



ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ШКОЛА № 4 ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

199106, Санкт-Петербург, Средний пр. В.О., д.80 литер А  
Тел. (812) 321-36-73, Тел./факс (812) 321-72-06: e-mail [4-kor@mail.ru](mailto:4-kor@mail.ru) [www.4-kor.ru](http://www.4-kor.ru)  
ИНН/КПП 7801136687/780101001 ОГРН 1037800060770 ОКПО 52153776

---

**ПРИНЯТА**

и рекомендована к использованию  
Педагогическим советом  
ГБОУ школы № 4 Василеостровского  
района Санкт-Петербурга  
Протокол № 01 от 31.08.2023

**УТВЕРЖДЕНА**

Приказом ГБОУ школы №4  
Василеостровского района  
Санкт-Петербурга  
от 11.09.2023 № 110-ОД

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**Спортивные игры**  
**для 11 «А» класса**

Учитель:  
Иванов Андрей Аркадьевич  
Первая квалификационная категория

**СОГЛАСОВАНО**

Заместитель директора  
по учебно-методической работе  
ГБОУ школы № 4 Василеостровского  
района Санкт-Петербурга

\_\_\_\_\_ С. А. Соловьев  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

Санкт – Петербург  
2023

## Пояснительная записка

Дополнительная образовательная программа «Спортивные игры» (далее - Программа) разработана на основе комплексной программы физического воспитания учащихся 5-11 классов образовательных учреждений под ред. В.И. Ляха (2015г.), допущенной Министерством образования и науки Российской Федерации.

Нормативно-правовой базой создания программы являются:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. ФГОС ООО, утверждённый приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 года № 1897;
3. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ» от 04.12.2007г. №329-ФЗ (ред. От 21.04 2011г.).
4. Стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2020г. Распоряжение правительства РФ от. 07.08.2009г. № 1101-р.
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 №189 (в редакции от 29.06.2011) «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно - эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»;
6. Приказ Минобрнауки России от 28.12.2010 №2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»;
7. Приказ Минобрнауки России от 04.10.2010 №986 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и учебных помещений»;
8. Основная образовательная программа основного общего образования МОУ «Травниковская СОШ».

Данная Программа является одной из составляющих частей системы физического воспитания в общеобразовательной школе, основная цель которой – всестороннее развитие личности посредством формирования физической культуры ребенка. Под физической культурой подразумевается: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и основные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

В современных условиях проблема сохранения здоровья детей чрезвычайно важна в связи с резким снижением процента здоровых детей. Может быть предложено много объяснений складывающейся ситуации. Это и неблагоприятная экологическая обстановка, и снижение уровня жизни, и нервно-психические нагрузки и т.д. Весьма существенным фактором «школьного нездоровья» является неумение самих детей быть здоровыми, незнание ими элементарных законов жизни, основных навыков сохранения здоровья.

Изменилась действительность, окружающая детей. На смену увлекательным коллективным играм пришли компьютерные. Приоритетным становится интеллектуальное, эстетическое развитие ребенка. Не отрицая их значимости, надо признать, что ребенку все меньше времени остается для подвижных игр, прогулок, общения со сверстниками. Нарушение баланса между игрой и другими видами детской деятельности, между разными видами игр (подвижными и спокойными, индивидуальными и совместными) негативно сказывается как на состоянии здоровья, так и на уровне развития двигательных способностей дошкольников. Анализ исследований, касающихся вопросов развития двигательных способностей и качеств детей, свидетельствует, что около 40% старших дошкольников имеют уровень развития двигательных способностей ниже среднего. Недостаточная физическая активность детей, особенно в период активного роста, когда ускоренное развитие скелета и мышечной массы не подкрепляется соответствующей тренировкой систем кровообращения и дыхания, является одной из причин ухудшения здоровья детей, снижения жизненного тонуса. В связи с этим актуален поиск путей физического и духовного оздоровления школьников, эффективных средств развития двигательной сферы ребенка, развития интереса к движению на основе жизненной потребности быть ловким, сильным, смелым. Наиболее ценными в этом отношении представляются игровые формы организации двигательной деятельности детей на свежем воздухе.

Отсутствие личных приоритетов здоровья способствует значительному распространению в детской среде и различных форм разрушительного поведения, в том числе курения, алкоголизма и наркомании. Как никогда актуальной остаётся проблема сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста. Решающая роль в её решении отводится школе. Только здоровый ребёнок может успешно учиться, продуктивно проводить свой досуг, стать в полной мере творцом своей судьбы.

Дополнительная образовательная программа «Спортивные игры» является незаменимым средством решения комплекса взаимосвязанных задач воспитания личности школьника, развития его разнообразных двигательных способностей и совершенствования умений. Спортивные игры всегда требуют от играющих двигательных усилий, направленных на достижение условной цели, оговорённой в правилах. Особенность спортивных игр – их соревновательный, творческий, коллективный характер. Все свои жизненные впечатления и переживания школьники отражают в условно-игровой форме. Игровая ситуация увлекает и воспитывает школьника.

Большое воспитательное значение заложено в правилах игр. Они определяют весь ход игры; регулируют действия и поведение детей, их взаимоотношения; содействуют формированию воли, т.е. они обеспечивают условия, в рамках которых ребёнок не может не проявить воспитываемые у него качества. Программа направлена не только на физическое развитие ребенка, но и на психо - эмоциональное и социальное развитие личности.

**Актуальность программы** заключается в том что, она ориентирована, прежде всего, на реализацию двигательной потребности ребенка с учетом его конституционных особенностей и физических возможностей.

В основу концепции программы легло знание о том, что все дети любят играть. Играя, они лучше осваивают различного рода физические, а в определенной мере и нравственные навыки. Играя в различные спортивные игры, в частности - в волейбол, баскетбол, футбол - они учатся жить.

Когда дети осваивают сначала элементарные, а затем и более сложные навыки спортивных игр, выполняют различные приемы, у них лучше создается представление о движении. Повышенный интерес школьников к занятиям по физической культуре через реализацию мгновенно меняющихся игровых ситуаций и в процессе тренировочных упражнений, и в процессе игры создает благоприятный психо-эмоциональный фон для изучения требуемого двигательного действия.

**Цель программы** - укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию детей, воспитание осознанной необходимости заниматься спортом.

#### **Задачи программы:**

##### **Обучающие:**

- формирование и совершенствование у школьников двигательных умений и навыков, обучение новым видам движений и двигательным действиям;
- обеспечение усвоения систематизированных знаний;
- формирование правильного отношения к физкультурным занятиям, мероприятиям;
- формирование у детей жизненно важных двигательных навыков и умений, способствующих укреплению здоровья;
- формирование навыков правильной осанки при статических положениях и передвижениях.

##### **Развивающие:**

- развитие основных двигательных качеств (силы, быстроты, ловкости, выносливости) в соответствии с возрастом;
- развитие силы, уравновешенности, подвижности нервной системы.
- развитие способностей:
  - а) координационные (умения рационально выполнять движения и двигательные действия);
  - б) скоростные (развитие способности выполнять двигательные действия в максимальном темпе за максимальный промежуток времени; проявление решительности и уверенности в действиях);
  - в) силовые (умения преодолевать физические трудности; воспитывать силу воли, настойчивость в достижении поставленной цели);
  - г) выносливости (проявление волевых качеств: целеустремленности, выдержки, развитие способности выполнять физические упражнения без снижения их интенсивности);
  - д) гибкости (развитие подвижности в суставах).

### ***Воспитательные:***

- способствовать проявлению смелости, настойчивости, решительности, уверенности в своих силах с помощью подбора физических упражнений, соответствующие возрастным и индивидуальным особенностям детей;
- воспитывать дисциплинированность, чувство коллективизма, чувство дружбы и товарищества;
- обеспечивать социальное формирование личности ребенка, развитие его творческих сил и способностей;
- создавать условия для проявления положительных эмоций;
- воспитывать у школьников устойчивый интерес и привычку к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

### **Сроки реализации программы**

Программа рассчитана на 3 учебных года. Общий объем реализации программы – 612 часов, 204 часа в год в первый год обучения, по 204 часа во второй и третий год обучения.

### **Формы и режим занятий**

Занятия проводятся три раза в неделю по 1 учебному часу.

В процессе обучения используются следующие формы занятий: однонаправленные, комбинированные, целостно – игровые, контрольные учебные занятия. Типичное занятие имеет следующую структуру:

- организационный момент;
- основная часть;
- подведение итогов занятия.

• Занятия проводятся в спортивном зале или на пришкольной спортивной площадке. Организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся через организацию здоровьесберегающих практик.

## Календарно-тематическое планирование.

№	Тема занятия	Количество часов	Дата проведения
1	Баскетбол. Освоение навыком ведения мяча. Учебная игра	1	01.09.2023
2	Баскетбол. Ведение мяча на месте. Учебная игра	1	08.09.2023
3	Баскетбол. Ведение мяча в движении. Учебная игра	1	15.09.20223
4	Баскетбол. Передача одной рукой. Учебная игра	1	22.09.2023
5	Баскетбол. ловля и передача мяча. Учебная игра	1	29.09.2023
6	Баскетбол. Броски с места. Учебная игра	1	06.10.2023
7	Баскетбол. Игра "Собачка". Учебная игра	1	13.10.2023
8	Баскетбол. Броски с места. Учебная игра	1	20.10.2023
9	Баскетбол. Броски мяча в прыжке. Учебная игра	1	10.11.2023
10	Баскетбол. Броски после движения с двух шагов. Учебная игра	1	17.11.2023
11	Футбол. Основные правила. Учебная игра	1	24.11.2023
12	Футбол. Ведение мяча. Учебная игра	1	01.12.2023
13	Футбол. Удар по мячу внешней частью подъема. Учебная игра	1	08.12.2023
14	Футбол. Ведение мяча в различных направлениях. Учебная игра	1	15.12.2023
15	Футбол. Ведение мяча с активным сопротивлением защитника. Учебная игра	1	22.12.2023
16	Футбол. Обманные движения. Учебная игра	1	29.12.2023
17	Футбол. Остановка катящегося мяча. Учебная игра	1	12.01.2024
18	Футбол. Обманные движения с уходом. Учебная игра	1	19.01.2024
19	Футбол. Тактические действия в защите. Учебная игра	1	26.01.2024
20	Футбол. Тактические действия в нападении. Учебная игра	1	02.02.2024
21	Пионербол. Правила игры. Учебная игра	1	09.02.2024

22	Пионербол. Перемещения по площадке. Учебная игра	1	16.02.2024
23	Пионербол. Переходы. Учебная игра	1	23.02.2024
24	Пионербол.Броски из-за головы двумя руками.Учебная игра	1	01.03.2024
25	Пионербол. Броски и ловля мяча на месте.Учебная игра	1	08.03.2024
26	Пионербол. Броски и ловля мяча после перемещения.Учебная игра	1	15.03.2024
27	Пионербол. Обучение подачи мяча. Учебная игра	1	22.03.2024
28	Пионербол.Передача в парах.Учебная игра	1	12.04.2024
29	Пионербол. Действия игрока после приема мяча. Учебная игра	1	19.04.2024
30	Пионербол. Передача мяча внутри команды.Учебная игра	1	26.04.2024
31	Пионербол.Учебная игра	1	03.05.2024
32	Баскетбол. Внутригрупповые соревнования	1	10.05.2024
33	Футбол. Внутригрупповые соревнования	1	17.05.2024
34	Пионербол.Внутригрупповые соревнования	1	24.05.2024