

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Удмуртской Республики

Управление образования Администрации г.Глазова

МБОУ "Гимназия № 6"

РАССМОТРЕНО
На заседании кафедры

Протокол №
от "30" августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО
На педагогическом совете

Протокол №
от "30" августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ

Е.М.Ившина
Приказ №
от "30" августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета

«Игровая физкультура (лапта)»

для 5-9 классов основного общего образования

на 2023-24 учебный год

Составитель: Касаткин Алексей Владимирович

учитель физической культуры,
высшая категория.

г.Глазов 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА « ИГРОВАЯ ФИЗКУЛЬТУРА»

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 самоактуализации. В рабочей программе нашли свои отражения объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития российского общества, условия деятельности образовательных организаций, возросшие требования родителей, учителей и методистов к совершенствованию содержания школьного образования, внедрению новых методик и технологий в учебно-воспитательный процесс.

В своей социально-ценностной ориентации рабочая программа сохраняет исторически сложившееся предназначение дисциплины «Игровая физкультура» в качестве средства подготовки учащихся к предстоящей жизнедеятельности, укрепления их здоровья, повышения функциональных и адаптивных возможностей систем организма, развития жизненно важных физических качеств. Программа обеспечивает преемственность с Примерной рабочей программой начального среднего общего образования, предусматривает возможность активной подготовки учащихся к выполнению нормативов «Президентских состязаний» и «Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО».

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ИГРОВАЯ ФИЗКУЛЬТУРА»

Общей целью школьного образования по физической культуре является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В рабочей программе для 5-9 класса данная цель конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом.

Развивающая направленность рабочей программы определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма занимающихся, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение школьниками знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной физической культурой, возможностью познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.

Воспитывающее значение рабочей программы заключается в содействии активной социализации школьников на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию. В число практических результатов данного направления

входит формирование положительных навыков и умений в общении и взаимодействии со сверстниками и учителями физической культуры, организации совместной учебной и консультативной деятельности.

Центральной идеей конструирования учебного содержания и планируемых результатов образования в основной школе является воспитание целостной личности учащихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы.

Реализация этой идеи становится возможной на основе содержания учебной дисциплины «Игровая физкультура», которое представляется двигательной деятельностью с её базовыми компонентами:

информационным (знания по физической культуре),
операциональным (способы самостоятельной деятельности) и
мотивационно-процессуальным (физическое совершенствование).
целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета, придания ей личностно значимого смысла, содержание рабочей программы представляется *вариативным модулем*, который входит структурным компонентом в раздел «Физическое совершенствование».

Вариативный модуль представлен в рабочей программе модулем «Лапта», содержание которого разрабатывается образовательной организацией на основе Примерных модульных программ по физической культуре для общеобразовательных организаций и детско-юношеских спортивных школ дополнительного образования, рекомендуемых Министерством просвещения Российской Федерации. Основной содержательной направленностью вариативного модуля является подготовка учащихся к выполнению нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, активное вовлечение их в соревновательную деятельность.

Исходя из интересов учащихся, традиций конкретного региона или образовательной организации, модуль «Лапта» разрабатывается учителем физической культуры на основе содержания базовой физической подготовки, национальных видов спорта, таких как лапта, современных оздоровительных систем. 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.

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ИГРОВАЯ ФИЗКУЛЬТУРА» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

В 5-9 классах на изучение предмета отводится 1 час в неделю, суммарно 169 часов.

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.

При подготовке рабочей программы учитывались личностные и метапредметные результаты, зафиксированные в Федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования и в «Универсальном кодификаторе элементов содержания и требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования».

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Знания о физической культуре. Физическая культура в основной школе: задачи, содержание и формы организации занятий. Система дополнительного обучения физической культуре; организация спортивной работы в общеобразовательной школе.

Физическая культура и здоровый образ жизни: характеристика основных форм занятий физической культурой, их связь с укреплением здоровья, организацией отдыха и досуга.

Исторические сведения об истории развития национальной игры, влиянии занятий русской лаптой на организм, характеристика её содержания и правил спортивной борьбы. Развитие и популярность в современных условиях.

Способы самостоятельной деятельности. Влияние занятий лаптой на учащихся школы, связь с умственной работоспособностью.

Проведение самостоятельных занятий физическими упражнениями на открытых площадках и в домашних условиях; подготовка мест занятий, выбор одежды и обуви; предупреждение травматизма.

Оценивание состояния организма в процессе самостоятельных занятий физической культуры и спортом.

Кроме того, по ходу обучения двигательным качествам, подготовки к выполнению тестовых нормативов, домашних заданий учитель сообщает учащимся дополнительные специальные сведения, как на уроке, так и на индивидуальных консультациях, что способствует лучшему, сознательному освоению учебного материала

Физическое совершенствование. Физкультурно-оздоровительная деятельность. Роль и значение физкультурно-оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека.

Упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов; развитие координации; формирование телосложения с использованием внешних отягощений и собственного веса тела.

Спортивно-оздоровительная деятельность. Роль и значение спортивно-оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека.

Модуль «Спортивные игры». На протяжении веков игры сопутствуют повседневной жизни детей и взрослых, вырабатывают жизненно важные качества: выносливость, силу, ловкость, быстроту, прививают честность, справедливость и достоинство.

Модуль «Лапта». Физическая подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО с использованием средств базовой физической подготовки, видов спорта и оздоровительных систем физической культуры, национальных видов спорта, культурно-этнических игр.

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.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Готовность проявлять интерес к истории и развитию физической культуры и спорта в Российской Федерации, гордиться победами выдающихся отечественных спортсменов-олимпийцев;

готовность отстаивать символы Российской Федерации во время спортивных соревнований, уважать традиции и принципы современных Олимпийских игр и олимпийского движения;

готовность ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия при организации, планировании и проведении совместных занятий физической культурой и спортом, оздоровительных мероприятий в условиях активного отдыха и досуга;

готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой, участия в спортивных мероприятиях и соревнованиях;

готовность оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах, соблюдать правила техники безопасности во время совместных занятий физической культурой и спортом;

стремление к физическому совершенствованию, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению в избранном виде спорта;

готовность организовывать и проводить занятия физической культурой и спортом на основе научных представлений о закономерностях физического развития и физической подготовленности с учётом самостоятельных наблюдений за изменением их показателей;

осознание здоровья как базовой ценности человека, признание объективной необходимости в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий физической культурой и спортом;

осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека;

способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок;

готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;

готовность соблюдать правила и требования к организации бивуака во время туристских походов, противостоять действиям и поступкам, приносящим вред окружающей среде;

освоение опыта взаимодействия со сверстниками, форм общения и поведения при выполнении учебных заданий на уроках физической культуры, игровой и соревновательной деятельности;

повышение компетентности в организации самостоятельных занятий физической культурой, планировании их содержания и направленности в зависимости от индивидуальных интересов и потребностей;

формирование представлений об основных понятиях и терминах физического воспитания и спортивной тренировки, умений руководствоваться ими в познавательной и практической деятельности, общении со сверстниками, публичных выступлениях и дискуссиях.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Универсальные познавательные действия:

проводить сравнение соревновательных упражнений и народных игр Древней Руси и современных правил лапты, выявлять их общность и различия;

анализировать влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности, устанавливать возможность профилактики вредных привычек;

характеризовать самодеятельные занятия лаптой как форму активного отдыха, выявлять их целевое предназначение в сохранении и укреплении здоровья; руководствоваться требованиями техники безопасности;

устанавливать причинно-следственную связь между планируемым и фактическим результатом игры;

устанавливать причинно-следственную связь между уровнем развития физических качеств, приобретёнными умениями и навыками;

устанавливать причинно-следственную связь между качеством владения техникой физического упражнения и возможностью возникновения травм и ушибов во время занятий физической культурой и спортом;

устанавливать причинно-следственную связь между подготовкой мест занятий на открытых площадках и правилами предупреждения травматизма.

Универсальные коммуникативные действия:

выбирать, анализировать и систематизировать информацию из разных источников об образцах техники выполнения разучиваемых упражнений, правилах планирования самостоятельных занятий физической и технической подготовкой;

вести наблюдения за развитием физических качеств, сравнивать их показатели с данными возрастно-половых стандартов, составлять планы занятий на основе определённых правил и регулировать нагрузку по частоте пульса и внешним признакам утомления;

описывать и анализировать технику разучиваемого упражнения, выделять фазы и элементы движений, подбирать подготовительные упражнения и планировать последовательность решения задач обучения; оценивать эффективность обучения посредством сравнения с эталонным образцом;

наблюдать, анализировать и контролировать технику выполнения физических упражнений другими учащимися, сравнивать её с эталонным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы их устранения;

изучать и коллективно обсуждать технику «иллюстративного образца» разучиваемого упражнения, рассматривать и моделировать появление ошибок, анализировать возможные причины их появления, выяснять способы их устранения;

тактически правильно вести игру против соперника, согласовывать индивидуальные действия с коллективными;

Универсальные учебные регулятивные действия:

составлять и выполнять индивидуальные комплексы физических упражнений с разной функциональной направленностью, выявлять особенности их воздействия на состояние организма, развитие его резервных возможностей с помощью процедур контроля и функциональных проб;

активно взаимодействовать в условиях учебной и игровой деятельности, ориентироваться на указания учителя и правила игры при возникновении конфликтных и нестандартных ситуаций, признавать своё право и право других на ошибку, право на её совместное исправление;

разучивать и выполнять технические действия в игровых видах спорта, активно взаимодействовать при совместных тактических действиях в защите и нападении, терпимо относиться к ошибкам игроков своей команды и команды соперников;

организовывать оказание первой помощи при травмах и ушибах во время занятий физической культурой и спортом, применять способы и приёмы помощи в зависимости от характера и признаков полученной травмы.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу обучения в 5-9 классах обучающийся научится:

выполнять требования безопасности на уроках физической культуры, на самостоятельных занятиях физическими упражнениями в условиях активного отдыха и досуга;

проводить измерение индивидуальной осанки и сравнивать её показатели со стандартами, составлять комплексы упражнений по коррекции и профилактике её нарушения, планировать их выполнение в режиме дня;

осуществлять профилактику утомления во время учебной деятельности;

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:

тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата изучения	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
			Контр.р работы	Практ. работы				
		всего						
Раздел 1. ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ								
1.1.	Знакомство с программным материалом и требованиями к его освоению. Знакомство с системой дополнительного обучения физической культуре и организацией спортивной работы в школе Знакомство с понятием «здоровый образ жизни» и значением здорового образа жизни в жизнедеятельности современного человека Знакомство с историей развития лапты	1			05.09.2023	осознают положительное влияние каждой из форм организации занятий на состояние здоровья, физическое развитие и физическую подготовленность	Устный опрос	https://vk.com/video https://ruslapta.ru/
Итого по разделу		1						
Раздел 2. СПОСОБЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ								
2.1.	Физическое развитие человека и факторы, влияющие на его показатели Осанка как показатель физического развития и здоровья	1						
Итого по разделу		1						
Раздел 3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ								
3.1.	Модуль «Спортивные игры. Лапта». Знакомство с понятием «физкультурно-оздоровительная деятельность на примере занятий лаптой	29(5-8кл.) 28(9кл.)			12.09.2023- 28.05.2024	знакомятся с понятием дополнительная физкультурно-оздоровительная деятельность; совершенствуют приобретённые навыки по виду спорта лапта; участвуют в соревнованиях;	безоценочно	https://vk.com/video https://ruslapta.ru/
3.2.	Упражнения на развитие гибкости	1						
3.3.	Упражнения на развитие координации	1						
Итого по разделу		31(5-8кл.) 30(9кл.)						

Раздел 4. СПОРТ							
4.1.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности	1					безоценочно
Итого по разделу		1					
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ для 5-8 кл.		34					
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ для 9 кл.		33					

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ для 5 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			05.09.2023	безоценочно;
2.	Правила по мини- лапте	1			12.09.2023	безоценочно;
3.	Действия нападающих игроков	1			19.09.2023	безоценочно;
4.	Действия игроков защиты. Двусторонняя игра.	1			26.09.2023	безоценочно;
5.	Удар по мячу сверху. Техника удара.	1			03.10.2023	безоценочно;
6.	Подачи мяча бьющему игроку. Двусторонняя игра.	1			10.10.2023	безоценочно;
7.	Осаливание, переосаливание.	1			17.10.2023	безоценочно;
8.	Перемещения игроков. Двусторонняя игра.	1			24.10.2023	безоценочно;
9.	Перемещения игроков спиной вперед, зигзагообразный бег.	1			07.11.2023	безоценочно;
10.	Сочетания способов перемещения, разнообразные прыжки, выпады.	1			14.11.2023	безоценочно;

11.	Обучение технике выполнения передачи мяча с кувырком, сидя, лежа на полу.	1			21.11.2023	безоценочно;
12.	Подачи мяча на различные высоты, на ладонь, на точность приземления.	1			28.11.2023	безоценочно;
13.	Групповые действия защитников передней линии при ударах сверху.	1			05.12.2023	безоценочно;
14.	Групповые действия защитников при перебежке нападающих с линии города и кона.	1			12.12.2023	безоценочно;
15.	Тестовые упражнения.	1			19.12.2023	безоценочно;
16.	Двусторонняя игра.	1			26.12.2023	безоценочно;
17.	Перебежки из сложных исходных положений.	1			09.01.2024	безоценочно;
18.	Зигзагообразный бег с изменением направления, ритма движения.	1			16.01.2024	безоценочно;
19.	Бег с преодолением препятствий.	1			23.01.2024	безоценочно;
20.	Ловля летящего мяча на разных уровнях двумя руками.	1			30.01.2024	безоценочно;
21.	Ловля мяча одной рукой, с различных расстояний.	1			06.02.2024	безоценочно;
22.	Удары сверху, снизу, сбоку.	1			13.02.2024	безоценочно;
23.	Осаливание, бросок мяча по различным мишеням.	1			20.02.2024	безоценочно;
24.	Расстановка игроков по игровым функциям в нападении.	1			27.02.2024	безоценочно;

25.	Командные действия в защите принципы системы защиты и расположение игроков.	1			06.03.2024	безоценочно;
26.	Двусторонняя игра.	1			13.03.2024	безоценочно;
27.	Тактика игры в нападении.	1			20.03.2024	безоценочно;
28.	Приемы, позволяющие избежать осаливание.	1			03.04.2024	безоценочно;
29.	Тактика игры в защите.	1			10.04.2024	безоценочно;
30.	Бросок мяча в игрока, совершающего финт или увертывание.	1			17.04.2024	безоценочно;
31.	Двусторонняя игра.	1			24.04.2024	безоценочно;
32.	Бросок в стоящего и бегущего игрока к осаливающему и от осаливающего.	1			08.05.2024	безоценочно;
33.	Тестовые упражнения.	1			15.05.2024	безоценочно;
34.	Двусторонняя игра.	1			22.05.2024	безоценочно;
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34				

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ для 6 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			05.09.2023	безоценочно;
2.	Правила по мини-лапте	1			12.09.2023	безоценочно;
3.	Действия нападающих игроков	1			19.09.2023	безоценочно;
4.	Действия игроков защиты. Двусторонняя игра.	1			26.09.2023	безоценочно;
5.	Удар по мячу сверху. Техника	1			03.10.2023	безоценочно;

	удара.					
6.	Подачи мяча бьющему игроку. Двусторонняя игра.	1			10.10.2023	безоценочно;
7.	Осаливание, переосаливание.	1			17.10.2023	безоценочно;
8.	Перемещения игроков. Двусторонняя игра.	1			24.10.2023	безоценочно;
9.	Перемещения игроков спиной вперед, зигзагообразный бег.	1			07.11.2023	безоценочно;
10.	Сочетания способов перемещения, разнообразные прыжки, выпады.	1			14.11.2023	безоценочно;
11.	Обучение технике выполнения передачи мяча с кувырком, сидя, лежа на полу.	1			21.11.2023	безоценочно;
12.	Подачи мяча на различные высоты, на ладонь, на точность приземления.	1			28.11.2023	безоценочно;
13.	Групповые действия защитников передней линии при ударах сверху.	1			05.12.2023	безоценочно;
14.	Групповые действия защитников при перебежке нападающих с линии города и кона.	1			12.12.2023	безоценочно;
15.	Тестовые упражнения.	1			19.12.2023	безоценочно;
16.	Двусторонняя игра.	1			26.12.2023	безоценочно;
17.	Перебежки из сложных исходных положений.	1			09.01.2024	безоценочно;
18.	Зигзагообразный бег с изменением направления, ритма движения.	1			16.01.2024	безоценочно;

19.	Бег с преодолением препятствий.	1			23.01.2024	безоценочно;
20.	Ловля летящего мяча на разных уровнях двумя руками.	1			30.01.2024	безоценочно;
21.	Ловля мяча одной рукой, с различных расстояний.	1			06.02.2024	безоценочно;
22.	Удары сверху, снизу, сбоку.	1			13.02.2024	безоценочно;
23.	Осаливание, бросок мяча по различным мишеням.	1			20.02.2024	безоценочно;
24.	Расстановка игроков по игровым функциям в нападении.	1			27.02.2024	безоценочно;
25.	Командные действия в защите принципы системы защиты и расположение игроков.	1			06.03.2024	безоценочно;
26.	Двусторонняя игра.	1			13.03.2024	безоценочно;
27.	Тактика игры в нападении.	1			20.03.2024	безоценочно;
28.	Приемы, позволяющие избежать осаливание.	1			03.04.2024	безоценочно;
29.	Тактика игры в защите.	1			10.04.2024	безоценочно;
30.	Бросок мяча в игрока, совершающего финт или увертывание.	1			17.04.2024	безоценочно;
31.	Двусторонняя игра.	1			24.04.2024	безоценочно;
32.	Бросок в стоящего и бегущего игрока к осаливающему и от осаливающего.	1			08.05.2024	безоценочно;
33.	Тестовые упражнения.	1			15.05.2024	безоценочно;
34.	Двусторонняя игра.	1			22.05.2024	безоценочно;
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34				

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ для 7 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			05.09.2023	безоценочно;
2.	Правила по мини- лапте	1			12.09.2023	безоценочно;
3.	Действия нападающих игроков	1			19.09.2023	безоценочно;
4.	Действия игроков защиты. Двусторонняя игра.	1			26.09.2023	безоценочно;
5.	Удар по мячу сверху. Техника удара.	1			03.10.2023	безоценочно;
6.	Подачи мяча бьющему игроку. Двусторонняя игра.	1			10.10.2023	безоценочно;
7.	Осаливание, переосаливание.	1			17.10.2023	безоценочно;
8.	Перемещения игроков. Двусторонняя игра.	1			24.10.2023	безоценочно;
9.	Перемещения игроков с мячами, боком, выпадами.	1			07.11.2023	безоценочно;
10.	Перемещения сочетая бег, скачки, прыжки.	1			14.11.2023	безоценочно;
11.	Передачи мяча партнеру из различных положений на точность.	1			21.11.2023	безоценочно;
12.	Подачи мяча подача мяча с помощью ног, за счет маха руки.	1			28.11.2023	безоценочно;
13.	Двусторонняя игра.	1			05.12.2023	безоценочно;
14.	Действия защитников при пропуске мяча, при осаливании пе- ребежчика.	1			12.12.2023	безоценочно;
15.	Действия защитников при ударах свечой,	1			19.12.2023	безоценочно;

	сбоку.					
16.	Двусторонняя игра.	1			26.12.2023	безоценочно;
17.	Перебежки с раздельным стартом.	1			09.01.2024	безоценочно;
18.	Челночный бег с изменением направления, ритма движения.	1			16.01.2024	безоценочно;
19.	Взаимодействия игроков нападения.	1			23.01.2024	безоценочно;
20.	Ловля мяча, летящего выше головы, слева и справа.	1			30.01.2024	безоценочно;
21.	Взаимодействия игроков защиты.	1			06.02.2024	безоценочно;
22.	Ловля мяча из положения лежа, стоя боком, сидя на площадке.	1			13.02.2024	безоценочно;
23.	Осаливание в движении.	1			20.02.2024	безоценочно;
24.	Системы игры в нападении преимущественное использование игроками ударов.	1			27.02.2024	безоценочно;
25.	Системы игры в защите, команды, проигрывающей матч.	1			06.03.2024	безоценочно;
26.	Двусторонняя игра.	1			13.03.2024	безоценочно;
27.	Тактика игры в нападении.	1			20.03.2024	безоценочно;
28.	Приемы, позволяющие избежать осаливание.	1			03.04.2024	безоценочно;
29.	Тактика игры в защите.	1			10.04.2024	безоценочно;
30.	Бросок мяча в игрока, совершающего финт или увертывание.	1			17.04.2024	безоценочно;
31.	Двусторонняя игра.	1			24.04.2024	безоценочно;
32.	Бросок в стоящего и бегущего игрока к осаливающему и	1			08.05.2024	безоценочно;

	от осаливающего.					
33.	Тестовые упражнения.	1			15.05.2024	безоценочно;
34.	Двусторонняя игра.	1			22.05.2024	безоценочно;
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34				

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ для 8 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			05.09.2023	безоценочно;
2.	Правила по мини-лапте	1			12.09.2023	безоценочно;
3.	Действия нападающих игроков	1			19.09.2023	безоценочно;
4.	Действия игроков защиты. Двусторонняя игра.	1			26.09.2023	безоценочно;
5.	Удар по мячу сверху. Техника удара.	1			03.10.2023	безоценочно;
6.	Подачи мяча бьющему игроку. Двусторонняя игра.	1			10.10.2023	безоценочно;
7.	Осаливание, переосаливание.	1			17.10.2023	безоценочно;
8.	Перемещения игроков. Двусторонняя игра.	1			24.10.2023	безоценочно;
9.	Перемещения игроков с мячами, боком, выпадами.	1			07.11.2023	безоценочно;
10.	Перемещения сочетая бег, скачки, прыжки.	1			14.11.2023	безоценочно;
11.	Передачи мяча партнеру из различных положений на точность.	1			21.11.2023	безоценочно;
12.	Подачи мяча подача мяча с помощью ног, за счет маха руки.	1			28.11.2023	безоценочно;

13.	Двусторонняя игра.	1			05.12.2023	безоценочно;
14.	Действия защитников при пропуске мяча, при осаливании перебежчика.	1			12.12.2023	безоценочно;
15.	Действия защитников при ударах свечой, сбоку.	1			19.12.2023	безоценочно;
16.	Двусторонняя игра.	1			26.12.2023	безоценочно;
17.	Перебежки с раздельным стартом.	1			09.01.2024	безоценочно;
18.	Челночный бег с изменением направления, ритма движения.	1			16.01.2024	безоценочно;
19.	Взаимодействия игроков нападения.	1			23.01.2024	безоценочно;
20.	Ловля мяча, летящего выше головы, слева и справа.	1			30.01.2024	безоценочно;
21.	Взаимодействия игроков защиты.	1			06.02.2024	безоценочно;
22.	Ловля мяча из положения лежа, стоя боком, сидя на площадке.	1			13.02.2024	безоценочно;
23.	Осаливание в движении.	1			20.02.2024	безоценочно;
24.	Системы игры в нападении преимущественное использование игроками ударов.	1			27.02.2024	безоценочно;
25.	Системы игры в защите, команды, проигрывающей матч.	1			06.03.2024	безоценочно;
26.	Двусторонняя игра.	1			13.03.2024	безоценочно;
27.	Тактика игры в нападении.	1			20.03.2024	безоценочно;
28.	Приемы, позволяющие избежать осаливание.	1			03.04.2024	безоценочно;
29.	Тактика игры в защите.	1			10.04.2024	безоценочно;

30.	Бросок мяча в игрока, совершающего финт или увертывание.	1			17.04.2024	безоценочно;
31.	Двусторонняя игра.	1			24.04.2024	безоценочно;
32.	Бросок в стоящего и бегущего игрока к осаливающему и от осаливающего.	1			08.05.2024	безоценочно;
33.	Тестовые упражнения.	1			15.05.2024	безоценочно;
34.	Двусторонняя игра.	1			22.05.2024	безоценочно;
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34				

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ для 9 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			05.09.2023	безоценочно;
2.	Правила по мини-лапте	1			12.09.2023	безоценочно;
3.	Стартовая стойка, положение ног, туловища, рук игроков, бьющих ударом сбоку, «свечой».	1			19.09.2023	безоценочно;
4.	Стартовая стойка игрока готовящегося к перебежке (низкий старт). Обучение технике на месте в целом.	1			26.09.2023	безоценочно;
5.	Сочетания способов перемещения. Разнообразные прыжки.	1			03.10.2023	безоценочно;
6.	Ловля мяча двумя руками: мячи, летящие слева и справа на разных уровнях, на	1			10.10.2023	безоценочно;

	расстоянии вытянутых рук.					
7.	Ловля мяча из положения лежа, стоя боком, сидя на площадке.	1			17.10.2023	безоценочно;
8.	Выполнение передачи кувырком. Передачи сидя, лежа на полу.	1			24.10.2023	безоценочно;
9.	Бросок мяча на точность по крупным и небольшим мишеням, стоя лицом и спиной к мишеням.	1			07.11.2023	безоценочно;
10.	Броски мяча по движущимся крупным и небольшим мишеням	1			14.11.2023	безоценочно;
11.	Подача мяча на различные высоты (от 50см до 1,5 м).	1			21.11.2023	безоценочно;
12.	Выбор биты. Способы удара битой: кистевой, локтевой, плечевой.	1			28.11.2023	безоценочно;
13.	Удары на дальность. Удар по мячу, после которого мяч летит по высокой траектории.	1			05.12.2023	безоценочно;
14.	Пробежки коротких отрезков с максимальной скоростью из сложных исходных положений (лежа, сидя, стоя спиной и т.п.).	1			12.12.2023	безоценочно;
15.	Обучение финтам (приемы, позволяющие избежать осаливание): прыжки, проскальзывание, увертывание.	1			19.12.2023	безоценочно;
16.	Двусторонняя игра.	1			26.12.2023	безоценочно;

17.	Обучение переосаливанию и самоосаливанию. Поднять мяч после броска соперника и сделать обратный бросок (осаливание).	1			09.01.2024	безоценочно;
18.	Обучение индивидуальным действиям. Выбор места для ловли мяча при ударе (сверху, сбоку).	1			16.01.2024	безоценочно;
19.	Взаимодействие ближнего, центрального, дальнего (левого, правого) при выполнении перебежки с линии города.	1			23.01.2024	безоценочно;
20.	Действия группы защитников передней линии (правый ближний, левый ближний, центральный) при ударах сверху (вправо и влево).	1			30.01.2024	безоценочно;
21.	Действия команды: а) при ударе сверху (в правую, левую зоны и по центру); б) в случаях, когда у нападающих остался один игрок, имеющий право на удар; в) при одиночных перебежках соперника; г) при групповых перебежках соперника.	1			06.02.2024	безоценочно;
22.	Взаимодействие ближних игроков передней линии (правого и левого), с центральным и игроками задней	1			13.02.2024	безоценочно;

	линии (правого и левого). Принципы системы защиты и расположение игроков защиты на площадке.					
23.	Осаливание в движении.	1			20.02.2024	безоценочно;
24.	Принципы системы нападения и расстановка игроков по игровым функциям: бьющие ударом сверху, бегунки, бьющие ударом сбоку.	1			27.02.2024	безоценочно;
25.	Системы игры в защите, команды, проигрывающей матч.	1			06.03.2024	безоценочно;
26.	Двусторонняя игра.	1			13.03.2024	безоценочно;
27.	Тактика игры в нападении.	1			20.03.2024	безоценочно;
28.	Приемы, позволяющие избежать осаливание.	1			03.04.2024	безоценочно;
29.	Тактика игры в защите.	1			10.04.2024	безоценочно;
30.	Бросок мяча в игрока, совершающего финт или увертывание.	1			17.04.2024	безоценочно;
31.	Двусторонняя игра.	1			24.04.2024	безоценочно;
32.	Бросок в стоящего и бегущего игрока к осаливающему и от осаливающего.	1			08.05.2024	безоценочно;
33.	Двусторонняя игра.	1			15.05.2024	безоценочно;
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		33				

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура, 5 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

Физическая культура, 5-7 класс/ Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В. и другие, Общество с ограниченной ответственностью «Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество «Издательство Просвещение»;
Физическая культура, 5-6 класс/Погадаев Г.И., ООО «ДРОФА»; АО «Издательство Просвещение»;
Физическая культура, 5-7 класс/Гурьев С.В.; под редакцией Виленского М.Я., ООО «Русское слово-учебник»;
Физическая культура. 8-9 классы: Учебник для общеобразоват. организаций / В. И. Лях. — М.: Просвещение.

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 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