

Аннотация к рабочей программе по «Физической культуре. 10-11 классы»

Нормативная основа разработки программы

Рабочая программа составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования МБОУ Средняя общеобразовательная школа №20 с учетом программ, включенных в ее структуру, в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, программы основного общего образования по физической культуре и с авторской программой «Комплексная программа физического воспитания учащихся 10-11 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2017).

Целью предмета «Физическая культура»

Общей целью образования в области физической культуры является формирование у учащихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В соответствии с этим, программа основного общего образования своим предметным содержанием ориентируется на достижение следующих практических целей:

1. Развитие основных физических качеств и способностей, укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма;
2. Формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью; приобретение навыков в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;
3. Освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни. Учебный предмет «Физическая культура» строится так, чтобы были решены **следующие задачи** у учащихся 10-11 классов:

1. Содействие гармоническому физическому развитию, выработка умений использовать физические упражнения, гигиенические факторы и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья, противостояние стрессам;

2.Расширение двигательного опыта посредством овладение двигательными действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях;

3.Дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;

4.Формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировке, значении занятий физической культуры для будущей трудовой деятельности, подготовка к службе армии;

5.Закрепление потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и избранным видам спорта;

6.Формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, уверенности, выдержки, самообладание;

7.Развитию психических процессов и обучение основам психической регуляции.

Для реализации рабочей программы в учебном плане МБОУ Средняя общеобразовательная школа №20 выделено 140 часов:

- в 10 классе – 70 часов в год (2 часа в неделю)

- в 11 классе – 70 часов в год (2 часа в неделю)

- **Учебники:**

1. Лях В. И. Физическая культура. 10-11 кл.: учеб. Для общеобразовательных учреждений 2017 г.

2. И. Лях, А. А. Зданевич; под общ. Ред. В. И. Ляха – М. : 2020г.

3. Волейбол. Правила соревнований. - М., 2018г.

4. Погадаев Г.И.Физическая культура. 10-11 классы 2018г.

Формы контроля:

Для отслеживания динамики результативности обучающихся применяются различные формы контроля: промежуточная и итоговая сдача нормативов; самостоятельные работы; фронтальный и индивидуальный опрос; отчеты по практическим работам; творческие задания (комплексы упражнений, ору).