Аннотация к рабочей программе

|  |  |
| --- | --- |
| Название  учебного  предмета (курса) | Физическая культура |
| Класс(ы) | 10-11 |
| Количество  часов | 204 часа: 10кл.-102ч; 11кл.-102ч. |
| Используемый  УМК | Примерные Рабочие Программы «Физическая культура» 10-11 классы, автор В.И. Лях, Москва, «Просвещение», 2019 год. |
| Образовательный стандарт | ФГОС ООО |
| Краткая  характеристика  учебного  предмета  (курса) | Целью школьного 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.  Реализация цели учебной программы соотносится с  решением следующих образовательных задач:  - укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика  плоскостопия, содействие гармоничному физическому,  нравственному и социальному развитию, успешному  обучению;  - формирование первоначальных умений саморегуляции  средствами физической культуры;  - овладение школой движений;  - развитие координационных (точности воспроизведения  и дифференцирования пространственных, временных и  силовых 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 техники  безопасности во время занятий;  - формирование установки на сохранение и укрепление  здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;  - приобщение к самостоятельным занятиям физическими  упражнениями, подвижными играми, использование их в  свободное время на основе формирования интересов к  определённым видам двигательной активности и  выявления предрасположенности к тем или иным видам  спорта;  - воспитание дисциплинированности, доброжелательного  отношения к товарищам, честности, отзывчивости,  смелости во время выполнения физических упражнений,  содействие развитию психических процессов  (представления, памяти, мышления) в ходе двигательной  деятельности. |
| Структура  учебного  предмета (курса) | В рабочей программе курс каждого класса представлен  разделами:   * Знания о физической культуре. * Способы физкультурной деятельности. * Физическое совершенствование:   Физкультурно-оздоровительная деятельность:  комплексы физических упражнений для утренней  зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и  коррекции нарушений осанки; комплексы упражнений на  развитие физических качеств; комплексы дыхательных  упражнений; гимнастика для глаз.  Спортивно-оздоровительная деятельность: гимнастика  с основами акробатики; лёгкая атлетика; кроссовая  подготовка; подвижные и спортивные игры. |
| Формы текущего и  промежуточного  контроля. | Контрольный урок. Подготовка к сдаче нормативов ГТО |