

## Аннотация к рабочей программе по физической культуре

Программа по физической культуре для 10–11 классов общеобразовательных организаций представляет собой методически оформленную концепцию требований ФГОС СОО и раскрывает их реализацию через конкретное содержание.

УМК: Физическая культура, 10-11 классы/ Лях В.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

При создании программы по физической культуре 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.

Программа обеспечивает преемственность с федеральной образовательной программой основного общего образования и предусматривает завершение полного курса обучения обучающихся в области физической культуры.

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.

Развивающая направленность определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма занимающихся, повышением его надёжности, защитных и адаптивных свойств. Предполагаемым результатом данной направленности становится достижение обучающимися оптимального уровня физической подготовленности и работоспособности, готовности к выполнению нормативных требований комплекса «Готов к труду и обороне».

Обучающая направленность представляется закреплением основ организации и планирования самостоятельных занятий оздоровительной, спортивно – достиженческой и прикладно – ориентированной физической культурой, обогащением двигательного опыта за счёт индивидуализации содержания физических упражнений разной функциональной направленности, совершенствования технико-тактических действий в игровых видах спорта. Результатом этого направления предстают умения в планировании содержания активного отдыха и досуга в структурной организации здорового образа жизни, навыки в проведении самостоятельных занятий кондиционной тренировкой, умения контролировать состояние здоровья, физическое развитие и физическую подготовленность.

Воспитывающая направленность программы заключается в содействии активной социализации обучающихся на основе формирования научных представлений о социальной сущности физической культуры, её месте и роли в жизнедеятельности современного человека, воспитании социально значимых и личностных качеств. В числе предполагаемых практических результатов данной направленности можно выделить приобщение учащихся к культурным ценностям физической культуры, приобретение способов общения и коллективного взаимодействия во время совместной учебной, игровой и соревновательной деятельности, стремление к физическому совершенствованию и укреплению здоровья.

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета, придания ей лично значимого смысла содержание программы по физической культуре

представляется системой модулей, которые структурными компонентами входят в раздел «Физическое совершенствование».

Инвариантные модули включают в себя содержание базовых видов спорта: гимнастики, лёгкой атлетики, зимних видов спорта (на примере лыжной подготовки с учётом климатических условий, при этом лыжная подготовка может быть заменена либо другим зимним видом спорта, либо видом спорта из федеральной рабочей программы по физической культуре), спортивных игр, плавания и атлетических единоборств. Данные модули в своём предметном содержании ориентируются на всестороннюю физическую подготовленность учащихся, освоение ими технических действий и физических упражнений, содействующих обогащению двигательного опыта.

Вариативные модули объединены в программе по физической культуре модулем «Спортивная и физическая подготовка», содержание которого разрабатывается образовательной организацией на основе федеральной рабочей программы по физической культуре для общеобразовательных организаций. Основной содержательной направленностью вариативных модулей является подготовка учащихся к выполнению нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», активное вовлечение их в соревновательную деятельность.

Исходя из интересов учащихся, традиций конкретного региона или образовательной организации модуль «Спортивная и физическая подготовка» может разрабатываться учителями физической культуры на основе содержания базовой физической подготовки, национальных видов спорта, современных оздоровительных систем. В настоящей программе по физической культуре в помощь учителям физической культуры в рамках данного модуля предлагается содержательное наполнение модуля «Базовая физическая подготовка».

Общее число часов, рекомендованных для изучения физической культуры, – 204 часа: в 10 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 11 классе – 68 часов (2 часа в неделю).

#### **Формирование единых подходов к оценке предметных результатов по учебному предмету «Физическая культура»**

**Планируемые предметные результаты** формируются за счёт освоения обучающимися содержания учебного предмета «Физическая культура» и отражаются непосредственно в предметных учебных действиях, проявляющихся через умения использовать учебные знания о физической культуре, способы деятельности в организации самостоятельных занятий, выполнение тестовых заданий по физическому совершенству и по д о г о т о в к е к с д а ч е н о р м а т и в о в к о м п л е к с а Г Т О.

При оценивании предметных результатов учителям физической культуры необходимо уделять внимание регулярной проверке техники выполнения двигательных умений и навыков, так как учебный предмет «Физическая культура» направлен на развитие двигательных умений и навыков и имеет большую практическую значимость. Основными объектами проверки и оценки успеваемости на уроках физической культуры являются следующие: – теоретические сведения по физической культуре; – способы самостоятельной деятельности; – двигательные умения и навыки, которыми обучающиеся овладевают на уроках физической культуры; – уровень развития основных физических качеств.

С целью отслеживания достижения обучающимися планируемых результатов по учебному предмету «Физическая культура» предусмотрены оценочные процедуры, количество которых не превышает 10% от всего объёма учебного времени, отводимого на изучение предмета в учебном году.

В таблице представлено распределение количества контрольных мероприятий по классам в зависимости от выбора варианта планирования.

#### **Количество контрольных мероприятий по учебному предмету «Физическая культура»**

Класс	2 ч в неделю, 68 часов; 1 класс - 66 часов		3 ч в неделю, 102 часа; 1 класс - 99 часов	
	Всего контрольных мероприятий, кол-во	В том числе письменный тест, кол-во	Всего контрольных мероприятий, кол-во	В том числе письменный тест, кол-во
1	6	-	8	-
2	6	-	9	-
3	6	-	9	-
4	6	1	9	1
5	6	-	9	-
6	6	-	9	-
7	6	-	9	-
8	6	-	9	-
9	6	1	9	1
10	6	-	9	-
11	6	1	9	1

Предметные результаты отражаются в приобретении обучающимися опыта двигательной деятельности, проявляющегося в умении осваивать, закреплять и совершенствовать физические упражнения разной функциональной направленности, использовать их в самостоятельных занятиях с учётом индивидуальных интересов и потребностей.

По мере прохождения учебного материала по физической культуре проводится : входной, промежуточный, итоговый контроль освоения учебного материала.

Рекомендуется проводить контрольную оценку предметных результатов обучающихся на основе оценки овладения школьниками двигательных умений и навыков по видам движений, имеющим количественные показатели (прыжки, метания и др.). Проводить оценивание качества усвоения техники движения и определять результативность следует в соответствии с возрастом обучающихся основной группы здоровья.

При оценке выполнения техники движения принимаются во внимание следующие показатели:

- правильность выполнения движения, его соответствие биомеханическим характеристикам эталонной техники;
- сохранение техники движения при известных количественных показателях (для видов движений, по которым предусмотрены учебные нормативы);
- степень сформированности знания и понимания сущности проверяемого движения.

По степени отклонения от правильного выполнения движения условно различают незначительные, значительные и грубые ошибки.

**Незначительные ошибки** - это небольшие отступления от техники движения, отклонения в отдельных деталях (элементах) движения, которые не нарушают структуру самого движения.

**К значительным ошибкам** относятся отклонения в технике, которые несколько изменяют биомеханическую структуру самого движения.

**Грубые ошибки** нарушают целостную структуру движения или отдельных его элементов.

### **Единые критерии оценивания контрольных мероприятий**

**Отметка «5»** выставляется, если движение выполнено правильно, без ошибок, с сохранением требуемой структуры движения, легко, уверенно, с надлежащим ритмом. При этом обучающийся понимает сущность движения, его назначение, умеет разобраться в его частях и элементах, объяснить, как оно выполняется, может определить и исправить ошибки, допускаемые другими обучающимися, в соответствующих движениях уверенно выполнить учебный норматив.

**Отметка «4»** выставляется, если движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением основных требований, уверенно, легко, слитно, в надлежащем ритме, но в то же время допущено не более двух незначительных ошибок.

**Отметка «3»** выставляется, если движение или отдельные его элементы выполнены в основном правильно, но с некоторой скованностью движений и неуверенностью, наличием одной или двух значительных ошибок или до четырёх мелких, незначительных. При этом техника движения при выполнении учебного норматива физической подготовки сохраняется на удовлетворительном уровне и сам норматив успешно выполняется.

**Отметка «2»** выставляется, если движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных ошибок или одна грубая, приводящая к срыву в выполнении самого движения и невыполнению норматива.

В целях усиления мотивационной составляющей к изучению учебного предмета и подготовке обучающихся к выполнению комплекса ГТО в структуру ФООП в предмет «Физическая культура» в раздел «Физическое совершенствование» введён новый модуль для подготовки к сдаче нормативов ГТО. Поэтому для практических контрольных мероприятий по учебному предмету «Физическая культура» целесообразно использовать тесты испытаний ФК ГТО в соответствии с возрастом обучающихся и применять нормативы тестов ГТО для оценивания предметных результатов обучающихся основной группы здоровья (Постановление Правительства РФ от 11 июня 2014 г. № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)» (с изменениями и дополнениями).

В приказе Министерства спорта РФ от 22 февраля 2023 г. № 117 «Об утверждении государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» определены нормативы испытаний (тестов) согласно возрасту.

Соответственно **норматив** теста золотого нагрудного знака ГТО соответствует отметке «5»; серебряного - отметке «4»; бронзового - отметке «3». Отметке «2» соответствуют итоги тестирования ниже нормативов бронзового нагрудного знака.

### **Единые критерии оценивания итогового письменного теста на знание теоретического материала по предмету**

Для определения уровня теоретических знаний обучающихся по учебному

предмету «Физическая культура» по окончании 4 класса, 9 класса, 11 класса предусмотрены итоговые письменные тесты.

Тесты составляются учителем-предметником на основе изученного теоретического материала учебника по учебному предмету «Физическая культура».

Для обучающихся 4 класса итоговый тест состоит из 10 вопросов, для обучающихся 9-го и 11-го классов - из 15 вопросов. Продолжительность тестирования составляет от 15 до 20 минут урочного времени.

При оценивании выполнения заданий в форме итогового теста по учебному предмету «Физическая культура» рекомендуется руководствоваться следующими критериями оценивания:

- **отметка «5»** ставится, если обучающийся выполнил все задания верно;
- **отметка «4»** ставится, если обучающийся выполнил правильно не менее 3/4 заданий;
- **отметка «3»** ставится за работу, в которой правильно выполнено не менее половины заданий;
- **отметка «2»** ставится за работу, в которой правильно выполнено менее половины заданий.