


Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Гимназия №63 Калининского района Санкт-Петербурга

«РЕКОМЕНДОВАНО»

МС ГБОУ Гимназии №63
Протокол № 7 от 08.06.2022 г.
Председатель МС  /Лаврова Т.В./

«ПРИНЯТО»

Педагогический совет
Образовательного учреждения
Протокол № 9 от 09.06.2022 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ГБОУ Гимназии №63
Туманова О.Г. 
Приказ №149 от 13.06.2022 г.



**Рабочая программа внеурочной деятельности.
«Русская лапта»
по физкультурно-спортивному направлению**

**для 8 «В» класса
возраст: 14-15 лет
(1 час в неделю, 34 часа в год)**

Составитель: Рельке Артем Петрович-Учитель физической культуры.

2022 - 2023 учебный год

Пояснительная записка.

- Рабочая программа «Русская лапта» представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности для работы с учащимися 8-х классов по физкультурно-спортивному и оздоровительному направлению развития личности.
- Рабочая программа составлена на основе:
 - - Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
 - - Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 № 1897 (далее – ФГОС основного общего образования, с изменениями и дополнениями);
 - - Плана внеурочной деятельности ГБОУ Гимназии №63 Калининского района Санкт-Петербурга на 2022-2023 учебный год.
 - - Законодательных актов, постановлений и распоряжений Правительства Российской Федерации. Постановлений и приказов Государственного комитета Российской Федерации по физической культуре и туризму, Министерства образования Российской Федерации, регламентирующих работу учреждений дополнительного образования, расположенных на территории Российской Федерации.
- Рабочая программа «Русская лапта» разработана на основе программы по физической культуре: Программы общеобразовательных учреждений. Комплексной программы физического воспитания 1 – 11 классы. Авторы В.И.Лях, А.А. Зданевич, Москва, «Просвещение», 2014 год; Спорный мяч и способы его выигрыша в игровой деятельности команд. Автор: Быков, А.В.
- Программа рассчитана на 1 час в неделю, 34 часа в год.
- Данная программа реализуется с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (далее ДОТ) и может быть использована с использованием исключительно этих технологий.
- Программа составлена с учетом требований Рабочей программы воспитания ГБОУ Гимназии №63 и ее реализация в процессе организации учебной деятельности обеспечивает:
- установление взаимоотношений субъектов деятельности на уроке как отношений субъектов единой совместной деятельности, обеспечиваемой общими активными интеллектуальными усилиями;

- организацию на уроках активной деятельности учащихся, в том числе поисково- исследовательской, на разных уровнях познавательной самостоятельности (в этом и заключается важнейшее условие реализации воспитательного потенциала современного урока - активная познавательная деятельность детей);
 - использование воспитательных возможностей предметного содержания через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе.

Учитель физической культуры в процессе организации внеурочных форм должен решать комплекс педагогических задач: образовательную, развивающую, воспитательную, оздоровительную.

Таким образом, основными задачами организации форм внеурочной деятельности по физической культуре являются следующие:

1. Расширять и углублять знания по физической культуре, и связанные с ними практические умения.
2. Формировать потребности к систематическим занятиям физическими упражнениями.
3. Выявлять и развивать у учащихся интеллектуальные и творческие способности.

Программа внеурочной деятельности «В мире спорта» предназначена для физкультурно – спортивной и оздоровительной работы с обучающимися, проявляющими интерес к физической культуре и спорту.

Материал программы предполагает изучение основ игры «Русская лапта», даётся в трёх разделах: основы знаний, общая физическая подготовка и специальная техническая подготовка.

Материал по общей физической подготовке является единым для всех спортивных игр и входит в каждое занятие курса.

Программа разработана на основе требований к результатам освоения образовательной программы.

Предлагаемая программа по внеурочной деятельности «Спортивные игры» содержит:

- пояснительную записку, состоящую из введения, цели и задач программы;
- описание особенностей реализации программы внеурочной деятельности: количество часов и место проведения занятий;
- планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности;
- тематическое планирование, состоящее из учебно-тематического плана и содержания программы по годам обучения;
- список литературы.

Цель программы:

создание условий для физического развития детей, формирование личности ребёнка средствами спортивных игр через включение их в совместную деятельность.

Задачи:

- активизировать двигательную активность школьников во внеурочное время;
- познакомить детей с разнообразием спортивных игр и возможностью использовать их при организации досуга;
- формировать умение самостоятельно выбирать, организовывать и проводить подходящую игру с учётом особенностей участников, условий и обстоятельств;
- создавать условия для проявления чувства коллективизма;
- развивать сообразительность, речь, воображение, коммуникативные умения, внимание, ловкость, сообразительность, инициативу, быстроту реакции, и так же эмоционально-чувственную сферу;

В программе отражены основные *принципы* спортивной подготовки воспитанников:

Принцип системности предусматривает тесную взаимосвязь содержания соревновательной деятельности и всех сторон учебно-тренировочного процесса: физической, технической, тактической, психологической, интегральной, теоретической подготовки; воспитательной работы; восстановительных мероприятий; педагогического и медицинского контроля.

Принцип преемственности определяет последовательность изложения программного материала по этапам многолетней подготовки в годичных циклах. Обеспечена преемственность задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, рост показателей физической, технико-тактической и интегральной подготовленности.

Принцип вариативности предусматривает в зависимости от этапа многолетней подготовки, индивидуальных особенностей воспитанника вариативность программного материала для практических занятий, характеризующихся разнообразием тренировочных средств и нагрузок, направленных на решение определенной педагогической задачи.

Планируемые результаты освоения обучающимися программы внеурочной деятельности

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются личностные, метапредметные и предметные результаты.

Личностные результаты обеспечиваются через формирование базовых национальных ценностей; *предметные* – через формирование основных элементов научного знания, а *метапредметные* результаты – через универсальные учебные действия (далее УУД).

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:

- формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;
- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

Метапредметные результаты:

- способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;
- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
- способность рационально организовать физическую и интеллектуальную деятельность;
- умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;
- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.

Оздоровительные результаты программы внеурочной деятельности:

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья, а значит, произойдет уменьшение пропусков по причине болезни и произойдет увеличение численности обучающихся, посещающих спортивные секции и спортивно-оздоровительные мероприятия;
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью.
Форма отчетной итоговой работы: Проведение спортивных соревнований.

Содержание учебного предмета, курса

Русская лапта. 34 часа.

Русская лапта. Основные правила игры.

Спортивная одежда и обувь. Техника игры в нападении и защите.

Стойки и перемещения, удары по мячу. Ловля и передача мяча.

Игра в защите. Осаливание.

Игра в нападении. Удары и перебежки.

Учебно – тематический план.

№ п/п	Дата проведения занятий		Тема занятия	Количество часов	Формы организации деятельности учащихся при проведении занятий
	По плану	По факту			
1			Техника безопасности и первая помощь пострадавшим. Оборудование. Одежда и инвентарь для игроков в лапту.	1	Беседа
2			История развития русской лапты. Основные правила проведения соревнований.	1	Беседа
3			Общая физическая подготовка. Стойка игроков.	1	Игровая, активная физическая деятельность.
4			Игра в лапту	1	Игровая, активная физическая деятельность.
5			Передача мяча на месте и в движении	1	Игровая, активная физическая деятельность.
6			Основы методики обучения и тренировки. Правила игры.	1	Беседа
7			Техника перебежек	1	Игровая, активная физическая деятельность.
8			Игра в лапту	1	Игровая, активная физическая деятельность.
9			Сочетание способов передвижений (бег, остановки, прыжки, рывки)	1	Игровая, активная физическая деятельность.
10			Игра в лапту	1	Игровая, активная физическая деятельность.
11			Специальная физическая подготовка. Тактика игры.	1	Игровая, активная физическая деятельность.
12			Игра в лапту	1	Игровая, активная физическая деятельность.
13			Общая физическая подготовка. Передача мяча в парах	1	Игровая, активная физическая деятельность.
14			Игра в лапту	1	Игровая, активная физическая деятельность.
15			Передача мяча в противостоящих колоннах на месте: справа, слева	1	Игровая, активная физическая деятельность.

16			Игра в лапту	1	Игровая, активная физическая деятельность.
17			Правила безопасного поведения при занятиях спортивными играми в спортивном зале.	1	Беседа
18			Техника ударов битой по мячу	1	Игровая, активная физическая деятельность.
19			Игра в лапту	1	Игровая, активная физическая деятельность.
20			Техника ударов битой по мячу	1	Игровая, активная физическая деятельность.
21			Игра в лапту	1	Игровая, активная физическая деятельность.
22			Пас, передача мяча. Комбинации. Общая физическая подготовка.	1	Игровая, активная физическая деятельность.
23			Игра в лапту	1	Игровая, активная физическая деятельность.
24			Техника короткого удара	1	Игровая, активная физическая деятельность.
25			Игра в лапту	1	Игровая, активная физическая деятельность.
26			Техника длинного удара	1	Игровая, активная физическая деятельность.
27			Игра в лапту	1	Игровая, активная физическая деятельность.
28			Пас, передача мяча. Комбинации. Общая физическая подготовка.	1	Игровая, активная физическая деятельность.
29			Игра в лапту	1	Игровая, активная физическая деятельность.
30			Техника наброса мяча	1	Игровая, активная физическая деятельность.
31			Игра в лапту	1	Игровая, активная физическая деятельность.
32			Техника выполнения забегания	1	Игровая, активная физическая деятельность.
33			Игра в лапту	1	Игровая, активная физическая деятельность.
34			Игра в лапту	1	Игровая, активная физическая деятельность.

Список литературы

Для педагога:

- 1) Бурцев А. Е. Детские игры и забавы: ЛШ. <Игра> в лапту // Полное собрание этнографических трудов. — СПб.: [Б. и.], 2016. — Т. VII. — С. 258. — 273 с.
 - 2) Волков М. Лапта. Правила игры — СПб.: Товарищество М. О. Вольф, 2012 — 16 с.
 - 3) Лапта // Энциклопедический словарь Брокгауза и Ефрона : в 86 т. (82 т. и 4 доп.). — СПб., 2016.
 - 4) Лапта // Толковый словарь живого великорусского языка : в 4 т. / авт.-сост. В. И. Даль. — 2-е изд. — СПб. : Типография М. О. Вольфа, 2017. — Т. 2.
 - 5) Лапта // Мелик Л. Обряды, праздники и обычаи наших предков — М.: Центрполиграф, 2017. — 470 с. — ISBN 978-5-227-07164-4
 - 6) Покровский Е. А. Детские игры, преимущественно русские (недоступная ссылка). — М.: Типолитография В. Ф. Рихтер, 2015.
 - 7) Сахаров И. П. Русские народные игры: 19. Лапта // Сказания русского народа. — Изд. 3-е. — СПб.: Тип. Сахарова, 2014. — Т. 1. — С. 81—83 (2-й пагинации).
 - 8) Олин, В.Н. Презентация нового вида спорта: отличное настоящее и великое будущее флорбола / В.Н. Олин, А.В. Олин // Теория и практика физической культуры. – 2014. - № 7.
-

