**Аннотация**

**рабочей программы дисциплины**

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

10-11 класс

1. **Место учебной дисциплины в структуре ООП**

Программа по физической культуре для 10–11 классов общеобразовательных организаций представляет собой методически оформленную концепцию требований ФГОС СОО и раскрывает их реализацию через конкретное содержание. В программе по физической культуре нашли свои отражения объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития российского общества, условия деятельности образовательных организаций, возросшие требования родителей, учителей и методистов к совершенствованию содержания общего образования, внедрение новых методик и технологий в учебно-воспитательный процесс.

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

1. **Цель и задачи освоения учебной дисциплины**
2. 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. Данная цель реализуется в программе по физической культуре по трём основным направлениям

- развивающему,

- обучающему,

-воспитывающему.

1. **Результаты освоения дисциплины**

Содержание программы по физической культуре изложено по годам обучения и раскрывает основные её содержательные линии, обязательные для изучения в каждом классе: «Знания о физической культуре», «Способы самостоятельной деятельности» и «Физическое совершенствование».

Планируемые результаты включают в себя личностные, метапредметные и предметные результаты.

Результативность освоения учебного предмета обучающимися достигается посредством современных научно обоснованных инновационных средств, методов и форм обучения, информационно-коммуникативных технологий и передового педагогического опыта.

1. **Учебно – тематическое планирование**

 **10 КЛАСС**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п**  | **Наименование разделов и тем программы**  | **Количество часов** | **Электронные (цифровые) образовательные ресурсы**  |
| **Всего**  | **Практические работы**  |
| **Раздел 1.** **Знания о физической культуре** |
| 1.1 | Физическая культура как социальное явление | 3  |  3  | [https://www.gto.ru/ГТО](https://www.gto.ru/%D0%93%D0%A2%D0%9E) [https://resh.edu.ru/РЭШ](https://resh.edu.ru/%D0%A0%D0%AD%D0%A8)  |
| 1.2 | Физическая культура как средство укрепления здоровья человека |  3  |  3  | [https://www.gto.ru/ГТО](https://www.gto.ru/%D0%93%D0%A2%D0%9E)  |
| Итого по разделу |  6  |  |
| **Раздел 2.** **Способы самостоятельной двигательной деятельности** |
| 2.1 | Физкультурно-оздоровительные мероприятия в условиях активного отдыха и досуга |  5  |  5  | [https://www.gto.ru/ГТО](https://www.gto.ru/%D0%93%D0%A2%D0%9E) [https://resh.edu.ru/РЭШ](https://resh.edu.ru/%D0%A0%D0%AD%D0%A8)  |
| Итого по разделу |  5 |  |
| **ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ** |
| **Раздел 1.** **Физкультурно-оздоровительная деятельность** |
| 1.1 | Физкультурно-оздоровительная деятельность |  5 |  5 | [https://resh.edu.ru/РЭШ](https://resh.edu.ru/%D0%A0%D0%AD%D0%A8)  |
| Итого по разделу |  5 |  |
| **Раздел 2.** **Спортивно-оздоровительная деятельность** |
| 2.1 | Модуль «Спортивные игры». Футбол |  0 |  0 |  |
| 2.2 | Модуль «Спортивные игры». Баскетбол |  10  |  10  | <https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-10-11-klassy-lyah> |
| 2.3 | Модуль «Спортивные игры». Волейбол |  10  |  10 | <https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-10-11-klassy-lyah> |
| 2.4 | Модуль «Легкая атлетика» | 10 | 10 | <https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-10-11-klassy-lyah>  |
| 2.5 | Модуль «Зимние виды спорта» | 10 | 10 | <https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-10-11-klassy-lyah>  |
| 2.6 | Модуль «Гимнастика» | 4 | 4 | <https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-10-11-klassy-lyah>  |
| Итого по разделу |  44 |  |
| **Раздел 3.** **Прикладно-ориентированная двигательная деятельность** |
| 3.1 | Модуль «Плавательная подготовка» |  0 |  0 |  |
| Итого по разделу |  0 |  |
| **Раздел 4.** **Модуль «Спортивная и физическая подготовка»** |
| 4.1 | Спортивная подготовка | 3 | 3 | [https://www.gto.ru/ГТО](https://www.gto.ru/%D0%93%D0%A2%D0%9E)  |
| 4.2 | Базовая физическая подготовка | 5 | 5 | [https://www.gto.ru/ГТО](https://www.gto.ru/%D0%93%D0%A2%D0%9E)  |
| **Итого** | 8  |  |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ |  68 |  68 |  |

**11 КЛАСС**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п**  | **Наименование разделов и тем программы**  | **Количество часов** | **Электронные (цифровые) образовательные ресурсы**  |
| **Всего**  | **Практические работы**  |
| **Раздел 1.** **Знания о физической культуре** |
| 1.1 | Здоровый образ жизни современного человека |  3 |  3 | [https://www.gto.ru/ГТО](https://www.gto.ru/%D0%93%D0%A2%D0%9E)  |
| 1.2 | Профилактика травматизма и оказание перовой помощи во время занятий физической культурой |  3 |  3 | [https://resh.edu.ru/РЭШ](https://resh.edu.ru/%D0%A0%D0%AD%D0%A8)  |
| Итого по разделу |  6 |  |
| **Раздел 2.** **Способы самостоятельной двигательной деятельности** |
| 2.1 | Современные оздоровительные методы и процедуры в режиме здорового образа жизни |  5  |  5  | [https://resh.edu.ru/РЭШ](https://resh.edu.ru/%D0%A0%D0%AD%D0%A8)  |
| 2.2 | Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса «Готов к труду и обороне» |  3 |  3  | [https://www.gto.ru/ГТО](https://www.gto.ru/%D0%93%D0%A2%D0%9E)  |
| Итого по разделу |  8  |  |
| **ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ** |
| **Раздел 1.** **Физкультурно-оздоровительная деятельность** |
| 1.1 | Физкультурно-оздоровительная деятельность |  3 |  3 | [https://resh.edu.ru/РЭШ](https://resh.edu.ru/%D0%A0%D0%AD%D0%A8)  |
| Итого по разделу | 3 |  |
| **Раздел 2.** **Спортивно-оздоровительная деятельность** |
| 2.1 | Модуль «Спортивные игры». Футбол |  0 |  0 | <https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-10-11-klassy-lyah> |
| 2.2 | Модуль «Спортивные игры». Баскетбол |  10  |  10  | <https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-10-11-klassy-lyah> |
| 2.3 | Модуль «Спортивные игры». Волейбол |  10 |  10 | <https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-10-11-klassy-lyah> |
| 2.4 | Модуль «Легкая атлетика» | 10 | 10 | <https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-10-11-klassy-lyah>  |
| 2.5 | Модуль «Зимние виды спорта» | 10 | 10 | <https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-10-11-klassy-lyah>  |
| Итого по разделу |  40  |  |
| **Раздел 3.** **Прикладно-ориентированная двигательная деятельность** |
| 3.1 | Модуль «Атлетические единоборства» | 2 |  2 | <https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-10-11-klassy-lyah> |
| 3.2 | Модуль «Гимнастика» | 4 | 4 |  |
| Итого по разделу |  6 |  |
| **Раздел 4.** **Модуль «Спортивная и физическая подготовка»** |
| 4.1 | Спортивная подготовка |  3 |  3 | [https://www.gto.ru/ГТО](https://www.gto.ru/%D0%93%D0%A2%D0%9E)  |
| 4.2 | Базовая физическая подготовка |  2 |  2 | [https://www.gto.ru/ГТО](https://www.gto.ru/%D0%93%D0%A2%D0%9E)  |
| **Итого** |  5  |  |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ |  68 |  68 |  |

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

**ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

• Физическая культура, 10-11 классы/ Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»‌​

​‌ <https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-10-11-klassy-lyah> ‌

​

**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

​‌Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту <http://lib.sportedu.ru> ‌​

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

​​‌ <https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-10-11-klassy-lyah>

 [https://resh.edu.ru/РЭШ](https://resh.edu.ru/%D0%A0%D0%AD%D0%A8)
 [https://www.gto.ru/ГТО](https://www.gto.ru/%D0%93%D0%A2%D0%9E)

‌​