

Аннотация
к рабочей программе по физической культуре
10 класс

Рабочий план разработан на основе авторской программы «Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Лях. 10-11 классы: пособие для учителей общеобразоват. организаций / В. И. Лях. – М.: Просвещение, 2015. – 80с.»

Программа разработана в соответствии с требованиями к результатам освоения основной общеобразовательной программы среднего общего образования Федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования и направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре. Учебно-тематический план по физической культуре в 10-11 классах состоит из разделов: 1.1 Основы знаний о физической культуре, 1.2 спортивные игры (волейбол), 1.3 спортивные игры (баскетбол), 1.4 гимнастика, 1.5 Кроссовая подготовка, 1.6 легкая атлетика.

Курс включен в учебный план, как предмет инвариантной части.

Образовательная область «Физическая культура».

Количество часов в 10 классах по 102 часа в год.

Целью физического воспитания 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.

Образовательный процесс учебного предмета «Физическая культура» в старшей школе направлен на решение следующих **задач**:

- содействие гармоничному физическому развитию, выработка умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья, противостояния стрессам;
- расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями базовых видов спорта, упражнений современных оздоровительных систем физической культуры и прикладной физической подготовки, а также формирование умений применять эти упражнения в различных по сложности условиях;
- дальнейшее развитие кондиционных (силовых, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) и координационных действий, их согласования, способностей к произвольному расслаблению мышц, вестибулярной устойчивости и др.);

Освоить следующие умения, навыки и способности:

-в метаниях на дальность и на меткость: метать различные по массе и форме снаряды;

-в гимнастических упражнениях: выполнять комбинации из отдельных элементов, выполнять комплекс вольных упражнений;

-в спортивных играх: демонстрировать и применять в игре или в процессе специально созданного комплексного упражнения основные технико-тактические действия.

-физическая подготовленность должна соответствовать уровню (не ниже среднего) показателей развития физических способностей с учётом региональных условий и индивидуальных возможностей учащихся.

Учебно-методический комплекс:

Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Лях. 10-11 классы: пособие для учителей общеобразоват. организаций / В. И. Лях. – М.: Просвещение, 2015. – 80с.

Физическая культура. 10-11 классы: учеб. Для общеобразоват. учреждений / В. И. Лях, А. А. Зданевич; под общ. ред. В. И. Ляха. – 5-е изд. – М.: Просвещение, 2011. 237 с. : ил.

Программный материал усложняется по разделам каждый год за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных.
Основные образовательные технологии: информационно-коммуникативные, здоровьесберегающие, интегрированного обучения.

Аннотация к рабочей программе по физической культуре 11 класс

Рабочий план разработан на основе авторской программы «Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Лях. 10-11 классы: пособие для учителей общеобразоват. организаций / В. И. Лях. – М.: Просвещение, 2015. – 80с»

Программа разработана в соответствии с требованиями к результатам освоения основной общеобразовательной программы среднего общего образования Федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования и направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре. Учебно-тематический план по физической культуре в 10-11 классах состоит из разделов: 1.1 Основы знаний о физической культуре, 1.2 спортивные игры (волейбол), 1.3 спортивные игры (баскетбол), 1.4 гимнастика, 1.5 Кроссовая подготовка, 1.6 легкая атлетика.

Курс включен в учебный план, как предмет инвариантной части.

Образовательная область «Физическая культура».

Количество часов в 11 классах по 102 часа в год.

Целью физического воспитания 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.

Образовательный процесс учебного предмета «Физическая культура» в старшей школе направлен на решение следующих **задач**:

- содействие гармоничному физическому развитию, выработка умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья, противостояние стрессам;
- расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями базовых видов спорта, упражнений современных оздоровительных систем физической культуры и прикладной физической подготовки, а также формирование умений применять эти упражнения в различных по сложности условиях;
- дальнейшее развитие кондиционных (силовых, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) и координационных действий, их согласования, способностей к произвольному расслаблению мышц, вестибулярной устойчивости и др.);

Освоить следующие умения, навыки и способности:

-в метаниях на дальность и на меткость: метать различные по массе и форме снаряды;

-в гимнастических упражнениях: выполнять комбинации из отдельных элементов, выполнять комплекс вольных упражнений;

-в спортивных играх: демонстрировать и применять в игре или в процессе специально созданного комплексного упражнения основные технико-тактические действия.

-физическая подготовленность должна соответствовать уровню (не ниже среднего) показателей развития физических способностей с учётом региональных условий и индивидуальных возможностей учащихся.

Учебно-методический комплекс:

Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Лях. 10-11 классы: пособие для учителей общеобразоват. организаций / В. И. Лях. – М.: Просвещение, 2015. – 80с.

Физическая культура. 10-11 классы: учеб. Для общеобразоват. учреждений / В. И. Лях, А. А. Зданевич; под общ. ред. В. И. Ляха. – 5-е изд. – М.: Просвещение, 2011. 237 с. : ил.

Программный материал усложняется по разделам каждый год за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных.

Основные образовательные технологии: информационно-коммуникативные, здоровьесберегающие, интегрированного обучения.