

АННОТАЦИЯ
К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»
10-11 класс

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» обязательной предметной области «Физическая культура» составлена в соответствии: с Федеральным компонентом Государственного образовательного стандарта общего образования, утверждённого приказом Министерства образования России от 05.03.2004 г. № 1089 «Об утверждении федерального компонента государственных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования»; авторской комплексной программой физического воспитания учащихся 1-11 классов (автор В.И. Лях).

Срок реализации рабочей программы 2 года с 10 по 11 класс.

Данная программа обеспечивается линией учебно-методических комплектов по физической культуре для 10 и 11 классов под редакцией В.И. Ляха, выпускаемых издательством «Просвещение».

Изучение физической культуры на базовом уровне среднего общего образования направлено на достижение следующих целей:

- развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;
- воспитание бережного отношения к собственному здоровью, потребности в занятиях физкультурно-оздоровительной деятельностью;
- овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;
- освоении системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;
- приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

Задачи физического воспитания 10-11 классов:

- укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;
- приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;
- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

Общее число часов, отведённых на изучение предмета «Физическая культура» — 204 (три часа в неделю).

Рабочая программа содержит следующие разделы:

1. Основы знаний о физической культуре
2. Спортивные игры
3. Гимнастика с элементами акробатики
4. Лыжная подготовка
5. Легкая атлетика

Предусмотрены следующие виды контроля: текущий, мониторинг физической подготовленности.