Аннотация к рабочей программе дополнительного образования

«Лапта»

**Рабочая программа дополнительного образования «Лапта» составлена на основе** рекомендаций по планированию и организации внеурочных занятий по лапте для обучающихся основной и старшей школы в условиях работы по новым стандартам.

(Автор: Валиахметов Р.М. Русская лапта с методикой преподавания: Программа педагогических институтов/ Р.М. Валиахметов, Л.Г. Гусев, А.Ю. Костарев, В.И. Щемилин. – Уфа: БГПИ, 1996. – 15 с.)

**Цели и задачи**   
**Цель -**содействие формированию разносторонне развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха, формированию устойчивых мотивов и потребностей, занимающихся в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни, воспитание активной жизненной позиции, нравственных и волевых качеств, интеллектуальное и эстетическое воспитание в процессе занятии.

**Задачи:**

а) *образовательные задачи*:

* обучение занимающихся основным двигательным действиям;
* формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта, техническими действиями и приемами игры в лапту;
* освоение знаний об истории и современном развитии лапты, роли и формировании здорового образа жизни;
* обучение навыкам и умениям игры в лапту.

б) *оздоровительные задачи*:

* укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
* повышение уровня разностороннего физического развития, закаливание.
* соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил личной гигиены.

в) *воспитательные задачи:*

* нравственное воспитание в процессе занятий;
* воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности;
* достижение высокого возрастного уровня воспитания физических качеств;
* воспитание чувства товарищества, взаимопомощи;

**Формы и режим занятий.**

**Формы обучения**: учебно-тренировочное занятие (фронтальный, групповой, поточный), учебно-тренировочная игра в лапту.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Продолжительность занятия | Периодичность в неделю | Количество часов в неделю | Количество часов в год |
| 45 мин;  10 мин. перерыв  45 мин. | 1 раз в неделю | 2 часа | 84 часа |

**Тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | **Тема раздела** | **Количество часов** |
| 1 | Теоретические е сведения по разделу «Лапта» | в процессе занятий |
| 2 | Общефизическая подготовка (развитие двигательных качеств) | 16 |
| 3 | Специальная физическая подготовка | 16 |
| 4 | Техническая подготовка | 20 |
| 5 | Тактика игры | 20 |
| 6 | Учебные игры и соревнования. | 10 |
| 7 | Итоговое занятие. Подведение итогов. | 2 |
|  | **Итого** | **84** |