

Аннотация к рабочей программе по физической культуре 10 - 11 классы

Рабочая программа по предмету «Физическая культура» для 10-11 классов разработана на основе:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями, внесёнными Федеральными законами от 14.06.2014 №145-ФЗ, от 06.04.2015 №68-ФЗ, от 02.05.2015 №122-ФЗ);
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 05.03.2004 № 1089 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего и среднего (полного) образования»;
- Учебного плана, утверждённого приказом директора;
- Рабочая программа по физической культуре разработана основе Примерной программы и авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 - 11 классов» В.И. Ляха, А.А. Зданевича.

Для прохождения программы в учебном процессе используется учебник: Лях В.И. Физическая культура: 10-11 класс.: учебник для общеобразовательных учреждений / под общей редакцией В.И. Ляха. М.: Просвещение, 2014.

Общей целью образования в области физической культуры является формирование личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры.

Специфической целью школьного физического воспитания является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизация трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Учебный предмет «Физическая культура» вводится как обязательный предмет и на его преподавание отводится 68 часа.

Основные разделы:

1. Основы знаний о физической культуре
2. Спортивные игры
3. Гимнастика с элементами акробатики
4. Легкая атлетика
5. Лыжная подготовка

Текущий контроль обусловлен подготовкой к соревновательной деятельности, выполнению контрольных упражнений и контрольных тестов, предусмотренных программой и выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом "Готов к труду и обороне" (ГТО); совершенствование техники упражнений в индивидуально подобранных акробатических и гимнастических комбинациях (на спортивных снарядах); в беге на короткие, средние и длинные дистанции; прыжках в длину и высоту с разбега; передвижениях на лыжах; совершенствование технических приемов и командно-тактических действий в спортивных играх (баскетболе, волейболе, футболе, мини-футболе); технической и тактической подготовки в национальных видах спорта. Прикладная физическая подготовка. Приемы защиты и самообороны из атлетических единоборств. Страховка. Полосы препятствий. Кросс по пересеченной местности с элементами спортивного ориентирования; передвижение различными способами с грузом на плечах по возвышающейся над землей опоре; плавание на груди, спине, боку с грузом в руке.