

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Красноярского края

Управление образования Администрации Иланского района

МБОУ "Южно-Александровская СОШ №5"

РАССМОТРЕНО Методический совет Протокол № 6 от 30.08.2024г.	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по ВР _____ Мисюра А. П. от 30.08.2024г.	УТВЕРЖДЕНО Директор МБОУ "Южно- Александровская СОШ № 5" _____ Коврижных Л.А. Приказ 150-од от 30.08.2024г.
---	---	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

«Лапта»

для обучающихся 5 – 6 классов

Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Лапта» составлена на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон №273-ФЗ от 20.12.2012 г «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования;
- Основная образовательная программа основного общего образования МБОУ «Южно-Александровская СОШ № 5» на 2024 – 2025 учебный год;
- Учебный план МБОУ «Южно-Александровская СОШ № 5» на 2024 – 2025 учебный год.

Развитие личности школьника – целостный процесс. Период детства и ранней юности – это пора осознания эмоциональных, интеллектуальных, морально-нравственных и волевых ценностей и пора изменений, обусловленных появлением множества важных новообразований в сфере индивидуального развития. В частности, у старшеклассников формируется способность к пониманию и сопереживанию эмоций других людей (к примеру, участников своей команды и команды соперников).

Культура поведения, уважительность, отзывчивость, трудолюбие, осознание коллективизма, патриотизма, уважения к представителям других народов и национальностей – таким оказался список черт и качеств, которые необходимо воспитать в наших учениках.

Как показывают исследования, учащиеся, которые занимаются русской лаптой, имеют положительную динамику состояния здоровья и развития двигательных качеств. Также улучшается микроклимат в классных коллективах. Таким образом, игра в лапту является универсальным средством для развития двигательных качеств, оздоровления и социальной адаптации учащихся. Результатом освоения программы будет являться формирование таких качеств личности как организованность, толерантность, целеустремлённость, любознательность, коммуникабельность, артистичность, способность к эмпатии, дружелюбие, организаторские способности, потребность в здоровом образе жизни.

Цели и задачи программы

Целью программы является формирование физической культуры личности воспитанников, с учётом возрастных особенностей и оздоровление учащихся посредством игры «Лапта». Содержание занятий позволяют решать задачи физического воспитания:

образовательные

- приобретение физкультурных знаний, необходимых для организованных и самостоятельных занятий при игре в «Лапту», освоение правил, знаний, умений и навыков, необходимых для обеспечения безопасности во время самостоятельных игр
- формирование основ умения учиться и способности к организации своей деятельности: принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе;

воспитательные

- содействие становлению и развитию потребности в отношении к собственному здоровью и здоровью окружающих как к ценности; положительных черт характера, таких как дисциплинированное поведение, коллективизм, честность, отзывчивость, смелость, настойчивость в достижении цели;
- воспитание координационных способностей; становление основ гражданской идентичности и мировоззрения обучающихся;
- духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся, предусматривающее принятие ими моральных норм, нравственных установок, национальных ценностей;

оздоровительные

- содействие укреплению здоровья учащихся, формирование и поддержание правильной осанки, профилактика плоскостопия;
- профилактика заболеваний, стрессовых состояний средствами «Лапты»
- повышение умственной работоспособности;
- освоение навыков формирования здорового образа жизни средствами народных игр;
- укрепление физического и духовного здоровья обучающихся.

Соответствие целей и задач программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Лапта» целям и задачам основной образовательной программы учреждения будет способствовать осуществлению

продолженного эффекта от ее реализации в педагогической практике.

расстановки игроков. Согласованность действий в игре. Двусторонняя игра в лапту

Календарно-тематическое планирование

5 класс

№ п/п	Тема занятия	Кол-во Часов	Дата
1.	Техника безопасности на занятиях. Приемы страховки и само страховки. ОРУ. Спец. беговые упр.	1	
2.	Требования к спортивной одежде и обуви. Стойка игрока. Упражнения с малыми мячами. Подвижные игры.	1	
3.	Развитие игры «Русская лапта» в России. Разучивание техники перемещений. Стойка игрока. Эстафеты с мячами.	1	
4.	Российские соревнования по русской лапте. Передачи мяча. Техника перемещений. Подвижные игры.	1	
5.	Передачи и ловля мяча. Техника перемещений. Эстафеты с бегом.	1	
6.	Закрепление передачи и ловли мяча. Круговая лапта.	1	
7.	Совершенствование передачи и ловли мяча. Разновидности бега. Перемещения. Учебная игра.	1	
8.	Режим и питание спортсмена. Техника осаливания. Передача и ловля мяча. Развитие ловкости. Учебная игра.	1	
9.	Оказание первой помощи. Верхний прямой удар. Закрепление техники осаливания. Передача и ловля мяча. Подвижные игры.	1	
10.	Совершенствование техники осаливания. Техника перемещений. Пионербол.	1	
11.	Совершенствование перебежек в лапте. Передача и ловля мяча в двойках. Эстафеты с мячами.	1	
12.	Техника перемещений. Учебная игра.	1	
13.	Групповые действия в лапте. Техника ловли низко летящего мяча. Учебная игра.	1	
14.	Передача и ловля мяча в тройках. Техника перемещений. Развитие координационных способностей. Подвижные игры.	1	
15.	Передача и ловля мяча в двойках, тройках, четверках. Учебная игра.	1	
16.	Передача и ловля мяча в движении. Техника перемещений. Игра «База»	1	
17.	Удар сбоку. Метание в цель. Метание мяча на дальность. Учебная игра.	1	

18.	Совершенствование техники осаливания и переосаливания. Метание в цель. Развитие скоростных качеств. Учебная игра.	1	
19.	Передача и ловля мяча в движении. Метание мяча на дальность. Развитие выносливости. Учебная игра.	1	
20.	Обучение финтам в лапте. Передача и ловля мяча в движении. Подвижные игры и эстафеты.	1	
21.	Подача мяча. Круговая лапта. Учебная игра.	1	
22.	Закрепление техники подачи мяча в лапте. Развитие координационных способностей. Игра «Метко в цель.»	1	
23.	Упражнения с набивными мячами на развитие силовых качеств. Передача и ловля мяча в четверках. Учебная игра.	1	
24.	Совершенствование техники осаливания и переосаливания. Развитие силовых качеств в круговой тренировке.	1	
25.	Совершенствование техники осаливания и переосаливания. Развитие скоростно –силовых качеств. Подвижные игры.	1	
26.	Техника ловли низко летящего мяча. Совершенствование техники ударов сверху и сбоку. Развитие ловкости. Учебная игра.	1	
27.	Удар снизу. Индивидуальные действия в лапте. Учебная игра.	1	
28.	Обучение групповым действиям в лапте Учебная игра.	1	
29.	Развитие двигательных качеств в ОФП. Учебная игра.	1	
30.	Передача и ловля мяча. Учебная игра.	1	
31.	Эстафеты на развитие двигательных качеств. Учебная игра.	1	
32.	Командные действия в защите. Тактические действия в игре. Учебная игра.	1	
33.	Учебная игра.	1	
34.	Учебная игра.	1	
	ИТОГО	34	

Календарно-тематическое планирование

6 класс

№ п/п	Тема занятия	Кол-во Часов	Дата
1.	Техника безопасности на занятиях. Приемы страховки и само страховки. ОРУ. Спец. беговые упр.	1	
2.	Требования к спортивной одежде и обуви. Стойка игрока. Упражнения с малыми мячами. Подвижные игры.	1	
3.	Развитие игры «Русская лапта» в России. Разучивание техники перемещений. Стойка игрока. Эстафеты с мячами.	1	
4.	Российские соревнования по русской лапте. Передачи мяча. Техника перемещений. Подвижные игры.	1	
5.	Передачи и ловля мяча. Техника перемещений. Эстафеты с бегом.	1	
6.	Закрепление передачи и ловли мяча. Круговая лапта.	1	
7.	Совершенствование передачи и ловли мяча. Разновидности бега. Перемещения. Учебная игра.	1	
8.	Режим и питание спортсмена. Техника осаливания. Передача и ловля мяча. Развитие ловкости. Учебная игра.	1	
9.	Оказание первой помощи. Верхний прямой удар. Закрепление техники осаливания. Передача и ловля мяча. Подвижные игры.	1	
10.	Совершенствование техники осаливания. Техника перемещений. Пионербол.	1	
11.	Совершенствование перебежек в лапте. Передача и ловля мяча в двойках. Эстафеты с мячами.	1	
12.	Техника перемещений. Учебная игра.	1	
13.	Групповые действия в лапте. Техника ловли низко летящего мяча. Учебная игра.	1	
14.	Передача и ловля мяча в тройках. Техника перемещений. Развитие координационных способностей. Подвижные игры.	1	
15.	Передача и ловля мяча в двойках, тройках, четверках. Учебная игра.	1	
16.	Передача и ловля мяча в движении. Техника перемещений. Игра «База»	1	
17.	Удар сбоку. Метание в цель. Метание мяча на дальность. Учебная игра.	1	

18.	Совершенствование техники осаливания и переосаливания. Метание в цель. Развитие скоростных качеств. Учебная игра.	1	
19.	Передача и ловля мяча в движении. Метание мяча на дальность. Развитие выносливости. Учебная игра.	1	
20.	Обучение финтам в лапте. Передача и ловля мяча в движении. Подвижные игры и эстафеты.	1	
21.	Подача мяча. Круговая лапта. Учебная игра.	1	
22.	Закрепление техники подачи мяча в лапте. Развитие координационных способностей. Игра «Метко в цель.»	1	
23.	Упражнения с набивными мячами на развитие силовых качеств. Передача и ловля мяча в четверках. Учебная игра.	1	
24.	Совершенствование техники осаливания и переосаливания. Развитие силовых качеств в круговой тренировке.	1	
25.	Совершенствование техники осаливания и переосаливания. Развитие скоростно –силовых качеств. Подвижные игры.	1	
26.	Техника ловли низко летящего мяча. Совершенствование техники ударов сверху и сбоку. Развитие ловкости. Учебная игра.	1	
27.	Удар снизу. Индивидуальные действия в лапте. Учебная игра.	1	
28.	Обучение групповым действиям в лапте Учебная игра.	1	
29.	Развитие двигательных качеств в ОФП. Учебная игра.	1	
30.	Передача и ловля мяча. Учебная игра.	1	
31.	Эстафеты на развитие двигательных качеств. Учебная игра.	1	
32.	Командные действия в защите. Тактические действия в игре. Учебная игра.	1	
33.	Учебная игра.	1	
34.	Учебная игра.	1	
	ИТОГО	34	

Литература

1. Аникеева, Н.П. Воспитание игрой: Книга для учителя. - М.: Просвещение, 1987. - 144
2. Афанасьев, С.П. Что делать с детьми в загородном лагере. - Кострома: ИМЦ "Вариант", 1993. - 224 с.
3. Берн, Э. Игры, в которые играют люди. - М.: Прогресс, 1988. - С. 172.
4. Букатов, В.М., Ершова, А.П. Я иду на урок: Хрестоматия игровых приемов обучения: Книга для учителя. - М.: Издательство "Первое сентября", 2000. - 222 с.
5. Деятельность, общение, игра в развитии коллектива и формировании личности школьника / Под ред. А.В. Мудрика. - М., 1983. - 146 с.
6. Жуковская, Р.И. Воспитание ребенка в игре / Р.И. Жуковская. - М.: АПН РСФСР, 1963. - С. 166-211.
7. Куприянов, Б.В. Подготовка лидеров к организаторской деятельности средствами ситуационно-ролевой игры // Кострома: КГПУ им. Н.А. Некрасова, 1994. - С. 198.
8. Лутошкин, А.Н. Как вести за собой. Старшеклассникам об основах организаторской работы. - М.: Просвещение, 1978. - 208 с.
9. Рогачев, В.В. Педагогические условия включения старшеклассников в социальную деятельность / В.В. Рогачев. - Ярославль, 1994. - 186 с.
10. Фришман, И.И. Выигрывает тот, кто играет! - Н. Новгород: Педагогические технологии, 2001. - 106 с.
11. Шмаков, С.А. Игры учащихся - феномен культуры. - М.: Новая школа, 1994. - 240 с