

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](mailto: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**

**6 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.        | Гигиена спортсмена. Правила соревнований. Техника безопасности.               | 03.09.2019 |      |
| 2.        | Стойка игрока Ловля и передача мяча в парах на месте. Игра в русскую лапту.   | 10.09.2019 |      |
| 3.        | Стойка игрока. Ловля и передача мяча в парах на месте. Игра в русскую лапту.  | 17.09.2019 |      |
| 4.        | Стойка игрока Ловля и передача мяча в парах на месте. Игра в русскую лапту.   | 24.09.2019 |      |
| 5.        | Стойка игрока Ловля и передача мяча в парах в движении. Игра в русскую лапту. | 01.10.2019 |      |
| 6.        | Стойка игрока Ловля и передача мяча в парах в движении. Игра в русскую лапту. | 08.10.2019 |      |
| 7.        | Изучить виды передач мяча в лапте. Игра в русскую лапту.                      | 15.10.2019 |      |
| 8.        | Повторить виды передач мяча в лапте. Игра в русскую лапту.                    | 22.10.2019 |      |
| 9.        | Совершенствование передач мяча в лапте. Игра в русскую лапту.                 | 05.11.2019 |      |

|     |  |            |  |
|-----|--|------------|--|
| 10. | Совершенствование передач мяча в лапте. Игра в русскую лапту.  | 12.11.2019 |  |
| 11. | Перемещение в стойке боком, лицом. Игра в русскую лапту.   | 19.11.2019 |  |
| 12. | Перемещение в стойке боком, спиной вперёд. Ловля и передача мяча в парах в движении.                   | 26.11.2019 |  |
| 13. | Совершенствование перемещение в стойке боком, спиной вперёд. Ловля и передача мяча в парах в движении. | 03.12.2019 |  |
| 14. | Совершенствование перемещение в стойке боком, спиной вперёд. Ловля и передача мяча в парах в движении. | 10.12.2019 |  |
| 15. | Специально беговые упражнения. Пробегание отрезков 20, 40, 60 м. Игра в русскую лапту.                 | 17.12.2019 |  |
| 16. | Правила игры в русскую лапту. Игра в русскую лапту   | 24.12.2019 |  |
| 17. | Жесты судьи. Игра в русскую лапту.   |            |  |
| 18. | Пробегание отрезков 40, 60 м. Кросс до 5 мин. Игра в русскую лапту.                                    | 14.01.2020 |  |
| 19. | Удары по мячу битой. Удары с боку. Игра русская лапта.   | 21.01.2020 |  |
| 20. | Удары на точность: в определенную цель на поле. Игра.  | 28.01.2020 |  |
| 21. | Специально беговые упражнения. Пробегание отрезков 20, 40, 60 м. Игра в русскую лапту.                 | 04.02.2020 |  |
| 22. | Подача мяча. Удары битой. Игра в русскую лапту.  | 11.02.2020 |  |
| 23. | Совершенствование подачи мяча. Ударов битой. Игра в русскую лапту.                                     | 18.02.2020 |  |

|     |  |            |  |
|-----|--|------------|--|
| 24. | Совершенствование подачи мяча. Ударов битой. Игра в русскую лапту.                     | 25.02.2020 |  |
| 25. | Стартовые рывки с места. Повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 20 м. | 03.03.2020 |  |
| 26. | Совершенствование подачи мяча. Ударов битой. Игра в русскую лапту.                     | 10.03.2020 |  |
| 27. | Удары по мячу битой. Удары с низу. Подача мяча. Игра в русскую лапту.                  | 17.03.2020 |  |
| 28. | Удары снизу. Подача мяча. Игра в русскую лапту.  | 31.03.2020 |  |
| 29. | Совершенствование удара с низу. Подачи мяча. Игра в русскую лапту.                     | 07.04.2020 |  |
| 30. | Совершенствование удара с низу. Подачи мяча. Игра в русскую лапту.                     | 14.04.2020 |  |
| 31. | Стартовые рывки с места. Повторные рывки на максимальной скорости на отрезках до 20 м. | 21.04.2020 |  |
| 32. | Удары с верху. Подача мяча. Игра в мини-лапту.   | 28.04.2020 |  |
| 33. | Удары с верху. Подача мяча. Игра в мини-лапту.   | 05.05.2020 |  |
| 34. | Удары с верху. Подача мяча. Игра в мини-лапту.   | 12.05.2020 |  |
| 35. | Повторить правила игры в мини-лапту. Жесты судей                                       | 19.05.2020 |  |
| 36. | Повторить правила игры в мини-лапту. Жесты судей                                       | 26.05.2020 |  |
|     | Итого за учебный год 2019-2020 36 занятий.   |            |  |





