

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ДОНЕЦКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ
ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ПЕТРОВСКОГО РАЙОНА ГОРОДА
ДОНЕЦКА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ШКОЛА № 108 ГОРОДА ДОНЕЦКА»

РАССМОТРЕНО
на методическом
объединении начальных
классов
Протокол №3
от «30» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора



И.А.Иванина

Приказ № 141
от «31» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ «Школа
№ 108 г. Донецка»
Н.Е.Домидова
Приказ № 141
от «31» августа 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 1424913)

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 10 – 11 классов

г. Донецк 2023

Аннотация

к рабочей программе учебного предмета «Физическая культура»

Уровень: среднего общего образование (10-11 класс)

<p>Нормативная основа</p>	<p>Программа по учебному предмету физическая культура на уровне на уровне среднего общего образования составлена в соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы среднего общего образования, представленных в ФГОС СОО, утвержденном приказом Минобрнауки России от 17 мая 2012 г. №413 (с изменениями от 12.08.2022), с учетом Федеральной образовательной программы среднего общего образования, утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 №371, а также на основе федеральной рабочей программы воспитания, и с учётом концепции преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации.</p>
<p>Срок реализации</p>	<p>2 года</p>
<p>Цели и задачи</p>	<p>Общей целью общего образования по физической культуре является формирование разносторонней, физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В программе по физической культуре для 10–11 классов данная цель конкретизируется и связывается с формированием потребности учащихся в здоровом образе жизни, дальнейшем накоплении практического опыта по использованию современных систем физической культуры в соответствии с личными интересами и индивидуальными показателями здоровья, особенностями предстоящей учебной и трудовой деятельности. Развивающая направленность определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма занимающихся, повышением его надёжности, 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».</p>
<p>Место в учебном плане</p>	<p>Общее число часов, рекомендованных для изучения физической культуры, – 204 часа: в 10 классе – 102 часа (3 часа в неделю), в 11 классе – 102 часа (3 часа в неделю). Общее число часов, рекомендованных для изучения вариативных модулей физической культуры, – 34 часов: в 10 классе – 34 часа (1 час в неделю).</p>

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
10 КЛАСС**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Коли честв о часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Раздел 1. Знания о физической культуре			
1.1	Физическая культура как социальное явление	5	https://resh.edu.ru/subject/9/
1.2	Физическая культура как средство укрепления здоровья человека	3	https://resh.edu.ru/subject/9/
Итого по разделу		8	
Раздел 2. Способы самостоятельной двигательной деятельности			
2.1	Физкультурно-оздоровительные мероприятия в условиях активного отдыха и досуга	10	https://resh.edu.ru/subject/9/
Итого по разделу		10	
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ			
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность			
1.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	6	https://resh.edu.ru/subject/9/
Итого по разделу		6	
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность			
2.1	Модуль «Спортивные игры». Футбол	10	https://resh.edu.ru/subject/9/
2.2	Модуль «Спортивные игры». Баскетбол	10	https://resh.edu.ru/subject/9/
2.3	Модуль «Спортивные игры». Волейбол	12	https://resh.edu.ru/subject/9/
Итого по разделу		32	
Раздел 3. Модуль «Спортивная и физическая подготовка»			
3.1	Спортивная подготовка	12	https://resh.edu.ru/subject/9/
Итого по разделу		12	
Внеурочная деятельность			
1.	Базовая физическая подготовка	34	https://resh.edu.ru/subject/9/
Итого		34	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	

11 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Коли честв о часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Раздел 1. Знания о физической культуре			
1.1	Здоровый образ жизни современного человека	6	https://resh.edu.ru/subject/9/
1.2	Профилактика травматизма и оказание первой помощи во время занятий физической культурой	4	https://resh.edu.ru/subject/9/
Итого по разделу		10	
Раздел 2. Способы самостоятельной двигательной деятельности			
2.1	Современные оздоровительные методы и процедуры в режиме здорового образа жизни	6	https://resh.edu.ru/subject/9/
2.2	Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса «Готов к труду и обороне»	2	https://resh.edu.ru/subject/9/
Итого по разделу		8	
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ			
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность			
1.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	6	https://resh.edu.ru/subject/9/
Итого по разделу		6	
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность			
2.1	Модуль «Спортивные игры». Футбол	14	https://resh.edu.ru/subject/9/
2.2	Модуль «Спортивные игры». Баскетбол	14	https://resh.edu.ru/subject/9/
2.3	Модуль «Спортивные игры». Волейбол	16	https://resh.edu.ru/subject/9/
Итого по разделу		44	
Раздел 3. Модуль «Спортивная и физическая подготовка»			
3.1	Спортивная подготовка	16	https://resh.edu.ru/subject/9/
3.2	Базовая физическая подготовка	18	https://resh.edu.ru/subject/9/
Итого		34	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	