

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,
е-mail: 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 задержкой психического развития (вариант 7.2.)
(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 ЗПР, 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 задержкой психического развития (вариант 7.2). Сущность специфических образовательных потребностей для обучающихся с задержкой психического развития 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 внеурочную деятельность;
- обеспечивать особую пространственную и временную организацию образовательной среды с учетом функционального состояния центральной нервной системы и нейродинамики психических процессов, для обучающихся ЗПР (быстрой истощаемости, низкой работоспособности, пониженного общего тонуса и др.)
- осуществлять коррекцию поведения, специальную психокоррекционную помощь;
- формировать осознанную саморегуляцию познавательной деятельности и поведения;
- осуществлять профилактику и коррекцию социокультурной и школьной дезадаптации;
- развивать учебно-познавательную деятельность обучающихся с ЗПР;
- стимулировать познавательную активность, побуждать интерес к себе, окружающему предметному и социальному миру;
- повышать мотивацию к школьному обучению;
- развивать средства коммуникации, приемы конструктивного общения и взаимодействия (со сверстниками, с взрослыми);
- гибкое варьирование организации процесса обучения путем расширения/сокращения содержания предметных областей, использования соответствующих методик и технологий;

Данная программа предполагает дифференцированную помощь для обучающихся с ЗПР: организация процесса обучения с учетом специфики усвоения знаний, умений и навыков обучающихся с ЗПР с учетом темпа учебной работы ("пошаговым" предъявлении материала, дозированной помощи взрослого, использовании специальных методов, приемов и средств, способствующих как общему развитию обучающегося, так и компенсации индивидуальных недостатков развития);

- создание условий для формирования логического и абстрактного мышления у школьников как основы их дальнейшего эффективного обучения;
- оказывать помощь в овладении базовым содержанием обучения;
- учет актуальных и потенциальных познавательных возможностей, обеспечение индивидуального темпа обучения и продвижения в образовательном пространстве для разных категорий, обучающихся с ЗПР;
- специальное обучение «переносу» сформированных знаний и умений в новые ситуации взаимодействия с действительностью
- помощь в осмыслении и расширении контекста усваиваемых знаний, в закреплении и совершенствовании освоенных умений;
- постоянная актуализация знаний, умений и одобряемых обществом норм поведения.

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 самостраховки. 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.

№	Название раздела	Часы
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.

№	Название раздела	Часы
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 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.