

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 37  
имени Новикова Гаврила Гавриловича»


**Рабочая программа по учебному предмету  
«СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ»  
10 – 11 класс**

Составитель:  
Азарова И. Г.,  
учитель физической культуры

УТВЕРЖДЕНО:  
на заседании педагогического совета  
Протокол № 1  
от «31» августа 2020г.  
Директор школы  
Е.М. Малиновская



ОБСУЖДЕНО:  
на заседании методического совета  
Протокол № 1  
от «28» августа 2020г.  
Председатель МС  
И.В. Калмыкова



г. Кемерово

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета.....3-7
2. Содержание учебного предмета.....8
3. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.....9-12

## 1. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Программа учебного предмета «**Спортивные игры**» обеспечивает формирование личностных, метапредметных и предметных результатов.

**Личностные результаты** освоения программы должны отражать:

1) российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);

2) гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;

3) готовность к служению Отечеству, его защите;

4) сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;

5) сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;

6) толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;

7) навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;

8) нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;

9) готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;

10) эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;

11) принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;

12) бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;

13) осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;

14) сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;

15) ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

**Метапредметные результаты** освоения программы должны отражать:

1) умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;

2) умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;

3) владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;

4) готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;

5) умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;

6) умение определять назначение и функции различных социальных институтов;

7) умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;

8) владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;

9) владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

Требования к **предметным результатам** освоения базового курса физической культуры должны отражать:

1) умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО);

2) владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;

3) владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;

4) владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

5) владение техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности;

6) для слепых и слабовидящих обучающихся:

- сформированность приемов осязательного и слухового самоконтроля в процессе формирования трудовых действий;

- сформированность представлений о современных бытовых тифлотехнических средствах, приборах и их применении в повседневной жизни;

7) для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- овладение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью с учетом двигательных, речедвигательных и сенсорных нарушений;

- овладение доступными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;

- овладение доступными физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;

- овладение доступными техническими приемами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности.

**В результате изучения учебного предмета «Физическая культура» на уровне среднего общего образования:**

**Выпускник на базовом уровне научится:**

определять влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;

знать способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;

знать правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями общей, профессионально-прикладной и оздоровительно-корректирующей направленности;

характеризовать индивидуальные особенности физического и психического развития;

характеризовать основные формы организации занятий физической культурой, определять их целевое назначение и знать особенности проведения;

составлять и выполнять индивидуально ориентированные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры;

выполнять комплексы упражнений традиционных и современных оздоровительных систем физического воспитания;

выполнять технические действия и тактические приемы базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

практически использовать приемы самомассажа и релаксации;

практически использовать приемы защиты и самообороны;

составлять и проводить комплексы физических упражнений различной направленности;

определять уровни индивидуального физического развития и развития физических качеств;

проводить мероприятия по профилактике травматизма во время занятий физическими упражнениями;

владеть техникой выполнения тестовых испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

**Выпускник на базовом уровне получит возможность научиться:**

*самостоятельно организовывать и осуществлять физкультурную деятельность для проведения индивидуального, коллективного и семейного досуга;*

*выполнять требования физической и спортивной подготовки, определяемые вступительными экзаменами в профильные учреждения профессионального образования;*

*проводить мероприятия по коррекции индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств по результатам мониторинга;*

*выполнять технические приемы и тактические действия национальных видов спорта;*

*выполнять нормативные требования испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);*

*осуществлять судейство в избранном виде спорта;*

*составлять и выполнять комплексы специальной физической подготовки.*

## **2. Содержание учебного предмета**

**10 класс (35 ч)**

Особенности соревновательной деятельности в массовых видах спорта; правила организации и проведения соревнований, обеспечение безопасности, *судейство*.

Совершенствование техники упражнений базовых видов спорта, технические приемы и командно-тактические действия в командных (игровых) видах.

#### **Баскетбол – 11 ч**

Технико-тактические действия и приемы игры в баскетбол. Правила игры. Игры по правилам.

#### **Волейбол – 12 ч**

Технико-тактические действия и приемы игры в волейбол. Правила игры. Игры по правилам.

#### **Футбол – 12 ч**

Технико-тактические действия и приемы игры в футбол, мини-футбол. Правила игры. Игры по правилам.

### **11 класс (34 ч)**

Особенности соревновательной деятельности в массовых видах спорта; правила организации и проведения соревнований, обеспечение безопасности, *судейство*.

Совершенствование техники упражнений базовых видов спорта, технические приемы и командно-тактические действия в командных (игровых) видах.

#### **Баскетбол – 11 ч**

Технико-тактические действия и приемы игры в баскетбол. Правила игры. Игры по правилам.

#### **Волейбол – 12 ч**

Технико-тактические действия и приемы игры в волейбол. Правила игры. Игры по правилам.

#### **Футбол – 11 ч**

Технико-тактические действия и приемы игры в футбол, мини-футбол. Правила игры. Игры по правилам.

### **3. Тематическое планирование**

#### **10 класс**



<b>№ п/п</b>	<b>Раздел, тема</b>	<b>Кол-во часов</b>
	<b>Баскетбол</b>	<b>11</b>
1	Баскетбол. Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Теоретические занятия «Баскетбол – командная игра, спортивная игра»	1
2	Баскетбол. Техника игры: ведение баскетбольного мяча правой, левой руками, попеременно на месте, в ходьбе и в беге	1
3	Баскетбол. Техника: ведение баскетбольного мяча в беге, с ускорением. Двусторонняя игра	1
4	Баскетбол. Тактика: защиты - опека соперника. Повороты и их варианты. Двусторонняя игра	1
5	Баскетбол. Совершенствование техники нападения в игре: перемещения по площадке. Двусторонняя игра	1
6	Баскетбол. Обучение совершенствование атакующих действий (разыгрывание комбинаций на двоих и троих). Двусторонняя игра	1
7	Баскетбол. Совершенствование перехватов мяча во время передач. Совершенствование ведения и передачи мяча в различных условиях	1
8	Баскетбол. Упражнения для изучения и совершенствования техники противодействия выходам нападающего без мяча	1
9	Баскетбол. Совершенствование бросков в корзину со штрафной линии.	1
10	Баскетбол. Изучение и совершенствование постановки заслонов. Совершенствование ведения мяча (правой, левой руками). Совершенствование остановки	1
11	Баскетбол. Совершенствование тактики защиты и нападения. Командные взаимодействия	1
	<b>Волейбол</b>	<b>12</b>
12	Волейбол. Техника безопасности при занятиях волейболом	1
13	Волейбол. Основные стойки, изучение основных способов перемещений и остановок	1
14	Волейбол. Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом	1
15	Волейбол. Обучение передачи мяча двумя руками сверху	1
16	Волейбол. Введение в начальные игровые ситуации. Нижняя боковая подача	1
17	Волейбол. Подводящие упражнения для нападающих действий	1
18	Волейбол. Совершенствование нижней и верхней передач. Передачи для нападающих действий	1
19	Волейбол. Прямая нижняя подача мяча. Обучение разбегу и прыжку для нападающих действий	1
20	Волейбол. Нападающий удар с собственного подбрасывания	1
21	Волейбол. Совершенствование техники нижней (прямой и боковой) подач мяча. Техника верхней подачи	1

22	Волейбол. Блокирование нападающего удара	1
23	Волейбол. Техника и тактика игры в волейбол. Двухсторонняя игра в волейбол	1
	<b>Футбол</b>	<b>12</b>
24	Футбол. Техника безопасности при занятиях футболом	1
25	Футбол. Техника перемещения. Вбрасывание мяча. Техника игры вратаря	1
26	Футбол. Удары по мячу ногой и головой. Учебно-тренировочная игра	1
27	Футбол. Передача мяча внутренней стороной стопы. Учебная игра в футбол	1
28	Футбол. Обманные действия отбор мяча. Учебная игра в футбол	1
29	Футбол. Удар по мячу подъёмом. Обманные действия	1
30	Футбол. Групповые действия в защите	1
31	Футбол. Тактическая подготовка. Правила игры	1
32	Футбол. Удары по мячу головой	1
33	Футбол. Удар по мячу подъёмом. Учебная игра в футбол	1
34	Футбол. Жонглирование мячом	1
35	Футбол. Игра в мини-футбол	1
	<b>Всего</b>	<b>35 ч</b>

### 11 класс

№ п/п	Раздел, тема	Кол-во часов
	<b>Баскетбол</b>	<b>11</b>
1	Баскетбол. Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Теоретические занятия «Баскетбол – командная игра, спортивная игра»	1
2	Баскетбол. Техника игры: ведение баскетбольного мяча правой, левой руками, попеременно на месте, в ходьбе и в беге	1
3	Баскетбол. Техника: ведение баскетбольного мяча в беге, с ускорением. Двусторонняя игра	1
4	Баскетбол. Тактика: защиты - опека соперника. Повороты и их варианты. Двусторонняя игра	1
5	Баскетбол. Совершенствование техники нападения в игре: перемещения по площадке. Двусторонняя игра	1
6	Баскетбол. Обучение совершенствование атакующих действий (разыгрывание комбинаций на двоих и троих). Двусторонняя игра	1
7	Баскетбол. Совершенствование перехватов мяча во время передач. Совершенствование ведения и передачи мяча в различных условиях	1
8	Баскетбол. Упражнения для изучения и совершенствования техники противодействия выходам нападающего без мяча	1

9	Баскетбол. Совершенствование бросков в корзину со штрафной линии.	1
10	Баскетбол. Изучение и совершенствование постановки заслонов. Совершенствование ведения мяча (правой, левой руками). Совершенствование остановки	1
11	Баскетбол. Совершенствование тактики защиты и нападения. Командные взаимодействия	1
	<b>Волейбол</b>	<b>12</b>
12	Волейбол. Техника безопасности при занятиях волейболом	1
13	Волейбол. Основные стойки, изучение основных способов перемещений и остановок	1
14	Волейбол. Развитие специальной ловкости и тренировка управления мячом	1
15	Волейбол. Обучение передачи мяча двумя руками сверху	1
16	Волейбол. Введение в начальные игровые ситуации. Нижняя боковая подача	1
17	Волейбол. Подводящие упражнения для нападающих действий	1
18	Волейбол. Совершенствование нижней и верхней передач. Передачи для нападающих действий	1
19	Волейбол. Прямая нижняя подача мяча. Обучение разбегу и прыжку для нападающих действий	1
20	Волейбол. Нападающий удар с собственного подбрасывания	1
21	Волейбол. Совершенствование техники нижней (прямой и боковой) подач мяча. Техника верхней подачи	1
22	Волейбол. Блокирование нападающего удара	1
23	Волейбол. Техника и тактика игры в волейбол. Двухсторонняя игра в волейбол	1
	<b>Футбол</b>	<b>11</b>
24	Футбол. Техника безопасности при занятиях футболом	1
25	Футбол. Техника перемещения. Вбрасывание мяча. Техника игры вратаря	1
26	Футбол. Удары по мячу ногой и головой. Учебно-тренировочная игра	1
27	Футбол. Передача мяча внутренней стороной стопы. Учебная игра в футбол	1
28	Футбол. Обманные действия отбор мяча. Учебная игра в футбол	1
29	Футбол. Удар по мячу подъёмом. Обманные действия	1
30	Футбол. Групповые действия в защите	1
31	Футбол. Тактическая подготовка. Правила игры	1
32	Футбол. Удары по мячу головой	1
33	Футбол. Удар по мячу подъёмом. Учебная игра в футбол	1
34	Футбол. Жонглирование мячом. Игра в мини-футбол	1
	<b>Всего</b>	<b>34 ч</b>

