Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №5 городского поселения Терек»

«Рассмотрено и принято» педагогическим советом.
Протокол от «27» августа 2026 г. № 1

«Утверждаю»
Директор МКОУ СОШ №5 г.п. Терек
_____ В.Х.Тумова
Приказ от «27» августа 2026 г. № 120

АННОТАЦИИ
к рабочей программе учебного предмета «Физическая культура» для 10 класса
на 2026–2027 учебный год

1. Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (ФГОС СОО) и Федеральной рабочей программы. Курс реализуется на базовом уровне в объеме 68 часов в год (2 часа в неделю). Программа обеспечивает завершение полного курса обучения в области физической культуры и преемственность с основным общим образованием
2. Нормативные основания

- . Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".
- Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации".
- Основная образовательная программа основного общего образования МКОУ СОШ №5 г.п. Терек;
- · Учебный план МКОУ СОШ №5 г.п. Терек на 2026–2027 учебный год.

3. **Цели и задачи:**

Цели программы:

- Формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.
- Формирование у старшеклассников устойчивой потребности в здоровом образе жизни и готовности к самостоятельному планированию физкультурной деятельности.
- Приобщение к культурным ценностям физической культуры и подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО (V–VI ступени)

Задачи программы

- **Оздоровительные:** укрепление здоровья, повышение функциональных и адаптивных возможностей организма, развитие профессионально важных физических качеств.

- **Образовательные:** закрепление навыков организации самостоятельных занятий (кондиционная тренировка, активный досуг), обогащение двигательного опыта технико-тактическими действиями в игровых видах спорта.
- **Воспитательные:** воспитание социальной ответственности, патриотизма, культуры общения в командных видах спорта и стремления к физическому самосовершенствованию

4. **Содержание (разделы и часы)**

Раздел	**Количество часов**
Базовая часть (Инвариантная)	**44**
Легкая атлетика	12
Гимнастика с элементами акробатики	12
Лыжная подготовка	10
Спортивные игры (Баскетбол, Волейбол)	10
Вариативная часть (Модуль "Спорт")	**24**
Спортивные игры (Волейбол)	12
Подвижные игры и ГТО	12
Основы знаний и ТБ	В процессе урока
Итого	**68**

5. **Формы контроля**

- **Текущий:** наблюдение за техникой выполнения упражнений, активность на уроке, ведение дневника самонаблюдения.
- **Тематический:** контрольные упражнения по разделам (тесты на гибкость, силу, скоростную выносливость).
- **Промежуточная аттестация (за год):**

  Оценка теоретических знаний (тестирование по истории спорта, правилам игр, основам ЗОЖ).

  Оценка уровня физической подготовленности (сдача контрольных нормативов, соответствующих V–VI ступени ГТО: бег на длинные дистанции, силовые нормативы, метание).

6. **Учебно-методическое обеспечение. Учебник:** Физическая культура. 10 класс. А. П. Матвеев. (Издательство "Просвещение", 2023–2025 гг., соответствует ФГОС ООО), *.Альтернативный УМК:* Физическая культура. 10–11 классы / Под ред. М. Я. Виленского (Издательство "Просвещение").

7. **Разработчик и утверждение.** Разработчик: Умаров А.А., учитель физической культуры. Рассмотрено на заседании методического объединения учителей гуманитарного цикла, протокол от 27.08.2026 № 1. Утверждено приказом директора МКОУ СОШ №5 г.п. Терек от 27.08.2026 № 120. Срок реализации: 2026–2027 учебный год. Содержание федеральной рабочей программы воспроизводится без изменений.

АННОТАЦИИ к рабочей программе учебного предмета «Физическая культура» для 11 класса на 2026–2027 учебный год

8. Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (ФГОС СОО) и Федеральной рабочей программы. Курс реализуется на базовом уровне в объеме 68 часов в год (2 часа в неделю). Программа обеспечивает завершение полного курса обучения в области физической культуры и преемственность с основным общим образованием

9. Нормативные основания

- . Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".
- Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации".
- Основная образовательная программа основного общего образования МКОУ СОШ №5 г.п. Терек;
- · Учебный план МКОУ СОШ №5 г.п. Терек на 2026–2027 учебный год.

10. Цели и задачи:

Цели программы:

- Формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.
- Формирование у старшеклассников устойчивой потребности в здоровом образе жизни и готовности к самостоятельному планированию физкультурной деятельности.
- Приобщение к культурным ценностям физической культуры и подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО (V–VI ступени)

Задачи программы

- **Оздоровительные:** укрепление здоровья, повышение функциональных и адаптивных возможностей организма, развитие профессионально важных физических качеств.
- **Образовательные:** закрепление навыков организации самостоятельных занятий (кондиционная тренировка, активный досуг), обогащение двигательного опыта технико-тактическими действиями в игровых видах спорта.
- **Воспитательные:** воспитание социальной ответственности, патриотизма, культуры общения в командных видах спорта и стремления к физическому самосовершенствованию

11. Содержание (разделы и часы)

Раздел	**Количество часов**
Базовая часть (Инвариантная)	**44**
Легкая атлетика	12
Гимнастика с элементами акробатики	10
Лыжная подготовка	12
Спортивные игры (Баскетбол, Волейбол)	10
Вариативная часть (Модуль "Спорт")	**24**
Спортивные игры (Волейбол)	12

Подвижные игры и ГТО	12
Основы знаний и ТБ	В процессе урока
Итого	**68**

12. Формы контроля

- **Текущий:** наблюдение за техникой выполнения упражнений, активность на уроке, ведение дневника самонаблюдения.
- **Тематический:** контрольные упражнения по разделам (тесты на гибкость, силу, скоростную выносливость).
- **Промежуточная аттестация (за год):**

Оценка теоретических знаний (тестирование по истории спорта, правилам игр, основам ЗОЖ).

Оценка уровня физической подготовленности (сдача контрольных нормативов, соответствующих V–VI ступени ГТО: бег на длинные дистанции, силовые нормативы, метание).

13. Учебно-методическое обеспечение. Учебник: Физическая культура. 11 класс. А. П. Матвеев. (Издательство "Просвещение", 2023–2025 гг., соответствует ФГОС ООО), *.Альтернативный УМК:* Физическая культура. 10–11 классы / Под ред. М. Я. Виленского (Издательство "Просвещение").

14. Разработчик и утверждение. Разработчик: Ешроков Х.Х., учитель физической культуры. Рассмотрено на заседании методического объединения учителей гуманитарного цикла, протокол от 27.08.2026 № 1. Утверждено приказом директора МКОУ СОШ №5 г.п. Терек от 27.08.2026 № 120. Срок реализации: 2026–2027 учебный год. Содержание федеральной рабочей программы воспроизводится без изменений.