**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**‌‌‌**​**МБОУ Куйбышевская СОШ им. А.А. Гречко**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНО  Руководитель МО  \_Дмитренко А.П.  Протокол № \_ от \_\_.08.2023 |  | УТВЕРЖДЕНО  Директор школы  Кучина Е.А.  Приказ № \_\_ОД  от \_\_.08.2023 |

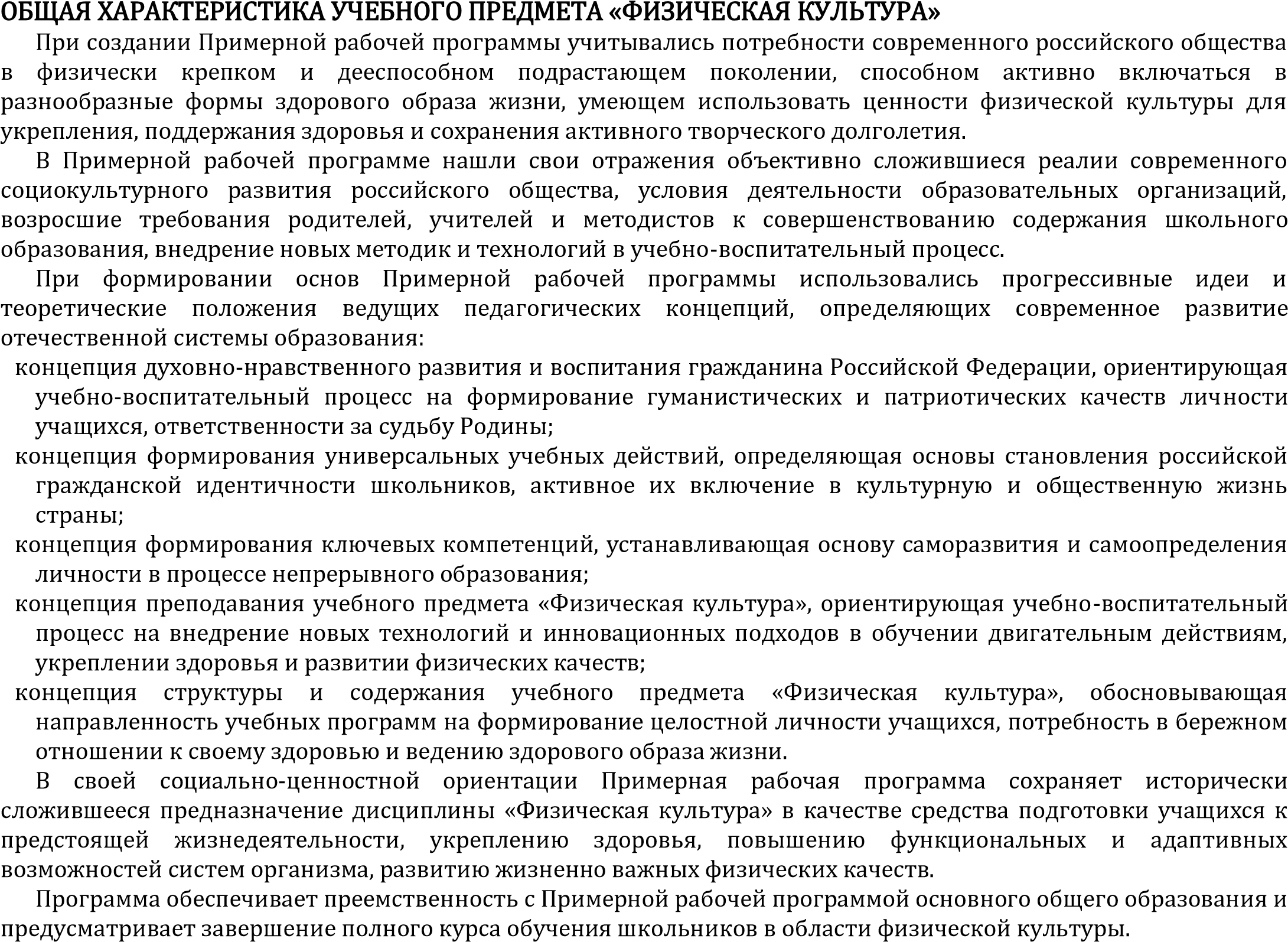
‌

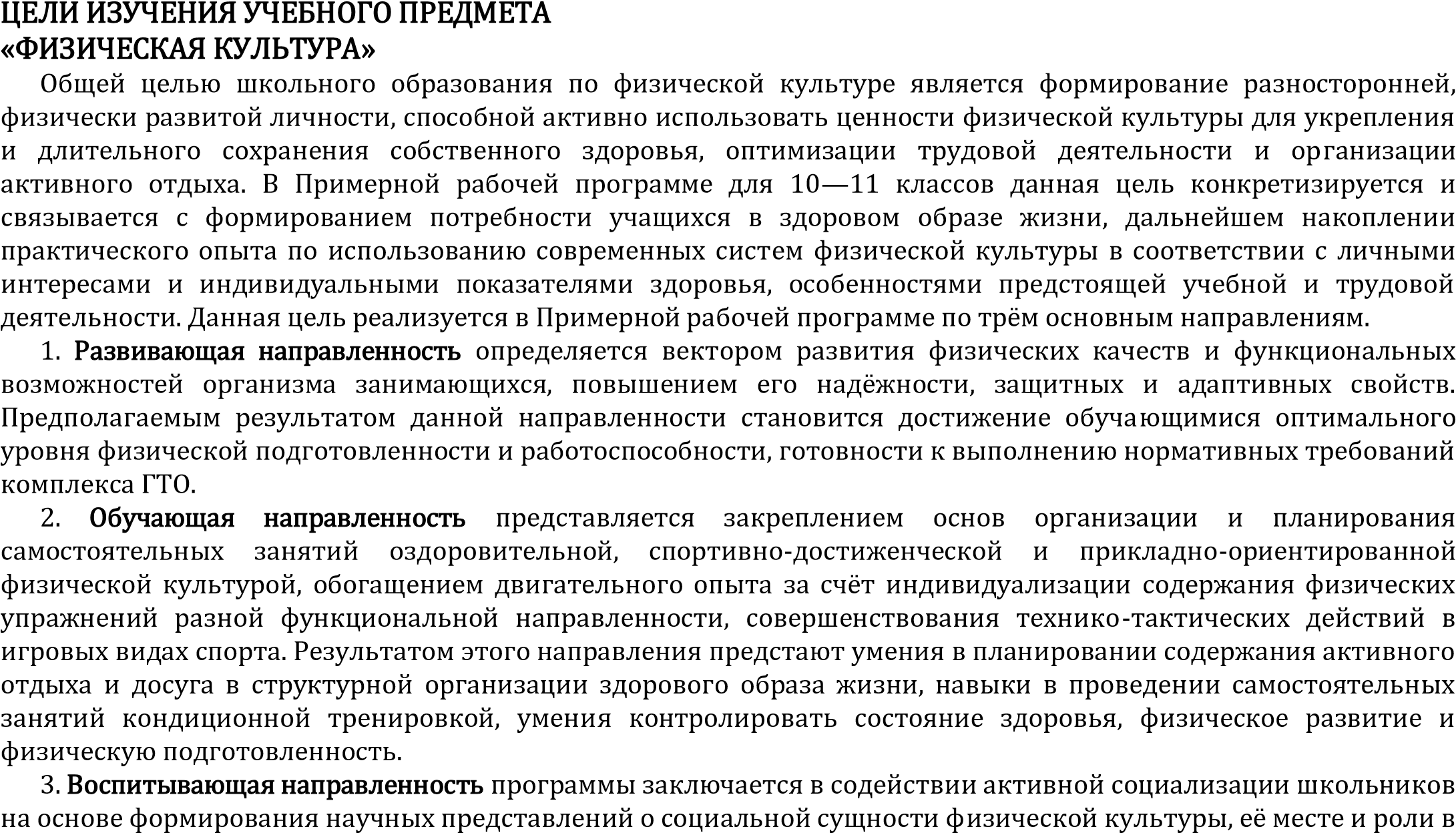
**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

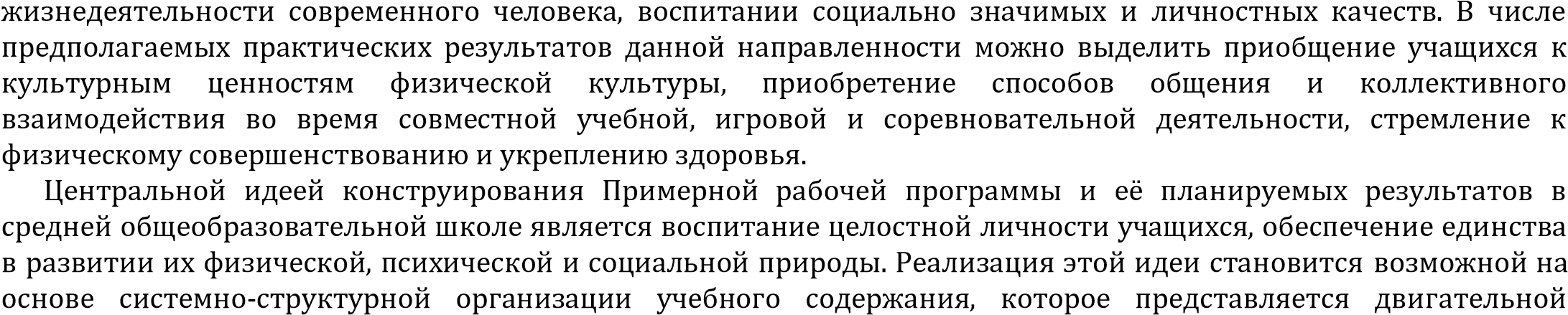
**учебного предмета «Физическая культура»**

для обучающихся 10 – 11 классов

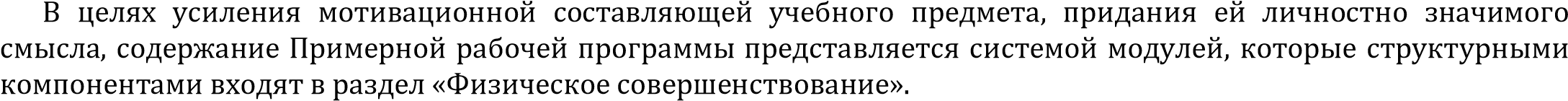
ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА



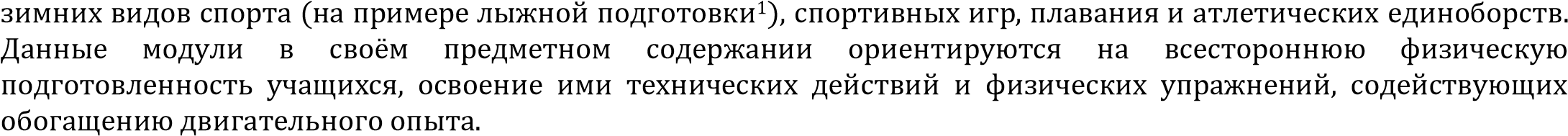




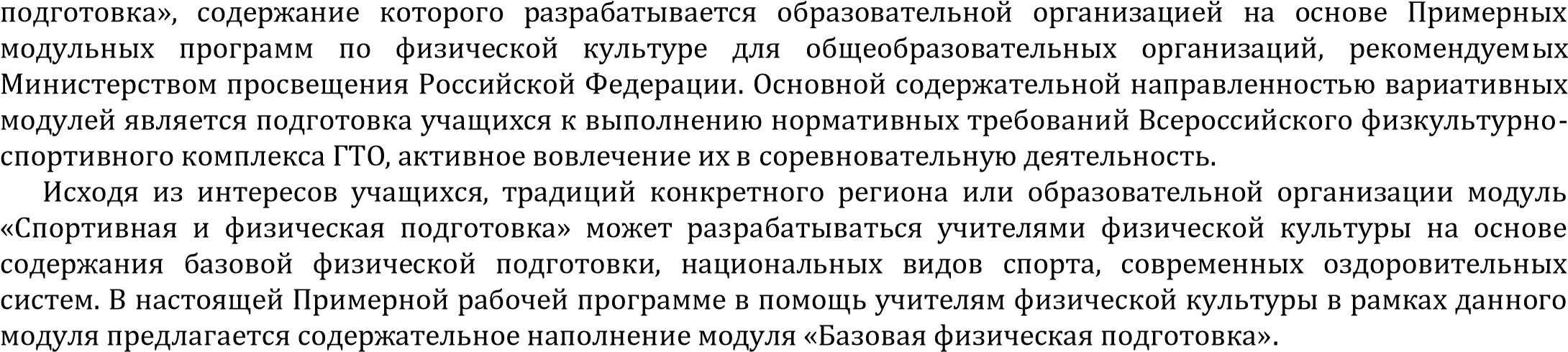
 *информационным*(знания о физической культуре), *операциональным* *мотивационно-процессуальным*

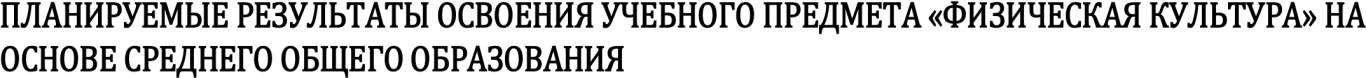


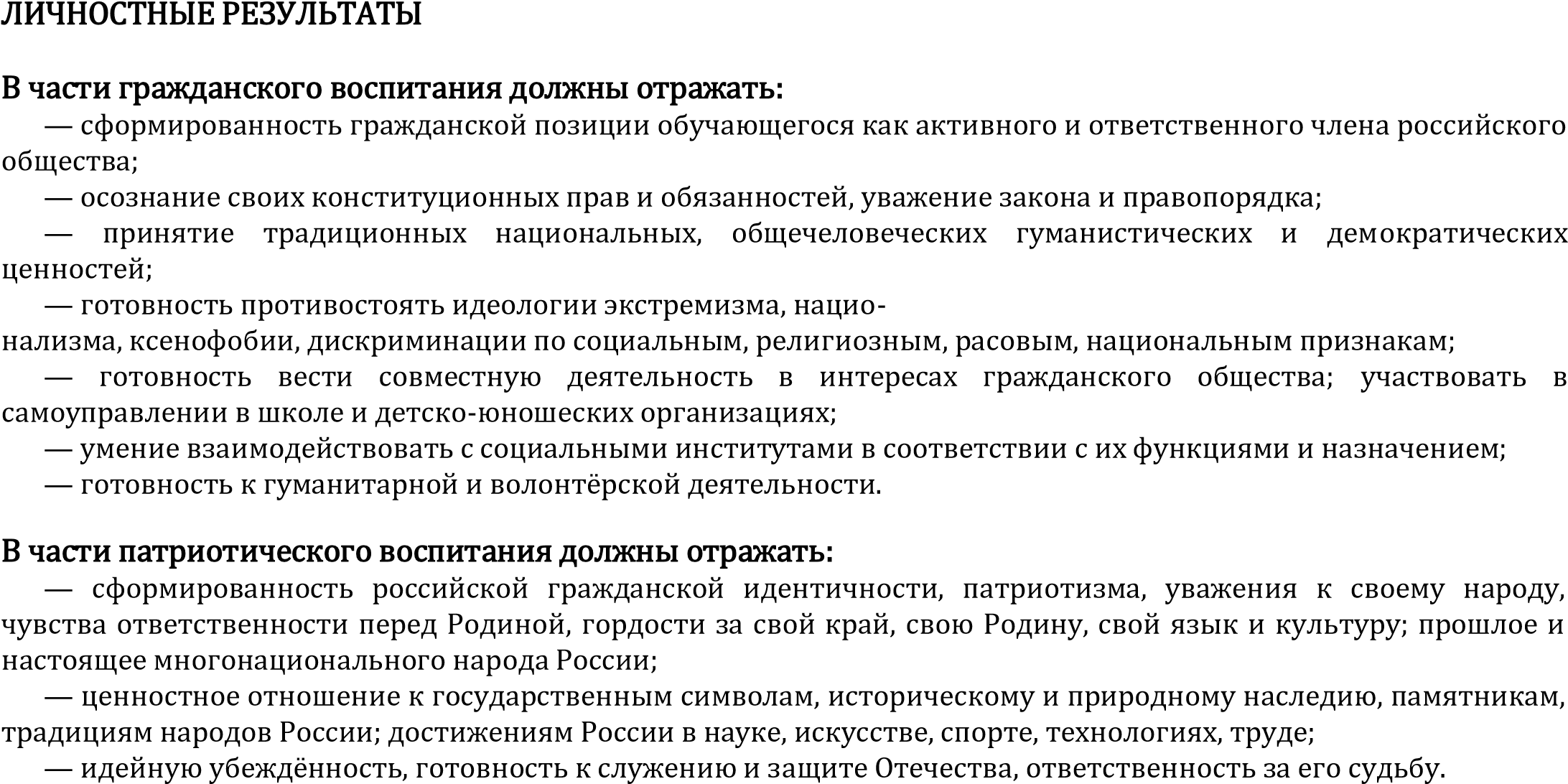
*Инвариантные модули*

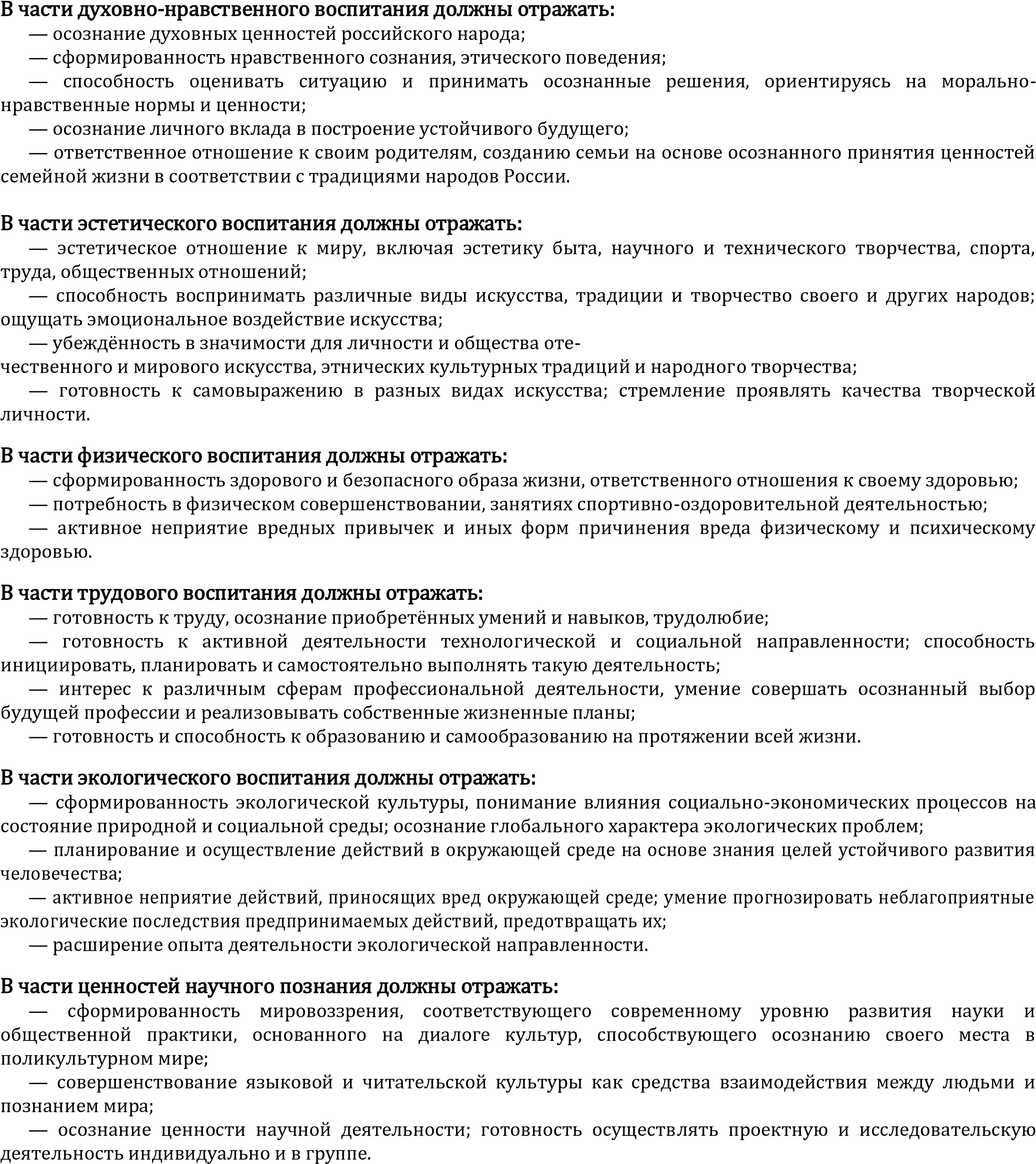


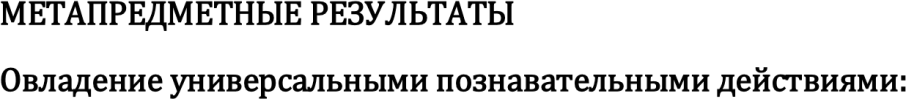
*Вариативные модули*



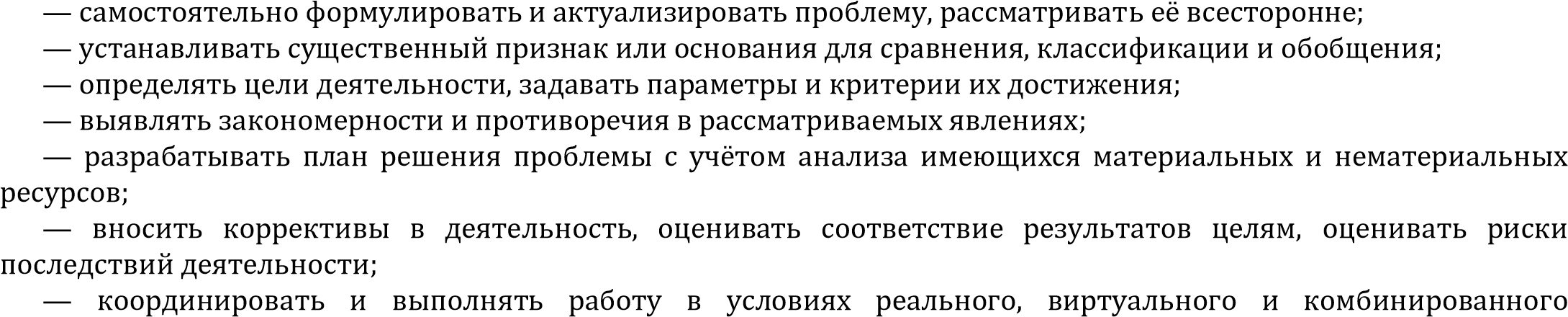


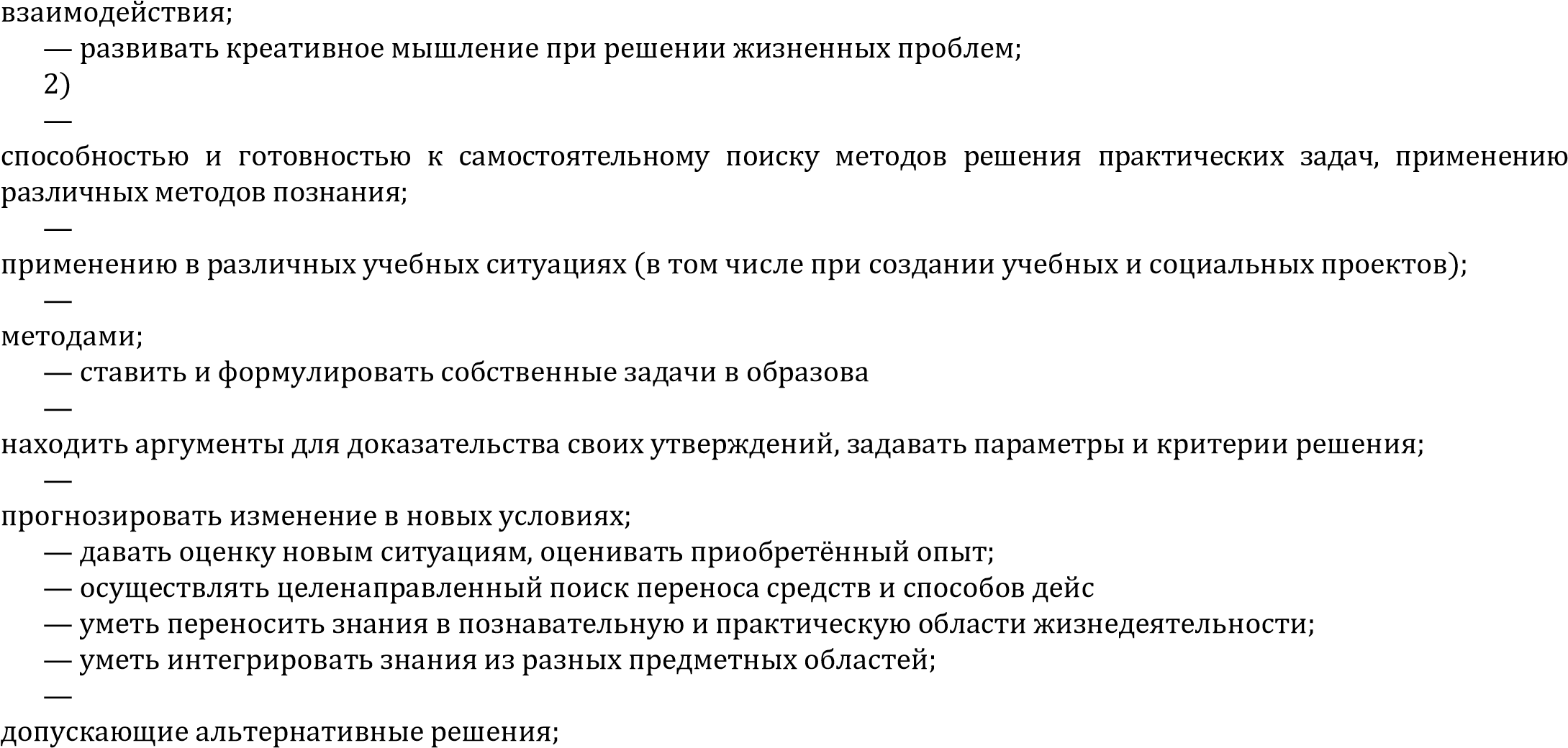


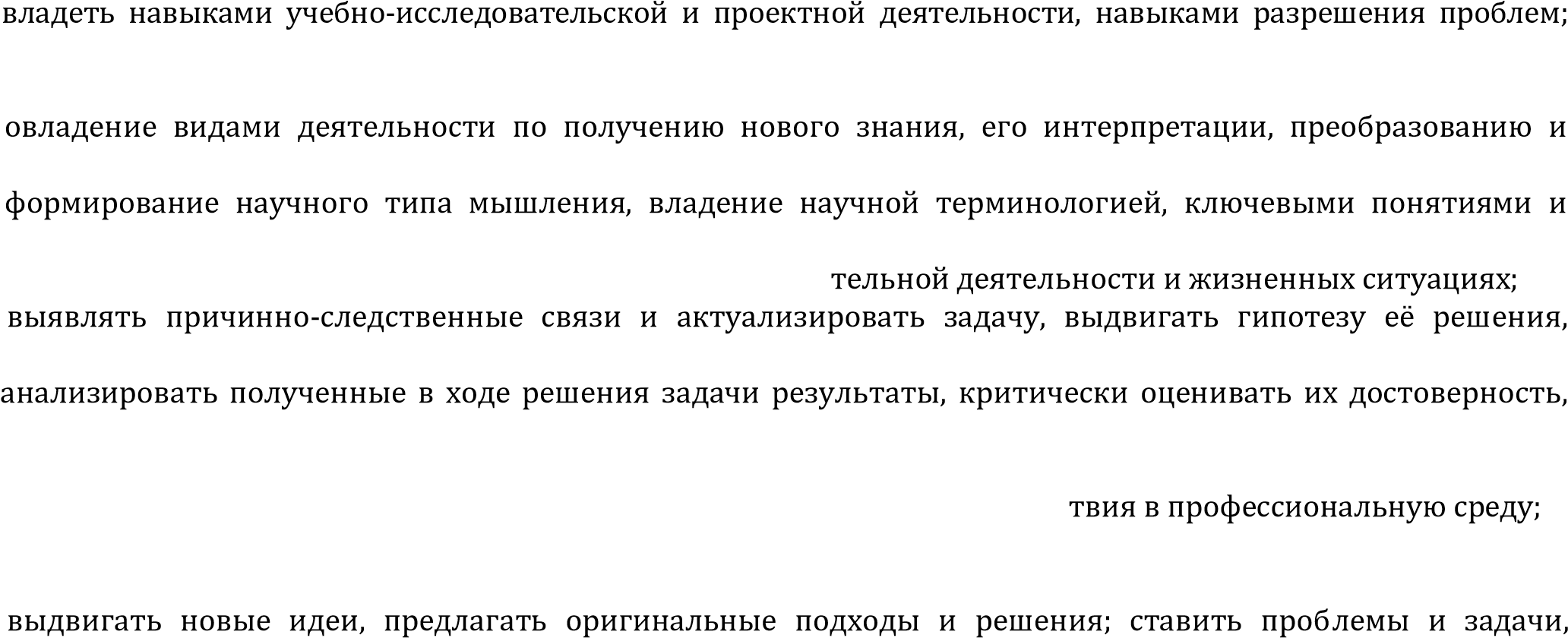


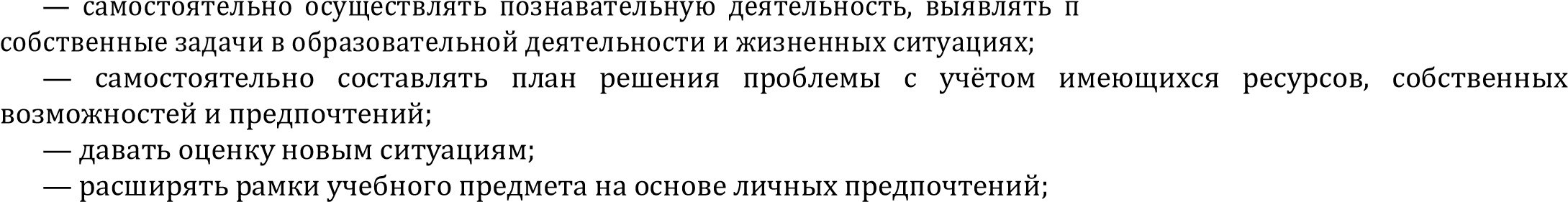


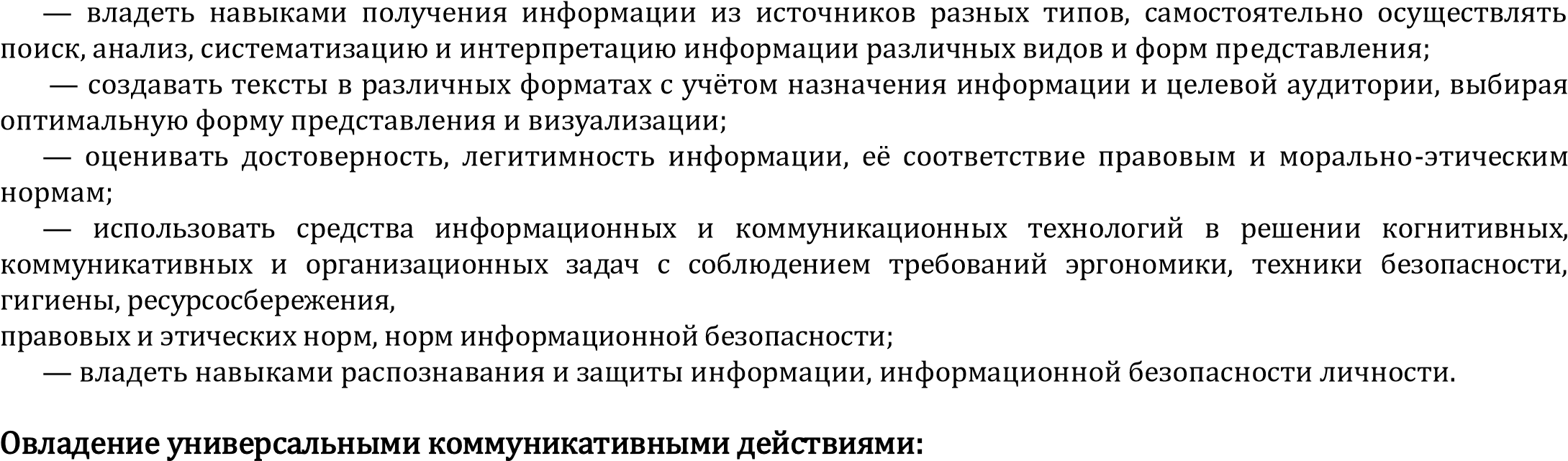
1) *базовые логические действия:*

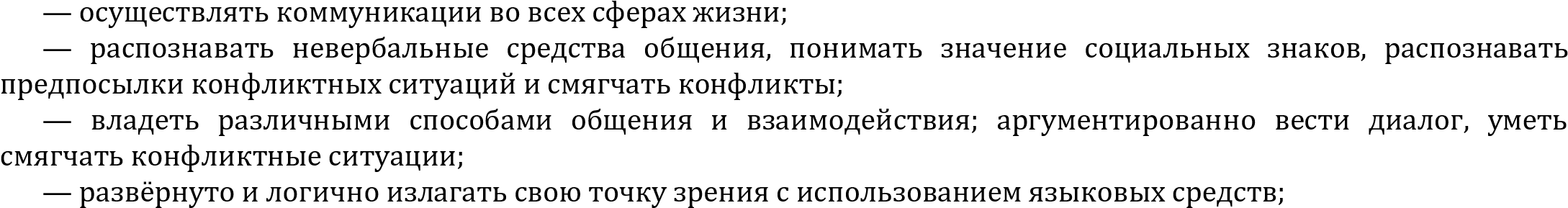




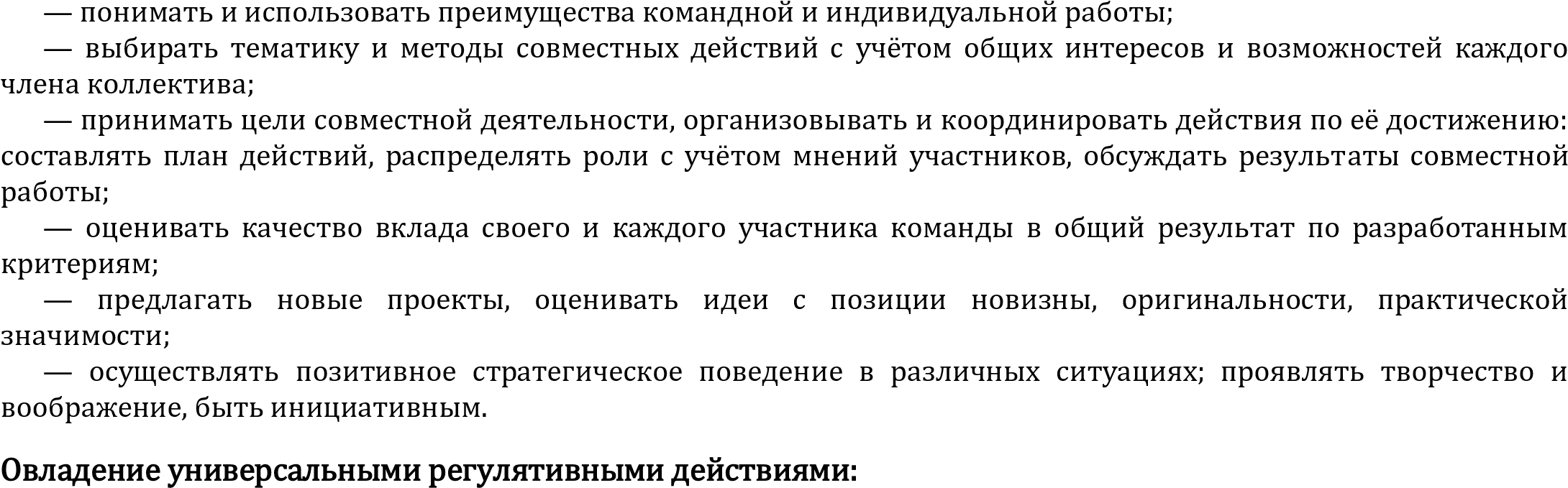
*базовые исследовательские действия:*

3) *работа с информацией:*



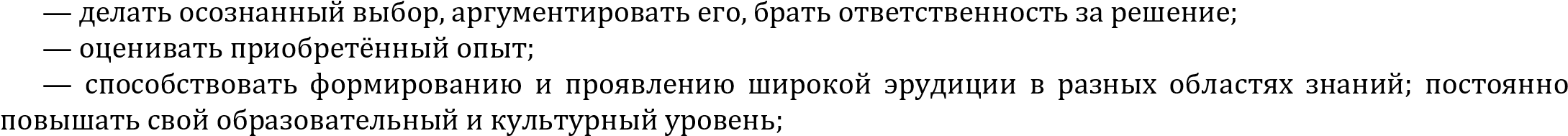
1. *общение:*

1. *совместная деятельность:*

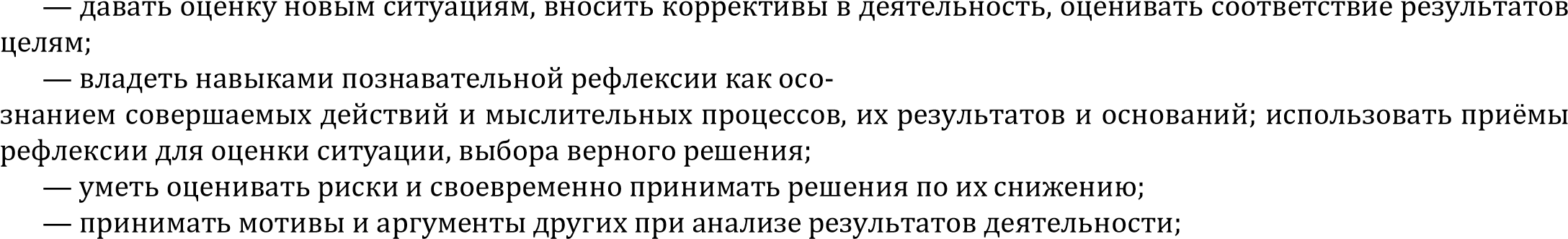


1. *самоорганизация:*

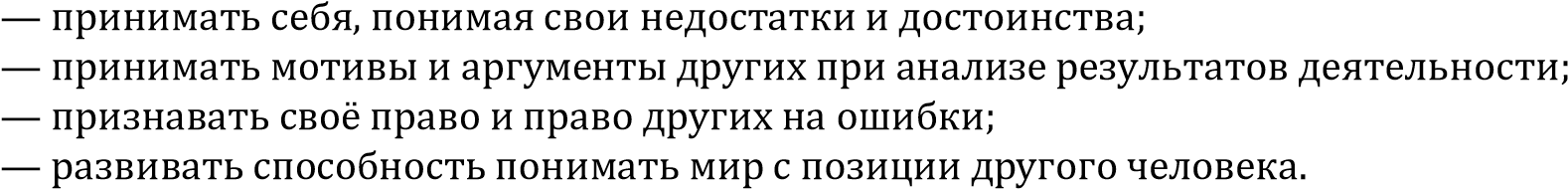


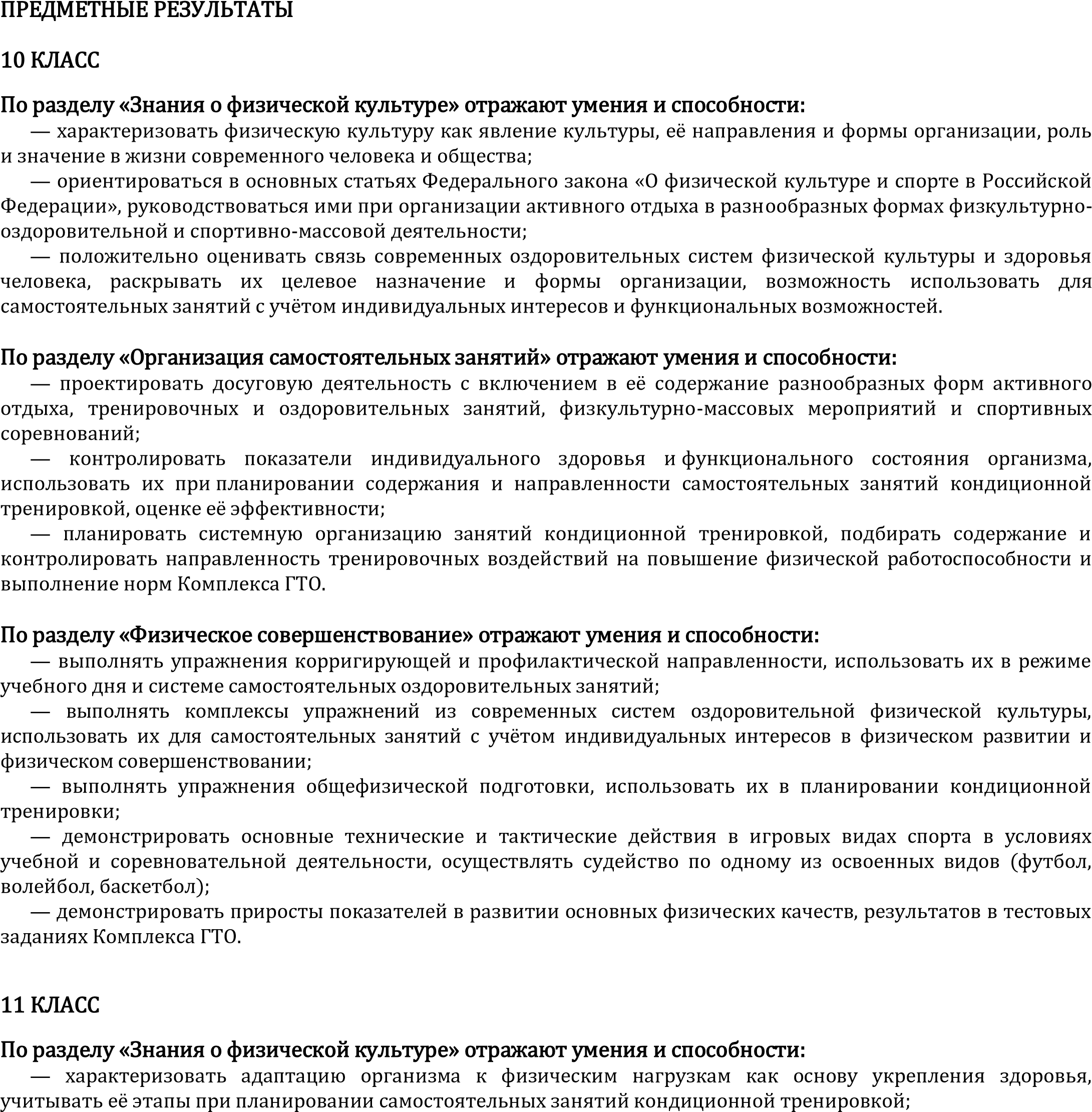


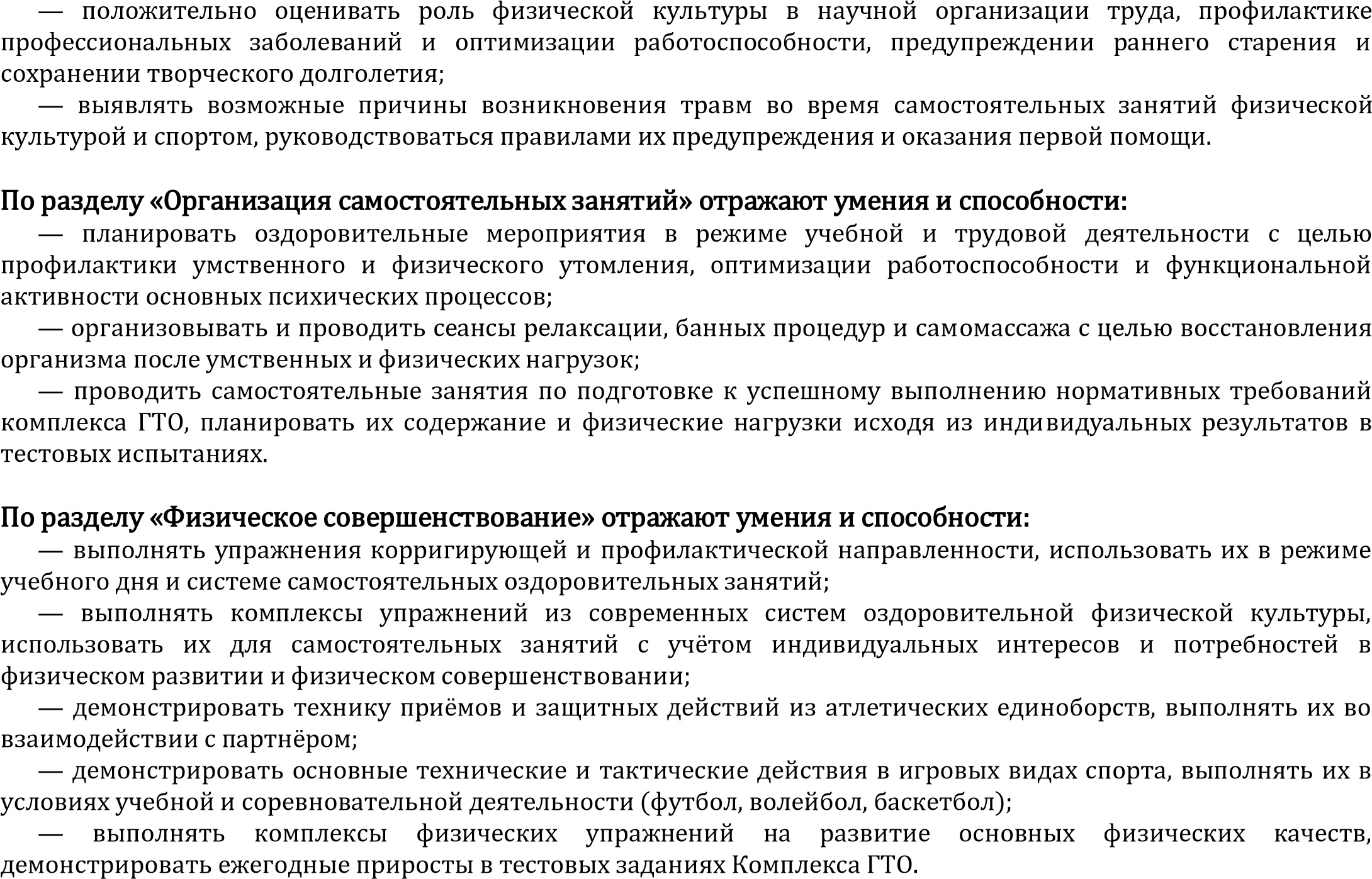
1. *самоконтроль:*



1. *принятие себя и других:*







**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**10 КЛАСС**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование разделов и тем программы** | **Количество часов** | **Электронные (цифровые) образовательные ресурсы** |
| **Всего** |
| **Раздел 1.** **Знания о физической культуре** | | | |
| 1.1 | Знания о физической культуре | 6 | <http://www.fizkult-ura.ru/> <http://school-collection.edu.ru> <http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9> |
| Итого по разделу | | 6 |  |
| **Раздел 2.** **Способы самостоятельной деятельности** | | | |
| 2.1 | Физкультурно оздоровительные мероприятия в условиях активного отдыха и досуга. | 4 | <http://www.fizkult-ura.ru/> <http://school-collection.edu.ru> <http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9> |
| Итого по разделу | | 4 |  |
| **ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ** | | | |
| **Раздел 1.** Физкультурно – оздоровительная деятельность | | | |
| 1.1 | Атлетическая и аэробная гимнастика, как современные оздоровительные системы физической культуры. | 1 | <http://www.fizkult-ura.ru/> <http://school-collection.edu.ru> <http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9> |
| 1.2 | Способы идивидуализации содержания и физических нагрузок при планировании системной организации занятий кондиционной тренировки. | 1 | <http://www.fizkult-ura.ru/> <http://school-collection.edu.ru> <http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9> |
| Итого по разделу | | 2 |  |
| **Раздел 2.** **Спортивно-оздоровительная деятельность** | | | |
| 2.1 | Модуль «Гимнастика с основами акробатики» | 16 | <http://www.fizkult-ura.ru/> <http://school-collection.edu.ru> <http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9> |
| 2.2 | Модуль «Легкая атлетика» | 23 | <http://www.fizkult-ura.ru/> <http://school-collection.edu.ru> <http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9> |
| 2.3 | Модуль «Спортивные игры» | 31 | <http://www.fizkult-ura.ru/> <http://school-collection.edu.ru> <http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9> |
| Итого по разделу | | 70 |  |
| **Раздел 3.** **Прикладно-ориентированная деятельность** | | | |
| 3.1 | Модуль «Спортивная и физическая подготовка» | 20 | gto.ru  <http://www.fizkult-ura.ru/> <http://school-collection.edu.ru> <http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9> |
| Итого по разделу | | 20 |  |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 102 |  |

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**11 КЛАСС**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование разделов и тем программы** | **Количество часов** | **Электронные (цифровые) образовательные ресурсы** |
| **Всего** |
| **Раздел 1.** **Знания о физической культуре** | | | |
| 1.1 | Знания о физической культуре | 4 | <http://www.fizkult-ura.ru/> <http://school-collection.edu.ru> <http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9> |
| 1.2 | Профилактика травматизма и оказание первой помощи при занятиях физической культурой. | 2 | <http://www.fizkult-ura.ru/> <http://school-collection.edu.ru> <http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9> |
| Итого по разделу | | 6 |  |
| **Раздел 2.** **Способы самостоятельной деятельности** | | | |
| 2.1 | Современные оздоровительные методы и процедуры в режиме здорового образа жизни. | 2 | <http://www.fizkult-ura.ru/> <http://school-collection.edu.ru> <http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9> |
| 2.2 | Самостоятельная подготовка к выполнению нормативов ГТО. | 2 | <http://www.fizkult-ura.ru/> <http://school-collection.edu.ru> <http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9> |
| Итого по разделу | | 4 |  |
| **ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ** | | | |
| **Раздел 1.** Физкультурно – оздоровительная деятельность | | | |
| 1.1 | Атлетическая и аэробная гимнастика, как современные оздоровительные системы физической культуры. | 1 | <http://www.fizkult-ura.ru/> <http://school-collection.edu.ru> <http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9> |
| 1.2 | Способы идивидуализации содержания и физических нагрузок при планировании системной организации занятий кондиционной тренировки. | 1 | <http://www.fizkult-ura.ru/> <http://school-collection.edu.ru> <http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9> |
| Итого по разделу | | 2 |  |
| **Раздел 2.** **Спортивно-оздоровительная деятельность** | | | |
| 2.1 | Модуль «Гимнастика с основами акробатики» | 16 | <http://www.fizkult-ura.ru/> <http://school-collection.edu.ru> <http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9> |
| 2.2 | Модуль «Легкая атлетика» | 23 | <http://www.fizkult-ura.ru/> <http://school-collection.edu.ru> <http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9> |
| 2.3 | Модуль «Спортивные игры» | 31 | <http://www.fizkult-ura.ru/> <http://school-collection.edu.ru> <http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9> |
| Итого по разделу | | 70 |  |
| **Раздел 3.** **Прикладно-ориентированная деятельность** | | | |
| 3.1 | Модуль «Спортивная и физическая подготовка» | 20 | gto.ru  <http://www.fizkult-ura.ru/> <http://school-collection.edu.ru> <http://metodsovet.su/dir/fiz_kultura/9> |
| Итого по разделу | | 20 |  |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 102 |  |