Аннотация к рабочей программе по физической культуре в 10-11 классах 2020-2021уч.год

Рабочая программа по физической культуре для 10-11 классов составлена на основе Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов общеобразовательных учреждений. Авторы: доктор педагогических наук В.И. Лях, кандидат педагогических наук А.А. Зданевич, разработанной на основе государственного стандарта основного общего образования и минимальными требованиями к уровню подготовки учащихся основной школы по физической культуре. Допущено Министерством образования и науки Российской Федерации, 2-е издание, Москва: «Просвещение» 2005 год.

В рабочей программе используются Базисный учебный план, утвержденный приказом Минобразования РФ № 1312 от 09.03.2004.

Программа рассчитана на 204 часа: 10 класс-102 часов, 11 класс-102 часов.

**ЗАДАЧИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ  
10-11 КЛАССОВ НАПРАВЛЕНЫ НА:**

* *Содействие гармоничному физическому развитию, выработку 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 физической подготовленности,*
* *Расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях,*
* *Дальнейшее развитие кондиционных и координационных способностей;*
* *Формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировки, значении занятий физической культурой для будущей, трудовой деятельности, подготовку к службе в армии;*
* *Закрепление потребностей к регулярным занятиям физическими упражнениями и избранным видом спорта;*
* *Формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, развитие целеустремлённости, выдержки, самообладания;*
* *Дальнейшее развитие психических процессов и обучение основам психической регуляции*.

Учебно-методический комплект:

1. Под редакцией В.И. Ляха, А.А. Зданевича. Учебник по физической культуре дляучащихся10-11 классов общеобразовательных учреждений. 3-е издание, Москва: «Просвещение» 2008 год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Класс** | **Раздел** | **Количество часов** | **Уроки контролирующего характера** |
| **10 класс** | Спортивные игры  Гимнастика  Легкая атлетика  Лыжная подготовка  Элементы единоборств | **31**  **18**  **27**  **23**  **3** | **6**  **5**  **6**  **15** |
| 11 класс | Спортивные игры  Гимнастика  Легкая атлетика  Лыжная подготовка  Элементы единоборств  Плавание | **31**  **18**  **27**  **20**  **3**  **3** | **4**  **6**  **13**  **9** |