

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2023
		Лист 1/7

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА (БАЗОВЫЙ УРОВЕНЬ)

Рабочая программа составлена на основе примерной рабочей программы среднего общего образования «Физическая культура», рекомендованной Федеральным государственным бюджетным научным учреждением «Институт стратегии развития образования» (ФГБНУ «ИСРО») на основе Закона Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273 (ред. от 17.02.2023); приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 № 413 (ред. от 12.08.2022) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования»; приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 12.08.2022 № 732 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2021 г. № 413»; приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 21.09.2022 № 858 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников»; приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 23.11.2022 № 1014 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования».

Общая характеристика учебного предмета

При создании рабочей программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для укрепления, поддержания здоровья и сохранения активного творческого долголетия.

В рабочей программе нашли свои отражения объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития российского общества, условия деятельности образовательных организаций, возросшие требования родителей, учителей и методистов к совершенствованию содержания школьного образования, внедрение новых методик и технологий в учебно-

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2023
		Лист 2/7

воспитательный процесс.

Цели и задачи учебного предмета

Цель:

– 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.

Задачи:

– развитие физических качеств основных-силы, быстроты, ловкости, выносливости;

– укрепление здоровья организма человека;

– подготовка к профессиональной деятельности;

– воспитание морально-нравственных, духовных черт личности человека.

Место учебного предмета в учебном плане

Вариативные модули рабочей программы, включая и модуль «Базовая физическая подготовка», могут быть реализованы в форме сетевого взаимодействия с организациями системы дополнительного образования, на спортивных площадках и залах, находящихся в муниципальной и региональной собственности. Учебным планом в 10 классе на её изучение отведено 68 учебных часов.

Планируемые результаты освоения учебного предмета

Коды результатов	Планируемые результаты освоения дисциплины включают:
Личностные результаты	
Гражданское воспитание	
ЛР 1	сформированность гражданской позиции обучающегося как активного и ответственного члена российского общества
ЛР 2	осознание своих конституционных прав и обязанностей, уважение закона и правопорядка
ЛР 3	принятие традиционных национальных, общечеловеческих гуманистических и демократических ценностей
ЛР 4	готовность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам
ЛР 5	готовность вести совместную деятельность в интересах гражданского общества
ЛР 6	участвовать в самоуправлении в школе и детско-юношеских организациях
ЛР 7	умение взаимодействовать с социальными институтами в соответствии с их функциями и назначением
ЛР 8	готовность к гуманитарной и волонтерской деятельности

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2023
		Лист 3/7

Патриотическое воспитание	
ЛР 9	сформированность российской гражданской идентичности, патриотизма, уважения к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, свой язык и культуру
ЛР 10	прошлое и настоящее многонационального народа России
ЛР 11	ценностное отношение к государственным символам, историческому и природному наследию, памятникам, традициям народов России
ЛР 12	достижениям России в науке, искусстве, спорте, технологиях, труде
ЛР 13	идейную убежденность, готовность к служению и защите Отечества, ответственность за его судьбу
Духовно-нравственное воспитание	
ЛР 14	осознание духовных ценностей российского народа
ЛР 15	сформированность нравственного сознания, этического поведения
ЛР 16	способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, ориентируясь на морально-нравственные нормы и ценности
ЛР 17	осознание личного вклада в построение устойчивого будущего
ЛР 18	ответственное отношение к своим родителям, созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни в соответствии с традициями народов России
Эстетическое воспитание	
ЛР 19	эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, труда, общественных отношений
ЛР 20	способность воспринимать различные виды искусства, традиции и творчество своего и других народов
ЛР 21	ощущать эмоциональное воздействие искусства
ЛР 22	убежденность в значимости для личности и общества отечественного и мирового искусства, этнических культурных традиций и народного творчества
ЛР 23	готовность к самовыражению в разных видах искусства
ЛР 24	стремление проявлять качества творческой личности
Физическое воспитание	
ЛР 25	сформированность здорового и безопасного образа жизни, ответственного отношения к своему здоровью
ЛР 26	потребность в физическом совершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью
ЛР 27	активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью
Трудовое воспитание	
ЛР 28	готовность к труду, осознание приобретённых умений и навыков, трудолюбие
ЛР 29	готовность к активной деятельности технологической и социальной направленности
ЛР 30	способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность
ЛР 31	интерес к различным сферам профессиональной деятельности, умение совершать осознанный выбор будущей профессии и реализовывать собственные жизненные планы
ЛР 32	готовность и способность к образованию и самообразованию на протяжении всей жизни

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2023
		Лист 4/7

Экологическое воспитание	
ЛР 33	сформированность экологической культуры, понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды
ЛР 34	осознание глобального характера экологических проблем
ЛР 35	планирование и осуществление действий в окружающей среде на основе знания целей устойчивого развития человечества
ЛР 36	активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде
ЛР 37	умение прогнозировать неблагоприятные экологические последствия предпринимаемых действий, предотвращать их
ЛР 38	расширение опыта деятельности экологической направленности
Ценности научного познания	
ЛР 39	сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, способствующего осознанию своего места в поликультурном мире
ЛР 40	совершенствование языковой и читательской культуры как средства взаимодействия между людьми и познанием мира
ЛР 41	осознание ценности научной деятельности
ЛР 42	готовность осуществлять проектную и исследовательскую деятельность индивидуально и в группе
Метапредметные результаты	
Овладение универсальными познавательными действиями	
Базовые логические действия	
МР 1	самостоятельно формулировать и актуализировать проблему, рассматривать её всесторонне
МР 2	устанавливать существенный признак или основания для сравнения, классификации и обобщения
МР 3	определять цели деятельности, задавать параметры и критерии их достижения
МР 4	выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых явлениях
МР 5	разрабатывать план решения проблемы с учётом анализа имеющихся материальных и нематериальных ресурсов
МР 6	вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям, оценивать риски последствий деятельности
МР 7	координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия
МР 8	развивать креативное мышление при решении жизненных проблем
Базовые исследовательские действия:	
МР 9	владеть навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем
МР 10	способностью и готовностью к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания
МР 11	овладение видами деятельности по получению нового знания, его интерпретации, преобразованию и применению в различных учебных ситуациях (в том числе при создании учебных и социальных проектов)
МР 12	формирование научного типа мышления, владение научной терминологией, ключевыми понятиями и методами
МР 13	ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях
МР 14	выявлять причинно-следственные связи и актуализировать задачу, выдвигать

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2023
		Лист 5/7

	гипотезу её решения, находить аргументы для доказательства своих утверждений, задавать параметры и критерии решения
MP 15	анализировать полученные в ходе решения задачи результаты, критически оценивать их достоверность, прогнозировать изменение в новых условиях
MP 16	давать оценку новым ситуациям, оценивать приобретённый опыт
MP 17	осуществлять целенаправленный поиск переноса средств и способов действия в профессиональную среду
MP 18	уметь переносить знания в познавательную и практическую области жизнедеятельности
MP 19	уметь интегрировать знания из разных предметных областей
MP 20	выдвигать новые идеи, предлагать оригинальные подходы и решения
MP 21	ставить проблемы и задачи, допускающие альтернативные решения
Работа с информацией	
MP 22	владеть навыками получения информации из источников разных типов, самостоятельно осуществлять поиск, анализ, систематизацию и интерпретацию информации различных видов и форм представления
MP 23	создавать тексты в различных форматах с учётом назначения информации и целевой аудитории, выбирая оптимальную форму представления и визуализации
MP 24	оценивать достоверность, легитимность информации, её соответствие правовым и морально-этическим нормам
MP 25	использовать средства информационных и коммуникационных технологий в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности
MP 26	владеть навыками распознавания и защиты информации, информационной безопасности личности
Овладение универсальными коммуникативными действиями	
Общение	
MP 27	осуществлять коммуникации во всех сферах жизни
MP 28	распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты
MP 29	владеть различными способами общения и взаимодействия
MP 30	аргументированно вести диалог, уметь смягчать конфликтные ситуации
MP 31	развёрнуто и логично излагать свою точку зрения с использованием языковых средств
Совместная деятельность	
MP 32	понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы
MP 33	выбирать тематику и методы совместных действий с учётом общих интересов и возможностей каждого члена коллектива
MP 34	принимать цели совместной деятельности, организовывать и координировать действия по её достижению: составлять план действий, распределять роли с учётом мнений участников, обсуждать результаты совместной работы
MP 35	оценивать качество вклада своего и каждого участника команды в общий результат по разработанным критериям
MP 36	предлагать новые проекты, оценивать идеи с позиции новизны, оригинальности, практической значимости

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2023
		Лист 6/7

МР 37	осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях
МР 38	проявлять творчество и воображение, быть инициативным
Овладение универсальными регулятивными действиями	
Самоорганизация	
МР 39	самостоятельно осуществлять познавательную деятельность, выявлять проблемы, ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях
МР 40	самостоятельно составлять план решения проблемы с учётом имеющихся ресурсов, собственных возможностей и предпочтений
МР 41	давать оценку новым ситуациям
МР 42	расширять рамки учебного предмета на основе личных предпочтений
МР 43	делать осознанный выбор, аргументировать его, брать ответственность за решение
МР 44	оценивать приобретённый опыт
МР 45	способствовать формированию и проявлению широкой эрудиции в разных областях знаний
МР 46	постоянно повышать свой образовательный и культурный уровень
Самоконтроль:	
МР 47	давать оценку новым ситуациям, вносить коррективы в деятельность, оценивать соответствие результатов целям
МР 48	владеть навыками познавательной рефлексии как осознанием совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований
МР 49	использовать приёмы рефлексии для оценки ситуации, выбора верного решения
МР 50	уметь оценивать риски и своевременно принимать решения по их снижению
МР 51	принимать мотивы и аргументы других при анализе результатов деятельности
Принятие себя и других:	
МР 52	принимать себя, понимая свои недостатки и достоинства
МР 53	принимать мотивы и аргументы других при анализе результатов деятельности
МР 54	признавать своё право и право других на ошибки
МР 55	развивать способность понимать мир с позиции другого человека
Предметные результаты	
ПР 1	характеризовать физическую культуру как явление культуры, её направления и формы организации, роль и значение в жизни современного человека и общества
ПР 2	ориентироваться в основных статьях Федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», руководствоваться ими при организации активного отдыха в разнообразных формах физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой деятельности
ПР 3	положительно оценивать связь современных оздоровительных систем физической культуры и здоровья человека, раскрывать их целевое назначение и формы организации, возможность использовать для самостоятельных занятий с учётом индивидуальных интересов и функциональных возможностей
ПР 4	проектировать досуговую деятельность с включением в её содержание разнообразных форм активного отдыха, тренировочных и оздоровительных занятий, физкультурно-массовых мероприятий и спортивных соревнований

ГАПОУ ЧАО «ЧМК»	УПРАВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТАЦИЕЙ	СТО СМК 4.2.01 - 2023
		Лист 7/7

ПР 5	контролировать показатели индивидуального здоровья и функционального состояния организма, использовать их при планировании содержания и направленности самостоятельных занятий кондиционной тренировкой, оценке её эффективности
ПР 6	планировать системную организацию занятий кондиционной тренировкой, подбирать содержание и контролировать направленность тренировочных воздействий на повышение физической работоспособности и выполнение норм Комплекса ГТО
ПР 7	выполнять упражнения корригирующей и профилактической направленности, использовать их в режиме учебного дня и системе самостоятельных оздоровительных занятий
ПР 8	выполнять комплексы упражнений из современных систем оздоровительной физической культуры, использовать их для самостоятельных занятий с учётом индивидуальных интересов в физическом развитии и физическом совершенствовании
ПР 9	выполнять упражнения общефизической подготовки, использовать их в планировании кондиционной тренировки
ПР 10	демонстрировать основные технические и тактические действия в игровых видах спорта в условиях учебной и соревновательной деятельности, осуществлять судейство по одному из освоенных видов (футбол, волейбол, баскетбол)
ПР 11	демонстрировать приросты показателей в развитии основных физических качеств, результатов в тестовых заданиях Комплекса ГТО

Формы контроля:

- наблюдение;
- зачет в соответствии с учебными нормативами по освоению навыков, умений, развития двигательных качеств.
- наблюдение;
- зачет в соответствии с нормативами по разделам программы.