

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Обуховская средняя
общеобразовательная школа Азовского района
346742 Ростовская область Азовский район
хутор Обуховка улица Степная 2 «А».
Тел./факс (8-863-42) 3-86-24, e-mail: obuhovskayasosh@mail.ru

СОГЛАСОВАНО:

зам. директора по УВР

_____ (Сухарева А.А.)

РАССМОТРЕНО:

на заседании ШМО

_____(Сухарева А.А.)
Протокол №__ от _____г.

«УТВЕРЖДАЮ»

директор МБОУ Обуховская
СОШ Азовского района

_____(Н.А.Иваненкова)
Приказ № от _____

**Рабочая программа по внеурочной деятельности
«Здоровым быть здорово. Русская лапта»
основное общее образование**

7 класс

учитель _____(П.В.Зарайченко)

х.Обуховка, Азовский район

2019 г.

Раздел 1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Здоровым быть здорово. Русская лапта» 2019-2020 учебный год.

В процессе изучения курса учащиеся должны:

знать:

- Правила игры в лапту;
- Стойки лаптистов;
- Способы ударов по мячу;
- Положение кистей рук и расположение пальцев на мяче в момент выполнения передач;
- Условное деление площадки на зоны;
- Групповые и командные взаимодействия игроков;

уметь:

- Выполнять нижний удар;
- Выполнять верхний удар;
- Выполнять удар с боку;
- Выполнять передачу;
- Выполнять приём мяча;
- Выполнять приём мяча двумя руками сверху;
- Применять технические и тактические действия в игровой подготовке.

могут научиться:

Личностные результаты - готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к учению и познанию, ценностно-смысловые установки выпускников начальной школы, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества; сформированность основ российской, гражданской идентичности.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности «Русская лапта» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- Определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя.
- Проговаривать последовательность действий на занятии.
- Учить высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному учителем плану. Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

- Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности занимающихся на занятии. Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

В результате освоения программы занимающиеся узнают:

- об истории русской лапты;
- о здоровом образе жизни;
- о факторах, влияющих на улучшение физического состояния школьников;
- о правилах спортивной игры Русская лапта

получат опыт:

- позитивного межличностного общения со сверстниками, педагогом;
- приобщения к двигательной активности, оздоровительной и общеукрепляющей направленности;
- адекватной самооценки действий, поступков и полученных результатов;

смогут:

- планировать, выполнять и анализировать свои действия и поведение для достижения общей цели;
- самостоятельно отбирать и выполнять физические упражнения для развития физических качеств;
- осуществлять само- и взаимостраховку при выполнении физических упражнений;
- применять правила безопасности в подвижных играх со своими сверстниками на спортивных и игровых площадках, в спортивных залах.

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.

Раздел 2.

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности «Здоровым быть здорово. Русская лапта» 6 класс 2019-2020 учебный год.

№ раздела	Содержание курса внеурочной деятельности	Кол-во часов по разделу	Форма организации	Вид деятельности
1.	Краткий обзор появления и развития русской лапты. Появление игры, ее распространение. Особенности инвентаря.	1	Взаимодействие со сверстниками, педагогами, родителями.	Беседа бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявления доброжелательности и отзывчивости к людям с ограниченными возможностями и нарушения состояния здоровья.
2.	Правила безопасности. Гигиена мест занятий. Причины травм и их профилактика на занятиях.	15	Исследования . Взаимодействие со сверстниками, педагогами, родителями.	Беседа бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявления доброжелательности и отзывчивости к людям с ограниченными возможностями и нарушения состояния здоровья, знание особенности воздействия двигательной активности на организм человека
3.	Организация и проведение соревнований. Ознакомление	20	Исследования. Взаимодействие	Беседа приобретение школьниками знаний о воздействии физкультурно-оздоровительных систем

	с требованиями к организации и проведению соревнований по лапте. комплексы упражнений		и со сверстниками, педагогами, родителями.	на организм человека, при помощи которых можно предупредить различные заболевания
--	---	--	--	---

Раздел 3.

Тематическое планирование по внеурочной деятельности «Здоровым быть здорово. Русская лапта» 6 класс 2019-2020 учебный год.

№ занятия	Тема занятия	Дата	
		План	Факт
1.	Индивидуальные действия с мячом и без мяча. Игра в мини-лапту.	05.09.2019	
2.	Стартовые рывки с места. Повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 20 м.	12.09.2019	
3.	Индивидуальные действия с мячом и без мяча. Игра в мини-лапту.	19.09.2019	
4.	Групповые и командные действия в защите и нападении. Игра в мини-лапту.	26.09.2019	
5.	Групповые и командные действия в защите и нападении. Игра в мини-лапту.	03.10.2019	
6.	Ловля мяча одной и двумя руками в сочетании с выполнением передачи мяча. Осаливание. Игра русская лапта.	10.10.2019	
7.	Повторить правила игры в русскую лапту. Игра в русскую лапту	17.10.2019	
8.	Ловля мяча одной и двумя руками в сочетании с выполнением передачи мяча. Осаливание. Игра русскую лапту	24.10.2019	
9.	Удары по мячу битой. Удары с верху, снизу, сбоку, на точность. Игра	31.10.2019	

	русскую лапту		
10.	Повторить жесты судьи. Игра в русскую лапту.	07.11.2019	
11.	Совершенствование подачи мяча. Ударов битой. Игра в русскую лапту.	14.11.2019	
12.	Совершенствование подачи мяча. Ударов битой. Игра в русскую лапту.	21.11.2019	
13.	Стартовые рывки с места. Ускорение из различных исходных положений.	28.11.2019	
14.	Осаливание и самоосаливание. Финты (обманные движения) при осаливании. Игра в мини-лапту.	05.12.2019	
15.	Осаливание и самоосаливание. Финты (обманные движения) при осаливании. Игра в мини-лапту.	12.12.2019	
16.	Осаливание и самоосаливание. Финты (обманные движения) при осаливании. Игра в мини-лапту.	19.12.2019	
17.	Совершенствование удара с низу. Подачи мяча. Игра в русскую лапту.	26.12.2019	
18.	Удары с верху. Подача мяча. Игра в мини-лапту.	09.01.2020	
19.	Специально-беговые упражнения. Ускорение из различных исходных положений. Игра в мини-лапту.	16.01.2020	
20.	Челночный бег 3 x10 м. из различных исходных положений. Игра в мини-лапту.	23.01.2020	
21.	Взаимодействие игроков в нападении. Игра	30.01.2020	

22.	Совершенствование взаимодействий игроков в нападении. Игра	06.02.2020	
23.	Совершенствование взаимодействий игроков в нападении. Игра	13.02.2020	
24.	Совершенствование взаимодействий игроков в нападении. Игра	20.02.2020	
25.	Удары с верху. Подача мяча. Игра в мини-лапту.	27.02.2020	
26.	Совершенствование удара с низу. Подачи мяча. Игра в русскую лапту.	05.03.2020	
27.	Повторить правила игры в мини-лапту. Жесты судей.	12.03.2020	
28.	Взаимодействие игроков в защите. Игра	19.03.2020	
29.	Совершенствование взаимодействий игроков в защите. Игра	26.03.2020	
30.	Совершенствование взаимодействий игроков в защите. Игра	02.04.2020	
31.	Удары по мячу битой. Удары с верху, с низу, сбоку, на точность. Игра русскую лапту.	09.04.2020	
32.	Совершенствование тактических и технических приёмов в игре	16.04.2020	
33.	Совершенствование тактических и технических приёмов в игре	23.04.2020	
34.	Удары по мячу битой. Удары с верху, с низу, сбоку, на точность. Игра русскую лапту.	30.04.2020	
35.	Совершенствование тактических и технических приёмов в игре	07.05.2020	
36.	Повторить правила игры в мини-лапту. Жесты судей	14.05.2020	

37.	Повторить правила игры в мини-лапту. Жесты судей	21.05.2020	
38.	Повторить правила игры в мини-лапту. Жесты судей	28.05.2020	
	Итого за учебный год 2019-2020 38 занятий.		

