күрес с другими видами борьбы.• Учащиеся проявят интерес к дальнейшему изучению казахской культуры и истории. | • Доска, маркеры.• Презентация с изображениями: казахских борцов, старинных картин с изображением борьбы, современных соревнований по қазақша күрес.• Видеоролики с поединками по қазақша күрес.• Аудиозаписи с традиционной казахской музыкой.• Карточки с заданиями для групповой работы.• Костюмы или элементы костюмов для ролевой игры (по желанию). |
| 11 | **Традиционные казахские игры: байга, көкпар, асық ату.** | 1 | • Познакомить учащихся с традиционными казахскими играми: байга, көкпар, асық ату.• Показать, как эти игры отражают историю, культуру и образ жизни казахского народа.• Воспитать чувство национальной гордости и уважения к традициям предков.• Развить интерес к физической культуре и здоровому образу жизни. | • Учащиеся смогут описать правила и историю происхождения игр байга, көкпар и асық ату.• Учащиеся поймут значение этих игр в казахской культуре и их связь с кочевым образом жизни.• Учащиеся смогут сравнить эти игры с современными видами спорта.• Учащиеся проявят интерес к дальнейшему изучению казахских национальных традиций. | • Доска, маркеры.• Презентация с изображениями: казахских национальных игр, исторических картин, современных соревнований.• Видеоролики с казахскими национальными играми.• Аудиозаписи с традиционной казахской музыкой.• Карточки с заданиями для групповой работы.• Игрушки для имитации игры асық ату (если возможно). |
| 12 | **Современное развитие казахских национальных видов спорта.** | 1 | • Познакомить учащихся с современным состоянием и перспективами развития казахских национальных видов спорта.• Показать, как традиционные виды спорта адаптируются к современным условиям и требованиям.• Воспитывать чувство патриотизма и гордости за национальное наследие.• Формировать интерес к здоровому образу жизни и занятиям спортом. | • Учащиеся смогут назвать основные казахские национальные виды спорта и их особенности.• Учащиеся поймут, какие изменения претерпели традиционные виды спорта в современном мире.• Учащиеся смогут оценить роль государства и общества в развитии национальных видов спорта.• Учащиеся проявят интерес к занятиям национальными видами спорта. | • Доска, маркеры.• Презентация с изображениями современных соревнований по казахским видам спорта, известных спортсменов, спортивных сооружений.• Видеоролики с казахскими национальными видами спорта.• Статьи или вырезки из газет о развитии национальных видов спорта в Казахстане.• Карточки с заданиями для групповой работы. |
| 13 | **Практическое занятие: знакомство с элементами казахской борьбы и игр.** | 1 | • Познакомить учащихся с базовыми элементами казахской национальной борьбы (казакша күрес) и игр (байга, көкпар, асық ату).• Развить у учащихся физические качества: силу, ловкость, координацию, выносливость.• Воспитать чувство коллективизма, уважение к традициям и культуре казахского народа.• Формировать интерес к занятиям физической культурой и здоровому образу жизни. | • Учащиеся освоят основные стойки и движения в казахской борьбе.• Учащиеся смогут выполнять некоторые элементы игр байга, көкпар и асық ату.• Учащиеся почувствуют особенности национальных видов спорта.• Учащиеся проявят интерес к дальнейшим занятиям казахскими национальными видами спорта. | • Просторное помещение (спортивный зал, площадка).• Гимнастические маты.• Костюмы для занятий спортом.• Мячи (для имитации көкпар), асыки (или аналогичные предметы), веревки (для имитации уздечки лошади).• Музыкальное сопровождение (казахская народная музыка). |
| **Раздел IV. Физическая культура регионов и стран мира (12 часов)** |
| 14 | **Африка: борьба, легкая атлетика.** | 1 | • Познакомить учащихся с историей и особенностями развития борьбы и легкой атлетики в Африке.• Показать, как культурные и природные условия влияли на формирование этих видов спорта на континенте.• Развить у учащихся интерес к различным культурам и видам спорта.• Воспитывать уважение к достижениям африканских спортсменов. | • Учащиеся смогут назвать несколько традиционных африканских видов борьбы и легкой атлетики.• Учащиеся поймут, как климат и ландшафт Африки влияли на развитие этих видов спорта.• Учащиеся смогут сравнить африканские виды спорта с другими.• Учащиеся проявят интерес к изучению культур Африки. | • Доска, маркеры.• Карта Африки.• Иллюстрации или презентация с изображениями африканских спортсменов, традиционных игр и соревнований.• Видеоролики с африканскими спортивными мероприятиями.• Музыкальные записи африканских ритмов. |
| 15 | **Америка: бейсбол, американский футбол.**  | 1 | • Познакомить учащихся с двумя популярными американскими видами спорта: бейсболом и американским футболом.• Дать представление об основных правилах, особенностях игры и экипировке в этих видах спорта.• Развить интерес к занятиям физической культурой и спортом.• Воспитывать командный дух, уважение к соперникам и здоровый образ жизни. | • Учащиеся смогут отличить бейсбол от американского футбола.• Учащиеся назовут основные правила и элементы этих видов спорта.• Учащиеся поймут, какую роль играют бейсбол и американский футбол в культуре США.• Учащиеся проявят интерес к более глубокому изучению одного из выбранных видов спорта. | • Доска, маркеры.• Презентация с изображениями бейсбольных и футбольных полей, спортсменов, атрибутики.• Видеоролики с фрагментами игр.• Мяч для бейсбола, мяч для американского футбола (или их макеты).• Карточки с заданиями для групповой работы. |
| 16 | **Австралия и Океания: спортивные сокровища континента** | 1 | • Познакомить учащихся с разнообразием водных и наземных видов спорта, популярных в Австралии и Океании.• Дать представление об истории, правилах и особенностях таких видов спорта, как крикет, регби и серфинг.• Развить интерес к занятиям физической культурой и спортом.• Воспитывать уважение к другим культурам и их спортивным традициям. | • Доска, маркеры.• Карта Австралии и Океании.• Иллюстрации или презентация с изображениями спортсменов, занимающихся указанными видами спорта, демонстрирующими различные техники.• Видеоролики с соревнований и тренировок.• Мяч для крикета, доска для серфинга (или их макеты) – для демонстрации. | • Доска, маркеры.• Карта Австралии и Океании.• Иллюстрации или презентация с изображениями спортсменов, занимающихся указанными видами спорта, демонстрирующими различные техники.• Видеоролики с соревнований и тренировок.• Мяч для крикета, доска для серфинга (или их макеты) – для демонстрации. |
| 17 | **Австралия: крикет, серфинг.** | 1 | • Познакомить учащихся с двумя популярными австралийскими видами спорта: крикетом и серфингом.• Дать представление об основных правилах, особенностях игры и экипировке в этих видах спорта.• Развить интерес к занятиям физической культурой и спортом.• Воспитывать уважение к другим культурам и их спортивным традициям. | • Учащиеся смогут отличить крикет от серфинга.• Учащиеся назовут основные правила и элементы этих видов спорта.• Учащиеся поймут, какую роль играют крикет и серфинг в австралийской культуре.• Учащиеся проявят интерес к более глубокому изучению одного из выбранных видов спорта. | • Доска, маркеры.• Презентация с изображениями крикетных и серфинговых состязаний, спортсменов, пляжей Австралии.• Видеоролики с крикетными матчами и серфингистами.• Карточки с заданиями для групповой работы.• (По возможности) крикетная бита и мяч, серфборд (или их макеты). |
| 18 | **Европа: разнообразие спортивных традиций** | 1 | • Познакомить учащихся с разнообразием спортивных культур в разных европейских странах.• Дать представление об истории, правилах и особенностях таких видов спорта, как хоккей с мячом, лыжные гонки, коррида, футбол и велосипедный спорт.• Развить у учащихся интерес к различным культурам и видам спорта.• Воспитывать толерантность и уважение к спортивным традициям разных народов. | • Учащиеся смогут назвать несколько популярных видов спорта в разных европейских странах.• Учащиеся поймут, как исторические, географические и культурные особенности влияли на развитие спорта в Европе.• Учащиеся смогут сравнить европейские виды спорта с другими.• Учащиеся проявят интерес к изучению культур Европы. | • Доска, маркеры.• Карта Европы.• Иллюстрации или презентация с изображениями спортивных состязаний, спортсменов, спортивных сооружений разных европейских стран.• Видеоролики с фрагментами спортивных соревнований.• Мяч для футбола, лыжи (или их макеты) – для демонстрации. |
| 19 | **Азия: Путешествие в мир боевых искусств и спортивных игр** | 1 | • Познакомить учащихся с разнообразием боевых искусств и спортивных единоборств, зародившихся в Азии.• Дать представление об основных принципах, технике и философии таких видов спорта, как ушу, бадминтон, сумо, айкидо, тхэквондо и армрестлинг.• Развить интерес к занятиям физической культурой и спортом.• Воспитывать уважение к культурным традициям разных народов и их вкладу в развитие мирового спорта. | • Учащиеся смогут назвать несколько популярных видов боевых искусств и спортивных единоборств, зародившихся в Азии.• Учащиеся поймут, как исторические, культурные и географические особенности влияли на развитие этих видов спорта.• Учащиеся смогут сравнить азиатские боевые искусства и спортивные единоборства с другими.• Учащиеся проявят интерес к изучению культур Азии. | • Доска, маркеры.• Карта Азии.• Иллюстрации или презентация с изображениями спортсменов, занимающихся указанными видами спорта, демонстрирующими различные техники.• Видеоролики с соревнованиями и тренировками.• Костюмы для демонстрации элементов (по возможности). |
| 20 | **История развития физической культуры в России.** | 1 | • Познакомить учащихся с историей развития физической культуры и спорта в России от древних времен до современности.• Показать, как физическая культура отражала социальные, культурные и политические изменения в обществе.• Развить у учащихся понимание роли физической культуры в формировании здорового образа жизни и укреплении нации. | • Учащиеся смогут назвать основные этапы развития физической культуры в России.• Учащиеся поймут, как исторические события влияли на развитие спорта.• Учащиеся смогут сравнить физическую культуру прошлого и настоящего.• Учащиеся проявят интерес к истории спорта и физической культуры. | • Доска, маркеры.• Презентация с изображениями: старинных спортивных игр, известных спортсменов, спортивных сооружений разных эпох.• Видеофрагменты исторических кинохроник или реконструкций спортивных соревнований.• Карточки с заданиями для групповой работы. |
| 21 | **Русские народные игры.**  | 1 | • Познакомить учащихся с историей и разнообразием русских народных игр.• Развить у детей интерес к истории и культуре своего народа.• Формировать физические качества: ловкость, быстроту, выносливость.• Воспитывать чувство коллективизма, взаимопомощи и уважения к традициям. | • Учащиеся смогут назвать несколько русских народных игр и описать их правила.• Учащиеся поймут, какую роль играли народные игры в жизни людей в прошлом.• Учащиеся смогут сравнить современные игры с народными.• Учащиеся проявят интерес к активному отдыху и здоровому образу жизни. | • Доска, маркеры.• Иллюстрации или презентация с изображением русских народных игр.• Атрибуты для игр (мячи, скакалки, ленты и т.д.).• Костюмы для проведения игровых сцен (по желанию).• Аудиозаписи с народной музыкой. |
| 22 | **Китай: ушу, тайцзицюань, цигун.** | 1 | • Познакомить учащихся с древними китайскими практиками ушу, тайцзицюань и цигун.• Объяснить взаимосвязь этих практик с китайской философией и культурой.• Показать, как эти практики влияют на физическое и духовное здоровье человека.• Воспитывать интерес к восточным культурам и здоровому образу жизни.Ожидаемые результаты: | • Учащиеся смогут дать определение терминам "ушу", "тайцзицюань" и "цигун".• Учащиеся поймут основные принципы и цели этих практик.• Учащиеся смогут сравнить эти практики с другими видами физической активности.• Учащиеся проявят интерес к дальнейшему изучению китайской культуры и философии. | • Доска, маркеры.• Презентация с изображениями мастеров ушу, тайцзицюань и цигун, демонстрирующими различные упражнения.• Видеоролики с показательными выступлениями мастеров.• Аудиозаписи с китайской музыкой для медитации.• Коврики для занятий (по возможности). |
| 23 | **Япония: сумо, кендо, айкидо.** | 1 | • Познакомить учащихся с японской культурой через призму традиционных боевых искусств.• Объяснить особенности сумо, кендо и айкидо, их философские основы и практическое применение.• Развить у учащихся интерес к восточным культурам и здоровому образу жизни. | • Учащиеся смогут дать определение терминам "сумо", "кендо" и "айкидо".• Учащиеся поймут основные принципы и цели этих боевых искусств.• Учащиеся смогут сравнить эти боевые искусства между собой и с другими видами физической активности.• Учащиеся проявят интерес к дальнейшему изучению японской культуры. | • Доска, маркеры.• Презентация с изображениями спортсменов, занимающихся сумо, кендо и айкидо, демонстрирующими различные техники.• Видеоролики с показательными выступлениями.• Аудиозаписи с традиционной японской музыкой.• Коврики для занятий (по возможности). |
| 24 | **Индия: йога, каларипаятту.** | 1 | • Познакомить учащихся с древнеиндийской культурой через призму физической культуры и здоровья.• Объяснить взаимосвязь йоги, аюрведы и боевых искусств в древнеиндийской системе знаний.• Показать, как древние индийцы понимали здоровье и гармонию человека.• Воспитывать интерес к истории и культуре древних цивилизаций. | • Учащиеся смогут дать определение терминам "сумо", "кендо" и "айкидо".• Учащиеся поймут основные принципы и цели этих боевых искусств.• Учащиеся смогут сравнить эти боевые искусства между собой и с другими видами физической активности.• Учащиеся проявят интерес к дальнейшему изучению японской культуры. | • Доска, маркеры.• Презентация с изображениями спортсменов, занимающихся йога, каларипаятту, демонстрирующими различные техники.• Видеоролики с показательными выступлениями.• Аудиозаписи с традиционной индийской музыкой.• Коврики для занятий (по возможности). |
| 25 | **Арабские страны: конные скачки, соколиная охота.** | 1 | • Познакомить учащихся с богатой культурой арабских стран через призму традиционных видов спорта — конных скачек и соколиной охоты.• Объяснить историческое значение и современную роль этих видов спорта в арабском мире.• Развить у учащихся интерес к другим культурам и уважение к традициям. | • Учащиеся смогут описать конные скачки и соколиную охоту как неотъемлемую часть арабской культуры.• Учащиеся поймут историческое значение этих видов спорта.• Учащиеся смогут сравнить эти традиции с другими видами спорта и культурными явлениями.• Учащиеся проявят интерес к дальнейшему изучению арабского мира. | • Доска, маркеры.• Презентация с яркими изображениями арабских скакунов, соколов, традиционных костюмов и сцен состязаний.• Карта арабских стран.• Видеоролики с конных скачек и соколиной охоты.• Аудиозаписи традиционной арабской музыки. |
| **Раздел V. Физическая культура и Олимпийские игры (6 часов)** |
| 26 | **История Олимпийских игр.**  | 1 | • Познакомить учащихся с историей Олимпийских игр от древности до современности.• Показать, как Олимпийские игры отражали и формировали культуру разных эпох.• Развить у учащихся интерес к истории и спорту.• Воспитывать олимпийские ценности: дружба, уважение, справедливость. | • Учащиеся смогут рассказать о происхождении Олимпийских игр в Древней Греции.• Учащиеся узнают о возрождении Олимпийских игр в XIX веке.• Учащиеся смогут назвать основные этапы развития Олимпийского движения.• Учащиеся поймут значение Олимпийских игр для мировой культуры и спорта. | • Доска, маркеры.• Картинки или презентация с изображениями древнегреческих Олимпийских игр, современных Олимпийских стадионов, известных спортсменов.• Карта Древней Греции.• Видеоролики с фрагментами Олимпийских игр разных лет. |
| 27 | **Олимпийские виды спорта.** | 1 | • Познакомить учащихся с разнообразием олимпийских видов спорта.• Дать представление об истории появления и развития некоторых олимпийских дисциплин.• Развить интерес к занятиям физической культурой и спортом.• Воспитывать олимпийские ценности: дружба, уважение, справедливость. | • Учащиеся смогут назвать несколько олимпийских видов спорта.• Учащиеся поймут, что такое олимпийские игры и какие виды спорта в них входят.• Учащиеся смогут сравнить различные олимпийские дисциплины.• Учащиеся проявят интерес к изучению истории Олимпийских игр. | • Доска, маркеры.• Картинки или презентация с изображениями различных олимпийских видов спорта.• Видеоролики с фрагментами олимпийских соревнований.• Спортивный инвентарь (мячи, скакалки и т.д.) для проведения разминки. |
| 28 | **Борьба, самбо, бокс.** | 1 | • Познакомить учащихся с тремя популярными видами единоборств: борьбой, самбо и боксом.• Дать представление об основных технических элементах каждого вида спорта.• Развить интерес к занятиям физической культурой и спортом.• Воспитывать такие качества, как сила, выносливость, дисциплина и уважение к сопернику. | • Учащиеся смогут назвать основные отличительные черты борьбы, самбо и бокса.• Учащиеся получат представление о базовых технических действиях в каждом виде спорта.• Учащиеся поймут важность физической подготовки для занятий единоборствами.• Учащиеся проявят интерес к более глубокому изучению одного из выбранных видов спорта. | • Доска, маркеры.• Презентация с изображениями спортсменов, схем приемов, спортивных залов.• Видеоролики с соревнованиями по борьбе, самбо и боксу.• Гимнастические маты (для демонстрации приемов).• Спортивная форма (для учащихся). |
| 29 | **Хоккей, фигурное катание.** | 1 | • Познакомить учащихся с двумя популярными зимними видами спорта: хоккеем и фигурным катанием.• Дать представление об основных элементах и правилах этих видов спорта.• Развить интерес к занятиям физической культурой и спортом.• Воспитывать такие качества, как координация, ловкость, баланс и эстетическое восприятие. | • Учащиеся смогут отличить хоккей от фигурного катания.• Учащиеся назовут основные элементы и инвентарь, используемые в этих видах спорта.• Учащиеся поймут, что оба вида спорта требуют высокой физической подготовки и координации.• Учащиеся проявят интерес к более глубокому изучению одного из выбранных видов спорта. | • Доска, маркеры.• Презентация с изображениями хоккейных и фигурных катаний, спортсменов, ледовых арен.• Видеоролики с хоккейными матчами и выступлениями фигуристов.• Карточки с заданиями для групповой работы.• (По возможности) хоккейные клюшки и мячи, коньки (для демонстрации элементов). |
| 30 | **Олимпийские ценности.** | 1 | • Познакомить учащихся с основными олимпийскими ценностями: дружбой, уважением и стремлением к совершенству.• Показать, как эти ценности проявляются в спорте и в жизни каждого человека.• Воспитывать в учащихся олимпийский дух и стремление к высоким достижениям. | • Учащиеся смогут сформулировать понятия дружбы, уважения и стремления к совершенству в контексте спорта.• Учащиеся поймут, как эти ценности связаны с повседневной жизнью и общением с другими людьми.• Учащиеся смогут привести примеры проявления олимпийских ценностей в спорте и в жизни известных спортсменов. | • Доска, маркеры.• Картинки или презентация с изображениями спортсменов, символикой Олимпийских игр, спортивными моментами, отражающими олимпийские ценности.• Видеоролики с выступлениями спортсменов, интервью с олимпийскими чемпионами. |
| 31 | **Паралимпийские игры.** | 1 | • Познакомить учащихся с историей и значением Паралимпийских игр.• Дать представление о паралимпийских видах спорта и достижениях паралимпийцев.• Формировать у учащихся толерантное отношение к людям с ограниченными возможностями здоровья.• Воспитывать олимпийские ценности: дружба, уважение, равенство. | • Учащиеся смогут рассказать о происхождении Паралимпийских игр.• Учащиеся узнают о различных паралимпийских видах спорта.• Учащиеся поймут, что люди с ограниченными возможностями здоровья могут достигать высоких результатов в спорте.• Учащиеся будут более толерантны и уважительно относиться к людям с инвалидностью. | • Доска, маркеры.• Картинки или презентация с изображениями паралимпийских видов спорта, паралимпийцев, символики Паралимпийских игр.• Видеоролики с выступлениями паралимпийцев.• Спортивный инвентарь (для проведения небольших игр или упражнений). |
| **Раздел VI. Практические занятия (3 часа)** |
| 32 | **Путешествие в мир танца** | 1 | • Познакомить учащихся с разнообразием танцевальных стилей (народные, современные, спортивные).• Развить интерес к танцам как виду искусства и физической активности.• Формировать представление о культурном многообразии, отраженном в танце. | • Учащиеся смогут назвать несколько различных танцевальных стилей.• Учащиеся поймут, что каждый танец отражает определенную культуру и эпоху.• Учащиеся проявят интерес к изучению различных танцевальных направлений. | • Доска, маркеры.• Картинки или презентация с изображениями различных танцев (народные танцы разных стран, современные танцы, спортивные танцы).• Видеоролики с выступлениями танцоров разных стилей.• Музыкальные фрагменты различных танцевальных направлений.• Пространство для небольших танцевальных импровизаций. |
| 33 | **Попробуй сам!** | 1 | • Дать учащимся возможность попробовать различные виды физических упражнений.• Развить координацию, силу, гибкость.• Повысить интерес к занятиям физической культурой. | • Учащиеся получат практический опыт выполнения различных упражнений.• Учащиеся поймут, что заниматься спортом может быть весело и интересно.• Учащиеся повысят свою физическую активность. | • Спортивный зал или просторное помещение.• Спортивный инвентарь: мячи, скакалки, обручи, фитболы, коврики для йоги.• Аудиозапись с ритмичной музыкой для разминки. |
| 34 | **Путешествие по миру спорта и физической культуры /итоговый урок/** | 1 | • Систематизировать знания учащихся о разнообразии физической культуры и спорта в разных странах и культурах.• Развить межкультурную компетенцию и толерантность.• Закрепить знания о пользе физической активности для здоровья.• Подвести итог изученного материала и оценить уровень усвоения знаний. | • Учащиеся смогут назвать основные виды спорта, характерные для разных культур.• Учащиеся смогут объяснить, как физическая культура связана с историей и традициями народов.• Учащиеся проявят интерес к изучению культур других стран через призму спорта. | • Доска, маркеры.• Картинки или презентация с изображениями различных видов спорта и культур.• Видеоролики с национальными танцами, спортивными соревнованиями.• Музыкальные фрагменты, отражающие различные культурные традиции.• Спортивный инвентарь для небольших игр (по желанию). |