

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Министерство образования Новгородской области Комитет по
образованию Администрации Демянского муниципального района**

Демянская средняя школа

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Физическая культура»

п. Демянск 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

10 КЛАСС

Знания о физической культуре

Способы самостоятельной двигательной деятельности

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Прикладно-ориентированная двигательная деятельность.

11 КЛАСС

Знания о физической культуре

Способы самостоятельной двигательной деятельности

Физическое совершенствование
Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Прикладно-ориентированная двигательная деятельность.

Программа вариативного модуля «Базовая физическая подготовка».

Общая физическая подготовка.

Развитие силовых способностей

Развитие скоростных способностей.

Развитие выносливости.

Развитие координации движений.

Развитие гибкости.

*Специальная физическая подготовка.
Модуль «Гимнастика»*

Модуль «Лёгкая атлетика»

Модуль «Зимние виды спорта»

Модуль «Спортивные игры»

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

гражданского воспитания

патриотического воспитания

духовно-нравственного воспитания

эстетического воспитания

физического воспитания

трудового воспитания

экологического воспитания

ценности научного познания

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Познавательные универсальные учебные действия

действия

следующие базовые логические

исследовательские действия

базовые

информацией

умения работать с

Коммуникативные универсальные учебные действия

Регулятивные универсальные учебные действия

самоорганизации

самоконтроля, принятия себя и других

деятельности

совместной

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ
в 10 классе

Раздел «Знания о физической культуре»:

Раздел «Организация самостоятельных занятий»:

Раздел «Физическое совершенствование»:

в 11 классе

Раздел «Знания о физической культуре»:

Раздел «Организация самостоятельных занятий»:

Раздел «Физическое совершенствование»:

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				
Раздел 2. Способы самостоятельной двигательной деятельности				
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ				
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность				

Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность				
Раздел 3. Прикладно-ориентированная двигательная деятельность				
Раздел 4. Модуль «Спортивная и физическая подготовка»				
Итого				

11 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов		Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре				
				<hr/>
Раздел 2. Способы самостоятельной двигательной деятельности				

ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ				
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность				
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность				
Раздел 3. Прикладно-ориентированная двигательная деятельность				
Раздел 4. Модуль «Спортивная и физическая подготовка»				
Итого				

--	--	--	--

				<hr/>
				<hr/>
				<hr/>

				<hr/>
				<hr/>
				<hr/>
				<hr/>

				<hr/>
				<hr/>
				<hr/>

				<hr/>
				<hr/>
				<hr/>
				<hr/>
				<hr/>

				<hr/>
				<hr/>
				<hr/>

				<hr/>
				<hr/>
				<hr/>
				<hr/>

				<hr/>
				<hr/>
				<hr/>
				<hr/>
				<hr/>
				<hr/>
				<hr/>

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ
ИНТЕРНЕТ**

