

## **Аннотация к рабочей программе по физической культуре 10 класс.**

Рабочая программа по физической культуре для 10 класса составлена на основании следующих нормативных документов:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Федеральный закон от 03 августа 2018 г. № 317-ФЗ «О внесении изменений в статьи 11 и 14 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации»
2. Приказ Министерства просвещения РФ от 22 марта 2021 г. № 115 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования”;
3. Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 12.08.2022 № 732 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования»;
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. №28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи""
5. Федеральная рабочая программа среднего общего образования «Физическая культура» для 10 – 11 классов общеобразовательных организаций
6. Основная образовательная программа среднего общего образования МОУ СШ с.Кивать имени доктора технических наук А.И.Фионова

Учебно-методический комплекс:

Учебник: Физическая культура, 10-11 класс/Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;

**Программа физическая культура обеспечивает:**

- преемственность с федеральной образовательной программой основного общего образования и предусматривает завершение полного курса обучения обучающихся в области физической культуры.

### **ЦЕЛЮЮ ИЗУЧЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

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.

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».

Обучающая направленность представляется закреплением основ организации и планирования самостоятельных занятий оздоровительной, спортивно – достиженческой и прикладно – ориентированной физической культурой, обогащением двигательного опыта за счёт индивидуализации содержания физических упражнений разной функциональной направленности, совершенствования технико-тактических действий в игровых видах спорта.

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.

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, – 68 часов: в 10 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 11 классе – 34 часа (1 час в неделю).

В период карантина (усиление санитарно-эпидемиологических мероприятий) обучение может осуществляться в дистанционном режиме. Для организации дистанционного обучения используются следующие

платформы: Сферум, учи.ру, электронные версии УМК от издательств «Просвещение» и «Российский учебник» и т.д.

Основные разделы:

**Раздел 1. Знания о физической культуре**

- 1.1. Здоровый образ жизни современного человека
- 1.2. Физическая культура как средство укрепления здоровья человека

**Раздел 2. Способы самостоятельной двигательной деятельности**

- 2.1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в условиях активного отдыха и досуга.

**ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ**

**Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность**

- 1.1. Физкультурно-оздоровительная деятельность.

**Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность**

- 2.1. Модуль «Спортивные игры». Баскетбол.
- 2.2. Модуль «Спортивные игры». Футбол.
- 2.3. Модуль «Спортивные игры». Волейбол.

**Раздел 4. Модуль «Спортивная и физическая подготовка»**

- 4.1. Спортивная подготовка
- 4.2. Базовая физическая подготовка