

Аннотация к рабочей программе по физической культуре 10-11 класс ФГОС СОО

Настоящая программа разработана в соответствии с примерной общеобразовательной программой среднего общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 28.06.2016 №2/16-з), на основе авторской программы В.И. Ляха «Физическая культура», Рабочие программы, Предметная линия учебников В.И.Ляха. 10 - 11 классы, М.: Просвещение, 2014 г.

Учебник В.И. Лях «Физическая культура» 10-11 классы. М., «Просвещение», 2014 г.

Цели и задачи.

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 задач:

- развитие основных физических качеств и способностей, укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью; приобретение навыков в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.

Описание места учебного предмета, в учебном плане.

«Физическая культура» изучается с 10 по 11 класс из расчёта 10-11 классах 3 часа в неделю: 10 класс - 102 часов, 11 класс - 102 часов в каждой параллели, всего программой предусмотрено 204 часов.

Срок реализации программы – 2 года.

Распределение учебного времени на различные виды программного материала для учащихся 10 классов

| №. п/п | Разделы, темы | Ко-во часов | |
|----------|---|-------------|-----------|
| | | юн | дев |
| 1 | Базовая часть | | |
| 1.1 | Знание о физической культуре. Общетеоретические и исторические сведения о физической культуре и спорте. | 8 | 8 |
| 1.2 | Физическое совершенствование | 80 | 80 |
| | Способы двигательной (физкультурно-оздоровительной, спортивно-оздоровительной и прикладной) деятельности. Базовые виды спорта школьной программы. Подготовка к соревновательной деятельности и выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО)» (введен Приказом Минобрнауки РФ от 23.06.2015 N 609): | | |
| | - спортивные игры | 28 | 28 |

| | | | |
|----------|--|------------|------------|
| | - гимнастика с элементами акробатики | 12 | 12 |
| | - легкая атлетика | 18 | 18 |
| | - лыжная подготовка | 14 | 14 |
| | - кроссовая подготовка | 6 | 6 |
| | - плавание | - | - |
| | -элементы единоборств | - | - |
| | Итого разделы 1.1. – 1.2. | 88 | 88 |
| 2 | Вариативная часть | 14 | 14 |
| 2.1. | Материал, связанный с региональными и национальными особенностями. | - | - |
| 2.2 | По выбору учителя, учащихся, определяемый самой школой, по углублённому изучению одного из видов спорта (баскетбол). | 14 | 14 |
| | Всего | 102 | 102 |

Распределение учебного времени на различные виды программного материала для учащихся 11 классов

| №. п/п | Разделы, темы | Кол-во часов | |
|----------|---|--------------|------------|
| | | юн | дев |
| 1 | Базовая часть | | |
| 1.1 | Знание о физической культуре. Общетеоретические и исторические сведения о физической культуре и спорте. | 8 | 8 |
| 1.2 | Физическое совершенствование | 80 | 80 |
| | Способы двигательной (физкультурно-оздоровительной, спортивно-оздоровительной и прикладной) деятельности. Базовые виды спорта школьной программы. Подготовка к соревновательной деятельности и выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО)» (введен Приказом Минобрнауки РФ от 23.06.2015 N 609): | | |
| | - спортивные игры | 26 | 26 |
| | - гимнастика с элементами акробатики | 12 | 12 |
| | - легкая атлетика | 20 | 20 |
| | - лыжная подготовка | 12 | 12 |
| | - кроссовая подготовка | 8 | 8 |
| | - плавание | - | - |
| | -элементы единоборств | - | - |
| | Итого разделы 1.1. – 1.2. | 88 | 88 |
| 2 | Вариативная часть | 14 | 14 |
| 2.1. | Материал, связанный с региональными и национальными особенностями. | - | - |
| 2.2 | По выбору учителя, учащихся, определяемый самой школой, по углублённому изучению одного из видов спорта (баскетбол). | 14 | 14 |
| | Всего | 102 | 102 |

Уровень развития скоростных, силовых способностей, выносливости, гибкости и координационных способностей определяется посредством тестовых упражнений. Для определения уровня знаний базовых видов спорта школьной программы учащиеся готовят рефераты на одну из тем, предложенных в учебнике, а в конце 10 и 11 классов – итоговые работы.