

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Министерство общего и профессионального образования Ростовской
области**

Отдел образования Администрации Каменского района

МБОУ Гусевская СОШ

РАССМОТРЕНО
на заседании
Педагогического совета
Протокол №1 от
30.08.2024года



Рабочая программа

(ID 1390282)

Элективного курса «Лапта»

Для обучающихся 1-4 классов

Составитель:

Хомяк В.В.

Учитель начальных классов

х.Гусев, 2024г.

I . Пояснительная записка.

1. Введение

Полноценное физическое развитие и здоровье ребенка - это основа формирования личности. Социальная среда и реальная практика свидетельствуют об ухудшении здоровья населения нашей страны. Озабоченность вызывает то обстоятельство, что болезни стали широко распространяться среди школьников. Согласно исследованиям специалистов, 75 % болезней взрослых заложены в детстве. Если двадцать пять лет назад рождалось 20-25 % ослабленных детей, то сейчас число "физиологически незрелых" новорожденных утроилось.

Каждый четвертый ребенок дошкольного возраста болеет в течение года более четырех раз. Только 10 % детей приходят в школу абсолютно здоровыми. Среди отстающих детей 85-90 % отстают не из-за лени или недоразвитости, а вследствие плохого состояния здоровья. По статистике, каждый четвертый больничный лист выдается по уходу за больным ребенком.

Исследования свидетельствуют о том, что современные дети в большинстве своем испытывают "двигательный дефицит", то есть количество движений, производимых ими в течение дня, ниже возрастной нормы. Не секрет, что и в школе, и дома дети большую часть времени проводят в статичном положении (за столом, у телевизора, за компьютером и т.д.). Это увеличивает статичную нагрузку на определенные группы мышц и вызывает их утомление. Снижаются сила и работоспособность скелетной мускулатуры, что влечет за собой нарушение осанки, искривление позвоночника, плоскостопие, задержку возрастного развития быстроты, ловкости, координации движения, выносливости, гибкости и силы, то есть усугубляет неблагоприятное влияние гипокинезии. Гипокинезия, вызывая развитие обменных нарушений и избыточное отложение жира, способствует

заболеванию детей ожирением. Физическая культура является частью общей культуры общества, и выступает компонентом целостного развития личности. Она тесно связана не только с физическим развитием и совершенствованием функциональных систем организма человека, но и с формированием средствами физической культуры и спорта жизненно необходимых психических качеств, свойств и черт личности.

Наша задача как воспитателей подрастающего поколения — раскрыть духовно-нравственный потенциал русской народной традиции и довести его до ребенка в доступной форме.

Хорошо известно, что одним из видов деятельности, имеющих большое воспитательное и образовательное значение для детей, является игра. Особенность народных игр, а русских, возможно, в большей степени, в том, что они обучают развивающуюся личность социальной гармонизации на нравственной основе. Народные игры учат детей тому, что цену имеет не любое личное достижение, а такое, которое непротиворечиво вписано в жизнь детского сообщества.

Народные игры — это исторически сложившееся общественное явление, самостоятельный вид деятельности, свойственный различным народностям и регионам. Игры издавна служили средством самопознания, в них народ проявлял свои лучшие качества: доброту, благородство, взаимовыручку, самопожертвование ради других. После тяжелого трудового дня взрослые с удовольствием принимали участие в играх детей, обучая их, как надо развлекаться и отдыхать.

Лапта — именно такая игра, которая может удовлетворить большинство требований к воспитывающей игре. Как командная игра, она требует проявления товарищества, солидарности и ответственности друг за друга, учит согласовывать свои действия с действиями товарищей. В то же время лапта характеризуется интенсивностью и разнообразием двигательных действий. Это бег, прыжки, метание мяча, ловля, удар битой. У игроков вовлекаются в динамическую работу все группы мышц, увеличивается

подвижность в суставах, активизируется обмен веществ, что благоприятно сказывается на общем физическом и эмоциональном состоянии детей и подростков.

Эти двигательные действия мотивированы сюжетом игры. Специальной физической подготовленности играющим не требуется, но физически хорошо развитые игроки получают определенное преимущество в ходе игры (например, игрока, хорошо ловящего мяч, ставят в поле у линии кона, а хорошо бьющего выбирают капитаном и дают дополнительный удар по мячу).

Правила в играх определяются самими участниками в зависимости от условий, в которых проводятся игры (количество игроков, длина и ширина площадки, т.д.). Также может варьироваться и инвентарь: размеры биты, мяча и т.д.

Таким образом, русские народные игры представляют собой сознательную инициативную деятельность, направленную на достижение условной цели, установленной правилами игры, которая складывается на основе русских национальных традиций и учитывает культурные, социальные и духовные ценности русского народа.

Русская народная игра «Лапта» важна и интересна тем, что в ней отражена национальная культура: отношение к окружающей природе, быт русского народа, игры русских детей, вечная борьба добра против зла. Основная функция игры — воспитание национального самосознания. Народные игры, танцы, развлечения наиболее привлекательны и доступны для детей младшего возраста (4-10 лет), так как соответствуют психологическим особенностям этого возраста: обладают эмоциональной насыщенностью и способны активизировать интеллектуальную сферу ребенка как личности.

Работа выполнена в соответствии с практическими задачами физического воспитания учащихся средней школы.

2. Актуальность.

2.1. Нормативная база

Настоящая программа «Русская лапта» разработана в условиях реализации ФГОС второго поколения. В основу разработки программы положены основные нормативные документы:

- 1.1. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.
- 1.2. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования.
- 1.3. Приказ от 6 октября 2009 г. № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования».
- 1.4. СанПиН, 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 28.11.2002) раздел 2.9.;
- 1.5. Федеральный закон от 20.03.1999 №52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения».

2.2. Историческая справка

Лапта — это одна из первых командных игр древнерусской культуры. Первые упоминания об этой игре относятся к XIV веку. Много принадлежностей для лапты было обнаружено при раскопках Новгорода. При Петре I игру начали применять как средство физической подготовки солдат Семёновского, Преображенского и Шевардинского полков и далее для других.

Первая попытка создания официальных единых правил по русской лапте была предпринята в 1926 г. Высшим Советом по физической культуре при ВЦИК РСФСР. Но тогда лапта так и не была признана видом спорта, хотя ее популярность в народе была по-прежнему высока. И только в 1957 г. благодаря усилиям энтузиастов, состоялось первое официальное соревнование по "Русской лапте".

Первый чемпионат Российской Федерации, в 1958 г., послужил существенным стимулом к дальнейшему развитию этой народной игры в городах и областях страны. Лапта завоевала признание. В России были созданы тысячи команд. Уже в 1959 г. лапту включают в программу Спартакиады народов РСФСР.

Однако в 60-70-х гг. развитие лапты приостанавливается, эта увлекательная спортивная игра практически прекращает свое существование. Физкультурные организации страны не проявляют к ней интереса. Заслуженный мастер спорта, заслуженный тренер СССР А.М. Зимин по этому поводу говорил: "... до сих пор не могу понять, почему фактически исчезла с наших полей замечательная русская игра лапта. А во многих странах ухватились за плодотворную идею этой игры, модернизировали игру, сделали более спортивной, и теперь лаптовые виды спорта, такие, например, как бейсбол, крикет и песапалло, завоевали огромную популярность".

И только к концу 80-х гг. несправедливость, допущенная по отношению к этой интересной игре, была устранена. Новый импульс к развитию лапты дало постановление Госкомспорта СССР "О развитии бейсбола, софтбола и русской лапты", принятое в 1987 г.

Богатые традиции игры в "Русскую лапту", имевшиеся в нашей стране, не позволили ей исчезнуть окончательно, и достаточно было поддержки на официальном уровне, чтобы началось ее второе рождение.

Чем же интересна "Русская лапта", что привлекает в ней специалистов и любителей? Эта игра не требует ни особых дорогостоящих принадлежностей, ни специально фундаментально оборудованных площадок, что в настоящее время приобретает особую актуальность.

Особая ценность этой игры в том, что начинать заниматься ею можно с дошкольного возраста и продолжить эти занятия в течение многих лет жизни.

Кроме того, для игры не нужны дорогостоящий инвентарь, специальная спортивная форма и оснащенные аппаратурой игровые площадки. В условиях средней школы в лапту можно играть круглогодично.

Российская федерация лапты классифицирует эту игру на три вида:

- пляжная лапта
- русская лапта
- мини лапта

Игра доступна всем, так как включает в себя естественные двигательные действия и не требует от игроков специальной подготовки. «Русская лапта» выступает как средство совершенствования навыка, выполняемого в изменяющихся ситуациях. Игровые поединки безопасны и достаточно просты в организации, не требуют от занимающихся специальной подготовки и могут проводиться в условиях спортивного зала или открытой спортивной площадки.

Игровая деятельность ориентирована не столько на результат, сколько на сам процесс, поэтому обучающиеся не боятся, не комплексуют из-за того, что у них что-то не получается. Они полностью отдаются игре, так как игра имеет одну важную особенность: двуплановость. С одной стороны, играющий осуществляет реальное действие, с другой - многие моменты этой деятельности носят условный характер, позволяют отвлечься от реальной ситуации, действовать в воображаемой обстановке.

"Русская лапта" может носить как чисто оздоровительный, так и спортивный характер, предусматривая спортивное совершенствование молодежи. Использование лапты как средства физической культуры в оздоровительных целях, несомненно, будет способствовать формированию и совершенствованию жизненно важных двигательных умений и навыков, повышению функциональных возможностей всех систем и органов организма занимающихся, формированию потребности в общении со своими сверстниками и ориентации играющих на здоровый образ жизни,

формированию личностных качеств и позитивных черт характера. Кроме того, надо полагать, что лапта должна повышать анаэробные возможности человека, от которых зависят качества, необходимые для его выживания в экстремальных ситуациях.

Игра на свежем воздухе, особенно в весенне-осенние периоды, без сомнения, должна последовательно повышать устойчивость организма к простудным и инфекционным заболеваниям, а также вредным влияниям неблагоприятной внешней среды нашего региона.

Педагогические принципы и идеи.

Соответственно были выбраны следующие педагогические принципы и идеи:

- гуманизация образования;
- личностно-ориентированный подход;
- научность;
- интеграция;
- осуществление, как целостного, так и индивидуального подхода к воспитанию личности ребёнка;
- соответствие содержания возрастным особенностям обучающихся.

Методы и формы работы:

- эвристический;
- исследовательский;
- поощрения;
- интеграции;
- игровой;
- беседы

3. 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 «Русской 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 «Русская лапта» целям и задачам основной образовательной программы учреждения будет способствовать осуществлению пролонгированного эффекта от ее реализации в педагогической практике.

4. Отличительные особенности программы.

Программа дополнительного образования по спортивно-оздоровительному направлению «Русская лапта» составлена в соответствии с учетом материально-технического обеспечения, климатических условий, состояния здоровья детей и их индивидуальных особенностей

- предназначена для обучающихся 12-15 лет.
- рассчитана на проведение 1 часа в неделю: 36 часов в год

Программа построена на основании современных научных представлений о физиологическом, психологическом развитии ребенка этого возраста, раскрывает особенности соматического, психологического и социального здоровья. Особенности данной группы учащихся являются:

- активность;
- физическая подвижность детей;
- ведущий вид деятельности – игра.

Программа «Русская лапта» носит адаптированный характер.

Программа реализуется в условиях класса-группы.

Набор в группу осуществляется на добровольной основе.

Занятия проводятся в учебном кабинете, закрепленном за классом, спортивном зале и на игровой площадке образовательного учреждения.

Организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям школьника

Подобная реализация программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению соответствует возрастным особенностям обучающихся, способствует формированию личной культуры здоровья обучающихся.

"Русская лапта" - игра командная. Каждая команда согласно действующим правилам состоит из 10 игроков. Лапта относится к ситуационным видам спорта, особенностью которых является непрерывное изменение структуры и интенсивности двигательных актов. Известно, что общим признаком, находящим свое выражение в любой спортивной игре, является высокая психическая напряженность соревновательной борьбы. Лапта в этом отношении не составляет исключения. Вместе с тем она имеет свои особенности. В "Русской лапте", в отличие от других командных игр, не нужно забивать голы, забрасывать мячи в корзину, здесь результат определяется количеством удачно проведенных перебежек, за которые команде начисляются очки. Каждая команда старается играть как можно дольше в нападении, ведь только игра в нападении позволяет сделать результативную перебежку. В защите же можно набирать очки за пойманные с лёта мячи.

Бег, прыжки, метание мяча, ловля, удары битой и игровая ориентировка составляют основу игры. В связи с тем, что двигательная активность каждого игрока команды имеет конкретную направленность, в "Русской лапте" спортсменов различают по амплу. В нападении это первый бьющий, второй бьющий, третий бьющий, четвертый бьющий, пятый бьющий и шестой

бьющий; в защите - подающий, правый ближний, левый ближний, центральный, правый дальний и левый дальний защитники.

Нагрузка может дозироваться следующими приемами: уменьшением или увеличением числа играющих; продолжительностью игры по времени; размерами игровой площадки; количеством повторений; тяжестью предметов и наличием перерывов для отдыха. По окончании игры необходимо поощрить игрока, отметив его ловкость, силу, инициативу. Наши наблюдения в работе с детьми показали, что те дети, которые влились в игру со старта, быстрее других адаптируются к окружающей обстановке, чувствуют себя более комфортно в повседневной жизни. Доказано, что лапта улучшает физическое развитие детей, благотворно воздействует на нервную систему и укрепляют здоровье. Кроме этого, это очень эмоциональное спортивное занятие, которое может создавать очень большую физическую нагрузку на ребенка, что необходимо обязательно учитывать при организации занятий и игр. Наши занятия свободно посещают родители, с которыми часто проводятся беседы.

Игра воспитывает у детей чувства солидарности, товарищества и ответственности за действие друг друга. Правила игры способствуют воспитанию сознательной дисциплины, честности, выдержки, умению "взять себя в руки" после сильного возбуждения, сдерживать свои эгоистические порывы.

Оценивая все "за" и не имея ничего против, можно сделать вывод, что "Русская лапта" является универсальным средством для развития двигательных качеств, оздоровления и социальной адаптации учащихся.

Выводы.

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.

5. Прогнозируемые результаты

Программа по внеурочной деятельности «Русская лапта» способствует формированию личностных, регулятивных, познавательных и коммуникативных учебных действий, метапредметных и предметных результатов.

В сфере личностных универсальных учебных действий будет формироваться:

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей в игровой деятельности;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; овладение навыками сотрудничества со взрослыми и сверстниками;
- формирование этических чувств доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, внимательности, трудолюбия и упорства в достижении поставленных целей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат.

В сфере регулятивных универсальных учебных действий будут являться умения:

- организовывать места занятий физическими упражнениями и играми с музыкальным сопровождением в сотрудничестве с учителем;
- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей во время показательных выступлений, индивидуальных и групповых заданий;
- оценивать правильность выполнения действия;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей;

- проявлять инициативу в творческом сотрудничестве при составлении комплексов упражнений, игровых ситуаций;
- организовывать и проводить игры на переменах, утреннюю зарядку с музыкальным сопровождением;
- самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения упражнений, заданий учителя и вносить коррективы в исполнение по ходу реализации и после.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

Обучающийся научится:

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве ;
- договариваться и приходить к общему решению в работе по группам, микрогруппам, парам;
- контролировать действия партнёра в парных упражнениях;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь при проведении диагностики;
- задавать вопросы, необходимые для выполнения заданий творческого характера в составлении комплексов упражнений индивидуально и в сотрудничестве с партнёром.

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления в разных формах и видах физкультурной деятельности;
- приобретение знаний о русских народных играх, о традициях, истории и культуре русского народа;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха и способности конструктивно действовать даже в ситуации неуспеха;
- продуктивное сотрудничество (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении задач во внеурочной деятельности;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектом и процессами;
- умение осуществлять информационную, познавательную деятельность с использованием различных средств связи и коммуникации.

Предметные результаты:

- формирование представления о роли физической культуры для укрепления здоровья (физического, социального и психического), о позитивном влиянии физической культуры на человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- обучение разнообразным правилам русских народных игр и других физических упражнений игровой направленности;
- приобретение необходимых теоретических знаний в области физической культуры, спорта, гигиены.
- овладение умениями организовывать здоровьесформирующую и здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утрення зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (быстроты, координации, гибкости);

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований по аэробике;
- планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организации отдыха, досуга с использованием игры «Лапта»;
- изложение фактов истории развития «лапты» и её значение в жизнедеятельности человека, её места в спорте, физической культуре;
- измерение индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела);
- развитие основных физических качеств;
- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстниками при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организация и проведение со сверстниками подвижных игр, спортивных эстафет; подготовка соревнований и показательных выступлений на базе изученных элементов , осуществление объективного судейства своих сверстников;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;

6. Методическое обеспечение программы.

Для реализации данной программы используются формы и методы обучения, адекватные возрастным возможностям школьника:

Методы	Формы
--------	-------

<p>Методы формирования сознания.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Классные часы, их проведение и тематика в соответствии с планом воспитательной работы; - Беседы и диспуты с классом или индивидуально; конференции; - Мини-лекции как самостоятельная работа, продолжительность которых не более 10 – 15 мин.;
<p>Методы организации деятельности и формирования опыта поведения.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Педагогическое требование к выполнению норм поведения, правил по организации здорового образа жизни в виде просьб, совета, намёков; - Приучение и упражнение, содействующее формированию устойчивых способов поведения, привычек здорового образа жизни; - Регулярное участие в спортивных и оздоровительных мероприятиях; - Тренинги для изменения негативных внутренних установок обучающихся (в том числе и к наркотизации), формирование опыта позитивного отношения к себе, к окружающим, к миру в целом; - Круглый стол – данную форму можно применить для формирования чётких позиций, оценочных суждений в отношении тех или иных представлений о здоровом образе жизни.
<p>Методы стимулирования поведения и деятельности.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Поощрения в различных вариантах: одобрение, похвала, благодарность, предоставление почётных прав, награждение; - Наказание состоит в лишении или ограничении определённых прав, в выражении морального порицания, осуждения.
<p>Метод проектов.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Исследовательские проекты (организация опроса среди сверстников для изучения вредных привычек в

	<p>начальной школе);</p> <p>- Творческие проекты – санитарные бюллетени о здоровом образе жизни.</p>
--	--

Осуществление контроля за реализацией программы включает в себя:

- соревнования;
- зачётное проведение динамических пауз в классах с одноклассниками и первоклассниками;
- защиту игровых программ и проведение их на переменах и в группах продлённого дня;
- Деятельность в летний период времени в рамках пришкольного лагеря «Малышок», во внеурочной деятельности.
- заполнение в портфолио тестирования показателей физического здоровья и физической подготовленности.

II. Учебно - тематический план

Лапта

п/п	№	Тема	Количество часов			Даты проведения
			всего	теория	практика	
	11-3	История возникновения и развития игры «Лапта». Меры безопасности при игре.	3	1	2	02.09.2024 09.09.2024 16.09.2024
	44-8	Психологическая подготовка игрока в лапту. Правила игры.	5	1	4	23.09.2024 30.10.2024 07.10.2024

		Подготовка состава команд. Разминка. Изучение правил игры.				14.10.2024 21.10.2024
15	99-	Особенности правил игры в лапту. Особенности удара битой. Броски мяча. Ловля передачи мяча.	7	1	6	11.11.2024 18.11.2024 24.11.2024 02.12.2024 09.12.2024 16.12.2024
20	116-	Педагогический и врачебный контроль. Самоконтроль состояние здоровья обучающегося. Понятие о здоровом образе жизни.	5	1	4	23.12.2024 28.12.2024 13.01.2025 20.01.2025
30	221-	Особенности передвижения во время игры в лапту.	10	2	8	27.01.2025 03.02.2025 10.02.2025 17.02.2025 24.02.2025 03.03.2025 10.03.2025 17.03.2025
34	331-	Подготовка и проведение квалифицированных соревнований по лапте.	4	1	4	07.04.2025 14.04.2025 21.04.2025 28.04.2025
36	335-	Зачетное занятие «Русская лапта»	2		3	05.05.2025 12.05.2025 19.05.2025
37		Резервный урок	1			26.05.2025

	Итого	37	7	31	
--	-------	----	---	----	--

III. Содержание курса

1. Вводное занятие

История возникновения и развития игры «Лапта». Меры безопасности при игре.

Практическая работа: показ игры «Лапта» на примере игры старшеклассников.

2. Психологическая подготовка игрока в лапту. Правила игры.

Подготовка состава команд. Разминка. Изучение правил игры.

Практическая работа: игра в лапту.

3. Особенности правил игры в лапту. Особенности удара битой. Броски мяча. Ловля передачи мяча.

Практическая работа: учебная игра в лапту.

4. Педагогический и врачебный контроль.

Самоконтроль состояние здоровья обучающегося. Понятие о здоровом образе жизни.

Практическая работа: учебная игра, измерение пульса, составление режима дня.

5. Особенности передвижения во время игры в лапту.

Практическая работа: учебная игра, изучение правил игры.

6. Подготовка и проведение квалифицированных соревнований по лапте.

Практическая работа: Формирование команд, соревнования.

Литература

1. Аникеева, Н.П. Воспитание игрой: Книга для учителя. - М.: Просвещение, 1987. - 144 с.
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. Луттошкин, 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.