

## **Аннотация к рабочей программе по физической культуре 10-11 класс**

### **1. Место учебного предмета в структуре основной образовательной программы школы.**

Учебный предмет Физкультура включен в образовательную область «Физическая культура» учебного плана школы.

Рабочая программа по физкультуре для 10-11 класса разработана в соответствии с Федеральным компонентом государственного образовательного стандарта, Федеральным базисным учебным планом.

**2.Цель программы** - формирование у учащихся основ здорового образа жизни, развитие творческой самостоятельности посредством освоения двигательной деятельности и совершенствования двигательных качеств.

Рабочая программа по физической культуре для 10-11 класса составлена на основе : Лях В. И., Зданевич А. А. Комплексная программа физического воспитания учащихся. Программы общеобразовательных учреждений. 1-11 классы. Для учителей общеобразовательных учреждений.

Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. Физическая культура. 10-11 кл.: учебник для общеобразовательных учреждений / под общ. ред. В.И. Ляха. М.: Просвещение, 2011.

### **3.Реализация данной цели связана с решением следующих образовательных задач:**

1. На содействие гармоническому развитию личности, выработку умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления здоровья, противостояния стрессам;
2. На расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях;
3. На дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
4. На формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировки, значение занятий физической культуры для будущей трудовой деятельности;
5. На углубленное представление об основных видах спорта;
6. На закрепление потребности к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятием любимым видом спорта в свободное время;
7. На формирование адекватной оценки собственных физических возможностей, содействию развития психических процессов и обучению психической саморегуляции.

### **4.Структура учебного предмета.**

Спортивные игры. Легкая атлетика. Гимнастика с элементами акробатики

.Лыжная подготовка. Кроссовая подготовка.

Общая трудоемкость учебного предмета.

Количество часов в год 102 часа, , количество часов в неделю – 3.

### **5.Формы контроля.**

Промежуточная аттестация проводится согласно Положения о формах, периодичности и порядке проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.