

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 № 360 от 01.09.2023

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

**Лапта**  
**(основное общее образование)**  
**7-8 классы**

Составитель: Пастухов Виктор Викторович,  
учитель физической культуры

г. Томск

## Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Лапта» для обучающихся 7-8 классов на уровне основного общего образования составлена на основе Требований к результатам освоения программы основного общего образования Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (далее — ФГОС ООО), а также ориентирована на целевые приоритеты, сформулированные в программе воспитания.

**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.

**Преимущество 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 класс

**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.

#### **Предметные универсальные учебные действия:**

- учащиеся познакомятся с историей возникновения русской лапты;
- учащиеся познакомятся с правилами игры в русскую лапту,
- учащиеся овладеют различными приемами владения мячом.

*Учащиеся получают возможность научиться:*

- применять тактические и стратегические приемы организации игры в русскую лапту;
- применять во время игры в русскую лапту все основные технические элементы (технику перемещения, передачи и ловли мяча, ударов битой по мячу);
- применять в игре индивидуальные навыки, и принимать участие в групповых и командных тактических действиях в нападении и защите;
- организовывать и судить школьные соревнования.

### **8 класс**

#### **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.

**Предметные универсальные учебные действия:**

- учащиеся познакомятся с историей возникновения русской лапты;
- учащиеся познакомятся с правилами игры в русскую лапту,
- учащиеся овладеют различными приемами владения мячом.

*Учащиеся получают возможность научиться:*

- применять тактические и стратегические приемы организации игры в русскую лапту;
- применять во время игры в русскую лапту все основные технические элементы (технику перемещения, передачи и ловли мяча, ударов битой по мячу);
- применять в игре индивидуальные навыки, и принимать участие в групповых и командных тактических действиях в нападении и защите;
- организовывать и судить школьные соревнования.

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

### 7 класс

#### **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 пересаливания. 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

#### **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 обороняющийся 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**

#### **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

№	Раздел курса	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Учет рабочей программы воспитания
1	История развития русской лапты и правила ТБ на занятиях по лапте	6	<a href="https://yandex.ru/search/">https://yandex.ru/search/</a> <a href="http://www.ruslapta.ru/">http://www.ruslapta.ru/</a>	Целевые ориентиры: <ul style="list-style-type: none"><li>• Знающий и принимающий свою российскую гражданскую принадлежность (идентичность) в поликультурном, многонациональном и многоконфессиональном российском обществе, в мировом сообществе.</li><li>• Проявляющий уважение к государственным символам России, праздникам.</li><li>• Проявляющий готовность к выполнению обязанностей гражданина России, реализации своих гражданских прав и свобод при уважении прав и свобод, законных интересов других людей.</li><li>• Выражающий неприятие любой дискриминации граждан, проявлений экстремизма, терроризма, коррупции в обществе.</li><li>• Принимающий участие в жизни класса, школы, в том числе самоуправления, ориентированный на участие в социально значимой деятельности.</li><li>• Сознательный свою национальную, этническую принадлежность, любящий свой народ, его традиции, культуру.</li><li>• Проявляющий уважение к историческому и культурному наследию своего и других народов России, символам, праздникам, памятникам, традициям народов, проживающих в родной стране.</li></ul>
2	Развитие физических качеств	7	<a href="http://www.youtube.com/watch?v">http://www.youtube.com/watch?v</a>	
3	Технико-тактические действия в защите и в нападении	21	<a href="http://window.edu.ru/resource/146/53146/files/school_phis1.pdf">http://window.edu.ru/resource/146/53146/files/school_phis1.pdf</a> <a href="http://eidos.ru/olymp/sports/">http://eidos.ru/olymp/sports/</a>	

			<ul style="list-style-type: none"><li>• Проявляющий интерес к познанию родного языка, истории и культуры своего края, своего народа, других народов России.</li><li>• Знающий и уважающий достижения нашей Родины — России в науке, искусстве, спорте, технологиях, боевые подвиги и трудовые достижения, героев и защитников Отечества в прошлом и современности.</li><li>• Принимающий участие в мероприятиях патриотической направленности.</li><li>• Знающий и уважающий духовно-нравственную культуру своего народа, ориентированный на духовные ценности и нравственные нормы народов России, российского общества в ситуациях нравственного выбора (с учётом национальной, религиозной принадлежности).</li><li>• Выражающий готовность оценивать своё поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиций традиционных российских духовно-нравственных ценностей и норм с учётом осознания последствий поступков.</li><li>• Выражающий неприятие антигуманных и асоциальных поступков, поведения, противоречащих традиционным в России духовно-нравственным нормам и ценностям.</li><li>• Сознательное отношение свободы и ответственности личности в условиях индивидуального и общественного пространства, значение и ценность межнационального, межрелигиозного согласия людей, народов в России, умеющий общаться с людьми разных народов, вероисповеданий.</li><li>• Понимающий ценность жизни, здоровья и безопасности, значение личных усилий в сохранении здоровья, знающий и соблюдающий правила безопасности, безопасного</li></ul>
--	--	--	---



				<p>поведения, в том числе в информационной среде.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Выражающий установку на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярную физическую активность).</li> <li>• Проявляющий неприятие вредных привычек (курения, употребления алкоголя, наркотиков, игровой и иных форм зависимостей), понимание их последствий, вреда для физического и психического здоровья.</li> <li>• Умеющий осознавать физическое и эмоциональное состояние (свое и других людей), стремящийся управлять собственным эмоциональным состоянием.</li> <li>• Способный адаптироваться к меняющимся социальным, информационным и природным условиям, стрессовым ситуациям.</li> </ul>
			ИТОГО: 34 ч.	

#### 8 класс

№	Раздел курса	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Учет рабочей программы воспитания
1	Введение. Правила ТБ на занятиях по лапте	3	<a href="https://yandex.ru/search/">https://yandex.ru/search/</a>	<p>Целевые ориентиры:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Знающий и принимающий свою российскую гражданскую принадлежность (идентичность) в поликультурном, многонациональном и многоконфессиональном российском обществе, в мировом сообществе.</li> <li>• Проявляющий уважение к государственным символам России, праздникам.</li> <li>• Проявляющий готовность к выполнению обязанностей гражданина России, реализации своих гражданских прав и свобод при уважении прав и свобод, законных интересов других людей.</li> <li>• Выражающий неприятие любой дискриминации граждан, проявлений экстремизма, терроризма, коррупции в обществе.</li> </ul>
2	Технико-тактические действия в защите и в нападении (31 час).	31	<a href="http://www.ruslapta.ru/">http://www.ruslapta.ru/</a> <a href="http://www.youtube.com/watch?v">http://www.youtube.com/watch?v</a> <a href="http://window.edu.ru/resource/146/53146/files/school_phis1.pdf">http://window.edu.ru/resource/146/53146/files/school_phis1.pdf</a> <a href="http://eidos.ru/olymp/sports/">http://eidos.ru/olymp/sports/</a>	

			<ul style="list-style-type: none"><li>• Принимающий участие в жизни класса, школы, в том числе самоуправления, ориентированный на участие в социально значимой деятельности.</li><li>• Сознающий свою национальную, этническую принадлежность, любящий свой народ, его традиции, культуру.</li><li>• Проявляющий уважение к историческому и культурному наследию своего и других народов России, символам, праздникам, памятникам, традициям народов, проживающих в родной стране.</li><li>• Проявляющий интерес к познанию родного языка, истории и культуры своего края, своего народа, других народов России.</li><li>• Знающий и уважающий достижения нашей Родины — России в науке, искусстве, спорте, технологиях, боевые подвиги и трудовые достижения, героев и защитников Отечества в прошлом и современности.</li><li>• Принимающий участие в мероприятиях патриотической направленности.</li><li>• Знающий и уважающий духовно-нравственную культуру своего народа, ориентированный на духовные ценности и нравственные нормы народов России, российского общества в ситуациях нравственного выбора (с учётом национальной, религиозной принадлежности).</li><li>• Выражающий готовность оценивать своё поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиций традиционных российских духовно-нравственных ценностей и норм с учётом осознания последствий поступков.</li><li>• Выражающий неприятие антигуманных и асоциальных поступков, поведения, противоречащих традиционным в России духовно-нравственным нормам и ценностям.</li><li>• Сознающий соотношение свободы и ответственности личности в условиях</li></ul>
--	--	--	--

				<p>индивидуального и общественного пространства, значение и ценность межнационального, межрелигиозного согласия людей, народов в России, умеющий общаться с людьми разных народов, вероисповеданий.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Понимающий ценность жизни, здоровья и безопасности, значение личных усилий в сохранении здоровья, знающий и соблюдающий правила безопасности, безопасного поведения, в том числе в информационной среде.</li> <li>• Выражающий установку на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярную физическую активность).</li> <li>• Проявляющий неприятие вредных привычек (курения, употребления алкоголя, наркотиков, игровой и иных форм зависимостей), понимание их последствий, вреда для физического и психического здоровья.</li> <li>• Умеющий осознавать физическое и эмоциональное состояние (свое и других людей), стремящийся управлять собственным эмоциональным состоянием.</li> <li>• Способный адаптироваться к меняющимся социальным, информационным и природным условиям, стрессовым ситуациям.</li> </ul>
			ИТОГО	34ч.

**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 проведенных 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.