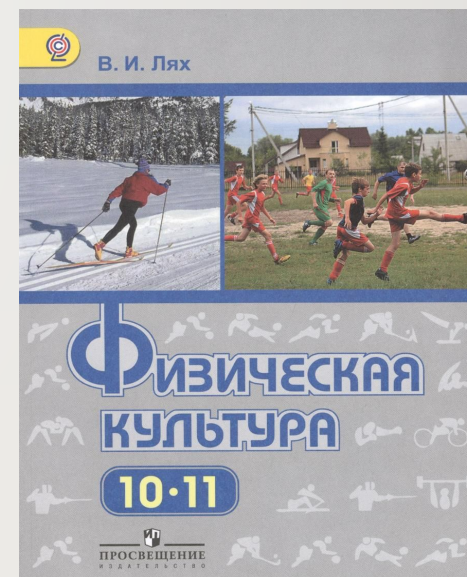
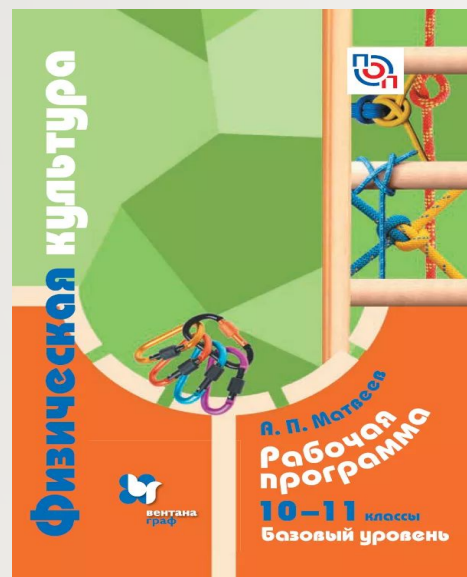


Обновление содержания программ физической культуры в условиях реализации компонента ФГОС СОО.



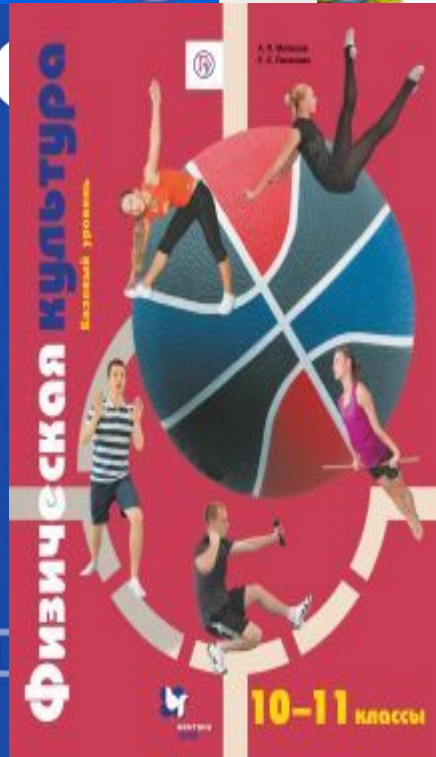
- 1. Макет рабочей программы

- 2. Выбор:

Примерная программа по ... *наименование*

Авторская программа (*Наименование предмета*). *город.*, *издательство*, *год*);





1.3.6.	Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности (пр				
1.3.6.1.	Физическая культура (базовый уровень) (учебный предмет)				
1.3.6.1.1.1	Андрюхина Т.В., Третьякова Н.В. / Под ред. Виленского М.Я.	Физическая культура (базовый уровень)	10-11	Русское слово	http://xn--p1ai/shop/
1.3.6.1.2.1	Лях В.И.	Физическая культура (базовый уровень)	10-11	Издательство "Просвещение"	www.prosv.ru/
1.3.6.1.3.1	Матвеев А.П., Палехова Е.С.	Физическая культура. 10-11 классы: базовый уровень	10-11	Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ	http://vg.ru/
1.3.6.1.4.1	Погадаев Г.И.	Физическая культура (базовый уровень)	10-11	ДРОФА	http://www.drofa.ru/
1.3.6.2.	Экология (базовый уровень) (учебный предмет)				

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.03.2014 г. «Об утверждении Федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» (с изменениями на 5 июля 2017 года)

Приказ Министерства образования науки Российской Федерации от 17.05.2012 г. № 413 (в ред. Приказов Минобрнауки России от 29.12.2014 г. № 1645, от 31.12.2015 г. № 1578, от 29.06.2017г № 613) "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования"

Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28 октября 2015 г. № 08-1786 «О рабочих программах учебных предметов».

В целях снижения административной нагрузки педагогических работников общеобразовательных организаций Департаментом подготовлены изменения в федеральные государственные образовательные стандарты общего образования в части требований к рабочим программам учебных предметов.

Основными элементами рабочей программы учебного предмета, курса, в соответствии с подготовленными изменениями, являются:

- 1) планируемые предметные результаты освоения конкретного учебного предмета, курса;
- 2) содержание учебного предмета, курса с указанием форм организации учебных занятий, основных видов учебной деятельности;
- 3) календарно-тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.

Программы курсов внеурочной деятельности должны содержать:

- 1) личностные и метапредметные результаты освоения курса внеурочной деятельности;
- 2) содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации учебных занятий, основных видов учебной деятельности;
- 3) календарно-тематическое планирование.

На основании следующих инструктивных и методических материалов:

Методические рекомендации Департамента государственной политики в сфере общего образования Министерства образования и науки Российской Федерации от 02.12.2015г. №08-1447 по механизму учета результатов выполнения нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» при осуществлении текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по учебному предмету «Физическая культура».

Письмо Министерства образования Российской Федерации от 31.10. 2003 г. № 13-51-263/123 «Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой».

Методические рекомендации Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.05.2012 г. № МД-583/19 «Медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой, обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья».

2. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Копируем из Стандарта и Примерной основной образовательной программы основного общего образования:

личностные,

метапредметные,

предметные (ищем свой предмет) результаты

уровневые:

Выпускник научится: (стр. 161)

Выпускник получит возможность научиться:

Содержание учебного предмета

Копируем из Примерной основной образовательной программы основного общего образования, начиная со стр. 437 (физическая культура)

3. Тематическое планирование по учебному предмету

№	Раздел	Кол-во часов, отводимых на освоение темы	Тема	Из них кон
1	Общетеоретические и исторические сведения о физической культуре и спорте	7	Правовые основы физической культуры и спорта	дифференциальный о
			Понятие о физической культуре личности	тест
			Физическая культура и здоровый образ жизни	рефер
			Современные оздоровительные системы физического воспитания, их роль в формировании здорового образа жизни, сохранении творческой активности и долголетия, предупреждении профессиональных заболеваний и вредных привычек, поддержании репродуктивной функции.	рефер
			Оздоровительные мероприятия по восстановлению организма и повышению работоспособности: гимнастика при занятиях умственной и физической деятельностью; сеансы аутотренинга, релаксации и самомассажа, банные процедуры.	проект
			Система индивидуальных занятий оздоровительной и тренировочной направленности, основы методики их организации и проведения, контроль и оценка эффективности занятий.	рефер
			Особенности соревновательной деятельности в массовых видах спорта.	рефер
			Правила организации и проведения соревнований, обеспечение безопасности, судейство.	

Контрольные тесты**Юноши основной медицинской группы 11 класс**

Тесты	Оценка в баллах		
	5	4	3
Бег 60 м (с)	8,0	8,3	8,5
Бег 100 м (с)	14,00	14,50	15,0
Бег 500 м (мин, с)	1,40	1,50	2,00
Бег 1000 м (мин, с)	3,40	3,55	4,20
Бег 2000 м (мин, с)	10,30	11,00	11,30
Бег 3000 м (мин, с)	15,00	16,00	17,00
Метание теннисного мяча (м) (1)	40	35	30
Приседание (количество раз на время)	40/40	40/45	40/50
Прыжок в длину с места (см) (1)	230	220	200
Бросок набивного мяча 3 кг из-за головы (м) (1)	6	5	4,5
Силовой тест — подтягивание на высокой перекладине (количество раз) (4).	10	8	6
Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (количество раз)	10	8	6
Сгибание и разгибание рук в упоре от пола (количество раз) (2)	40	30	20
Поднимание ног в висе до касания перекладины (количество раз)	7	5	3
Упражнения для пресса (количество раз)	25	20	10
Тест на гибкость — наклон из положения сидя.	+8см	+6см	+4см
Координационный тест — челночный бег 10×9 м (с) (3)	25	27	29
Координационный тест — челночный бег 10×18 м (с)	41	43	45
Передача сверху над собой (кол-во раз) волейбол (6)	9	7	5
Прием мяча снизу (кол-во раз) волейбол (3)	9	7	5
Подача мяча в площадку соперника из 5 попыток (кол-во раз) волейбол	4	3	2
Штрафные броски по кольцу (кол-во попаданий из 10 попыток) — баскетбол	5	4	3
Бросок мяча по кольцу с двух шагов после ведения - по 3 броска с левой и правой стороны (кол-во попаданий из 6 попыток) - баскетбол	5	4	3
Гимнастический комплекс упражнений: — утренней гимнастики; — релаксационной гимнастики (из 10 баллов)	до 9	до 8	до 7,5