

## **Аннотация к рабочим программам учебного предмета «Физическая культура» в 10-11 классах**

Рабочий план разработан на основе Примерной программы и авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В.И. Ляха, А.А. Зданевича. (М.: Просвещение, 2012).

В соответствии с ФБУПП на учебный предмет «Физическая культура» отводится 102 часа в год (3 часа в неделю)

В программе В.И. Ляха, А.А. Зданевича программный материал делится на две части - *базовую* и *вариативную*. В *базовую часть* входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент (*лыжная подготовка заменяется кроссовой*). В вариативную часть введена ранее забытая игра в гандбол, которая так же развивает множество физических качеств. На реализацию типа изучения нового материала выделено 12 часов, на проведения контрольных уроков 13 часов.

Промежуточная и итоговая аттестация по физической культуре учащихся осуществляется согласно Уставу школы.

Для прохождения программы в учебном процессе используются следующие **учебники**:

1. Гейхмана Ф.К., Трафимова А.В., Колесова С.И. «Физическая культура 1-11 класс». Составитель К.Р. Мамедов, г.Волгоград. Учитель. 2007
2. Программа физического воспитания, 1 – 11 классы. Авторы: В.И. Лях, А.А. Зданевич. – М: «Просвещение», 2011г. Примерная программа среднего (полного) общего образования по физической культуре. от 07.07.2005 г. №03-1263

**Задачи** физического воспитания учащихся 10-11 классов направлены:

- на содействие гармоническому развитию личности, выработку умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления здоровья, и противостояния стрессам;
- на расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях;
- на дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
- на формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировки, значении занятий физической культуры для будущей трудовой деятельности;
- на углубленное представление об основных видах спорта;
- на закрепление потребности к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятием любимым видом спорта в свободное время;
- на формирование адекватной оценки собственных физических возможностей, содействию развития психических процессов и обучению психической саморегуляции.