

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Удмуртской Республики

Управление образования Администрации г.Глазова

МБОУ "Гимназия № 6"

РАССМОТРЕНО
На заседании кафедры

СОГЛАСОВАНО
На педагогическом совете

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ

_____ Е.М.Ившина

Протокол №
от "30" августа 2023 г.

Протокол №
от "30" августа 2023 г.

Приказ №
от "30" августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета

«Игровая физкультура (лапта)»

для 1-4 класса начального общего образования

на 2023-24 учебный год

Составитель: Касаткин Алексей Владимирович

учитель физической культуры,
высшая категория.

г.Глазов 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

При создании рабочей программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самореализации.

В рабочей программе нашли своё отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития общества, условия деятельности образовательных организаций, запросы родителей, учителей и методистов на обновление содержания образовательного процесса, внедрение в его практику современных подходов, новых методик и технологий.

Изучение учебного предмета «Игровая физкультура» имеет важное значение в онтогенезе детей младшего школьного возраста. Оно активно воздействует на развитие их физической, психической и социальной природы, содействует укреплению здоровья, повышению защитных свойств организма, развитию памяти, внимания и мышления, предметно ориентируется на активное вовлечение младших школьников в самостоятельные занятия физической культурой и спортом.

Целью образования по физической культуре в начальной школе является формирование у учащихся основ здорового образа жизни, активной творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физическими упражнениями. Достижение данной цели обеспечивается ориентацией учебного предмета на укрепление и сохранение здоровья школьников, приобретение ими знаний и способов самостоятельной деятельности, развитие физических качеств и освоение физических упражнений оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной направленности.

Развивающая ориентация учебного предмета «Игровая физкультура» заключается в формировании у младших школьников необходимого и достаточного физического здоровья, уровня развития физических качеств и обучения физическим упражнениям разной функциональной направленности. Существенным достижением такой ориентации является постепенное вовлечение обучающихся в здоровый образ жизни за счёт овладения ими знаниями и умениями по организации самостоятельных занятий подвижными играми, наблюдений за физическим развитием и физической подготовленностью.

Воспитывающее значение учебного предмета раскрывается в приобщении обучающихся к истории традициям физической культуры и спорта народов России, формировании интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, осознании роли занятий физической культурой в укреплении здоровья, организации активного отдыха и досуга. В процессе обучения у обучающихся активно формируются положительные навыки и способы поведения, общения и взаимодействия со сверстниками и учителями, оценивания своих действий и поступков в процессе совместной коллективной деятельности.

Методологической основой структуры и содержания программы по физической культуре для начального общего образования является личностно-деятельностный подход, ориентирующий педагогический процесс на развитие целостной личности обучающихся. Достижение целостного развития становится возможным благодаря освоению младшими школьниками

двигательной деятельности, представляющей собой основу содержания учебного предмета «Игровая физкультура». Двигательная деятельность оказывает активное влияние на развитие психической и социальной природы обучающихся. Как и любая деятельность, она включает в себя информационный, операциональный и мотивационно-процессуальный компоненты, которые находят своё отражение в соответствующих дидактических линиях учебного предмета.

В структуру программы в раздел «Физическое совершенствование» вводится образовательный модуль «Прикладно-ориентированная физическая культура». Данный модуль позволит удовлетворить интересы учащихся в занятиях спортом и активном участии в спортивных соревнованиях, развитии национальных форм соревновательной деятельности и систем физического воспитания.

Содержание модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура», обеспечивается Примерными программами по видам спорта, которые рекомендуются Министерством просвещения РФ для занятий физической культурой и могут использоваться образовательными организациями исходя из интересов учащихся, физкультурно-спортивных традиций, наличия необходимой материально-технической базы, квалификации педагогического состава. Помимо Примерных программ, рекомендуемых Министерством просвещения РФ, образовательные организации могут разрабатывать своё содержание для модуля «Прикладно-ориентированная физическая культура» и включать в него популярные национальные виды спорта, подвижные игры и развлечения, основывающиеся на этнокультурных, исторических и современных традициях региона и школы. В настоящей рабочей программе представлено примерное содержание программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ (издательство Советский спорт, Москва, 2004 год), авторы: А.Ю.Костарев, кандидат педагогических наук; Р.М.Валиахметов, кандидат педагогических наук; Л.Г.Гусев, старший преподаватель кафедры спортивных дисциплин.

В программе также учтены особенности работы учителей, использующих на уроках физической культуры элементы русской лапты, материалы нормативных и рекомендательных документов Министерства образования и науки Российской Федерации, Министерства образования Удмуртской Республики.

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты. Личностные результаты представлены в программе за весь период обучения в начальной школе; метапредметные и предметные результаты — за каждый год обучения.

Результативность освоения учебного предмета учащимися достигается посредством современных научно-обоснованных инновационных средств, методов и форм обучения, информационно-коммуникативных технологий и передового педагогического опыта.

Место учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане

В 1-4 классах на изучение предмета отводится 1 час в неделю, суммарно 135 часа. Вариативные модули (не менее 1 часа в неделю) могут быть реализованы во внеурочной деятельности, в том числе в форме сетевого взаимодействия с организациями системы дополнительного образования детей.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Знания о физической культуре. Из истории развития физической культуры в России. Развитие национальных видов спорта в России.

Способы самостоятельной деятельности. Физическая подготовка. Влияние занятий физической подготовкой на работу организма. Регулирование физической нагрузки по пульсу на самостоятельных занятиях физической подготовкой. Определение тяжести нагрузки на самостоятельных занятиях физической подготовкой по внешним признакам и самочувствию. Определение возрастных особенностей физического развития и физической подготовленности посредством регулярного наблюдения. Оказание первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой.

Физическое совершенствование. Оздоровительная физическая культура. Оценка состояния осанки, упражнения для профилактики её нарушения (на расслабление мышц спины и профилактику сутулости). Упражнения для снижения массы тела за счёт упражнений с высокой активностью работы больших мышечных групп.

Спортивно-оздоровительная физическая культура.

Подвижные и спортивные игры. Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми. Подвижные игры общефизической подготовки. Модуль «Лапта». Известно, что спортивные игры произошли из народных, культивируемых в разных странах на протяжении тысячелетий. Каждая такая игра отражает особенности характера того или иного народа, его историю и быт. Русские народные игры имеют многовековую историю: они сохранились до наших дней со времен глубокой старины, передавались из поколения в поколение, вбирая в себя лучшие национальные традиции. Русская лапта много веков просуществовала как народная игра-забава. Лапта - игра командная. Она 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 и эмоциональная напряженность соревновательной борьбы.

Прикладно-ориентированная физическая культура. Упражнения физической подготовки на развитие основных физических качеств. Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

Личностные результаты освоения учебного предмета «Игровая физкультура» на уровне начального общего образования достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности.

Личностные результаты должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями приобретения первоначального опыта деятельности на их основе:

становление ценностного отношения к истории и развитию физической культуры народов России, осознание её связи с трудовой деятельностью и укреплением здоровья человека; формирование нравственно-этических норм поведения и правил межличностного общения во время подвижных игр и спортивных соревнований, выполнения совместных учебных заданий;

проявление уважительного отношения к соперникам во время соревновательной деятельности, стремление оказывать первую помощь при травмах и ушибах;

уважительное отношение к содержанию национальных подвижных игр, этнокультурным формам и видам соревновательной деятельности;

стремление к формированию культуры здоровья, соблюдению правил здорового образа жизни;

проявление интереса к исследованию индивидуальных особенностей физического развития и физической подготовленности, влияния занятий физической культурой и спортом на их показатели.

Метапредметные результаты

Метапредметные результаты отражают достижения учащихся в овладении познавательными, коммуникативными и регулятивными универсальными учебными действиями, умения их использовать в практической деятельности. Метапредметные результаты формируются на протяжении каждого года обучения.

По окончании **четвёртого года обучения** учащиеся научатся:

познавательные УУД:

сравнивать показатели индивидуального физического развития и физической подготовленности с возрастными стандартами, находить общие и отличительные особенности;

выявлять отставание в развитии физических качеств от возрастных стандартов, приводить примеры физических упражнений по их устранению;

объединять физические упражнения по их целевому предназначению: на профилактику нарушения осанки, развитие силы, быстроты и выносливости;

коммуникативные УУД:

взаимодействовать с учителем и учащимися, воспроизводить ранее изученный материал и отвечать на вопросы в процессе учебного диалога;

использовать специальные термины и понятия в общении с учителем и учащимися, применять термины при обучении новым физическим упражнениям, развитию физических качеств;

оказывать посильную первую помощь во время занятий физической культурой;

регулятивные УУД:

выполнять указания учителя, проявлять активность и самостоятельность при выполнении учебных заданий;

самостоятельно проводить занятия на основе изученного материала и с учётом собственных интересов;

оценивать свои успехи в занятиях физической культурой, проявлять стремление к развитию физических качеств, выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

Предметные результаты

к концу обучения в 1-4 классах обучающийся научится:

объяснять назначение комплекса ГТО и выявлять его связь с подготовкой к труду и защите Родины;

осознавать положительное влияние занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем;

приводить примеры регулирования физической нагрузки по пульсу при развитии физических качеств: силы, быстроты, выносливости и гибкости;

приводить примеры оказания первой помощи при травмах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом;

проявлять готовность оказать первую помощь в случае необходимости;

технически правильно выполнять подбрасывание мяча;

технически правильно выполнять удары по мячу сверху, снизу и сбоку;

технически правильно выполнять ловлю и передачу мяча в парах (тройках и т.д.) на месте, с шагом, со сменой мест, в движении;

технически правильно выполнять осаливание соперника из различных положений и с различного расстояния;

технически правильно выполнять перебежки;

играть в русскую лапту и мини-лапту по правилам Федерации русской лапты России.

организовывать и проводить занятия с младшими школьниками;

демонстрировать тактические, индивидуальные и коллективные действия в спортивных играх;

выполнять упражнения на развитие физических качеств, демонстрировать приросты в их показателях.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов		Дата изучения	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	Контр работы				
			Практ. работы				
Раздел 1. Знания о физической культуре							
1.1.	Из истории развития физической культуры в России Из истории развития национальных видов спорта	1		04.09.2022	знакомятся и обсуждают виды спорта народов, населяющих Российскую Федерацию, находят в них общие признаки и различия, готовят небольшой доклад (сообщение) о развитии национальных видов спорта в своей республике, области, регионе;	безоценочно	https://vk.com/video https://ruslapta.ru/
Итого по разделу		1					
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности							
2.1.	Влияние занятий физической подготовкой на работу систем организма	1			обсуждают работу сердца и лёгких во время выполнения физических нагрузок, выявляют признаки положительного влияния занятий	безоценочно;	

						физической подготовкой на развитие систем дыхания и кровообращения; устанавливают зависимость активности систем организма от; величины нагрузки, разучивают способы её регулирования в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой; выполняют мини-исследование по оценке тяжести физической нагрузки по показателям частоты пульса		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

2.2.	Оценка годовой динамики показателей физического развития и физической подготовленности	2				обсуждают рассказ учителя о неравномерном изменении показателей физического развития и физической подготовленности учащихся в период обучения в школе; проводят мини-исследования по определению состояния осанки с помощью теста касания рук за спиной	безоценочно;	
2.3.	Оказание первой помощи на занятиях физической культурой	1				обсуждают рассказ учителя о возможных травмах и ушибах 1 — лёгкие травмы (носовое кровотечение; порезы и потёртости; небольшие ушибы на разных частях тела; отморожение пальцев рук); 2 — тяжёлые травмы (вывихи; сильные ушибы);	безоценочно;	
Итого по разделу		4						

3.1.	<i>Модуль "Подвижные и спортивные игры".</i>						безоценочно;	
	Предупреждение травматизма на занятиях подвижными играми	1				обсуждают возможные травмы при выполнении игровых упражнений в зале и на открытой площадке, анализируют причины их появления, приводят примеры способов профилактики и предупреждения; разучивают правила профилактики травматизма и; выполняют их на занятиях подвижными и спортивными играми;		

3.2.	<i>Модуль "Подвижные и спортивные игры".</i>							
	Подвижные игры общефизической подготовки Технические действия игры в лапту	26(1кл.) 27(2-4кл.)			11.09.2022- 28.05.2023	разучивают правила подвижных игр, способы организации и подготовку мест проведения; совершенствуют ранее разученные физические упражнения; и технические действия из подвижных игр; самостоятельно организуют и играют в подвижные игры;	безоценочно	https://vk.com/video https://ruslapt.ru/
Итого по разделу		27(1кл.) 28(2-4кл.)						

Раздел 5. Прикладно-ориентированная физическая культура								
4.1.	Рефлексия: демонстрация приростов в показателях технико-тактических и физических качеств	1					безоценочно;	
Итого по разделу		1						
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ для 1кл.		33						
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ для 2-4 кл.		34						

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ для 1 класса.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контроль ные работы	практические работы		
1.	О.Т. на уроках русской лапты. Ловля-передача мяча	1			02.09.2023	безоценочно;
2.	Правила по мини-лапте	1			09.09.2023	безоценочно;
3.	Действия нападающих игроков	1			16.09.2023	безоценочно;
4.	Действия игроков защиты. Двусторонняя игра.	1			23.09.2023	безоценочно;
5.	Удар по мячу сверху. Техника удара.	1			30.09.2023	безоценочно;
6.	Подачи мяча бьющему игроку. Двусторонняя игра.	1			07.10.2023	безоценочно;
7.	Осаливание, переосаливание.	1			14.10.2023	безоценочно;
8.	Перемещения игроков. Двусторонняя игра.	1			21.10.2023	безоценочно;
9.	Перемещения игроков приставными шагами и бегом лицом вперед.	1			28.10.2023	безоценочно;
10.	Передачи мяча с различных расстояний на точность.	1			11.11.2023	безоценочно;
11.	Перемещения игроков с изменением направления.	1			18.11.2023	безоценочно;
12.	Передачи мяча с места, в движении, с поворотом.	1			25.11.2023	безоценочно;
13.	Сочетания способов перемещения. Передачи мяча на звуковой сигнал.	1			02.12.2023	безоценочно;
14.	Групповые действия защитников передней линии при ударах сверху.	1			09.12.2023	безоценочно;
15.	Тестовые упражнения.	1			16.12.2023	безоценочно;
16.	Групповые действия защитников дальней линии. Двусторонняя	1			23.12.2023	безоценочно;

	игра.					
17.	Перебежки на коротких отрезках с максимальной скоростью, челночный бег.	1			30.12.2023	безоценочно;
18.	Перебежки из положений лежа, сидя, стоя спиной.	1			13.01.2024	безоценочно;
19.	Перебежки с преодолением различных препятствий(игроки, мячи, стойки).	1			20.01.2024	безоценочно;
20.	Ловля летящего мяча двумя руками.	1			27.01.2024	безоценочно;
21.	Ловля катящегося и прыгающего мяча.	1			03.02.2024	безоценочно;
22.	Расстановка игроков для ударов по мячу.	1			10.02.2024	безоценочно;
23.	Командные действия в нападении. Двусторонняя игра	1			17.02.2024	безоценочно;
24.	Обманные действия против защитников.	1			24.02.2024	безоценочно;
25.	Командные действия в защите. Двусторонняя игра	1			10.03.2024	безоценочно;
26.	Расположение игроков защиты на площадке и действия против нападающих.	1			17.03.2024	безоценочно;
27.	Тактика игры в нападении, техника финтов.	1			24.03.2024	безоценочно;
28.	Прыжки, прогибание, увертывание.	1			07.04.2024	безоценочно;
29.	Бег по коридору шириной в 1 метр. Двусторонняя игра.	1			14.04.2024	безоценочно;
30.	Тактика игры в защите, техника осаливания.	1			21.04.2024	безоценочно;
31.	Броски мяча по неподвижным мишеням.	1			28.04.2024	безоценочно;
32.	Броски мяча по движущимся мишеням.	1			05.05.2024	безоценочно;
33.	Двусторонняя игра.	1			12.05.2024	безоценочно;
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		33				

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ для 2 класса.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольн ые работы	практические работы		
1.	О.Т. на уроках русской лапты. Ловля-передача мяча	1			02.09.2023	безоценочно;
2.	Правила по мини-лапте	1			09.09.2023	безоценочно;
3.	Действия нападающих игроков	1			16.09.2023	безоценочно;
4.	Действия игроков защиты. Двусторонняя игра.	1			23.09.2023	безоценочно;
5.	Удар по мячу сверху. Техника удара.	1			30.09.2023	безоценочно;
6.	Подачи мяча бьющему игроку. Двусторонняя игра.	1			07.10.2023	безоценочно;
7.	Осаливание, переосаливание.	1			14.10.2023	безоценочно;
8.	Перемещения игроков. Двусторонняя игра.	1			21.10.2023	безоценочно;
9.	Перемещения игроков приставными шагами и бегом лицом вперед.	1			28.10.2023	безоценочно;
10.	Передачи мяча с различных расстояний на точность.	1			11.11.2023	безоценочно;
11.	Перемещения игроков с изменением направления.	1			18.11.2023	безоценочно;
12.	Передачи мяча с места, в движении, с поворотом.	1			25.11.2023	безоценочно;
13.	Сочетания способов перемещения. Передачи мяча на звуковой сигнал.	1			02.12.2023	безоценочно;
14.	Групповые действия защитников передней линии при ударах сверху.	1			09.12.2023	безоценочно;
15.	Тестовые упражнения.	1			16.12.2023	безоценочно;
16.	Групповые действия защитников дальней линии. Двусторонняя игра.	1			23.12.2023	безоценочно;

17.	Перебежки на коротких отрезках с максимальной скоростью, челночный бег.	1			30.12.2023	безоценочно;
18.	Перебежки из положений лежа, сидя, стоя спиной.	1			13.01.2024	безоценочно;
19.	Перебежки с преодолением различных препятствий(игроки, мячи, стойки).	1			20.01.2024	безоценочно;
20.	Ловля летящего мяча двумя руками.	1			27.01.2024	безоценочно;
21.	Ловля катящегося и прыгающего мяча.	1			03.02.2024	безоценочно;
22.	Расстановка игроков для ударов по мячу.	1			10.02.2024	безоценочно;
23.	Командные действия в нападении. Двусторонняя игра	1			17.02.2024	безоценочно;
24.	Обманные действия против защитников.	1			24.02.2024	безоценочно;
25.	Командные действия в защите. Двусторонняя игра	1			10.03.2024	безоценочно;
26.	Расположение игроков защиты на площадке и действия против нападающих.	1			17.03.2024	безоценочно;
27.	Тактика игры в нападении, техника финтов.	1			24.03.2024	безоценочно;
28.	Прыжки, прогибание, увертывание.	1			07.04.2024	безоценочно;
29.	Бег по коридору шириной в 1 метр. Двусторонняя игра.	1			14.04.2024	безоценочно;
30.	Тактика игры в защите, техника осаливания.	1			21.04.2024	безоценочно;
31.	Броски мяча по неподвижным мишеням.	1			28.04.2024	безоценочно;
32.	Броски мяча по движущимся мишеням.	1			05.05.2024	безоценочно;
33.	Тестовые упражнения	1			12.05.2024	безоценочно;
34.	Двусторонняя игра.	1			19.05.2024	безоценочно;
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34				

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ для 3 класса.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольн ые работы	практические работы		
1.	О.Т. на уроках русской лапты. Ловля-передача мяча	1			02.09.2023	безоценочно;
2.	Правила по мини-лапте	1			09.09.2023	безоценочно;
3.	Действия нападающих игроков	1			16.09.2023	безоценочно;
4.	Действия игроков защиты. Двусторонняя игра.	1			23.09.2023	безоценочно;
5.	Удар по мячу сверху. Техника удара.	1			30.09.2023	безоценочно;
6.	Подачи мяча бьющему игроку. Двусторонняя игра.	1			07.10.2023	безоценочно;
7.	Осаливание, переосаливание.	1			14.10.2023	безоценочно;
8.	Перемещения игроков. Двусторонняя игра.	1			21.10.2023	безоценочно;
9.	Перемещения игроков приставными шагами и бегом лицом вперед.	1			28.10.2023	безоценочно;
10.	Передачи мяча с различных расстояний на точность.	1			11.11.2023	безоценочно;
11.	Перемещения игроков с изменением направления.	1			18.11.2023	безоценочно;
12.	Передачи мяча с места, в движении, с поворотом.	1			25.11.2023	безоценочно;
13.	Сочетания способов перемещения. Передачи мяча на звуковой сигнал.	1			02.12.2023	безоценочно;
14.	Групповые действия защитников передней линии при ударах сверху.	1			09.12.2023	безоценочно;
15.	Тестовые упражнения.	1			16.12.2023	безоценочно;
16.	Групповые действия защитников дальней линии. Двусторонняя игра.	1			23.12.2023	безоценочно;

17.	Перебежки на коротких отрезках с максимальной скоростью, челночный бег.	1			30.12.2023	безоценочно;
18.	Перебежки из положений лежа, сидя, стоя спиной.	1			13.01.2024	безоценочно;
19.	Перебежки с преодолением различных препятствий(игроки, мячи, стойки).	1			20.01.2024	безоценочно;
20.	Ловля летящего мяча двумя руками.	1			27.01.2024	безоценочно;
21.	Ловля катящегося и прыгающего мяча.	1			03.02.2024	безоценочно;
22.	Расстановка игроков для ударов по мячу.	1			10.02.2024	безоценочно;
23.	Командные действия в нападении. Двусторонняя игра	1			17.02.2024	безоценочно;
24.	Обманные действия против защитников.	1			24.02.2024	безоценочно;
25.	Командные действия в защите. Двусторонняя игра	1			10.03.2024	безоценочно;
26.	Расположение игроков защиты на площадке и действия против нападающих.	1			17.03.2024	безоценочно;
27.	Тактика игры в нападении, техника финтов.	1			24.03.2024	безоценочно;
28.	Прыжки, прогибание, увертывание.	1			07.04.2024	безоценочно;
29.	Бег по коридору шириной в 1 метр. Двусторонняя игра.	1			14.04.2024	безоценочно;
30.	Тактика игры в защите, техника осаливания.	1			21.04.2024	безоценочно;
31.	Броски мяча по неподвижным мишеням.	1			28.04.2024	безоценочно;
32.	Броски мяча по движущимся мишеням.	1			05.05.2024	безоценочно;
33.	Тестовые упражнения	1			12.05.2024	безоценочно;
34.	Двусторонняя игра.	1			19.05.2024	безоценочно;
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34				

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ для 4 класса.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	О.Т. на уроках русской лапты. Ловля-передача мяча.	1			07.09.2022	безоценочно;
2.	Правила по мини-лапте	1			14.09.2022	безоценочно;
3.	Действия нападающих игроков	1			21.09.2022	безоценочно;
4.	Действия игроков защиты. Двусторонняя игра.	1			28.09.2022	безоценочно;
5.	Удар по мячу сверху. Техника удара.	1			05.10.2022	безоценочно;
6.	Подачи мяча бьющему игроку. Двусторонняя игра.	1			12.10.2022	безоценочно;
7.	Осаливание, переосаливание.	1			19.10.2022	безоценочно;
8.	Перемещения игроков. Двусторонняя игра.	1			26.10.2022	безоценочно;
9.	Перемещения игроков приставными шагами и бегом лицом вперед.	1			09.11.2022	безоценочно;
10.	Передачи мяча с различных расстояний на точность.	1			16.11.2022	безоценочно;
11.	Перемещения игроков с изменением направления.	1			23.11.2022	безоценочно;
12.	Передачи мяча с места, в движении, с поворотом.	1			30.11.2022	безоценочно;
13.	Сочетания способов перемещения. Передачи мяча на звуковой сигнал.	1			07.12.2022	безоценочно;
14.	Групповые действия защитников передней линии при ударах сверху.	1			14.12.2022	безоценочно;
15.	Тестовые упражнения.	1			21.12.2022	безоценочно;
16.	Групповые действия защитников дальней линии. Двусторонняя игра.	1			28.12.2022	безоценочно;
17.	Перебежки на коротких отрезках с максимальной скоростью, челночный бег.	1			11.01.2023	безоценочно;
18.	Перебежки из положений лежа, сидя, стоя спиной.	1			18.01.2023	безоценочно;
19.	Перебежки с преодолением различных препятствий(игроки, мячи, стойки).	1			25.01.2023	безоценочно;
20.	Ловля летящего мяча двумя	1			01.02.2023	безоценочно;

	руками.					
21.	Ловля катящегося и прыгающего мяча.	1			08.02.2023	безоценочно;
22.	Расстановка игроков для ударов по мячу.	1			15.02.2023	безоценочно;
23.	Командные действия в нападении. Двусторонняя игра	1			22.02.2023	безоценочно;
24.	Обманные действия против защитников.	1			01.03.2023	безоценочно;
25.	Командные действия в защите. Двусторонняя игра	1			08.03.2023	безоценочно;
26.	Расположение игроков защиты на площадке и действия против нападающих.	1			15.03.2023	безоценочно;
27.	Тактика игры в нападении, техника финтов.	1			22.03.2023	безоценочно;
28.	Прыжки, прогибание, увертывание.	1			05.04.2023	безоценочно;
29.	Бег по коридору шириной в 1 метр. Двусторонняя игра.	1			12.04.2023	безоценочно;
30.	Тактика игры в защите, техника осаливания.	1			19.04.2023	безоценочно;
31.	Броски мяча по неподвижным мишеням.	1			26.04.2023	безоценочно;
32.	Броски мяча по движущимся мишеням. Двусторонняя игра.	1			03.05.2023	безоценочно;
33.	Тестовые упражнения.	1			10.05.2023	безоценочно;
34.	Двусторонняя игра.	1			17.05.2023	безоценочно;
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ		34				
ПО ПРОГРАММЕ						

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура, 1-4 класс/Лисицкая Т.С., Новикова Л.А., ООО «ДРОФА»; АО «Издательство Просвещение»;

1. Народная лапта: Учеб-метод. пос. / Авт. А.Ю. Костарев. -Уфа, 2000. - 41 с.

2.Русская лапта на уроках физкультуры в школе. Учебное пособие.2012г. / Сост. Готовцев Е.В.,доцент,канд.пед.наук, Германов Г.Н.,профессор, доктор пед .наук.,Машошина И.В.,аспирантка.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Германов Г.Н., Готовцев Е.В. Анализ состязательной нагрузки и структуры соревновательных действий юных и квалифицированных игроков в русскую лапту //Теория и практика физ. культуры. 2003, № 9, с. 50-54.
2. Готовцев Е.В. Содержание и направленность тренировочных нагрузок в годичном цикле подготовки игроков в русскую лапту 16-18 лет на этапе спортивного совершенствования: Автореферат кандидатской диссертации. М., 2003. - 23 с.
3. Гусев Л.Г. Русская лапта. Средства для развития скоростных и координационных способностей игроков / Подг. Р.М. Валиахметов, А.Ю. Костарев, С.В. Павлов. - Уфа, 2003. - 35 с.
4. Костарев А.Ю. Временные характеристики технико-тактических действий в русской лапте // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2004, № 3, с. 28-30.
5. Народная лапта: Учеб-метод. пос. / Авт. А.Ю. Костарев. -Уфа, 2000. - 41 с.
1. Русская лапта: Учеб. программа для детско-юношеских спортивных школ / Авт. А.Ю. Костарев, Р.М. Валиахметов, Л.Г. Гусев. - Уфа: Изд-во БГПИ, 2000. - 30 с.
2. Русская лапта: Модул. учеб. программа / Сост. А.Ю. Костарев. - Уфа: Изд-во БГПУ, 2002. - 24 с.
1. Русская лапта на уроках физкультуры в школе. Учебное пособие.2012г. / Сост. Готовцев Е.В.,доцент, канд.пед.наук, Германов Г.Н.,профессор, доктор пед .наук.,Машошина И.В.,аспирантка.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<https://vk.com/video>

<https://ruslapta.ru/>

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ