

## Аннотация к рабочей программе по физической культуре для 10-11 классов

### Степень обучения: среднее общее образование

Составила: учитель физической культуры, высшей квалификационной категории  
Борщёва Ирина Николаевна

Рабочая программа составлена:

- **Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 в последней действующей в 2019 году редакции от 26 июля 2019 года**
- **Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 г. N 413 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования" с изменениями и дополнениями от: 29 декабря 2014 г., 31 декабря 2015 г., 29 июня 2017 г.**
- на основе примерной программы общего образования по физической культуре доктора педагогических наук В.И.Лях «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов» М.: Просвещение, 2019 г. Рекомендовано МО РФ.
- Основной образовательной программы образовательного учреждения (МАОУ СОШ №15, г. Балашов).
- СанПин №2.4.2.2.821-10.
- Федерального перечня учебников, рекомендованных Министерством Образования РФ

### *Цели и задачи изучения предмета*

**Целью** рабочей программы является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

**Задачи** физического воспитания учащихся 10-11 классов направлены:

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

Программа по «Физической культуре» направлена на реализацию следующих принципов:

- *принцип модификации*, основанный на выборе средств, методов и форм организации занятий, учитывающих возрастно - половые и индивидуальные особенности детей.

-принцип сознательности и активности, основанный на формировании у детей осмысленного отношения к выполнению поставленных задач.

-принцип доступности, основанный на индивидуальном подходе к ученикам, который создает благоприятные условия для развития личностных способностей.

- принцип последовательности обеспечивает перевод двигательного умения в двигательный навык.

### ***Реализуемый УМК***

Учебник под редакцией В.И.Лях «Физическая культура 10-11 класс» (М.: Просвещение, 2014)

### ***Место учебного предмета***

В соответствии с федеральным базисным учебным планом предмет «Физическая культура» изучается в 10 классе по 3 часа в неделю, исходя из продолжительности учебного года 34 учебные недели. Общий объём учебного времени составляет 102 часов. В 11 классе по 3 часа в неделю, исходя из продолжительности учебного года 33 учебные недели. Общий объём учебного времени составляет 99 часа.

При разработке рабочей программы учитывались приёмы нормативов ГТО (сдача нормативов комплекса ГТО осуществляется в течение учебного года, в рамках проведения уроков по физической культуре), «Президентских состязаний», а так же участие школы в районной Спартакиаде по традиционным видам спорта (баскетбол, волейбол, футбол, лёгкая атлетика, гимнастика). По разделу ГИМНАСТИКА упражнения на брусках и перекладине, в связи с отсутствием снарядов заменены элементами ритмической и художественной гимнастики у девушек и атлетической у юношей.

### ***Ведущие формы и методы, технологии обучения***

Данная программа реализуется при сочетании разнообразных форм и методов обучения:

В процессе изучения дисциплины используются как традиционные, так и инновационные технологии проектного, игрового, ситуативно-ролевого, объяснительно-иллюстративного обучения, здоровье-сберегающие технологии и другие.

### ***Формы, способы и средства проверки и оценки результатов обучения:***

- самостоятельная работа, контрольные нормативы; тестирование; фронтальный опрос, устные задания в учебнике.
- задания в учебнике, направленные на самооценку и самоконтроль знаний материала модуля.