

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Департамент по социальной политике городского округа Саранск
Муниципальное общеобразовательное учреждение "Лицей №31"

Рассмотрено
Методическим
объединением учителей
физической культуры,
ОБЗР и труда
(технологии)
от 29.08.2024 г.
протокол № 1

Согласовано
педагогическим
советом
от 30.08.2024 г.
протокол № 1

Утверждено
Директором
«МОУ Лицей №31»
Колмыкова Т.С.
Приказ от 02.09.2024г.
№ 70
М.П.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 2056298)

учебного предмета

Физическая культура

для 10–11 классов среднего общего образования

на 2024–2025 учебный год

Составитель:
Квасков Г. В.,
учитель физической культуры

Саранск, 2024 г.

Аннотация

к рабочей программе по физической культуре 10 - 11 класс
ФГОС СОО на 2024-2025 учебный год

Программа по физической культуре составлена на основе требований к результатам освоения ООП СОО, представленных во ФГОС СОО, а также на основе характеристики планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, представленной в федеральной программе воспитания и подлежит непосредственному применению при реализации обязательной части образовательной программы среднего 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 реализации учебного предмета «Физическая культура» среднего общего образования 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.

Данная цель реализуется в программе по физической культуре по трём основным направлениям.

Развивающая направленность определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма занимающихся, повышением его надежности, 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 счет 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, её месте и роли в жизнедеятельности современного человека, воспитании социально значимых и личностных качеств. Программа реализуется путем использования следующего УМК: Физическая культура. 10-11 классы: Учебник для общеобразовательных организаций: базовый уровень / В.И.Лях.-6-е изд.-М.: Просвещение, 2019.

Общее число часов, для изучения физической культуры, – 136 часа: в 10 классе – 68 часа (2 часа в неделю), в 11 классе – 68 часа (2 часа в неделю).

Общее число часов, рекомендованных для изучения вариативных модулей физической культуры, – 68 часов: в 10 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 11 классе – 34 часа (1 час в неделю).