

АННОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ДЛЯ 10-11 классов

✓ Рабочая программа по физической культуре для 10-11-х классов разработана на основе следующих документов:

✓ Федеральный государственный образовательный стандарт основного среднего образования;

✓ Закона Российской Федерации «Об образовании»;

✓ Федерального закона «О физической культуре и спорте»;

✓ Учебник Физическая культура 10-11 кл. Лях В.И. Москва «Просвещение».

✓ **Цели:** содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Задачи:

- содействие всестороннему развитию личности на основе овладения каждым учащимся личной физической культурой.
- 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 физиологической 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 тренировке, значении занятий физической культурой для будущей трудовой деятельности, выполнении функций отцовства и материнства, подготовку 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.

Место предмета учебном плане

Программный материал по физической культуре для учащихся 10-11-х классов рассчитан на 102 часа, 3 часа в неделю, 34 учебные недели. Осваивается на уроках физической культуры по всем разделам программы: легкая атлетика, гимнастика, спортивные игры и лыжная подготовка.

Распределение учебного времени прохождения программного материала 10-11 классов

№	Разделы и темы	Количество часов (уроков)	
		Класс	
		11	10
Базовая часть		79	79
1	Основы знаний о физической культуре	*	*
2	Физическое совершенствование:		
	-гимнастика с элементами акробатики	10	10
	-легкая атлетика	18	21
	-спортивные игры	35	33
	-лыжная подготовка	15	15
Вариативная часть		23	23
- спортивных игр		21	23
Итого:		102	102

*основы знаний о физической культуре в процессе урока

Система оценивания учащихся

В целях контроля результативности урока физической культуры, проверки уровня общей физической подготовленности обучающихся два раза в год проводится мониторинг физического развития учеников: бег 30м, прыжок в длину с места, наклон на гибкость, бег 1 км, подтягивание на высокой перекладине (мальчики) и вис (девочки)

Успеваемость. Знания, умения, навыки, уровень развития физических качеств оцениваются по пятибалльной системе. Может оцениваться как абсолютный результат, так и степень прироста того или иного физического качества у конкретного учащегося.

Предварительный учет осуществляется для выявления и уточнения условий проведения занятий, состояния здоровья, физического развития, физической подготовленности, характера производственной деятельности учащихся.

Текущий учет – это учет показателей учебной работы: посещаемости, успеваемости, выполнения программы, а также учет данных врачебного контроля и выполнения учебных нормативов.

Итоговая оценка – за полугодие, за год выставляется за сдачу конкретных нормативов. Преподаватель имеет право, как повышать, так и понижать учебный норматив, в зависимости от индивидуальных возможностей конкретного учащегося, а также учитывать его отношение к учебе, соблюдение норм здорового образа жизни.

Содержание данной рабочей программы предназначено для учащихся основной, подготовительных медицинских групп. Учащиеся, освобожденные от уроков физической культурой, присутствуют на уроках в спортивной форме и выполняют отдельные поручение учителя.