

## Аннотация к учебной программе по физической культуре в 10-11 классах.

Данная программа разработана в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования по физической культуре (приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413), комплексной программы физического воспитания учащихся 10 - 11 классов, В.И. Лях, 2014 г.

При создании программы учитывалось, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка.

Программа переработана и адаптирована, ориентируясь на индивидуальные особенности учащихся, и направлена на реализацию приоритетной задачи образования - формирование всестороннего гармоничного развития личности при образовательной, оздоровительной и воспитательной направленности; на реализацию творческих способностей обучающихся, их физическое совершенствование; на развитие основных двигательных (физических) качеств — гибкости, ловкости, быстроты движений, мышечной силы и выносливости; на формирование у школьников научно обоснованного отношения к окружающему миру, а так же с учётом факторов, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья учащихся.

На курс «Физическая культура» в 10-11 классах отводится по 3 часа в неделю – 34 учебных недели (102 часа в год).

Содержание данной программы предназначено для обучающихся основной и подготовительной медицинских групп.

Программный материал включает разделы: спортивные игры: баскетбол, волейбол, легкая атлетика, гимнастика, лыжная подготовка. Каждый из разделов программы имеет свои задачи, которые решаются в результате учебной деятельности. Программный материал усложняется по разделам каждый год за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных. Теоретические основы знаний о физической культуре отрабатываются в ходе освоения конкретных технических навыков и умений, развития двигательных способностей.

На уроках физической культуры целесообразно опираться на межпредметные связи. При передаче знаний в подростковом возрасте актуальны методы активной учебно-познавательной деятельности.

Два раза в год во всех классах проводится диагностика физической подготовленности обучающихся для определения текущего уровня физической подготовленности.

В течение учебного года учащиеся выполняют нормативы комплекса ВФСК ГТО, согласно своей возрастной ступени.