Аннотация к рабочей программе

|  |  |
| --- | --- |
| Названиеучебногопредмета (курса) | Физическая культура |
| Класс(ы) | 10-11 |
| Количествочасов | 204 часа: 10кл.-102ч; 11кл.-102ч. |
| ИспользуемыйУМК | Примерные Рабочие Программы «Физическая культура» 10-11 классы, автор В.И. Лях, Москва, «Просвещение», 2019 год. |
| Образовательный стандарт |  ФГОС ООО |
| Краткаяхарактеристикаучебногопредмета(курса) | Целью школьного физического воспитания являетсяформирование разносторонне физически развитойличности, способной активно использовать ценностифизической культуры для укрепления и длительногосохранения собственного здоровья, оптимизации трудовойдеятельности и организации активного отдыха.Реализация цели учебной программы соотносится срешением следующих образовательных задач:- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактикаплоскостопия, содействие гармоничному физическому,нравственному и социальному развитию, успешномуобучению; - формирование первоначальных умений саморегуляциисредствами физической культуры;- овладение школой движений;- развитие координационных (точности воспроизведенияи дифференцирования пространственных, временных исиловых параметров движений, равновесия, ритма,быстроты и точности реагирования на сигналы,согласования движений, ориентирования в пространстве)и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых,выносливости и гибкости) способностей;- выработка представлений об основных видах спорта,снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техникибезопасности во время занятий; - формирование установки на сохранение и укреплениездоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;- приобщение к самостоятельным занятиям физическимиупражнениями, подвижными играми, использование их всвободное время на основе формирования интересов копределённым видам двигательной активности ивыявления предрасположенности к тем или иным видамспорта; - воспитание дисциплинированности, доброжелательногоотношения к товарищам, честности, отзывчивости,смелости во время выполнения физических упражнений,содействие развитию психических процессов(представления, памяти, мышления) в ходе двигательнойдеятельности. |
| Структураучебногопредмета (курса) | В рабочей программе курс каждого класса представленразделами:* Знания о физической культуре.
* Способы физкультурной деятельности.
* Физическое совершенствование:

Физкультурно-оздоровительная деятельность:комплексы физических упражнений для утреннейзарядки, физкультминуток, занятий по профилактике икоррекции нарушений осанки; комплексы упражнений наразвитие физических качеств; комплексы дыхательныхупражнений; гимнастика для глаз.Спортивно-оздоровительная деятельность: гимнастикас основами акробатики; лёгкая атлетика; кроссоваяподготовка; подвижные и спортивные игры. |
| Формы текущего ипромежуточногоконтроля. | Контрольный урок. Подготовка к сдаче нормативов ГТО |