



МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«Российский государственный гуманитарный университет»
(РГГУ)

Предуниверсарий РГГУ
программа среднего общего образования
(10-11 гимназические классы)

**Аннотация к рабочей программе
учебного предмета «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

Место в учебном плане	10 класс – 3 ч./нед. 11 класс – 3 ч./нед.
Базовый / профильный / углубленный курс	10 класс – базовый уровень 11 класс – базовый уровень
Документы в основе составления рабочей программы	1. ФГОС СОО 2. Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классы. – М.: Просвещение, 2009.
Учебники	Виленский М.А., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю., Соколкина В.А., Баландин Г.А., Назарова Н.Н., Казакова Т.Н., Алёшина Н.С., Гребенщикова З.В., Крайнов А.Н. Физическая культура 10-11 классы / Учебник для общеобразовательных учреждений под ред. В.И. Ляха (Рекомендовано Министерством образования и науки РФ), 6-е издание. – М.: Просвещение, 2011.
Другие пособия (если используются)	–
Электронные ресурсы (если используются)	–
Структура дисциплины (порядок изучения основных тем)	10 класс 1. Лёгкая атлетика 2. Спортивные игры 3. Гимнастика 4. Лыжная подготовка 5. Кроссовая подготовка 11 класс 1. Лёгкая атлетика 2. Спортивные игры 3. Гимнастика 4. Лыжная подготовка 5. Кроссовая подготовка

Формы контроля	Устная аттестация, полученная учащимися за овладение знаниями, оценка выполнения нормативов физкультурно-оздоровительной деятельности.
Основные требования к результатам освоения дисциплин.	<p>Личностные результаты освоения основной образовательной программы по дисциплине «Физическая культура» должны отражать:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн); 2) гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности; 3) готовность к служению Отечеству, его защите; 4) сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире; 5) сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности; 6) толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нём взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения; 7) навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности; 8) нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей; 9) готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности; 10) эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений; 11) принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков; 12) бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному,

	<p>так и других людей, умение оказывать первую помощь;</p> <p>13) осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;</p> <p>14) сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;</p> <p>15) ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.</p> <p>Метапредметными результатами освоения программы по дисциплине «Физическая культура» являются:</p> <p>1) сформированность экологического мышления, навыков здорового, безопасного и экологически целесообразного образа жизни, понимание рисков и угроз современного мира;</p> <p>2) знание правил и владение навыками поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, социального и техногенного характера;</p> <p>3) владение умением сохранять эмоциональную устойчивость в опасных и чрезвычайных ситуациях, а также навыками оказания первой помощи пострадавшим;</p> <p>3) умение действовать индивидуально и в группе в опасных и чрезвычайных ситуациях.</p> <p>Предметными результатами программы по дисциплине «Физическая культура» являются:</p> <p>1) умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга;</p> <p>2) владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья, поддержания работоспособности, профилактики предупреждения заболеваний, связанных с учебной и производственной деятельностью;</p> <p>3) владение основными способами самоконтроля индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств;</p> <p>4) владение физическими упражнениями разной функциональной направленности, использование их в режиме учебной и производственной деятельности с целью профилактики переутомления и сохранения высокой работоспособности;</p> <p>5) владение техническими приёмами и двигательными действиями базовых видов спорта, активное применение их в игровой и соревновательной деятельности.</p>
--	--