

Аннотация к рабочей программе по физической культуре 10-11кл.

Рабочая программа по физической культуре составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012 г. №413; примерной программы основного общего образования; авторской программы по физической культуре 10-11 классы, В.И. Лях, издательство М.: «Просвещение», 2016г.

Цели и задачи учебной дисциплины:

1. Формирование у обучающихся устойчивых мотивов и потребностей бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.
2. Развитие двигательной активности и достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств.
3. Формирование системы знаний о физическом совершенствовании человека.
4. Формирование потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом.
5. Приобретение опыта организации самостоятельных занятий физической культурой с учётом индивидуальных способностей и особенностей.

Курс «Физическая культура » изучается с 10 по 11 класс из расчёта 3 ч в неделю: в 10 классе -102 часа, в 11 классе 102 часа. Рабочая программа рассчитана на 204 часа, на 2 года (по 3 ч в неделю).

Рабочая программа включает следующие разделы:

1. Основы знаний о физической культуре
2. Лёгкая атлетика
3. Кроссовая подготовка
4. Гимнастика с элементами акробатики
5. Спортивные игры (баскетбол, волейбол)