

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Элективный учебный курс «Правила игры в лапту» обучающихся МБОУ «Быргындинская СОШ» объединяет все виды деятельности обучающихся, в которых возможно и целесообразно решение задач их воспитания и социализации.

Лапта народная командная игра с мячом и битой. Упоминания о лапте встречаются в памятниках древнерусской письменности. Игра проводится как на естественной площадке, так и в спортивном зале.

Нормативная база Настоящая программа «Правила игры в лапту» разработана в условиях реализации ФГОС второго поколения. В основу разработки программы положены основные нормативные документы:

- с Федеральным законом от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012г. № 413 (с изменениями и дополнениями);

- Учебный план МБОУ «Быргындинская СОШ»,

- локально-нормативный акт «Положение о рабочей программе учебного предмета педагога, реализующего федеральный государственный образовательный стандарт», утвержденный приказом № от г.

Основной образовательной программы среднего общего образования МБОУ «Быргындинская СОШ» (с изменениями и дополнениями), утвержденный приказом.

**Место предмета в учебном плане.** На изучение элективного учебного курса «Правила игры в лапту» выделяется 1 учебный час в неделю. Элективный учебный курс рассчитан на 34 часа, 1 час в неделю, 34 учебные недели.

**Цель:** формирование личностных качеств, способствующих всестороннему развитию ребенка, приобщение его к здоровому образу жизни посредством игры в баскетбол.

**Задачи:** Обучающие: - обучить технике и тактике игры Лапта; - научить свободно и правильно применять правила в игре.

**Воспитательные:** - воспитывать чувство ответственности, взаимовыручки, дисциплинированности; - оказывать помощь воспитанникам в самопознании, в самореализации; - формировать эмоционально-ценностное отношение к окружающему миру; - способствовать сплочению коллектива.

**Развивающие:** - способствовать развитию силы, быстроты реакции, выносливости, ловкости; - содействовать правильному физическому развитию; - прививать детям любовь к спорту и здоровому образу жизни; способствовать развитию трудолюбия, воли к победе.

## ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

Актуализация Здоровье и физическая активность, здоровье и мышечные нагрузки – в настоящее время эти понятия все больше сближаются. Однако с каждым годом объем двигательной активности человека уменьшается. А мышечный голод для здоровья так же опасен, как недостаток кислорода или витаминов. Это было многократно подтверждено различными экспериментами. Лапта – прекрасное средство для физического развития человека, его подготовки к трудовой и общественной жизни. Специальные исследования показали высокую эффективность занятий лаптой для разностороннего развития детского и юношеского организма. Бег, прыжки, метание мяча, ловля, удары битой и игровая ориентировка составляют основу игры. Бег и прыжки, например, активизируют рост тела; метание в высоко расположенную цель способствуют формированию правильной осанки; передача мяча на дальнее расстояние, удары битой, развивают силу мышц.

Под влиянием физической нагрузки, которую занимающиеся получают на занятиях и соревнованиях, совершенствуется деятельность сердечно-сосудистой системы, увеличивается окружность груди, жизненная емкость легких, укрепляются многие мышцы ног, туловища, рук. Игровая деятельность хороша не только для физического, но и для развития познавательных интересов, выработки воли и характера, формирования умения ориентироваться в окружающей действительности, сплочения коллектива. Игровой процесс обеспечивает развитие общеобразовательного потенциала личности, ее индивидуальности, творческого отношения к любой деятельности. Школьники, занимающиеся лаптой, очень быстро обгоняют в физическом развитии своих сверстников. Они реже болеют, лучше учатся, активнее участвуют во всех мероприятиях, проводимых в школе, в соревнованиях показывают результаты лучше, чем у других ребят. Ребята всех возрастов приняли спортивную игру Лапта, как свою любимую игру и она привилась в их среде настолько, что мы педагоги дополнительного образования не могли остаться в стороне от столь массового увлечения.

Программа позволяет развивать физические способности обучающихся. Педагог, проанализировав возможности, заинтересованность детей и родителей, может выбрать подходящий вариант реализации программы. Занятия должны быть направлены на всестороннюю физическую подготовку занимающихся и на изучение основ техники и тактики игры в Лапта. В результате изучения элективного учебного обучающиеся должны знать :

Значение лапты в развитии физических способностей и совершенствовании:

- функциональных возможностей организма занимающихся;
- Правила безопасного поведения во время занятий по лапте;
- Названия разучиваемых технических приемов игры и основы правильной техники
- Наиболее типичные ошибки при выполнении технических приемов и тактических действий;
- Контрольные упражнения (двигательные тесты) для оценивания физической и технической подготовленности и требования к технике и правилам их выполнения;
- Основное содержание правил соревнований по лапте;
- Жесты судьи;
- Игровые упражнения, подвижные игры и эстафеты с элементами лапты;
- Уметь Соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях по русской лапте;
- Выполнять технические приемы и тактические действия;

- Контролировать свое самочувствие (функциональное состояние организма) на занятиях по лапте;
- Играть в лапту с соблюдением основных правил;