ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 0BAB77F5739E4D2B41CBEDD343420130
Владелец: Шепилова Наталья Владиленовна
Действителен: с 19.12.2022 до 13.03.2024

Аннотация к рабочей программе по физической культуре, 10-11 класс

Рабочая программа по физической культуре для 10-11 классов составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (ФГОС СОО); с учетом федеральной образовательной программы среднего общего образования,требованиями к результатам освоения основной образовательной программы (личностным, метапредметным, предметным); основными подходами к развитию и формированию универсальных учебных действий (УУД) для основного общего образования. В рабочей программе соблюдается преемственность с федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования; учитываются межпредметные связи, а также возрастные и психологические особенности школьников, обучающихся на ступени основного общего образования.

Рабочая программа представляет собой целостный документ, включающий обязательные разделы: 1) содержание учебного предмета, курса; 2) планируемые результаты освоения учебного предмета, курса (личностные, метапредметные и предметные); 3) тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы; 4) поурочное планирование.

Целью изучения курса физической культуры в 10-11 классах является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. Образовательный процесс по физической культуре в основной школе строится так, чтобы были достигнуты следующие **цели**:

1. Содействие гармоническому физическому развитию, выработке умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья, противостоянии стрессам.
2. Формирование общественных и личностных представлений о престижности высокого уровня здоровья и разносторонней физической подготовленности.
3. Формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приёмами базовых видов спорта (легкая атлетика, гимнастика, гандбол, футбол, баскетбол, волейбол).
4. Дальнейшее развитие кондиционных (силовых, скоростных – силовых, выносливости, скорости и гибкости) и координационных способностей, их согласованности, способностей произвольному расслаблению мышц, вестибулярной устойчивости и др.)
5. Совершенствование знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.

6. Совершенствование навыков и умений в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями.
7. Создание условий для подготовки сдачи тестов ВФСК «ГТО» в целях дальнейшего совершенствования государственной политики в области физической культуры и спорта, создание эффективной системы физического воспитания, направленной на развитие человеческого потенциала и укрепление здоровья населения.
8. Дальнейшее развитие психических процессов и обучение основам психической регуляции.
9. Закрепление потребности в регулярности самостоятельных занятиях физическими упражнениями и избранным видом спорта (на основе овладения средствами и методами их организации, проведения и включения в режим дня, а также как формы активного отдыха и досуга).

Данные цели реализуются в программе по физической культуре по трѐм основным направлениям.

Развивающая направленность определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма занимающихся, повышением его надѐжности, защитных и адаптивных свойств. Предполагаемым результатом данной направленности становится достижение обучающимися оптимального уровня физической подготовленности и работоспособности, готовности к выполнению нормативных требований комплекса «Готов к труду и обороне».

Обучающая направленность представляется закреплением основ организации и планирования самостоятельных занятий оздоровительной, спортивно – достиженческой и прикладно – ориентированной физической культурой, обогащением двигательного опыта за счѐт индивидуализации содержания физических упражнений разной функциональной направленности, совершенствования технико-тактических действий в игровых видах спорта. Результатом этого направления предстают умения в планировании содержания активного отдыха и досуга в структурной организации здорового образа жизни, навыки в проведении самостоятельных занятий кондиционной тренировкой, умения контролировать состояние здоровья, физическое развитие и физическую подготовленность.

Воспитывающая направленность программы заключается в содействии активной социализации обучающихся на основе формирования научных представлений о социальной сущности физической культуры, еѐ месте и роли в жизнедеятельности современного человека, воспитании социально значимых и личностных качеств.

Планируемые образовательные результаты

В результате освоения предметного содержания данного курса у учащихся планируется формирование учебных действий, позволяющих достигать предметных, метапредметных и личностных результатов.

Формы организации учебного процесса:

1. Урок физической культуры.
2. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня.
3. Внеклассные формы организации занятий.
4. Организация физического воспитания в системе внешкольных учреждений.
5. Физическое воспитание в семье.
6. Массовые спортивные и туристские мероприятия.

Виды организации учебной деятельности:

Фронтальная организация, групповая организация, индивидуальная организация, круговая тренировка.

Виды и формы контроля

1. контроль за посещаемостью занятий;
2. контроль за тренировочными нагрузками;
3. контроль за состоянием занимающихся;
4. контроль за техникой упражнений;
5. учет спортивных результатов;
6. контроль за поведением во время соревнований.
7. Хронометрирование деятельности занимающихся на занятии.
8. Определение физической нагрузки во время занятия.
9. Контрольные испытания.
10. Педагогические наблюдения за учебно-воспитательным процессом.

Основные задачи рабочей программы:

1. укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;

2. формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приёмами базовых видов спорта;

3. формирование знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;

4. обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;

5. воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности;

6. формирование ценностного отношения к физической культуре и понимания возможностей для образования, как в традиционной классно-урочной системе, так и в условиях дистанционного и самостоятельного изучения предмета;
7. развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижным играм, формам активного отдыха и досуга.
Рабочая программа сформирована с учетом рабочей программы воспитания.

Программа разработана в соответствии и на основе:

Федеральной образовательной программы среднего общего образования (Утверждена приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18 мая 2023 г. N 371). ООП СОО МОБУ СОШ №2, с учётом ФГОС (Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 N 287 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования").

Физическая культура. 10-11 классы: Учебник для общеобразовательных организаций: базовый уровень / В.И.Лях.-6-е изд.-М.: Просвещение, 2019.

Рабочая программа составлена с учётом следующих нормативных документов:
1. Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ» от 04.12.2007г. №329-ФЗ (с изменениями и дополнениями).
2. Стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2030г. от 24 ноября 2020 г. № 3081-р.
3. Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года №273 – ФЗ (с изменениями и дополнениями).
4. Письмо Министерства образования и науки РФ от 2 декабря 2015 г. № 08-1447 “О направлении методических рекомендаций”. Методические рекомендации по механизмам учёта результатов выполнения нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) при осуществлении текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по учебному предмету «Физическая культура»
5. Указ Президента Российской Федерации «О Всероссийском физкультурно – спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) от 24 марта 2014 г. №172.

Данная программа предусматривает изучение физической культуры в 10-11 классе – 68 часов(2 часа в неделю).