

**Аннотация рабочей программы  
учебного предмета «Физическая культура»**

Название учебного предмета	<b>Физическая культура</b>
Класс	10-11
Количество часов	3 учебных часа в неделю, за год в 10-11кл. 102 ч.
Основание для планирования 10 кл	ФОП СОО (приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18 мая 2023 №371 «Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования»)
Основание для планирования 11 кл	ФГОС СОО (Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 г. №413 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования" с изменениями и дополнениями от: 29 декабря 2014 г., 31 декабря 2015 г., 29 июня 2017 г., 24 сентября, 11 декабря 2020 г., 12 августа 2022 г.)
УМК	Физическая культура 10-11класс В.И. Лях М.: Просвещение 2021 год
Составители	Визерская Ольга Николаевна
Цель курса	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.

**Основные разделы 10 КЛАСС**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов		
		Всего	Контрольные работы	Практические работы
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>				
1.1	Физическая культура как социальное явление	5		
1.2	Физическая культура как средство укрепления здоровья человека	3		
Итого по разделу		8		
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной двигательной деятельности</b>				
2.1	Физкультурно-оздоровительные мероприятия в условиях активного отдыха и досуга	10		
Итого по разделу		10		
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>				
<b>Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность</b>				
1.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	6		
Итого по разделу		6		
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность</b>				
2.1	Модуль «Спортивные игры». Футбол	10		
2.2	Модуль «Спортивные игры». Баскетбол	15		
2.3	Модуль «Спортивные игры». Волейбол	17		

Итого по разделу		42		
<b>Раздел 3. Прикладно-ориентированная двигательная деятельность</b>				
3.1	Модуль «Плавательная подготовка»	2		
Итого по разделу		12		
<b>Раздел 4. Модуль «Спортивная и физическая подготовка»</b>				
4.1	Спортивная подготовка	16		
4.2	Базовая физическая подготовка	18		
<b>Итого</b>		34		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	0	0

### Основные разделы 11 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов		
		Всего	Контрольные работы	Практические работы
<b>Раздел 1. Знания о физической культуре</b>				
1.1	Здоровый образ жизни современного человека	6		
1.2	Профилактика травматизма и оказание первой помощи во время занятий физической культурой	4		
Итого по разделу		10		
<b>Раздел 2. Способы самостоятельной двигательной деятельности</b>				
2.1	Современные оздоровительные методы и процедуры в режиме здорового образа жизни	6		
2.2	Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса «Готов к труду и обороне»	2		
Итого по разделу		8		
<b>ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ</b>				
<b>Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность</b>				
1.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	6		
Итого по разделу		6		
<b>Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность</b>				
2.1	Модуль «Спортивные игры». Футбол	10		
2.2	Модуль «Спортивные игры». Баскетбол	10		
2.3	Модуль «Спортивные игры». Волейбол	12		
Итого по разделу		32		
3.1	Модуль «Атлетические единоборства»	12		
Итого по разделу		12		
4.1	Спортивная подготовка	16		
4.2	Базовая физическая подготовка	18		
<b>Итого</b>		34		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	0	0

