

Аннотация к рабочей программе по физкультуре  
10-11 класс

Рабочая программа разработана на основе: Закона об образовании от 29.12.12г. №232 РФ, Федерального государственного образовательного стандарта 2014г., Приказа МинОбрРФ от 05.03.2004г. № 1089 об утверждении, СанПин от 29.12.2010г., Учебного плана МОУ Криушинская СШ, в соответствии с комплексной программой, «Физического воспитания» 1-11 классы, автор В.И.Лях, А.А. Зданевич - 8-е изд. - Москва, «Просвещение», 2011г.

Изучение физической культуры на базовом уровне среднего (полного) общего образования направлено на **достижение следующих целей:**

- Развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья.
- Воспитание бережного отношения к собственному здоровью, потребности в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью.
- Освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций.

**Задачи физического воспитания учащихся 10–11 классов:**

- Содействие гармоничному физическому развитию, выработка умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья, противостояния стрессам.
- Формирование общественных и личностных представлений о престижности высокого уровня здоровья и разносторонней физиологической подготовленности.
- Расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях.
- Формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировке, значении занятий физической культурой для будущей трудовой деятельности, выполнении функции отцовства и материнства, подготовке к службе в армии.
- Закрепление потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и избранным видом спорта.
- Формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, развитие целеустремлённости, уверенности, выдержки, самообладания.
- Дальнейшее развитие психических процессов и обучение основам психической регуляции.

В соответствии с годовым учебным графиком продолжительность учебного года в 10-11 классах 34 учебных недели. Итоговое количество часов в год на изучение предмета составляет 102 часа.

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов (уроков)	
		Класс	
		10	11
1	Основы знаний о физической культуре	<i>6/9 В процессе урока</i>	
2	Спортивные игры	27	27
3	Гимнастика с элементами акробатики	21	21
4	Легкоатлетические упражнения	30	30
5	Лыжная подготовка	24	24
	<b>За год часов</b>	102	102

Составитель: учитель физической культуры Герасимова О.В.