

Аннотация к рабочей программе по физической культуре 10-11 класс

Рабочая программа по предмету «Физическая культура» для 10-11 класса разработана в соответствии с требованиями государственного образовательного стандарта основного общего образования и на основе примерной программы основного общего образования и программы физического воспитания учащихся 10-11 класса В.И. Ляха (М: Просвещение, 2014) в объеме 102 часа (3 часа в неделю).

Для реализации рабочей программы используется следующий учебно-методический комплекс:

Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. Авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич. М: Просвещение, 2013.

на основе авторской программы В.И. Ляха «Физическая культура», Рабочие программы, Предметная линия учебников В.И.Ляха. 10 - 11 классы, М.: Просвещение, 2014г.

Внеурочная деятельность. Футбол. Авторы Г.А. Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В.Маслов. М.: Просвещение, 2011.

Внеурочная деятельность. Легкая атлетика. Авторы Г.А. Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В.Маслов. М.: Просвещение, 2011.

Цели и задачи

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.

В 10-11 классе эта цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Образовательный процесс в области физической культуры в 10-11 классах строится так, чтобы были решены следующие задачи:

укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;

формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приёмами базовых видов спорта;

освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;

обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;

воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Общая характеристика учебного процесса Основные формы организации образовательного процесса в 10-11 классе по предмету «Физическая культура»:

уроки физической культуры; физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня; спортивные соревнования и праздники; занятия в спортивных секциях и кружках; самостоятельные занятия физическими упражнениями.

Уроки физической культуры – основная форма организации учебной деятельности учащихся в процессе освоения ими содержания предмета.

Формы контроля Проверка учебных нормативов проводится в течение всего учебного года с целью контроля уровня физической подготовленности учащихся на разных этапах обучения. Тестовые нормативы: проводятся в начале и в конце учебного года в рамках урока с целью выявления динамики физического развития учащихся и с целью более правильного распределения нагрузки на уроках.