

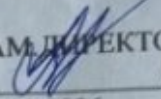
МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«МЕДВЕДСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА ИМЕНИ ГЕРОЯ
СОВЕТСКОГО СОЮЗА А.Г. РОМАНОВА»**

ПРИНЯТО

Решением методического объединения
учителей-предметников
Приказ №1 от 27.08.2026

СОГЛАСОВАНА

ЗАМ. ДИРЕКТОРА ПО УВР

Огурцова Е.А.
27.08.2026

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**учебного предмета «Физическая культура»
Модуль «Лепта»**

для обучающихся 1-4 классов



ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА МОДУЛЯ "ЛАПТА"

Физическая культура является неотъемлемой частью культуры общества, представляющая собой совокупность ценностей и знаний, создаваемых и используемых в целях физического и интеллектуального развития способностей человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового образа жизни, социальной адаптации путем физического воспитания, физической подготовки и физического развития.

Физическое воспитание в образовательных организациях, реализующих основные общеобразовательные программы, является универсальным средством формирования разносторонней и гармонично развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Учебный предмет «Физическая культура» обладает широкими возможностями в использовании форм, средств и методов обучения, воспитания и оздоровления. Его содержание направлено на развитие физических качеств, двигательных способностей, совершенствование всех видов физкультурно- спортивной деятельности, формирование культуры здорового образа жизни, формирование национально – культурных ценностей и традиций, обеспечение мотивации и потребности к занятиям физической культурой.

В настоящее время обновление содержания учебного предмета «Физическая культура» включает развитие и внедрение спортивно-ориентированных форм обучения, реализацию образовательных программ на основе традиционных, прикладных и популярных у обучающихся видов спорта, в том числе лапты.

Большим преимуществом лапты по сравнению с другими игровыми видами спорта является ее экономическая доступность, что в современных условиях играет немаловажную роль. При проведении учебной и внеклассной работы не требуется больших средств на приобретение оборудования и инвентаря. Для игры достаточно простой ровной площадки размером 45-55 м в длину, 25-40 м в ширину, несколько цельнодеревянных бит длиной от 60 до 110 см и мяча для игры в большой теннис.

Лапта – это двухсторонняя командная игра, которая проводится на прямоугольной площадке, ограниченной боковыми и лицевыми линиями. Цель одной команды совершить как можно больше перебежек после совершенных ударов битой по мячу, в отведенное для игры время, где каждый игрок, совершивший полную перебежку, приносит своей команде два очка. Цель другой команды не дать соперникам сделать перебежки посредством осаливания мячом и поймать больше «свечей», причем, осалив перебежчика, команда получает право на удары и перебежки.

Игровая деятельность в лапте таит в себе большие возможности не только для физического, но и нравственного воспитания детей, особенно для развития познавательных интересов, выработки воли и характера, формирования умения ориентироваться в окружающей действительности, воспитания чувства коллективизма. Игровой процесс обеспечивает развитие образовательного потенциала личности, ее индивидуальности, творческого отношения к деятельности.

Процесс формирования знаний, умений и навыков неразрывно связан с задачей развития умственных и физических способностей занимающихся.

Воспитывающий характер процесса обучения двигательным действиям делает необходимым постановку и решение на уроке задач по формированию двигательных навыков и развитию определенных интеллектуальных, морально-волевых, эстетических качеств личности учащихся и организацию условий для их лучшего решения.

Занятия лаптой способствуют развитию у обучающихся основных физических качеств. Важнейшим качеством для игры в лапту является скорость. Она зависит не только от двигательных реакций, но и от быстроты мышления и уровня развития морально-волевых качеств. Силовые качества в лапте находят свое выражение в выполнении удара по мячу, в прыжковой деятельности, в скорости бега и т.д. Для развития этого качества на уроках применяются упражнения с набивными мячами, утяжеленными битами, приседания с отягощением, метания мячей на дальность. В процессе игры воспитываются и такие физические качества как ловкость, гибкость, скорость, выносливость и их сочетания, которые необходимы для всестороннего развития школьника.

На уроках лапты с успехом могут решаться и воспитательные задачи, так как в процессе игры для достижения общей победы учащиеся должны постоянно взаимодействовать друг с другом, преодолевать сопротивления соперника. Это помогает воспитанию дружбы, коллективизма, инициативности, решительности, а также комплекса психолого-физиологических качеств.

Игре в лапту свойственна высокая эмоциональная окраска и большой зрелищный эффект. Это во многом облегчает решение одной из важнейших задач физического воспитания школьников: сначала привить интерес, а затем сформировать потребность в занятиях физической культурой. Эффективность уроков по лапте в общеобразовательной школе достигается рациональным планированием учебного материала.

Занятия в лапту предполагают проведение обучения на открытом воздухе с использованием естественной площадки с травяным покрытием. Однако проведение обучения можно организовать и в спортивном зале. Лапта в закрытых помещениях будет способствовать подготовке учащихся и позволит сохранить необходимые навыки в течение года.

Таким образом, в процессе проведения уроков по русской лапте учитель физической культуры должен направить свои усилия на то, чтобы в ходе занятий спортивной игрой укрепить здоровье детей, улучшить их физическую подготовленность, добиться прочного освоения жизненно необходимых умений и навыков, воспитать потребность и умение самостоятельно заниматься физическими упражнениями, содействовать воспитанию нравственных и волевых качеств личности.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ МОДУЛЯ "ЛАПТА"

Цель рабочей программы учебного предмета «Физическая культура» (модуль «Лапта») для образовательных организаций, реализующих образовательные программы начального общего образования (далее – Модуль) является формирование у обучающихся навыков общечеловеческой культуры и социального самоопределения, устойчивой мотивации к

сохранению и укреплению собственного здоровья, ведению здорового образа жизни через занятия физической культурой и спортом с использованием средств вида спорта лапта.

Задачи Модуля:

- всестороннее гармоничное развитие детей и подростков, увеличение объёма их двигательной активности;
 - - укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей их организма, обеспечение безопасности на занятиях по лапте;
 - - освоение знаний о физической культуре и спорте в целом, истории развития лапты в частности;
 - - формирование общих представлений о лапте, о ее возможностях и значении в процессе укрепления здоровья, физическом развитии и физической подготовке обучающихся;
 - - формирование образовательного базиса, основанного как на знаниях и умениях в области физической культуры и спорта, так и на соответствующем культурном уровне развития личности обучающегося, создающем необходимые предпосылки для его самореализации;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами вида спорта «Лапта»; - воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества;
- развитие положительной мотивации и устойчивого учебно- познавательного интереса к предмету «Физическая культура», удовлетворение индивидуальных потребностей, обучающихся в занятиях физической культурой и спортом;
- выявление, развитие и поддержка одарённых детей в области спорта.

Преимущество Модуля заключается в том, что технологии вида спорта «Лапта» позволяют успешно решать весь комплекс вышеперечисленных задач, являясь действенным средством укрепления здоровья детей и подростков в школе, подготовки обучающихся к выполнению нормативов испытаний (тестов) ВФСК «Готов к труду и обороне» (ГТО) и подготовки юношей к службе в Вооруженных Силах Российской Федерации, формируют навыки собственной безопасности и культуры поведения при занятиях физической культурой и спортом.

В Модуле специфика лапты удачно сочетается практически со всеми базовыми видами спорта, входящими в учебный предмет «Физическая культура» в школе (легкая атлетика, гимнастика, спортивные игры), предполагая доступность освоения учебного материала всем возрастным категориям обучающихся независимо от уровня их физического развития и гендерных особенностей.

Модуль расширяет принцип интеграции уроков физической культуры с такими формами, как внеурочная деятельность, школьные спортивные клубы, занятия в дополнительном образовании физкультурно-спортивной направленности, участие в соревнованиях.

Процесс реализации Модуля, опираясь на интегративный подход в обучении, позволяет планомерно реализовывать поставленную цель и последовательно решать задачи физического и социального воспитания детей и подростков на протяжении всех лет их пребывания в общеобразовательной организации.

Модуль «Лапта» разработан в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – Закон), который действует в интересах обучающихся образовательных организаций и утверждает:

- - право образовательных организаций на самостоятельность в осуществлении образовательной деятельности и свободе в определении содержания образования, разработке и утверждении своих образовательных программ, выборе учебно-методического обеспечения, образовательных технологий по реализуемым ими образовательным программам (п. 1, п. 2, п. п. 6 п.3 ст.28 Закона);
- - право педагогических работников на свободу выбора и использования педагогически обоснованных форм, средств, методов обучения и воспитания, а также право на творческую инициативу, разработку и применение авторских программ и методов обучения, и воспитания в пределах реализуемой
- - образовательной программы, отдельного учебного предмета, курса, дисциплины (модуля) (п.п.2 и 3 п. 3 ст. 47 Закона).
- - Модуль учитывает: федеральные государственные образовательные стандарты начального общего образования, утвержденные приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 05.2021 г. № 286; федеральные государственные образовательные стандарты основного общего образования, утвержденные приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 г. № 287; федеральные государственные образовательные стандарты среднего общего образования, утвержденные приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.12.2014 г. № 1645; примерную программу воспитания (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол № 2/20 от 2 июня 2020 г.) и направлен на реализацию цели и задач Концепции преподавания учебного предмета
- - «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы, утвержденной протоколом заседания коллегии Министерства просвещения Российской Федерации от 24.12.2018 г. №ПК-1вк.
- - Модуль направлен на реализацию Концепции развития детско-юношеского спорта до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 28 декабря 2021 года № 3894-р) на обновление содержания образовательных программ в области физической культуры и спорта в соответствии с интересами детей, потребностями семьи, общества и государства; обеспечения условий для доступа детей к современным знаниям и технологиям в сфере детско-юношеского спорта, а также к современной спортивной инфраструктуре; реализации права на развитие личностного и профессионального самоопределения и самореализации детей в различных элементах системы детско- юношеского спорта; внедрения системы спортивной ориентации детей для занятий видом (видами) спорта.

МЕСТО МОДУЛЯ "ЛАПТА" В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Модуль разработан и может реализовываться на уроках физической культуры в 2-3 классах общеобразовательной организации в рамках рабочей программы по предмету

«Физическая культура», являющейся обязательным компонентом содержательного раздела основной образовательной программы образовательной организации.

При планировании занятий лаптой, как урока физической культуры, изучение базовых основ техники лапты (мини-лапты) предполагается в следующем объеме: в 2-3-х классах – 68 часов.

Содержание Модуля расширяет и дополняет компетенции обучающихся, полученные в результате освоения примерной программы учебного предмета «Физическая культура» образовательных организаций, реализующих основные общеобразовательные программы, в части планирования учебного материала по теоретической подготовке обучающихся по разделу «Знания по физической культуре и спорту на основе лапты» в каждом году обучения и формированию новых двигательных действий средствами лапты, их использования в прикладных целях для увеличения двигательной активности и оздоровления в повседневной жизни.

Предлагаемый Модуль можно успешно интегрировать со следующими разделами (модулями) программы «Знания о физической культуре», «Способы самостоятельной деятельности», «Физическое совершенствование». Интеграция Модуля поможет обучающимся в освоении содержательных компонентов и модулей по легкой атлетике, подвижным и спортивным играм, гимнастике, а также в освоении программ в рамках внеурочной деятельности, деятельности школьных спортивных клубов, подготовке и проведении спортивных мероприятий.

Также, учитель имеет возможность творчески использовать учебный материал Программы в разных частях урока по физической культуре с выбором различных технических элементов лапты с учётом возраста и физической подготовленности обучающихся (с соответствующей дозировкой их интенсивности).

СОДЕРЖАНИЕ МОДУЛЯ "ЛАПТА"

Раздел 1. Знания о лапте.

История зарождения лапты. Известные отечественные игроки в лапту и тренеры. Современное состояние лапты в РФ. Место лапты в Единой всероссийской спортивной классификации. Статус спортивных соревнований. Понятие спортивных федераций по лапте, как общественных организаций. Сильнейшие спортсмены и тренеры в современной лапте. Официальные правила соревнований по лапте. Регионы РФ, развивающие лапту, команды - победители всероссийских соревнований.

Влияние занятий лаптой на формирование положительных качеств личности человека (воли, смелости, трудолюбия, честности, сознательности, выдержки, решительности, настойчивости, этических норм поведения).

Разновидности лапты. Словарь терминов и определений по лапте. Состав команды. Амплуа полевых игроков при игре лапта. Роль капитана команды.

Лапта как средство укрепления здоровья, закаливания и развития физических качеств.

Правила безопасного поведения во время занятий лаптой. Характерные травмы игроки в лапту и мероприятия по их предупреждению. Режим дня при занятиях лаптой. Правила личной гигиены во время занятий лаптой.

Правила подбора физических упражнений для развития физических качеств игроки в лапту. Понятия и характеристика технических и тактических элементов лапты, их название и методика выполнения.

Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности.

Подвижные игры и правила их проведения. Организация и проведение игр специальной направленности с элементами лапты.

Классификация физических упражнений: подготовительные, общеразвивающие, специальные и корригирующие.

Составление комплексов различной направленности: утренней гигиенической гимнастики, корригирующей гимнастики с элементами лапты; дыхательной гимнастики, упражнений для глаз, упражнений формирования осанки и профилактики плоскостопия, упражнений для развития физических качеств; упражнений для укрепления голеностопных суставов.

Организация и проведение самостоятельных занятий по лапте. Составление планов и самостоятельное проведение занятий по лапте. Способы самостоятельного освоения двигательных действий, подбор подводящих, подготовительных и специальных упражнений. Самоконтроль и его роль в учебной и соревновательной деятельности. Дневник самонаблюдения за показателями развития физических качеств и состояния здоровья.

Правила безопасного, правомерного поведения во время соревнований по лапте в качестве зрителя, болельщика (фаната). Средства восстановления организма после физической нагрузки. Правила личной гигиены, требования к спортивной одежде и обуви для занятий лаптой. Правила ухода за спортивным инвентарем и оборудованием. Правильное сбалансированное питание игроки в лапту.

Причины возникновения ошибок при выполнении технических приёмов и способы их устранения. Основы анализа собственной игры, игры своей команды и игры команды соперников. Контрольно-тестовые упражнения по общей и специальной физической подготовке. Оценка уровня технической и тактической подготовленности игроков в лапту. Способы и методы профилактики пагубных привычек, асоциального и созависимого поведения. Антидопинговое поведение.

Раздел 3. Физическое совершенствование.

Комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений на развитие основных физических качеств, в том числе входящих в программу ВФСК ГТО. Упражнения на развитие физических качеств (ловкости, гибкости, силы, выносливости, быстроты и скоростных способностей). Комплексы упражнений, формирующие двигательные умения и навыки технических и тактических действий игроки в лапту: общеподготовительных и специально-подготовительных. Комплексы корригирующей гимнастики с использованием специальных упражнений из лапты. Разминка и её роль на занятиях по лапте. Комплексы специальной разминки перед соревнованиями по лапте.

Подвижные игры с предметами и без, эстафеты с элементами лапты на развитие физических качеств (ловкости, гибкости, силы, выносливости, быстроты и скоростных способностей).

Техника нападения. Стойки бьющего: для удара сверху, снизу, сбоку. Стойки перебежчика: высокий старт, низкий старт. Передвижения: ходьба, бег, прыжки, остановки и падения, приемы, позволяющие избежать осаливания и самоосаливания, навыки переосаливания (ответное осаливание). Удары битой по мячу способом сверху, сбоку, «свечей», обманные удары. Подача мяча.

Техника защиты. Стойки. Передвижения: ходьба, бег, прыжки. Ловля мяча: высоко, низколетящего, катящегося. Передачи мяча: сверху, сбоку, снизу, от себя. Осаливание: с близкого расстояния, с дальнего расстояния.

Тактика нападения.

Индивидуальные действия: выбор удара в зависимости от игровой ситуации: сверху, сбоку, «свечой»; выбор направления удара (влево, вправо и по центру); действия перебежчика, которого осаливает противник, в случае, когда партнеры приносят своей команде очки; действия нападающего при выносе мяча защитником за линию дома; выбор места для перебежки; действия нападающего при ошибках защитников (неточная подача мяча, мяч выходит из поля зрения

защитников); действия нападающего находящегося: за линией дома, за линией кона; действия нападающего при осаливании, самоосаливании, переосаливании; методика обучения.

Групповые действия: взаимодействия двух, трех и более перебежчиков сперемещением от линии дома до линии кона и наоборот; виды групповых перебежек; групповые перебежки после удара сверху («свечой») за линию дома; групповые перебежки команды, имеющей в ходе встречи меньшее количество очков; взаимодействия бьющего ударом сверху и перебежчика (или нескольких, находящихся в пригороде); взаимодействие нападающего, бьющих ударом сбоку и перебежчиков, находящихся за линией кона;

Командные действия: система игры в нападении; расстановка игроков в порядке очередности пробития ударов; учебные игры с применением системы игрив нападении: 2-2-2; 1-3-2; 3-2-1; принципы системы нападения и расстановка игроков по игровым функциям: бьющие ударом сверху, бегунки, бьющие ударом сбоку; командные действия при игре в нападении: преимущественное использование игроками ударов сверху; преимущественное использование нападающими ударов сверху и «свечой»; преимущественное использование игроками дальних боковых ударов; действия команды, проигрывающей в конце встречи от 1 до 12 очков; действия команды, выигрывающей в ходе встречи: с небольшим преимуществом, с большим преимуществом; действия команды в случае, когда есть только один игрок, имеющий право на удар; взаимодействия перебежчиков, находящихся за линией дома и за линией кона при последнем бьющем игроке; методика обучения.

Тактика защиты.

Индивидуальные действия: выбор места для ловли мяча при ударах (сверху, сбоку, «свечой»); действия защитника при: пропуске мяча, летящего в его сторону; страховке своих партнеров при ударе сверху; выборе места для того, чтобы осалить перебежчика; выборе места для получения мяча от партнера; переосаливании (обратном осаливании);

расположении нападающих в пригороде и за линией кона; перебежках нападающих; действия подающего при выносе мяча за линию дома; методика обучения.

Групповые действия: взаимодействие двух, трех и более игроков при розыгрыше мяча после удара соперника; действия группы защитников передней линии (правый ближний, левый ближний, центральный) при ударах сверху (вправо и влево); действия игроков задней линии (правый дальний, левый дальний) при ударах сбоку (вправо и влево); взаимодействия подающего, центрального и правого (левого) дальнего защитника при выполнении перебежки с линии дома; взаимодействие левого (правого) дальнего защитника, центрального, подающего при выполнении перебежки с линии кона; действия группы защитников (правая сторона, левая сторона) при пропуске мяча за боковую линию; взаимодействие игроков передней и задней линии при ударе «свечой»; взаимодействие игроков задней линии при осаливании перебежчиков; методика обучения.

Командные действия: система игры в защите; учебные игры с применением системы игры 1-2-1-2; 1-3-2; 1-2-2-1; принципы системы защиты и расположение игроков защиты на площадке; действия команды защиты при: ударе сверху (в правую, левую зоны и по центру); ударе сбоку и «свечой»; проигрывающей по ходу игры; случае, когда у нападающих остался один игрок, имеющий право на удар; одиночных перебежках соперника; групповых перебежках соперника; ударе, после которого мяч улетает за боковую линию; самоосаливание соперника; переосаливание соперника; взаимодействие подающего с игроками передней линии, центрального и игроками задней линии; тактические комбинации и отдельные моменты игры (стандартные положения); методика обучения.

Соревновательная деятельность: судейская коллегия; судьи и их обязанности; правила судейства и жесты судей; судейство в матчевых встречах, первенствах школы и межшкольных соревнованиях по лапте и мини-лапте для определённого возрастного уровня; игра на площадке полными составами; подготовка и участие в матчевых встречах между классами, первенствах школы, межшкольных, районных и региональных соревнованиях по лапте; правила безопасности в соревновательной деятельности по лапте и мини- лапте. Участие в матчевых встречах, первенствах школы и межшкольных соревнованиях по мини- лапте и лапте для определённого возрастного уровня; правила безопасности в соревновательной деятельности по лапту.

Двухсторонняя игра: в двухсторонних играх команды получают задания на совершенствование технических приемов или тактических действий; совершенствуются разнообразные удары, приемы, позволяющие избежать осаливания, ловля и передачи в движении; в тактических действиях совершенствуются групповые перебежки, выбор места в защите при ударах различными способами.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ МОДУЛЯ «ЛАПТА»

В соответствии с требованиями к результатам освоения основных образовательных программ начального общего, основного общего и среднего общего образования Федеральных государственных образовательных стандартов (приказы Минпросвещения России от 31.05.2021 г. № 286, от 31.05.2021 г. № 287; приказ Минобрнауки России от

29.12.2014 г. № 1645) Модуль «Лепта» направлен на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты формируются за счёт освоения Модуля и направлены на готовность, способность и стремление обучающихся в учебной и воспитательной деятельности к традиционным российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения, процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формированию внутренней позиции личности.

Метапредметные результаты включают сформированные на базе освоения Модуля, в единстве с программным материалом других образовательных дисциплин, межпредметные понятия и универсальные компетенции для их активного применения в учебной, познавательной и социальной практике, самостоятельность планирования и осуществления учебной деятельности, сотрудничества с педагогами и сверстниками, построение индивидуальной образовательной траектории.

Предметные результаты характеризуют опыт обучающихся, который приобретает, закрепляется и совершенствуется в процессе освоения Модуля, проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий средствами лепты, с учебной, игровой и соревновательной деятельностью по лепте и в сфере физической культуры и спорта в целом.

Планируемые личностные результаты:

проявление чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России через знание истории и современного состояния развития лепты, включая региональный, всероссийский уровни; уважение государственных символов (герб, флаг, гимн), готовность к служению Отечеству, его защите на примере роли традиций и развития лепты в современном обществе;

умение ориентироваться на основные нормы морали, духовно-нравственной культуры и ценностного отношения к физической культуре, как неотъемлемой части общечеловеческой культуры средствами лепты;

готовность обучающихся к саморазвитию и самообразованию через ценности, традиции и идеалы главных организаций регионального, всероссийского уровней по лепте, мотивации и осознанному выбору индивидуальной траектории образования средствами лепты профессиональных предпочтений в области физической культуры и спорта, в том числе в рамках деятельности школьных спортивных клубов;

сформированность толерантного сознания и поведения, способность вести диалог с другими людьми (сверстниками, взрослыми, педагогами, взрослыми), достигать в нём взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения в учебной, тренировочной, досуговой, игровой и соревновательной деятельности, судейской практики на принципах доброжелательности и взаимопомощи;

реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков; умение оказывать первую помощь;

проявление осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; моральной компетентности в решении проблем в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности по виду спорта «лапта»; готовность соблюдать правила индивидуального и коллективного безопасного поведения в учебной, соревновательной, досуговой деятельности и чрезвычайных ситуациях; готовность к осознанному выбору будущей профессии и возможности реализации собственных жизненных планов средствами лапты как условие успешной профессиональной, спортивной и общественной деятельности; проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных ситуациях и условиях; способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности средствами лапты.

Планируемые метапредметные результаты:

умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результатов в учебной, тренировочной, игровой и соревновательной деятельности, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

умение самостоятельно определять цели своего обучения средствами лапты и составлять планы в рамках физкультурно-спортивной деятельности; выбирать успешную стратегию и тактику в различных ситуациях; осуществлять, контролировать и корректировать учебную, тренировочную, игровую и соревновательную деятельность по виду спорта «лапта»;

умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения задач в учебной, игровой, соревновательной и досуговой деятельности, оценивать правильность выполнения задач, собственные возможности их решения;

умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию и тактику поведения в учебной, тренировочной, игровой, соревновательной и досуговой деятельности, судейской практике с учётом гражданских и нравственных ценностей;

умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность со сверстниками и взрослыми; работать индивидуально, в парах и в группе, эффективно взаимодействовать и разрешать конфликты в процессе учебной, тренировочной, игровой и соревновательной деятельности, судейской практики, учитывать позиции других участников деятельности;

владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

умение создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот; схемы для тактических, игровых задач; способность самостоятельно применять различные методы, инструменты и запросы в информационно-познавательной деятельности, умение ориентироваться в различных источниках информации с соблюдением правовых и этических норм, норм информационной безопасности.

Планируемые предметные результаты на уровне начального общего образования:

формирование представлений о значении занятий лаптой как средством укрепления здоровья, закаливания и развития физических качеств человека;

формирование знаний по истории возникновения игры лапта, мини-лапта в мире и в Российской Федерации;

формирование представлений об игре лапта и основных правилах игры; терминологии; составе команды, роль капитана команды и функциях игроков в команде нападающий, защитник.

формирование навыков безопасного поведения во время занятий лаптой; правил личной гигиены, требований к спортивной одежде и обуви, спортивному инвентарю для занятий лаптой

формирование основ организации самостоятельных занятий лаптой со сверстниками; организация и проведение со сверстниками подвижных игр специальной направленности с элементами лапты;

способность выполнять различные виды передвижений: бег, прыжки, остановки, повороты с изменением скорости, темпа и дистанции в учебной, игровой и соревновательной деятельности;

способность выполнять технические элементы (приемы). Ловля и передача мяча на месте; Броски мяча в стену в цель с последующей ловлей, расстояние 3 метра. Метание теннисного мяча на дальность. Удары битой по мячу способом сверху. Бег с высокого старта. Бег лицом вперед, боком. Прыжки и способы их выполнения. Техника обучения остановкам во время игры. Основы техники хвата биты при игре в мини-лапту (лапту) и простейшие приёмы владения ими. Основы техники игры в защите - подводящие упражнения и элементарные формы техники игры в защите. Понятия: «стойка» и «передвижение» пр. Упражнения, направленные на обучение технике владения мячом во время игры в мини-лапту - передача, ловля, осаливание, прочие упражнения. Ловля теннисного мяча и передача партнеру. Осаливание неподвижной цели;

способность выполнять элементарные тактические комбинации: в парах, в тройках; тактические действия с учетом игровых амплуа в команде; подводящие игры с элементами лапты (мини-лапты); основные правила игры в мини-лапту; игра в мини-лапту малыми составами (игра 3х3, 4х4); игра в лапту большими составами (игра 7х7, 8х8, 9х9); организация школьных соревнований по мини-лапте зимой и лапте летом;

участие в учебных играх в уменьшенных составах, на уменьшенной площадке, по упрощенным правилам;

выполнение контрольно-тестовых упражнений по общей и специальной физической подготовке и умение определять уровень физической подготовленности;

проявление уважительного отношения к одноклассникам, проявление культуры общения и взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей в учебной и игровой деятельности на занятиях лаптой

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

2 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Раздел 1. Знания о лапте	3			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
2	Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности	6			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
3	Раздел 3. Физическое совершенствование	8			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		17			

3 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Раздел 1. Знания о лапте	3			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
2	Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности	7			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
3	Раздел 3. Физическое совершенствование	7			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		17			

4 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Раздел 1. Знания о лапте	3			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
2	Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности	7			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
3	Раздел 3. Физическое совершенствование	7			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		17			

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

2 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	История возникновения и развития лапты и мини-лапты в России.	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
2	Лапта как средство физического воспитания	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
3	Комплексы упражнений для развития физических качеств игрока в лапту	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
4	Организация и проведение игр специальной направленности с элементами лапты.	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
5	Организация и проведение игр специальной направленности с элементами лапты.	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
6	Основы организации самостоятельных занятий лаптой со сверстниками	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
7	Игра «Перестрелка»	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
8	Составление комплексов различной направленности: утренней гигиенической гимнастики	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
9	Составление комплексов различной направленности: корригирующей гимнастики с элементами лапты;	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/

10	Комплексы общеразвивающих упражнений без предметов и с предметами	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
11	Физические упражнения и двигательные действия общеразвивающего характера	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
12	Подвижные игры и различные упражнения «Прыгающие воробушки»	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
13	Подвижные игры и различные упражнения «Метко в цель»	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
14	Подвижные игры и различные упражнения «Охотники и утки»	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
15	Упражнения на развитие физических качеств	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
16	Правила безопасности во время занятий лаптой (мини-лаптой)	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
17	Комплексы специальной разминки перед соревнованиями по лапте.	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/

3 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	История возникновения и развития лапты и мини-лапты в России.	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
2	Лапта как средство физического воспитания	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
3	Комплексы упражнений для развития физических качеств игрока в лапту	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
4	Организация и проведение игр специальной направленности с элементами лапты.	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
5	Организация и проведение игр специальной направленности с элементами лапты.	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
6	Основы организации самостоятельных занятий лаптой со сверстниками	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
7	Причины возникновения ошибок при выполнении технических приёмов	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
8	Составление комплексов различной направленности: утренней гигиенической гимнастики	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
9	Составление комплексов различной направленности: корригирующей гимнастики с элементами лапты;	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
10	Контрольно-тестовые упражнения по общей и специальной физической подготовке	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/

11	Игра лапта	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
12	Удар битой по мячу	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
13	Ловля мяча	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
14	Подвижные игры и различные упражнения	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
15	Подвижные игры и различные упражнения «Метко в цель»	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
16	Подвижные игры и различные упражнения «Снайперы»	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
17	Участие в соревновательной деятельности.	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		17	0	0	

4 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	История возникновения и развития лапты и мини-лапты в России.	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
2	Лапта как средство физического воспитания	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
3	Комплексы упражнений для развития физических качеств игрока в лапту	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
4	Организация и проведение игр специальной направленности с элементами лапты.	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
5	Организация и проведение игр специальной направленности с элементами лапты.	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
6	Основы организации самостоятельных занятий лаптой со сверстниками	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
7	Причины возникновения ошибок при выполнении технических приёмов	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
8	Составление комплексов различной направленности: утренней гигиенической гимнастики	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
9	Составление комплексов различной направленности: корригирующей гимнастики с элементами лапты;	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
10	Контрольно-тестовые упражнения по общей и специальной физической подготовке	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/

11	Игра лапта	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
12	Удар битой по мячу	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
13	Ловля мяча	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
14	Подвижные игры и различные упражнения	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
15	Подвижные игры и различные упражнения «Метко в цель»	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
16	Подвижные игры и различные упражнения «Снайперы»	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
17	Участие в соревновательной деятельности.	1			ГАОУ ВО МГПУ https://ino.mgpu.ru/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		17	0	0	

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

1. Готовцев Е. В. Национальные виды спорта и игры. Лапта: учебное пособие для академического бакалавриата / Е. В., Г. Н. Германов, И. В. Машошина. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва: Юрайт, 2019. – 402 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-06425-4.
2. Костарев А.Ю., Тиссен, П.П., Сенов, И.В. Русская лапта в школе: теоретико-методическое обеспечение (учебно-методическое пособие) / А.Ю Костарев, П.П. Тиссен, И.В. Сенов. – Оренбург: «Детство», 2010. - 84 с.
3. Лапта: учеб. пособие / Р.М. Валиахметов, Л.Г. Гусев, А.Ю. Костарев, В.И. Щемелинин. – Сибай: Изд-во Сибайского ин-та БГУ, 1999. – 111 с.
4. Лебедев А.Д. Мини-лапта: учебно-методическое пособие / А. Д. Лебедев, С. Л. Агеев. – Оренбург: ФГБОУ ВО «ОГПУ», 2022.- 70 с.
5. Матвеев А.П. Физическая культура: 1, 2, 3, 4, 5, 6-7, 8-9 классы /А.П. Матвеев. – М.: Просвещение.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

- Информационно-методическое письмо об особенностях преподавания учебного предмета «Физическая культура» в 2024/2025 учебном году [15_inf_metod-pismo-fizkultura.pdf](#)

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ
ИНТЕРНЕТ**

- ГАОУ ВО МГПУ <https://ino.mgpu.ru/>