

Согласовано на заседании
Школьного методического
объединения
Протокол № 1 от
« 29 » августа 2023 г
Руководитель ШМО
В.К. Захарова О.Н.

Составлена на основе
Федерального
государственного
образовательного стандарта
среднего общего
образования

Рассмотрено на заседании
Педагогического совета
Протокол № 1 от
« 30 » августа 2023 г

Принято на заседании
Совета Лицея
Протокол № 1 от
« 30 » августа 2023 г
Председатель Совета Лицея
И.А.Волков

Утверждено руководителем
образовательной организации
Приказ № 103/ОД от
« 30 » августа 2023 г
Директор МБОУ «ФМЛ»
Д.А.Кельдышев



Рабочая программа
по физической
культуре
для 11 класса МБОУ «ФМЛ»

Захарова О.Н.

Волков С.А.

Ипатов С.А.

Пояснительная записка

Программа по физической культуре для 11 класса разработана на основе Примерной программы среднего общего образования и авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 10-11 классов» В.И. Ляха (М.: Просвещение, 2020).

Цели и задачи учебного предмета:

Целью предмета «Физическая культура» у обучающихся является формирование у обучающихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Образовательный процесс учебного предмета «Физическая культура» в основной школе направлен на решение следующих **задач**:

- приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности;

- овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

Учебно-методический комплект

Для прохождения программы в учебном процессе используется учебник:

- Лях, В. И. Физическая культура. 10-11 кл.: учеб. для общеобразоват. организаций: базовый уровень / В. И. Лях. - М.: Просвещение, 2014.

Учебник написан в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом среднего общего образования и пособием «Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия В. И. Ляха. 10-11 классы» (автор В. И. Лях).

В учебник включены теоретические сведения об основах физической культуры, образовательный учебный материал по спортивным играм, легкой атлетике, гимнастика с элементами единоборства, лыжной подготовке и плаванию. Описаны также самостоятельные занятия роликовыми коньками, дартсом и аэробикой.