

**МИНИСТЕРСТВО ПОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ**

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

ПРИНЯТО
Решением методического
объединения учителей
предметников
Протокол № 1 от 27.08.2026



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

физкультурно-спортивной направленности

«Русская лапта»

базовый уровень

возраст обучающихся: 11-17 лет

срок реализации программы: 1 год

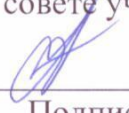
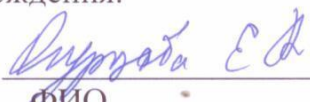
Автор-составитель:
Рыхтер Андрей Евгеньевич,
педагог дополнительного образования

с. Медведское,

Внутренняя экспертиза проведена.

Программа «Русская лапта» рекомендована к рассмотрению на педагогическом (методическом) совете учреждения.

Заместитель директора по УВР

 / 
Подпись ФИО

«27» августа 2025г.

Содержание

I.	Комплекс основных характеристик программы	Стр
1.1.	Пояснительная записка	4
1.1.1.	Направленность программы	4
1.1.2.	Актуальность программы	4
1.1.3.	Новизна и отличительные особенности программы	4
1.1.4.	Адресат программы	4
1.1.5.	Объем и сроки освоения программы	5
1.1.6.	Срок обучения и срок освоения программы	5
1.1.7.	Форма обучения	5
1.1.8.	Язык обучения	5
1.1.9.	Уровни реализации программы	5
1.1.10.	Формы реализации программы	5
1.1.11.	Режим занятий	5
2.	Цель и задачи программы	5
2.1.	Цель программы	6
2.2.	Задачи программы	6
3	Планируемые результаты	6
4	Содержание программы	7
4.1.	Учебный план	8
4.2.	Содержание разделов и тем	8-11
5	Формы аттестации и контроля	11
5.1.	Оценочные материалы	11
6	Рабочая программа воспитания	11-15
7	Комплекс организационно-педагогических условий	15
7.1.	Календарный учебный график	15
7.2.	Условия реализации программы	15
7.3.	Кадровое обеспечение	15
7.4.	Материально-техническое обеспечение	15
7.5.	Информационное обеспечение	16
7.6.	Методическое обеспечение	17
8.	Список литературы	18-20
8.1	Приложения	21

Раздел I. «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка

Лапта – русская народная командная игра с мячом и битой. Игра проводится на естественной площадке. Смысл игры – ударом биты послать мяч как можно дальше и пробежать поочерёдно до противоположной стороны и обратно, не дав противнику «осалить» себя пойманным мячом. За удачные пробежки команде начисляются очки. Выигрывает команда, набравшая больше очков за установленное время. Большим преимуществом лапты по сравнению с другими игровыми видами спорта является ее экономическая доступность, что в современных условиях играет немаловажную роль.

1.1.1. Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Русская лапта» имеет физкультурно-спортивную направленность.

1.1.2. Актуальность программы

Актуальность программы "Русская лапта" в том, что она направлена на укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие учащихся. Программа способствует самосовершенствованию, познанию и творчеству, формированию здорового образа жизни, профессиональному самоопределению, развитие интеллектуальных способностей.

1.1.3. Новизна и отличительные особенности программы

К отличительным особенностям программы можно отнести мало изученности лапты как вида спорта, в отсутствии на сегодняшний день научно обоснованной методики подготовки игроков в лапту различной квалификации. Занятия по программе позволят не только обучить детей правилам этой интереснейшей игры, но и укрепить их здоровье, развить физические, интеллектуальные способности и нравственные качества. У ребят есть возможность достичь высокого уровня спортивных результатов и участвовать в региональных и Всероссийских соревнованиях по русской лапте.

1.1.4. Адресат программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Русская лапта» адресована учащимся (девочкам и мальчикам) возраста 11 –

17 лет. Условия набора детей на программу: принимаются все желающие, проявившие интерес к игре «Русская лапта» и стремление вести здоровый образ жизни. Для успешной реализации программы целесообразно объединение обучающихся в группы численностью 6-12 человек.

Дети, имеющие ограничения по состоянию здоровья, могут стать инструкторами и судьями.

1.1.5. Объем программы и сроки освоения программы:

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Русская лапта» рассчитана на 1 год обучения в общем объеме 102 часа.

1.1.6. Срок реализации программы:

- срок обучения по программе – 01.09.2026 г. - 26.05.2027 г.
- срок освоения программы – 9 месяцев.

1.1.7. Форма обучения:

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Русская лапта» реализуется в очной форме.

1.1.8. Язык обучения:

Программа реализуется на русском языке.

1.1.9. Уровни реализации программы

Уровень реализации программы – базовый.

1.1.10. Формы реализации программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Русская лапта» реализуется в традиционной форме игры.

Организационные формы обучения:

Занятия проводятся по группам. Группы формируются из обучающихся разного возраста. Состав группы обучающихся – постоянный.

1.1.11. Режим занятий:

Общее количество часов в неделю: 3 часа.

Продолжительность занятия - 45 минут.

Перерыв между учебными занятиями – 15 минут.

Занятия проходят 2 раза в неделю по 1,5 часа.

2. Цель и задачи программы:

2.1. Цель программы

Удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в занятиях физической культурой и спортом через овладение основами игры русская лапта.

1.2. Задачи программы:

Личностные задачи:

- прививать интерес к спорту;
- воспитывать спортивное трудолюбие;
- воспитывать волевые качества: целеустремленность, настойчивость, инициативность, смелость, решительность, уверенность в себе, самообладание, психологическую устойчивость;
- воспитывать силу воли посредством преодоления трудностей во время тренировочного и соревновательного процесса;
- пропагандировать здоровый образ жизни обучающихся, осознанную потребность в разумном досуге;
- формировать умение адаптироваться в социальных условиях; воспитать патриотизм.

Метапредметные задачи:

- развивать общие двигательные и специальные физические способности, необходимые для овладения и совершенствования - игрового навыка в избранном виде спорта;
- развивать основные функции мышления: анализ, сравнение, самоанализ, самоконтроль, самооценка;
- развивать внимание, зрительную память, воображение, мотивацию достижения успеха;
- развивать умение выделять главное, анализировать происходящее и вносить коррективы в свои действия, постоянно контролировать себя;
- развивать все физические качества: быстроту, ловкость, гибкость, выносливость.

Предметные задачи:

- сформировать знания и практические навыки в области физической культуры и спорта;
- обучить технике и тактике в игре лапта, подготовить юных спортсменов к соревнованиям;
- научить правильно регулировать физическую нагрузку;
- укрепить здоровье обучающихся.

3. Планируемые результаты

В рамках освоения программы предполагается достижение трех видов результатов: предметные, метапредметные и личностные.

Предметные результаты: У обучающихся могут быть развиты следующие личностные качества:

- устойчивый интерес, мотивация к занятиям физической культурой и к здоровому образу жизни; спортивное трудолюбие;
- целеустремленность, настойчивость, инициативность, смелость, решительность, уверенность в себе, самообладание, психологическая устойчивость;
- сила воли посредством преодоления трудностей во время тренировочного и соревновательного процесса; осознанная потребность в разумном досуге;
- умение адаптироваться в социальных условиях;
- чувство патриотизма.

Метапредметные результаты:

В результате реализации программы у обучающихся будут развиваться:

- общие двигательные и специальные физические способности, необходимые для овладения и совершенствования - игрового навыка в лапте;
- основные функции мышления: анализ, сравнение, самоанализ, самоконтроль, самооценка;
- внимание, зрительная память, воображение, мотивация достижения успеха;
- умения выделять главное, анализировать происходящее и вносить коррективы в свои действия, постоянно контролировать себя;
- физические качества: быстрота, ловкость, гибкость, выносливость.

Предметные результаты:

В результате освоения программы, обучающиеся получают знания:

- в области физической культуры и спорта;
- о тактико-технических приемах лапты;
- как правильно регулировать физическую нагрузку;
- о нормативных требованиях по физической и технической подготовке;
- о комплексах упражнений общей и специальной физической подготовки.

В результате освоения программы, обучающиеся будут уметь:

- 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 игре.

4. Содержание программы «Русская лапта»

4.1. Учебный план

№ п/п	Название темы.	Количество часов			
		<i>Всего</i>	<i>Теория</i>	<i>Практика</i>	Формы аттестации, контроль
1	Вводное занятие. Теоретическая подготовка.	3	1	2	Тестирование Наблюдение
2	Техническая подготовка	35	3	32	Сдача нормативов
3	Тактическая подготовка	13	3	10	Тестирование, наблюдение
4	Общая физическая подготовка	45	5	40	Сдача нормативов
5	Контрольные игры и соревнования.	6	1	5	Соревнования
		102			

4.2.Содержание разделов и тем

Тема № 1. «Вводное занятие. Теоретическая подготовка».

Теория: Комплектование групп, знакомство с детьми. Правила техники безопасности; правила поведения на занятиях; контроль уровня физической подготовки. Гигиена, врачебный контроль и самоконтроль. Гигиенические требования к местам физкультурно-спортивных занятий. Общие гигиенические требования к занимающимся русской лаптой. Общий режим дня. Гигиенические требования к инвентарю, спортивной одежде и обуви.

Теоретическая подготовка.

Теория:

- Физическая культура и спорт в России. Задачи физической культуры и спорта, их оздоровительное и воспитательное значение. Из истории развития русской лапты.

- Сведения о строении и функциях организма человека. Костная и мышечная системы, связочный аппарат, сердечно-сосудистая и дыхательная системы человека.
- Влияние физических упражнений на организм человека. Влияние физических упражнений на увеличение мышечной массы, работоспособность мышц и подвижность суставов, развитие сердечно-сосудистой и дыхательной систем.
- Понятие о травмах и их предупреждении. Первая помощь при ушибах, растяжении связок.
- Правила игры в русскую лапту. Состав команды. Расстановка и переход игроков. Костюм игроков. Начало игры и подача. Перемена подачи. Удары по мячу. Выход мяча из игры. Счет и результат игры. Права и обязанности игроков. Состав команды, замена игроков. Упрощенные правила игры. Судейская терминология.

Тема № 2. «Техническая подготовка»

Теория: Техника выполнения упражнений, техника безопасности при выполнении упражнений, правила игр, учет физических и возрастных особенностей занимающихся при подборе упражнений.

Практика:

Формирование навыков ловли мяча одной и двумя руками в сочетании с выполнением передачи мяча:

- В парах: на расстоянии 8-10 м друг от друга. Один игрок набрасывает мяч по средней или высокой траектории на голову партнеру, другой, смещаясь на мяч, ловит его и выполняет набрасывание в обратном направлении;
- В парах: первый бросает мяч с достаточной силой из-за плеча, другой ловит и выполняет бросок в обратном направлении, поочередно направляя мяч выше головы, в грудь и в ноги;
- В парах: ловля мяча одной рукой поочередно правой и левой. Какой рукой игрок поймал мяч, той и делает передачу. Расстояние 8-10 м;
- то же на расстоянии 15-20 м;
- Построение во встречных колоннах по 4-6 человек. Передачи на месте со сменой мест. После передачи обучающиеся могут перемещаться в конец своей колонны, в конец встречной колонны, обегать встречную колонну и возвращаться в конец своей колонны;
- Построение во встречных колоннах по 4-6 человек. Передача на месте на быстроту, сочетать передачи с перемещениями на скорость.

Обучение ударам битой по мячу способом «сбоку»:

- Имитация удара способом «сбоку» в медленном темпе, производя имитацию ударов на низком, среднем и высоком уровнях;
- Удары по мячу способом «сбоку» плоской битой;
- То же, только круглой битой по подвешенному на высоту 1-1,5 м мячу;
- Удары по мячу способом сбоку, подброшенному партнером на высоту 1,5 – 2 м;
- То же, только задавая достаточно высокую траекторию полету мяча, среднюю траекторию и низкую.

Тема № 3 «Тактическая подготовка»

Теория: Обучение индивидуальным тактическим действиям в защите:

Практика:

- В парах на расстоянии 18-20 м. Один партнер с мячом располагается спиной к игроку. По сигналу игрок без мяча бежит к партнеру или от него. По второму сигналу стоящий спиной разворачивается и выполняет точную передачу партнеру. Игрок, поймавший мяч, по сигналу выполняет аналогичное задание. Способы передачи постоянно меняются в зависимости от расстояния;
- Построение в колонну по одному. На расстоянии 15 м находится игрок. Направляющий в колонне выполняет передачу игроку и бежит к нему навстречу. Игрок возвращает мяч направляющему, который убегает в конец колонны. Потом следующий из колонны выбегает и т. д. Способы передачи в зависимости от ситуации меняются;
- Построения в кругах по 5-7 человек, у всех в руках мячи. В центре круга один игрок. По сигналу игроки с мячами по очереди бросают в центр круга мячи. Игрок, стоящий в центре круга, поворачивается к бросающему мяч и старается поймать его любым способом (двумя руками или одной).

Тема № 4 «Общая физическая подготовка»

Теория: Техника выполнения упражнений, техника безопасности при выполнении упражнений, правила игр, учет физических и возрастных особенностей занимающихся при подборе упражнений.

Практика:

1. Акробатические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза. Упражнения с предметами: со скакалками и мячами. Перекаты, кувырки, стойки.

2. Легкоатлетические упражнения: упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения. Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствия.
3. Подвижные игры: эстафеты с элементами русской лапты, игры «Перебежки по двое», «Один на один», «Передал – садись», «Чей отскок дальше», «Падающая палка».

Тема №5 «Контрольные игры и соревнования»

Теория: Разъяснение соревновательных условий; определение каждому учащемуся игровой функции в команде с учетом этого индивидуализация видов подготовки.

Практика: Участие в школьных и в товарищеских играх.

5. Формы аттестации и контроля

Аттестация обучающихся проводится в соответствии с локальным актом МКОУ «Медведская СОШ имени Героя Советского Союза А.Г. Романова». Черепановского района «Положение о периодичности и порядке текущего, промежуточного и итогового контроля обучающихся дополнительного образования»

Формы аттестации: собеседование, тестирование, практический зачет (сдача нормативов), соревнования.

5.1. Оценочные материалы

Среди оценочных материалов дополнительного образования «Русская лапта» применяется практический зачет, нормативы.

Способы проверки результативности

- Педагогическое наблюдение.
- Контрольное тестирование. (Приложение №2)
- Участие в играх, соревнованиях.

Формы подведения итогов реализации программы:

Итоговая аттестация проводится в форме игры-соревнований и сдачи нормативов. Основными критериями определения оценки учащихся является участие в соревнованиях, мероприятиях физкультурно-спортивной направленности.

6. Рабочая программа воспитания

Современная государственная политика Российской Федерации выводит на первый план тему воспитания в сфере образования. Воспитание заявлено общенациональным стратегическим приоритетом. В МКОУ «Медведская СОШ имени Героя Советского Союза А.Г. Романова» реализация спортивных программ дополнительного образования тесно связана с планом Школьного спортивного клуба.

Цель: воспитание нравственно и физически здоровой личности, способной на сознательный выбор жизненной позиции, а также к духовному и физическому самосовершенствованию, саморазвитию в социуме.

Достижению поставленной цели воспитания обучающихся будет способствовать решение следующих основных задач воспитания:

Задачи воспитания:

- формирование и развитие спортивного коллектива;
- создание социально-психологических условий для развития личности;
- реализовывать воспитательные возможности коллективных дел, организовать их коллективное планирование, организацию, проведение.
- формирование потребности в здоровом и безопасном образе жизни, как устойчивой формы поведения;
- воспитание гражданина и патриота России, своего края, своей малой Родины;
- организация для обучающихся экскурсий, экспедиций, походов и реализовывать их воспитательный потенциал.

Особенности организации воспитательного процесса

Воспитательная работа по программе осуществляется в соответствии с ежегодно разрабатываемым календарным графиком, а так же с планом школьного спортивного клуба. На занятиях создана психологически комфортная среда для каждого учащегося через организацию, проведение и участие в традиционных мероприятиях, соревнованиях и совместных делах.

Практическая реализация цели и задач воспитания осуществляется с помощью педагога. Режим занятий по программе включает в себя проведение не менее одного воспитательного мероприятия или беседы в месяц.

Виды, формы и содержание деятельности.

Практическая реализация цели и задач воспитания осуществляется в рамках основных направлений воспитательной работы представленных в виде модулей: «Основные школьные дела», «Самоуправление», «Профориентация», «Музейное дела», «Социальное партнерство»,

«Профилактика и безопасность», «Организация предметно-пространственной среды».

В программе предусмотрены теоретические и практические занятия. Теоретическая часть дается в форме обсуждений, лекций, бесед. При выполнении практических занятий обучающиеся учатся применять полученные знания на соревнованиях, физкультурно-спортивных и иных мероприятиях. В рамках «Школьного спортивного клуба» проводятся традиционные спортивные мероприятия не только школьные, но и районные. Формы воспитательной деятельности:

Исполнение Гимна РФ;

Участие во всероссийских акциях, посвященных значимым отечественным и международным событиям;

Познавательные квесты;

творческие задания;

социальные проекты;

общешкольные праздники;

церемонии награждения (по итогам года).

Исполнения гимна школы.

Планируемые результаты:

В результате воспитания

- будут сформированы представления о морально-этических качествах личности, потребности в здоровом и безопасном образе жизни, бережном отношении к окружающему миру, к активной деятельности по саморазвитию.

Работа с коллективом обучающихся:

-организация мероприятий, направленных на развитие физически здоровой личности и формированию активной гражданской позиции.

-участие в общешкольных мероприятиях Медведской СОШ, районных соревнованиях, областных и Всероссийских.

Работа с родителями:

Организация системы индивидуальной и коллективной работы с родителями (тематические беседы, индивидуальные консультации).

-Содействие сплочению коллектива и вовлечение в жизнедеятельность детского объединения (организация открытых занятий, показательных выступлений, совместных мероприятий).

Календарный план воспитательной работы.

№	Модули воспитательной работы	Мероприятия Форма проведения	Краткое содержание	Сроки проведения
1	«Профилактика и безопасность»	Беседа	Инструктаж с учащимися по ПДД, пожарной безопасности, правилам безопасного поведения в случае происшествий,	Сентябрь

			соблюдение-санитарно эпидемиологических правил	
2	«Основные школьные дела»	Участие в акциях, мероприятиях. Участие в церемонии награждения (по итогам года) обучающихся и педагогов за активное участие в жизни учреждения	Разработка и проведение различных мероприятий (игры, акции, викторины, конкурсы).	В течение года
3	«Самоуправление»	Квест-игры, соревнования	Проведения тренинга «Я и самоуправление»	В течение года
4	«Профориентация»	Экскурсии, виртуальные экскурсии. Мероприятия, приуроченные к спорту	Участие в открытых уроках «Проектория», экскурсии на производства. Организация встреч с представителями других профессий и спортсменами.	В течение года
5	«Музейные дела»	Музейные уроки, уроки- мужества	Знакомство с историй своего края, выдающихся людях, участие в проектах.	В течение года
6	«Социальное партнерство»	Участие в митингах, мероприятиях, акциях.	День победы, день матери, день школы.	В течение года
7	«Организация предметно- пространственной среды».	Оформление внутреннего и внешнего пространства учебного кабинета, школы	Эстетическое оформление информационных стендов (расписание, аннотации программ, рекламные акции); уголки	В течение года

7. Комплекс организационно-педагогических условий

7.1. Календарный учебный график

Даты начала и окончания учебного периода: сентябрь 2024 года – май 2025 года.

Количество учебных недель: 34 недели.

Календарный учебный график разрабатывается ежегодно и размещается в приложении №1

7.2. Условия реализации программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Русская лапта» реализуется в очной форме. Занятия проходят в зимний период в спортивном зале Муниципального казённого общеобразовательного учреждения «Медведская средняя общеобразовательная школа имени Героя Советского Союза А.Г. Романова», весенне-осенний период на спортивной площадке.

7.3. Кадровое обеспечение

Программу реализует молодой специалист, педагог дополнительного образования Рыхтер Андрей Евгеньевич. Неоднократный участник команды-победительницы областных соревнований по русской лапте, призер областных соревнований по шорт-треку, призер областной олимпиады по физической культуре, бронзовый призер команды областных соревнований по хоккею.

7.4. Материально-техническое обеспечение

Для проведения занятий используется Спортивный зал, соответствующий требованиям СанПиН (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи») МКОУ «Медведская СОШ имени Героя Советского Союза А.Г. Романова».

Учебное помещение:

Спортивный зал МКОУ "Медведская СОШ имени Героя Советского Союза А.Г. Романова», соответствующий требованиям СанПиН;

- Спортивная площадка (мини-стадион);
- Тренажёрный зал.
- Компьютер
- конусы-14 шт;
- набивные мячи - 6 шт.;
- теннисные мячи - 12 шт.;
- биты- 4 шт.;
- гимнастические маты-4 шт.;
- гантели - 4 шт.;
- гири - 2 шт.;
- свисток - 3 шт.;

- скакалки - 10 шт;
- требования к специальной одежде обучающихся (спортивная форма).

Вспомогательные помещения:

- женская раздевалка,
- мужская раздевалка,
- душ, санузел,
- кабинет тренера-преподавателя.

7.5. Информационное обеспечение

- история развития русской лапты;
- инструкция по технике безопасности;
- правила игры в лапту;
- Портал «Дополнительное образование», <http://dopedu.ru/>.
- РФ Сайт о дополнительном (внешкольном) образовании <http://dop-obrazovanie.com/>.
- Социальная сеть работников образования. <http://nsportal.ru/>

7.6. Методическое обеспечение

Основной формой организации образовательного процесса являются теоретические и практические занятия, игры.

Основными методами здесь выступают игры-тренировки, игры-соревнования, показ и упражнение (тренировка).

При обучении используются основные методы организации и осуществления учебно-познавательной работы, такие как словесные, наглядные, практические, индуктивные и проблемно-поисковые. В процессе обучения все методы реализуются в теснейшей взаимосвязи. Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала. С первых занятий учащиеся приучаются к технике безопасности, противопожарной безопасности, к правильной организации собственного труда, рациональному использованию рабочего времени, грамотному использованию спортивного инвентаря и спортивных снарядов.

Общая структура разучивания приёмов в спортивной лапте.

- ознакомление с приёмом;
- изучение в упрощённых условиях;
- закрепление в усложняющейся обстановке;
- закрепление в игре;

- совершенствование в условиях соревнований.

Дидактические материалы:

- Изучение и освоение техники в русской лапте. Учебные пособия в электронном варианте.
- Правила соревнований.
- Положение о соревнованиях по русской лапте.

Интернет-ресурсы:

- <http://method.novgorod.rcde.ru> Методическое хранилище предназначено для дистанционной поддержки учебного процесса.
- <http://www.fisio.ru/fisioinschool.html> Сайт, посвященный Здоровому образу жизни, оздоровительной, адаптивной физкультуре.

8. Список литературы

Программа составлена в соответствии с нормативными документами:

1. - Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в ред. от 15.10.2025);
2. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2024 № 309 «О национальных целях развития РФ на период до 2030 года и на перспективу до 2036»;
3. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
4. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утв. распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678) (в ред. от 01.07.2025);
5. Концепцией развития детско-юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года (утв. распоряжением Правительства Российской Федерации от 28.12. 2021 № 3894-р) (в ред. от 20.03.2023);
6. Постановление Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
7. Паспорт национального проекта «Молодежь и дети»;
8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
9. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685- 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению

безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (рзд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи») (в редакции от 17.03.2025);

10. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (в ред. от 21.04.2023);

11. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации и министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ»;

12. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

13. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

14. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 27.04.2023 № 362н «Об утверждении профессионального стандарта «Тренер».

15.

Локальные акты учреждения:

«Положения о проведении соревнований по «Русской лапте»;

Положение МКОУ «Медведская СОШ» о порядке приема, перевода, отчисления и восстановления обучающихся;

Положение МКОУ «Медведская СОШ» о периодичности и порядке текущего контроля, промежуточной и аттестации обучающихся по итогам реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

Список литературы для педагога:

1. Лепешкин В.А. Подвижные игры для детей. Лапта: пособие для учителей физической культуры / В.А. Лепешкин. – М.: Школьная пресса, 2004. – 80 с.

2. Валиахметов Р.М. Народная игра лапта / Р.М. Валиахметов, Л.Г. Гусев, А.Ю. Костарев, В.И. Щемелинин. – Уфа: Уфимский полиграфкомбинат, 2003. – 176 с.

3. Бура О.Е., Горбунов В.В. Русская удалая лапта. – М.: Физкультура и спорт, 1961. – 40 с.

4. Костарев А.Ю., Валиахметов Р.М., Гусев Л.Г. Русская лапта: Учебная программа для ДЮСШ. – Уфа: БГПУ, 2000. – 30 с.

5. Пискарев А.Н. Национальные виды спорта. – М.: Советская Россия, 1976. - 78 с.
6. Спортивные игры и методика преподавания. Учебник для ИФК: 2-е издание, переработанное/под общ. Рук. Проф. Ю.И. Портных. – М.: Физкультура и спорт, 1986. – 319 с.
7. Щемелинин В.И., Гусев Л.Г. Лапта. Развитие двигательных качеств в игре «лапта». – Уфа: БГПИ, 1994. – 35 с.
8. Русская лапта. Правила соревнований /сост. Щемелинин В.И. изд. переработанное, 2007. – 23 с.
9. Портных Ю.И., Спортивные и подвижные игры. - М., 1984.

Литература для учащихся:

1. Лепешкин В.А. Подвижные игры для детей. Лапта: пособие для учителей физической культуры / В.А. Лепешкин. – М.: Школьная пресса, 2004. – 80 с.
2. Бура О.Е., Горбунов В.В. Русская удаля лапта. – М.: Физкультура и спорт, 1961. – 40 с.
3. Григорьев В.М. Играйте в лапту. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 32 с.
4. Русская лапта. Правила соревнований /сост. Щемелинин В.И. изд. переработанное, 2007. – 23

2.1 Календарный учебный график

Учебная четверть	Дата начала четверт и	Дата окончан ия четверт и	Продо л житель ность четверти (в неделях)	Сроки проведе ния каникул	Продол житель ность каникул (в днях)	Сроки проведе ния промежуто чной аттестации
1.	01.09	24.10	8	25.10- 30.10	8	20.10 -22.10
2.	31.10	24.12	8	25.12- 08.01	14	21.12.-22.12
3.	12.01	23.03	10	19.03- 26.03	8	14.03-15.03
4.	27.03	25.05	9			10.05- 27.05
ИТОГО			34		30	

Входная диагностика и промежуточная аттестация.

№	Контрольные испытания	Кол-во выполнений	
		мальчики	девочки
1	Бег 60 м, с.	12,0	12,9
2	Бег 100 м.с.	5.30	6.20
3	Прыжок в длину с места, см	130	120
4	Метание мяча	18	15
Итоговая аттестация			
1	Бег 60 м, с.	12,0	12,9
2	Бег 100 м.с.	5.30	6.20
3	Прыжок в длину с места, см	135	130
4	Метание мяча	18	15
5	Ловля и передача мяча на расстоянии 15 м 6 4 (кол-во раз)	6	4
6	Лицевой удар «топориком» из 10 попыток (раз)	5	4
7	Удар «свеча» из 10 попыток (кол-во раз)	2	2
8	Удар «сбоку» из 10 попыток (кол-во раз)	2	2

Тест на тему «Русская лапта»

1. Лапта проводится на площадке, имеющей форму:

- а) прямоугольника;
- б) квадрата;
- в) ромба;
- г) треугольника.

2. Максимально допустимые размеры игровой площадки:

- а) 30-40 м в длину, 10-15 м в ширину;
- б) 40-55 м в длину, 25-40 м в ширину;
- в) 60-80 м в длину, 40-50 м в ширину.

3. Линией кона и дома называются:

- а) линии, расположенные вдоль коротких сторон игрового поля;
- б) линии, выступающие за игровое поле;
- в) линии, расположенные по длинным сторонам игровой площадки.

4. Штрафная зона предназначена:

- а) для отбывания наказания штрафников;
- б) зона, где играют только защитники;
- в) для определения действительности удара по мячу.

5. Площадка очередности - это место:

- а) где игроки ожидают очередность по пробитию ударов по мячу;
- б) предназначенное для запасных игроков защиты;
- в) откуда совершаются перебежки по очереди.

6. Пригород - это площадка, для:

- а) расположения запасных игроков;
- б) совершения перебежек после ударов;
- в) произведения ударов по мячу.

7.Площадка подающего и бьющего - это:

- а) площадка, где расположены игроки, не бившие по мячу;
- б) площадка для подачи мяча защитником и удары по нему нападающим;
- в) площадка только для подающего.

8.Игровая бита должна быть:

- а) цельнодеревянной круглой;
- б) деревянной с дополнительной обмоткой для удобства;
- в) деревянной с железной основой;
- г) Пластмассовая.

9. Длина биты:

- а) 40-50см;
- б) 55-80см;
- в) 60-110см;
- г) 120.140см.

10.В лапту играют мячом:

- а) теннисным;
- б) литым;
- в) бейсбольным.

11.Команда состоит из:

- а) 6 игроков;

- б) 4 игроков;
- в) 8 игроков;
- г) 10 игроков.

12. Во время игры на площадке должны находиться:

- а) 5 игроков;
- б) 6 игроков;
- в) 7 игроков; г
-) 8 игроков

13. Запрещается играть в матче, когда в команде менее:

- а) 6 игроков;
- б) 5 игроков;
- в) 4 игроков;
- г) 3 игроков.

14. Встречу обслуживают судьи:

- а) старший судья, судья на линии, секретарь, судья-информатор, судья-хронометрист;
- б) главный судья, комиссар матча, секретарь;
- в) секретарь, судья-информатор, судья-хронометрист.

15. Продолжительность игры:

- а) 2 тайма по 45 мин;
- б) 3 тайма по 20 мин;
- в) от времени не зависит (по переходам);
- г) 2 тайма по 30 мин.

16. Подачу мяча совершает:

- а) игрок защиты обязательно двумя руками;

б) игрок нападения;

в) любой игрок защиты

17. Подавать мяч необходимо на высоту:

а) 2-3 метр; б) 50 см - 1 метр;

в) указанную попадающим.

18. Сколько подач разрешается совершать при 1-м или 2-м ударе:

а) 1;

б) 2;

в) 3;

г) 4.

19. Сколько попыток дается нападающему для пробития по мячу:

а) 1;

б) 2;

в) 3;

г) 4.

20. Удар считается действительным, если:

а) мяч попал в штрафную зону;

б) мяч улетел за боковую линию;

в) мяч попал в пределах игрового поля, перелетев контрольную линию.

21. Свободная смена происходит в случаях, если:

а) промахнулись три игрока нападения;

б) промахнулись шесть игроков нападения;

в) истекло время, отведенное на атаку

22. Сколько игроков можно менять в нападении и защите:

а) только 1;

б) только 2;

в) не ограничено.

23. Сколько минутных перерывов может взять команда в 1 тайме:

а) 1;

б) 2;

в) не ограничено.

24. При осаливании перебежчика старший судья:

а) разводит руки в стороны;

б) поднимает правую руку вверх;

в) подает свисток и показывает вытянутой рукой на площадку.

25. Промах при осаливании перебежчика, судья:

а) разводит руки в стороны;

б) перекрещивает руки перед грудью;

в) делает удар кулаком по ладони.

Тест состоит из 25 вопросов. Чтоб получить зачет нужно набрать не менее 20 правильных ответов.