

Аннотация к рабочей программе по физкультуре 10-11 классы

Рабочая программа по предмету «Физическая культура» составлена для 10-11 классов на основе Федерального государственного стандарта среднего общего образования по физической культуре. Для реализации рабочей программы используется учебно-методический комплект, включающий: В.И. Лях, «Физическая культура», 10 – 11 классы, «Просвещение», г. Москва.

Описание места учебного предмета, курса в учебном плане.

На основании учебного плана МБОУ «Тиксинская СОШ №1» на 2021-2022 учебный год в 10- 11 классах Физическая культура представлено в объеме 207 часов. В 10 классе 35 учебных недели, 3 часа в неделю. В 11 классе 34 учебных недель, 3 часа в неделю.

Класс	Количество часов в неделю	Общее количество часов
10	3	105
11	3	102

Цели:

- 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.
- 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.

Задачи:

- содействие гармоническому физическому развитию, выработка умений использовать физические упражнения, гигиенические факторы и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья, противостояние стрессам;
- расширение двигательного опыта посредством овладение двигательными действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях;
- дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
- формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировке, значении занятий физической культуры для будущей трудовой деятельности, подготовка к службе армии;
- закрепление потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и избранным видам спорта;
- формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, уверенности, выдержки, самообладание;
- развитию психических процессов и обучение основам психической регуляции.

Содержание учебного предмета

Раздел	10 класс	11 класс
	час	час
Легкая атлетика	35	32
Гимнастика	19	19
Спортивные игры (баскетбол)	21	21
Спортивные игры (волейбол)	20	20
Лыжная подготовка	10	10
Всего	105	102

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