

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С УГЛУБЛЕННЫМ ИЗУЧЕНИЕМ ПРЕДМЕТОВ  
ХУДОЖЕСТВЕННО-ЭСТЕТИЧЕСКОГО ЦИКЛА № 58 Г. ТОМСКА  
Бирюкова ул., д.22, Томск, 634062, тел.: (3822) 68-13-17, факс: (3822) 67-88-78,  
e-mail: [school58@education70.ru](mailto:school58@education70.ru)  
ОКПО 3628716 ИНН/КПП 7020014798/701701001

Приложение ООП ООО  
Приказ №321 от 31. 08. 2022

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**курса внеурочной деятельности**

**Лапта**  
для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи  
(Вариант 5.2.)  
(основное общее образование)  
7-8 классы

Составитель: Пастухов Виктор Викторович,  
учитель физической культуры

ТОМСК

## Пояснительная записка

Программа курса внеурочной деятельности «Лапта» разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в РФ» (с изменениями);
- ФГОС ООО от 17.12.2009г. № 1897;
- Письмо Минобрнауки РФ от 07 августа 2015 года № 08-1228 «Методические рекомендации по вопросам введения ФГОС ООО»
- Письмо Минобрнауки РФ «Об организации внеурочной деятельности при введении ФГОС ООО» № 03-296 от 12 мая 2011 г.
- Сан Пин 2.4.2.2821-10 от 29.12.2010 № 189 (с изменениями и дополнениями от 29.06.2011г. № 85; от 25.12.2013г. № 72; от 24.11.2015г. № 81(ОВЗ);
- Письмо Департамента общего образования Томской области «Об организации внеурочной деятельности в образовательных учреждениях ТО» №1777/01-08 от 11.06.2013г.
- Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, Стратегия развития воспитания в РФ от 29.05.2015г.;
- Концепция программы поддержки детского и юношеского чтения в РФ от 3.06.2017г. № 1155-р);
- Примерная ООП ООО (протокол от 8.04.2015г. № 1/15);
- Методический конструктор внеурочной деятельности школьников, Д.В. Григорьев, к.пед.н., П.В. Степанов, к.пед.н., Центр теории воспитания Института теории и истории педагогики РАО;
- Локальные акты (Положение об организации ВУД).

**Актуальность** программы данного курса внеурочной деятельности обусловлена необходимостью поиска и апробации таких образовательных практик, которые могли бы способствовать развитию и становлению личности обучающегося с ТНР, способной наиболее полно адаптироваться в условиях современной культуры, стать личностно и профессионально востребованной.

Адаптация программы осуществляется на основе требований Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования для обучающихся с ОВЗ, адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи (вариант 5.2). Сущность специфических образовательных потребностей для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи учитывается при организации внеурочной деятельности.

**Цель:** создание условий для развития физических качеств, формирование у обучающихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры, а в частности «Русской лапты», в организации здорового образа жизни.

### Задачи программы:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма обучающихся;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с обще-развивающей и корригирующей направленностью, посредством технических действий игры «Лапта»;
- освоение знаний о физической культуре и спорте в целом и, об игре в «Лапту» в частности, истории игры и её современном развитии, роли формирования здорового образа жизни средствами «Лапты»;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни;
- совершенствование коммуникативных навыков и опыта сотрудничества в группе;
- развитие способности делать выбор, принимать решения, отвечать за результат собственных действий.

### Коррекционные задачи:

- обеспечить обязательность непрерывности коррекционно-развивающего процесса

через предмет математика;

- оказывать помощь в овладении базовым содержанием обучения;
- развивать зрительное восприятие;
- обучать использованию всех анализаторов и компенсаторных способов деятельности в учебно-познавательном процессе и повседневной жизни;
- формировать основные навыки ориентировки в микропространстве;
- формировать адекватные (в соответствии с возрастом) предметные (конкретные и обобщенные), пространственные представления;
- развивать познавательный интерес, познавательную активность;
- создать условия успешного овладения учебной деятельностью с целью профилактики негативного отношения, обучающегося к ситуации школьного обучения;
- развивать стремление к самостоятельности и независимости от окружающих (в учебных и бытовых ситуациях), к проявлению социальной активности;
- совершенствовать адекватное использование речевых и неречевых средств общения.

**Данная программа предполагает дифференцированную помощь для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи:**

- обеспечение обучающемуся успеха в различных видах деятельности с целью предупреждения негативного отношения к учебе, ситуации школьного обучения в целом; гибкое варьирование организации процесса обучения путем использования соответствующих методики технологий;
- применение специальных методов, приёмов и средств обучения, в том числе специализированных компьютерных технологий, дидактических пособий, визуальных средств, обеспечивающих реализацию «обходных путей» коррекционного воздействия на речевые процессы, повышающих контроль за устной и письменной речью.

**Преимуществом и межпредметное взаимодействие** с такими дисциплинами, как физическая культура, биология, ОБЖ.

**В плане курса:** занятия проводятся 1 раз в неделю для обучающихся 7 класса, 34 часа в год; 1 раз в неделю для обучающихся 8 класса, 34 часа в год.

**В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы общего образования ФГОС обучение на занятиях внеурочной деятельности направлено на достижение учащимися личностных и метапредметных результатов.**

### **1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.**

#### **7 – 8 классы**

**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.

#### **Познавательные универсальные учебные действия:**

- приобретение знаний о русских народных играх, о традициях, истории и культуре русского народа;
- продуктивное сотрудничество (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении задач во внеурочной деятельности;
- умение осуществлять информационную, познавательную деятельность с использованием различных средств связи и коммуникации.

#### **Коммуникативные универсальные учебные действия:**

- научиться 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.

### **2. Содержание учебного курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности.**

#### **7 класс (34 часа)**

#### **Раздел 1. История развития русской лапты и правила ТБ на занятиях по лапте (6 часов).**

Правила ТБ при проведении спортивных и подвижных игр.

Развитие игры «Русская лапта» в России.

Требования к спортивной одежде и обуви.

Режим и питание спортсмена.

Приемы страховки и само страховки. ОРУ.

Оказание первой помощи.

#### **Раздел 2. Развитие физических качеств (7 часов).**

Специальные беговые упражнения. Стойка игрока.

Упражнения с малыми мячами.

Разучивание техники перемещений. Стойка игрока.

Эстафеты с мячами. Передачи мяча.

Техника перемещений. Передачи и ловля мяча.

Эстафеты с бегом. Закрепление передачи и ловли мяча.

Круговая лапта. Совершенствование передачи и ловли мяча.

#### **Раздел 3. Техничко-тактические действия в защите и в нападении (21 часов).**

Разновидности бега. Перемещения. Учебная игра.

Техника осаливания. Передача и ловля мяча. Развитие ловкости. Учебная игра.

Верхний прямой удар. Закрепление техники осаливания. Передача и ловля мяча. Подвижные игры.

Совершенствование техники осаливания. Техника перемещений. Учебная игра.

Пионербол.

Совершенствование перебежек в лапте. Передача и ловля мяча в двойках. Эстафеты с мячами.

Техника перемещений. Групповые действия в лапте. Учебная игра.

Техника ловли низко летящего мяча. Учебная игра.

Передача и ловля мяча в тройках. Техника перемещений. Развитие координационных способностей.

Передача и ловля мяча в двойках, тройках, четверках.

Передача и ловля мяча в движении. Игра «База».

Удар сбоку. Метание в цель. Метание мяча на дальность. Учебная игра.

Совершенствование техники осаливания и переосаливания. Метание в цель. Развитие скоростных качеств. Учебная игра.

Передача и ловля мяча в движении. Метание мяча на дальность. Развитие выносливости.

Обучение финтам в лапте. Передача и ловля мяча в движении. Учебная игра.

Подача мяча. Круговая лапта. Игра «Метко в цель».

Упражнения с набивными мячами на развитие силовых качеств. Передача и ловля мяча в четверках. Учебная игра.

Подвижные игры. Техника ловли низко летящего мяча. Совершенствование техники ударов сверху и сбоку. Удар снизу.

Индивидуальные действия в лапте. Обучение групповым действиям в лапте. Учебная игра.

Передача и ловля мяча. Учебная игра.

Командные действия в защите. Тактические действия в игре. Учебная игра.

### **8 класс (34 часа)**

#### **Раздел 1. Введение. Правила ТБ на занятиях по лапте (3 часа).**

Правила ТБ при проведении спортивных и подвижных игр.

Сдача контрольных нормативов по физической и технической подготовке.

Правила игры в русскую лапту.

#### **Раздел 2. Техничко-тактические действия в защите и в нападении (31 час).**

Развитие скоростно-силовых качеств.

Основная стойка защитника.

Расстановка в поле обороняющейся команды.

Броски и ловля мяча на месте.

Броски мяча в цель с увеличением расстояния до цели.

Передача мяча в парах на месте. Передача мяча в парах в движении.

Беговые эстафеты, челночный бег.

Разновидность ударов битой в лапте.

Техника выполнения удара сверху.

Совершенствование удара сверху.

Техника выполнения удара с боку.

Совершенствование удара с боку.

Техника выполнения удара снизу.

П/и «Салки с мячом».

Учебная игра в «Мини лапту».

Расстановка игроков при игре в защите.

Комбинации обороняющейся команды.

Действия игроков в защите при последнем ударе.

Зависимость ударов по силе, по траектории – от ситуации на игровом поле.

Выполнение перебежки одним, двумя и несколькими игроками за линию кона.

Выполнение перебежки одним, двумя и несколькими игроками за линию города.

Учебная игра в лапту.

Развитие скоростных качеств.

Развитие двигательных качеств.

Игра в лапту с заданием игрокам защиты.

Игра в лапту с заданием игрокам атаки.

Игра в лапту теннисной ракеткой.

Двухсторонняя игра в лапту на малой площадке.

Двухсторонняя игра на средней по размеру площадке.

Двухсторонняя игра на стандартной по размеру площадке.

Сдача контрольных нормативов по физической и технической подготовке.

### **8 класс (34 часа)**

#### **Раздел 1. Введение. Правила ТБ на занятиях по лапте (3 часа).**

Правила ТБ при проведении спортивных и подвижных игр.

Сдача контрольных нормативов по физической и технической подготовке.

Правила игры в русскую лапту.

## **Раздел 2. Техничко-тактические действия в защите и в нападении (31 час).**

Развитие скоростно-силовых качеств

Развитие координации ловкости и быстроты

Основная стойка защитника расстановка в поле обороняющейся команды

Броски и ловля мяча на месте.

Броски мяча в цель с увеичением расстояния до цели.

Передача мяча в парах на месте

Беговые эстафеты, челночный бег.

Разновидность ударов битой в лапте.

Техника выполнения удара сверху, сбоку

Совершенствование удара сверху. Сбоку.

Техника выполнения удара снизу

Совершенствование удара снизу

Техника выполнения бокового удара

Учебная игра в “Мини лапту”.

Учебная игра в “Мини лапту” с заданием

Расстановка игроков при игре в защите.

Комбинации обороняющийся команды.

Действия игроков в защите при последнем ударе.

Зависимость ударов по силе.

Выполнение перебежки несколькими игроками за линию кона.

Выполнение перебежки несколькими игроками за линию города.

Игра в лапту.

Развитие скоростно-силовых качеств.

Развитие скоростно-силовых качеств.

Игра в лапту

Игра в лапту

Игра в лапту утяжелённой битой

Двухсторонняя игра в лапту на площадке стандартного размера.

Двухсторонняя игра на стандартной по размеру площадке.

Сдача контрольных нормативов по физической и технической подготовке.

### **Виды внеурочной деятельности:**

Познавательная; игровая; спортивно-оздоровительная деятельность.

### **Формы организации внеурочной деятельности:**

Беседа; участие в оздоровительных процедурах; спортивные игры.

## **3. Тематическое планирование**

### **7 класс.**

<b>№</b>	<b>Название раздела</b>	<b>Часы</b>
Раздел 1.	История развития русской лапты и правила ТБ на занятиях по лапте	6
Раздел 2.	Развитие физических качеств	7
Раздел 3.	Техничко-тактические действия в защите и в нападении	21
Всего:		34

### **8 класс.**

<b>№</b>	<b>Название раздела</b>	<b>Часы</b>
Раздел 1.	Введение. Правила ТБ на занятиях по лапте	3
Раздел 2.	Раздел 2. Техничко-тактические действия в защите и в нападении (31 час).	31
Всего:		34

**ПРИЛОЖЕНИЕ**

**ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

**Учебно - методическое обеспечение**

**«Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классы» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2010)**

**Материально-техническое обеспечение**

1. Бита
2. Ноутбук.
3. Секундомер и свисток.
4. Медболы (мячи различного веса).
5. Скакалки.
6. Скамейки.
7. Мячи теннисные.
8. Мячи волейбольные.
9. Дипломы и медали для проведения соревнований.
10. Волчатник для разметки.

**Дополнительная литература**

1. Готовцев, Е. В. Содержание и направленность тренировочных нагрузок в годичном цикле подготовки игроков в русскую лапту 10-16 лет на этапе спортивного совершенствования: автореф. дис. канд. пед. наук: 13.00.04 / Готовцев Евгений Владимирович. – М., 2003. – 23 с.
2. Готовцев, Е. В. Планирование в спортивной тренировке юных игроков в русскую лапту: метод. рекомендации / Е. В. Готовцев, Г. Н. Германов. – Воронеж, 2006. – 116 с.
4. Готовцев, Е. В. Педагогический контроль в спортивной тренировке юных игроков в русскую лапту [Текст] : метод. рекомендации / Е. В. Готовцев, Г. Н. Германов. – Воронеж: [б.и.], 2006. – 131 с.
5. Комплексная программа физического воспитания учащихся I-XI классов = [Текст] / авт. В. И. Лях, А. А. Зданевич. – М.: Просвещение, 2006. – 126 с. 6. Матвеев, Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учеб. для завершающего уровня высшего физкультурного образования. – 4-е изд., испр. и доп. – СПб. : Лань, 2005. – 384 с.