Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

города Ростова-на-Дону «Школа № 87 имени Героя Советского Союза

Щербакова Николая Митрофановича»

«Утверждаю»
Директор МБОУ «Школа №87»
Приказ №261от 31.08..2022г.
Подпись руководителя
_____ М.В.Лыжина
Печать

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00866C3C238089774FD700ECF7CC366754
Владелец: Лыжина Марина Владимировна
Действителен: с 14.07.2022 до 07.10.2023

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

на 2022- 2023 учебный год

по Физическая культура
(указать учебный предмет, курс)

Уровень общего образования (класс)
основное общее 11 класс
(начальное общее, основное общее, среднее общее образование с указанием класса)

Количество часов 102

Учитель Кононова Наталья Александровна
(Ф.И.О.)

Программа разработана на основе: «Комплексной программы физического воспитания 1-11 классы»,автором составителем которой являются В.И. Лях и А.А.Зданевич; издательство «Просвещение». М: «Учитель» 2017

(указать примерную программу/программы, издательство, год издательства)

СОГЛАСОВАНО
Протокол заседания методического совета
МБОУ «Школа № 87»
от 29. 08. 2022 г. № 1
_____ Н.И.Немец

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УВР
_____ Козинкова.С.В
Подпись Ф.И.О.
29. 08. 2022 г.

2022/2023

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по направлению «Физическая культура» составлена для учащихся 11 класса на основе нормативных документов:
- Закона Российской Федерации «Об образовании РФ»,
- Концепции модернизации Российского образования;
- Концепции содержания непрерывного образования;
- Примерной программы по физической культуре разработана в соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования Федерального государственного общего образования для учащихся 11 классов разработана в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» (приказ Минобрнауки от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ), Федеральным государственным образовательным стандартом на основе авторской программы В. И. Ляха, А. А. Зданевича (В.И. Лях, А.А. Зданевич «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов». - М.: Просвещение, 2017).
-Федеральный перечень учебников, допущенных (рекомендованных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учереждениях, реализующих программы общего образования.
-Требования к оснащению образовательного процесса в соответствии с содержательным наполнением учебных предметов федерального компонента государственного образовательного стандарта.

По календарному учебному графику на 2022-2023 учебный год для 11 классов предусмотрено 34 учебных недель по учебному плану на 2022-2023 учебный год на изучение физической культуры отводится 3 ч, в неделю, следовательно, настоящая рабочая программа должна быть спланирована на 102 ч, в год.

Календарно-тематическое планирование

11 д класс

№ п/п	Дата урока	Тема урока
1.	05.09.	Спринтерский бег, эстафетный бег. Игра
2.	06.09.	Спринтерский бег, эстафетный бег. Игра
3.	08.09.	Спринтерский бег, эстафетный бег. Игра
4.	12.09.	Спринтерский бег, эстафетный бег. Игра
5.	13.09.	Спринтерский бег, эстафетный бег. Игра
6.	15.09.	Прыжки в длину, метание малого мяча. Игра
7.	19.09.	Прыжки в длину, метание малого мяча. Игра
8.	20.09.	Прыжки в длину, метание малого мяча. Игра
9.	22.09.	Прыжки в длину, метание малого мяча. Игра
10.	26.09.	Бег на средние дистанции. Игра
11.	27.09.	Бег на средние дистанции. Игра
12.	29.09.	Бег по пересеченной местности Игра, преодоление препятствий. Игра
13.	03.10.	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий. Игра
14.	04.10.	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий. Игра

15.	06.10	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий. Игра
16.	10.10.	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий. Игра
17.	11.10.	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий. Игра
18.	13.10.	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий. Игра
19.	17.10.	Висы, строевые упражнения. Игра
20.	18.10.	Висы, строевые упражнения. Игра
21.	20.10.	Висы, строевые упражнения. Игра
22.	24.10.	Висы, строевые упражнения. Игра
23.	25.10.	Висы, строевые упражнения. Игра
24.	27.10.	Висы, строевые упражнения. Игра
25.	07.11.	Лазание, строевые упражнения. Игра
26.	08.11.	Лазание, строевые упражнения. Игра
27.	10.11	Лазание, строевые упражнения. Игра
28.	14.11.	Лазание, строевые упражнения. Игра
29.	15.11.	Лазание, строевые упражнения. Игра
30.	17.11.	лазание, строевые упражнения. Игра
31.	21.11.	Акробатика. Игра
32.	22.11.	Акробатика. Игра
33.	24.11.	Акробатика. Игра
34.	28.11.	Акробатика. Игра
35.	29.11.	Акробатика. Игра
36.	01.12	Акробатика. Игра
37.	05.12.	Волейбол
38.	06.12.	Волейбол
39.	08.12.	Волейбол
40.	12.12.	Волейбол
41.	13.12.	Волейбол
42.	15.12.	Волейбол
43.	19.12.	Волейбол
44.	20.12.	Волейбол
45.	22.12.	Волейбол
46.	26.12.	Волейбол
47.	27.12.	Волейбол
48.	08.01.	Волейбол
49.	09.01.	Волейбол
50.	10.01	Волейбол
51.	12.01.	Волейбол
52.	16.01.	Волейбол
53.	17.01.	Волейбол
54.	19.01.	Волейбол
55.	23.01.	Баскетбол
56.	24.01.	Баскетбол
57.	26.01.	Баскетбол
58.	30.01.	Баскетбол
59.	31.01	Баскетбол
60.	02.02.	Баскетбол
61.	06.02.	Баскетбол

62.	07.02.	Баскетбол
63.	09.02.	Баскетбол
64.	13.02.	Баскетбол
65.	14.02.	Баскетбол
66.	16.02.	Баскетбол
67.	20.02.	Баскетбол
68.	21.02.	Баскетбол
69.	23.02.	Баскетбол
70.	27.02	Баскетбол
71.	28.02	Баскетбол
72.	02.03.	Баскетбол
73.	06.03.	Баскетбол
74.	07.03.	Баскетбол
75.	09.03.	Баскетбол
76.	13.03	Баскетбол
77.	14.03.	Баскетбол
78.	16.03.	Баскетбол
79.	20.03.	Баскетбол
80.	21.03.	Баскетбол
81.	03.04.	Баскетбол
82.	04.04.	Баскетбол
83.	06.04.	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий. Игра
84.	10.04.	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий. Игра
85.	11.04.	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий. Игра
86.	13.04.	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий. Игра
87.	17.04.	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий. Игра
88.	18.04.	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий. Игра
89.	20.04.	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий. Игра
90.	24.04.	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий. Игра
91.	25.04.	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий. Игра
92.	27.04.	Бег на средние дистанции. Игра
93.	01.05.	Бег на средние дистанции. Игра
94.	02.05.	Спринтерский бег, эстафетный бег. Игра
95.	04.05.	Спринтерский бег, эстафетный бег. Игра
96.	11.05.	Спринтерский бег, эстафетный бег. Игра
97.	15.05.	Спринтерский бег, эстафетный бег. Игра
98.	16.05.	Спринтерский бег, эстафетный бег. Игра
99.	18.05.	Прыжки в высоту, метание малого мяча. Игра
100.	22.05.	Прыжки в высоту, метание малого мяча. Игра
101.	23.05	Прыжки в высоту, метание малого мяча. Игра
102.	25.05.	Прыжки в высоту, метание малого мяча. Игра