

Аннотация к рабочей программе по Физической культуре для 10 – 11 классов.

1. НОРМАТИВНЫЕ ДОКУМЕНТЫ:

Программы разработаны на основе федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, на основе Примерной программы и авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича (М.: Просвещение, 2014)

2.УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС (УМК):

В. И. Лях, А. А. Зданевич. Физическая культура. Методическое пособие. 10—11 классы. Базовый уровень/на сайте издательства «Просвещение»

3. УЧЕБНЫЙ ПЛАН (количество часов):

- 10 класс — 2 часа в неделю, 68 часов в год
- 11 класс — 3 часа в неделю, 102 часов в год

4. Цели:

. Общей целью общего образования по физической культуре является формирование разносторонней, физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В программе по физической культуре для 10–11 классов данная цель конкретизируется и связывается с формированием потребности учащихся в здоровом образе жизни, дальнейшем накоплении практического опыта по использованию современных систем физической культуры в соответствии с личными интересами и индивидуальными показателями здоровья, особенностями предстоящей учебной и трудовой деятельности. Данная цель реализуется в программе по физической культуре по трём основным направлениям.

5.Задачи:

- 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.

5. СТРУКТУРА ПРОГРАММ:

Программы содержат следующие разделы: планируемые результаты, содержание, тематическое планирование

6. ФОРМЫ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Предусмотрены разнообразные виды (Входной, текущий, промежуточный, итоговый). Количество оценочных процедур составляет не более 10% от общего количества часов.

Формы контроля:

- прием контрольных нормативов;
- контрольные работы;
- устный опрос;