

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Департамент образования и науки Ханты-Мансийского автономного округа - Югры

Департамент образования администрации города Нефтеюганска

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Школа развития №24»

Пункт 2.1. Основной образовательной программы  
начального общего образования, утверждённой  
приказом МБОУ «Школа развития №24»  
от «30» августа 2024 г. № 481

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного предмета «Физическая культура» (модуль «Лепта»)**

для обучающихся 1 – 3 классов

Нефтеюганск, 2024

## Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» (модуль «Лапта») составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021г № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования», программы воспитания МБОУ «Школа развития №24», ориентированной на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся.

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.

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.

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. Эту игру можно организовать для мальчиков и девочек, как в зале, так и на открытом воздухе. Регулярные занятия лаптой содействуют развитию личностных качеств обучающихся, формированию коллективизма, инициативности, решительности, развития морально-волевых качеств, а также способствует формированию комплекса психофизиологических свойств организма. Игровой процесс обеспечивает развитие образовательного потенциала личности, ее индивидуальности, творческого отношения к деятельности.

**Цель-** 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».

Реализация программы предполагает решение следующих **задач**:

1. Всестороннее гармоничное развитие детей и подростков, увеличение объёма их двигательной активности;

2. Укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей их организма, обеспечение безопасности на занятиях по лапте;

3. Формирование общих представлений о лапте, ее истории развития, возможностях и значении в процессе укрепления здоровья, физическом развитии и физической подготовке обучающихся;

4. Формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами вида спорта «лапта»;

5. Воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества;

6. Выявление, развитие и поддержка одарённых детей в области спорта.

Общее число часов для изучения модуля «Лапта» на уровне начального общего образования составляет для 1 - 3 классов 101 – час: в 1 классе – 33 часа (1 час в неделю), во 2 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 3 классе – 34 часа (1 час в неделю).

## **Содержание программы**

### *Раздел 1. Знания о лапте*

История зарождения лапты. Современное состояние лапты в Российской Федерации. Разновидности лапты. Основные понятия о спортивных сооружениях и инвентаре. Правила безопасного поведения во время занятий лаптой. Режим дня при занятиях лаптой. Правила личной гигиены во время занятий лаптой.

### *Раздел 2. Подвижные игры, элементы спортивных игр*

Подвижные игры и правила их проведения. Организация и проведение игр специальной направленности с элементами лапты. Самоконтроль и его роль в учебной и соревновательной деятельности. Дневник самонаблюдения.

Правила безопасного поведения во время соревнований по лапте в качестве зрителя, болельщика. Подбор и составление комплексов общеразвивающих, специальных и имитационных упражнений для занятий лаптой. Тестирование уровня физической подготовленности игроков в лапту.

### *Раздел 3. Физическое совершенствование*

Комплексы общеразвивающих упражнений без предметов и с предметами для развития физических качеств (быстроты, силы, скоростно-силовых качеств, ловкости, выносливости, гибкости). Подвижные игры с элементами лапты: «Поймай лису», «Баскетбол с теннисным мячом», «Перестрелки» и другие. Специально-подготовительные упражнения для

начального обучения технике игры в лапту. Учебные игры в лапту. Малые (упрощенные) игры в лапту. Малые (упрощенные) игры в лапту. Участие в соревновательной деятельности.

### **Результаты освоения программы**

#### *Личностные результаты*

Личностные результаты освоения программы достигаются в процессе единства учебной и воспитательной деятельности, обеспечивающей позитивную динамику развития личности младшего школьника, ориентированную на процессы самопознания, саморазвития и самовоспитания. Личностные результаты освоения программы внеурочной деятельности «Витамины для чтения» отражают освоение младшими школьниками социально значимых норм и отношений, развитие позитивного отношения обучающихся к общественным, традиционным, социокультурным и духовно-нравственным ценностям, приобретение опыта применения сформированных представлений и отношений на практике.

#### *Гражданско-патриотическое воспитание:*

- проявление чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России через знание истории и современного состояния развития лапты;
- осознание своей этнокультурной и российской гражданской идентичности, сопричастности к прошлому, настоящему и будущему своей страны и родного края, проявление уважения к традициям и культуре своего и других народов;
- первоначальные представления о человеке как члене общества, о правах и ответственности, уважении и достоинстве человека, о нравственно-этических нормах поведения и правилах межличностных отношений.

#### *Духовно-нравственное воспитание:*

- освоение опыта человеческих взаимоотношений, признаки индивидуальности каждого человека, проявление сопереживания, уважения, любви, доброжелательности и других моральных качеств к родным, близким и чужим людям, независимо от их национальности, социального статуса, вероисповедания;
- неприятие любых форм поведения, направленных на причинение физического и морального вреда другим людям

#### *Физическое воспитание, формирование культуры здоровья эмоционального благополучия:*

- соблюдение правил здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни в окружающей среде (в том числе информационной); бережное отношение к физическому и психическому здоровью (усвоение правил безопасного поведения в учебной, соревновательной, досуговой деятельности и чрезвычайных ситуациях при занятии лаптой).

#### *Экологическое воспитание:*

- бережное отношение к природе.

### *Метапредметные результаты*

- умение самостоятельно определять цели своего обучения средствами лапты
- и составлять планы в рамках физкультурно-спортивной деятельности, выбирать успешную стратегию и тактику в различных ситуациях;
- 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; владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение организовывать совместную деятельность с учителем и сверстниками, работать индивидуально и в группе, формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение, соблюдать нормы информационной избирательности, этики и этикета.

### *Предметные результаты*

Предметные результаты освоения программы начального общего образования по внеурочной деятельности «Лапта» отражают специфику содержания предметной области, ориентированы на применение знаний, умений и навыков обучающимися в различных учебных ситуациях и жизненных условиях и представлены по годам обучения.

Обучающийся научится:

- понимание роли и значения занятий лаптой в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- знание правил проведения соревнований по лапте в учебной, соревновательной и досуговой деятельности;
- освоение и демонстрация основных технических приемов в защите и нападении игры «лапта»;
- умение подбирать, составлять и осваивать самостоятельно, при участии и помощи родителей простейшие комплексы общеразвивающих, специальных и имитационных упражнений для занятий лаптой;
- соблюдение правил личной гигиены и ухода за спортивным инвентарем и оборудованием, правил подбора спортивной одежды и обуви для занятий по лапте;
- умение осуществлять самоконтроль за физической нагрузкой в процессе занятий лаптой, применять средства восстановления организма после физической нагрузки;
- умение демонстрировать общеразвивающие специальные и имитационные упражнения для развития физических качеств, базовых технических приемов;

- участие в соревновательной деятельности внутри школьных этапов различных соревнований, участие в соревнованиях по лапте;
- знание и выполнение тестовых упражнений по физической подготовленности игроков в лапту

*В конце обучения по программе учащиеся должны:*

- иметь представления об игре лапта и основных правилах игры; терминологии; составе команды, роль капитана команды и функциях игроков в команде нападающий, защитник,
- иметь представления о значении занятий лаптой как средством укрепления здоровья, закаливания и развития физических качеств человека;
- умеют выполнять различные виды передвижений: бег, прыжки, остановки, повороты с изменением скорости, темпа и дистанции в учебной, игровой и соревновательной деятельности.

### Тематическое планирование, 1 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	к/ р	п / р	
1	Правила безопасного поведения во время занятий лаптой. Разучивание подвижной игры с элементами лапты: «Поймай лису».	1	0	1	<a href="https://uroki4you.ru/videourok-igri-v-laptu.html?ysclid=lm21afc7de701230095">https://uroki4you.ru/videourok-igri-v-laptu.html?ysclid=lm21afc7de701230095</a>
2	История зарождения лапты. Подвижная игра «Поймай лису».	1	0	1	<a href="https://uroki4you.ru/videourok-igri-v-laptu.html?ysclid=lm21afc7de701230095">https://uroki4you.ru/videourok-igri-v-laptu.html?ysclid=lm21afc7de701230095</a>
3	Режим дня при занятиях лаптой. Эстафеты с передачей теннисного мяча.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/</a>
4	Основные понятия о спортивных сооружениях и инвентаре. Подвижные игры с ловлей и передачей теннисного мяча.	1	0	1	<a href="https://uroki4you.ru/videourok-igri-v-laptu.html?ysclid=lm21afc7de701230095">https://uroki4you.ru/videourok-igri-v-laptu.html?ysclid=lm21afc7de701230095</a>
5	Современное состояние лапты в Российской Федерации. Комплекс ОРУ с теннисным мячом.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3655/start/326460/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3655/start/326460/</a>
6	Разновидности лапты. Комплекс ОРУ с теннисным мячом.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4189/start/189310/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4189/start/189310/</a>
7	Подвижные игры и правила их проведения. Подвижная игра «Горелки»	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4154/start/192700/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4154/start/192700/</a>
8	Первые внешние признаки утомления. Кроссовая подготовка: бег до 500 м. в медленном темпе.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5738/start/168896/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5738/start/168896/</a>
9	Развитие силы. Подтягивание, сгибание и разгибание рук в упоре лежа.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/start/168937/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/start/168937/</a>
10	Работа с теннисным мячом на месте. Подвижная игра «Смена сторон».	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/1">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/1</a>
11	Броски мяча снизу в стену с 3 м.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4063/start/169082/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4063/start/169082/</a>
12	Передача мяча в парах. Подвижная игра «Передал садись»	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/start/326665/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/start/326665/</a>
13	Подбрасывание мяча. Подвижная игра «Передал	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3655/start/326460/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3655/start/326460/</a>

	садись».				
14	Подвижные игры с элементами лапты: «Баскетбол с теннисным мячом».	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/1">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/1</a>
15	Выполнение осаливания и переосаливания. Подвижная игра «Попади в хвост»	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/start/326665/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/start/326665/</a>
16	Ловля мяча одной и двумя руками. Подвижная игра «Попади в хвост».	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3655/start/326460/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3655/start/326460/</a>
17	Выполнение передачи мяча с места.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4063/start/169082/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4063/start/169082/</a>
18	Ловля мяча при перемещении игроков по площадке.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4123/start/326480/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4123/start/326480/</a>
19	Развитие гибкости. Наклон вперед из положения сидя.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/start/168937/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/start/168937/</a>
20	Подвижные игры с элементами лапты: «Поймай лису»,	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/start/326665/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5752/start/326665/</a>
21	Подвижные игры с элементами лапты: «Перестрелка».	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/1">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/1</a>
22	Передача мяча в движении.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/169123/</a>
23	Подвижные игры с элементами лапты.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4189/start/189310/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4189/start/189310/</a>
24	Прыжок в длину с места и разбега.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/start/189846/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5750/start/189846/</a>
25	Техника броска мяча на дальность.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4063/start/169082/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4063/start/169082/</a>
26	Подвижные игры с элементами лапты. Тест: бросок мяча на дальность.	1	0,5	0,5	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4189/start/189310/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4189/start/189310/</a>
27	Бросок мяча в цель. Работа над ошибками, допущенными при выполнении теста: бросок мяча на дальность.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/1">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4187/start/1</a>
28	Передача мяча в парах (4-5м). Подвижная игра «Даровки».	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4123/start/326480/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4123/start/326480/</a>
29	Прыжковые упражнения. Упражнения с мячом на ловкость. Подвижная игра «Пятнашки»	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/</a>
30	Бросок набивного мяча (0,5кг) из различных положений. Подвижные игры с мячом.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3655/start/326460/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3655/start/326460/</a>

31	Беговые упражнения. Передача в парах. Подвижные игры «Гонка мячом по кругу».	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/</a>
32	Скоростно-силовые упражнения. Элементы лапты. Подвижная игра «Земляная лапта».	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/</a>
33	Игры и эстафеты с элементами лапты. (соревнования)	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5741/start/189331/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5741/start/189331/</a>
Общее количество часов по программе		33	0,5	32,5	

### Тематическое планирование, 2 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	к/ р	п / р	
1	Правила безопасного поведения во время занятий лаптой. Разучивание подвижной игры с элементами лапты: «Охотники и утки».	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4162/start/190628/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4162/start/190628/</a>
2	Уход за спортивным инвентарем и оборудованием по лапте. Подвижная игра «Охотники и утки».	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4148/start/192643/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4148/start/192643/</a>
3	Правила личной гигиены во время занятий лаптой. Эстафеты с передачей теннисного мяча.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/</a>
4	Лапта как средство физического воспитания. Подвижные игры с ловлей и передачей теннисного мяча.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4154/start/192700/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4154/start/192700/</a>
5	Разминка, ее роль, назначение. Комплекс ОРУ с теннисным мячом.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3520/start/224142/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3520/start/224142/</a>
6	Разновидности лапты. Комплекс ОРУ с теннисным мячом.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3520/start/224142/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3520/start/224142/</a>
7	Подвижные игры и правила их проведения. Подвижная игра «Горелки»	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4154/start/192700/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4154/start/192700/</a>
8	Первые внешние признаки утомления. Кроссовая подготовка: бег до 1000 м. в медленном темпе.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/start/190680/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/start/190680/</a>

9	Развитие силы. Подтягивание, сгибание и разгибание рук в упоре лежа.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/start/168937/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/start/168937/</a>
10	Работа с теннисным мячом на месте. Подвижная игра «Прокати мяч».	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4154/start/192700/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4154/start/192700/</a>
11	Броски мяча снизу в стену с 3 м. Подвижная игра «Мяч соседу»	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4316/start/190759/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4316/start/190759/</a>
12	Передача мяча в парах. Подвижная игра «Передал садись»	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/start/191936/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/start/191936/</a>
13	Подбрасывание мяча. Подвижная игра «Передал садись».	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/start/191936/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6169/start/191936/</a>
14	Подвижные игры с элементами лапты: «Баскетбол с теннисным мячом».	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4148/start/192643/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4148/start/192643/</a>
15	Выполнение осаливания и переосаливания. Подвижная игра «Попади в хвост»	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4148/start/192643/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4148/start/192643/</a>
16	Ловля мяча одной и двумя руками. Подвижная игра «Попади в хвост».	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4317/start/190959/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4317/start/190959/</a>
17	Выполнение передачи мяча с места. Подвижная игра «Мяч в стенку»	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4317/start/190959/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4317/start/190959/</a>
18	Ловля мяча при перемещении игроков по площадке.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4316/start/190759/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4316/start/190759/</a>
19	Развитие гибкости. Наклон вперед из положения сидя.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/start/168937/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/start/168937/</a>
20	Подвижные игры с элементами лапты: «Поймай лису»,	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5322/start/192431/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5322/start/192431/</a>
21	Подвижные игры с элементами лапты: «Перестрелка».	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5322/start/192431/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5322/start/192431/</a>
22	Передача мяча в движении. Подвижная игра «Горелки»	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6164/start/192726/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6164/start/192726/</a>
23	Подвижные игры с элементами лапты: «Горелки»	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6164/start/192726/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6164/start/192726/</a>
24	Прыжок в длину с места и разбега.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6132/start/190732/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6132/start/190732/</a>

25	Техника броска мяча на дальность.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4318/start/190706/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4318/start/190706/</a>
26	Подвижные игры с элементами лапты. Тест: бросок мяча на дальность.	1	0,5	0,5	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4286/start/190818/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4286/start/190818/</a>
27	Бросок мяча в цель. Работа над ошибками, допущенными при выполнении теста: бросок мяча на дальность.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4316/start/190759/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4316/start/190759/</a>
28	Передача мяча в парах (4-5м). Подвижная игра «Даровки».	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4318/start/190706/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4318/start/190706/</a>
29	Прыжковые упражнения. Упражнения с мячом на ловкость. Подвижная игра «Пятнашки»	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4078/start/326399/</a>
30	Бросок набивного мяча (0,5кг) из различных положений. Подвижные игры с мячом.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6132/start/190732/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6132/start/190732/</a>
31	Беговые упражнения. Передача в парах. Подвижные игры «Гонка мячом по кругу».	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/</a>
32	Скоростно-силовые упражнения. Элементы лапты. Подвижная игра «Земляная лапта».	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/</a>
33	Игры и эстафеты с элементами лапты. (соревнования)	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/start/190680/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5730/start/190680/</a>
34	Набрасывание малого мяча на горизонтальную цель (высота 70см). Русская лапта по упрощенным правилам	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4316/start/190759/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4316/start/190759/</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0,5	33,5	

### Тематическое планирование, 3 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	к/р	п/р	

1	Правила безопасного поведения во время занятий лаптой. Разучивание подвижной игры с элементами лапты: «Охотники и утки».	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4460/start/278961/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4460/start/278961/</a>
2	Уход за спортивным инвентарем и оборудованием по лапте. Подвижная игра «Охотники и утки».	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6172/start/192778/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6172/start/192778/</a>
3	Прыжковые упражнения. Упражнения с мячом на ловкость. Подвижная игра «Пятнашки».	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5736/start/168916/</a>
4	Лапта как средство физического воспитания. Подвижные игры с ловлей и передачей теннисного мяча.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5132/start/278909/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5132/start/278909/</a>
5	Разминка, ее роль, назначение. Комплекс ОРУ с теннисным мячом.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4429/start/193842/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4429/start/193842/</a>
6	Разновидности лапты. Комплекс ОРУ с теннисным мячом. Подвижная игра «Пятнашки».	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6012/start/192804/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6012/start/192804/</a>
7	Подвижные игры и правила их проведения. Подвижная игра «Горелки»	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4460/start/278961/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4460/start/278961/</a>
8	Первые внешние признаки утомления. Кроссовая подготовка: бег до 1000 м. в медленном темпе.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5738/start/168896/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5738/start/168896/</a>
9	Развитие силы. Подтягивание, сгибание и разгибание рук в упоре лежа.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/start/168937/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/start/168937/</a>
10	Работа с теннисным мячом на месте. Подвижная игра «Прокати мяч».	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6175/start/226376/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6175/start/226376/</a>
11	Упражнения с мячом на ловкость. Элементы лапты «Передача мяча в парах».	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4430/start/193964/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4430/start/193964/</a>
12	Передача мяча в парах. Подвижная игра «Передал садись»	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5132/start/278909/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5132/start/278909/</a>
13	Подбрасывание мяча. Подвижная игра «Передал садись».	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4430/start/193964/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4430/start/193964/</a>
14	Подвижные игры с элементами лапты:	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4148/start/192643/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4148/start/192643/</a>

	«Баскетбол с теннисным мячом».				
15	Выполнение осаливания и переосаливания. Подвижная игра «Попади в хвост»	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4459/start/193250/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4459/start/193250/</a>
16	Ловля мяча одной и двумя руками. Подвижная игра «Попади в хвост».	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3553/start/279039/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3553/start/279039/</a>
17	Выполнение передачи мяча с места. Подвижная игра «Мяч в стенку»	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3553/start/279039/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3553/start/279039/</a>
18	Ловля мяча при перемещении игроков по площадке.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4459/start/193250/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4459/start/193250/</a>
19	Изучение подачи сверху. Пподвижная игра «Пятнашки с мячом».	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/start/168937/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4185/start/168937/</a>
20	Подвижные игры с элементами лапты: «Поймай лису»,	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4154/start/192700/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4154/start/192700/</a>
21	Подвижные игры с элементами лапты: «Перестрелка».	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4154/start/192700/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4154/start/192700/</a>
22	Передача мяча в движении. Подвижная игра «Горелки»	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6164/start/192726/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6164/start/192726/</a>
23	Подвижные игры с элементами лапты: «Горелки»	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6164/start/192726/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6164/start/192726/</a>
24	Подача сверху (техника). Подвижная игра «Пятнашки с мячом».	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6076/start/194178/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6076/start/194178/</a>
25	Техника броска мяча на дальность.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6175/start/226376/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6175/start/226376/</a>
26	Подвижные игры с элементами лапты. Тест: бросок мяча на дальность.	1	0,5	0,5	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6175/start/226376/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6175/start/226376/</a>
27	Бросок мяча в цель. Работа над ошибками, допущенными при выполнении теста: бросок мяча на дальность.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6175/start/226376/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6175/start/226376/</a>
28	Передача мяча в парах (4-5м). Подвижная игра «Даровки».	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4461/start/278987/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4461/start/278987/</a>
29	Прыжковые упражнения. Упражнения с мячом на ловкость. Подвижная игра «Пятнашки»	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/6174/start/226527/</a>

30	Бросок набивного мяча (0,5кг) из различных положений. Подвижные игры с мячом.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4428/start/226288/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4428/start/226288/</a>
31	Беговые упражнения. Передача в парах. Подвижные игры «Гонка мячом по кругу».	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/</a>
32	Подача мяча сбоку (изучение). Подвижная игра «Земляная лапта».	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4188/start/169062/</a>
33	Подача мяча сбоку. Игры и эстафеты с элементами лапты. (соревнования)	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4459/start/193250/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4459/start/193250/</a>
34	Набрасывание малого мяча на горизонтальную цель (высота 70см). Русская лапта по упрощенным правилам.	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4461/start/278987/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4461/start/278987/</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0,5	33,5	

## Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса

### Обязательные материалы для ученика

Физическая культура, 1-4 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

### Методические материалы для учителя

1. Физическая культура, 1-4 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;
2. Костарев А.Ю., Юламанова Г.М. Примерная рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» (модуль «Лапта»)
3. Разработанные видео уроки
4. Костарев А.Ю. Русская лапта: учебно-методическое пособие / А.Ю. Костарев, Р.Р. Ягофаров. – Уфа: Восточный университет, 2004. –104 с.22. Костарев А.Ю. Соревновательная деятельность
5. Ежова А.В. Русская лапта: основные правила игры и методика обучения техническим приемам: учебно-методическое пособие / А.В. Ежова. – Воронеж: ВГИФК, 2019. – 61 с.

### Цифровые образовательные ресурсы и ресурсы сети интернет

<https://resh.edu.ru/>

<https://docs.yandex.ru/docs/view>

<https://uroki4you.ru/videourok-igri-v-laptu.html?ysclid=lm21afc7de701230095>