

## **Аннотация на рабочую программу по физической культуре для 10-11 классов**

**1. Рабочая программа по физической культуре для 10-11 классов** составлена на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования;
- Фундаментального ядра содержания общего образования;
- Требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования;
- Примерной программы основного общего образования по физической культуре как инвариантной (обязательной) части учебного курса;
- Программы развития и формирования универсальных учебных действий;
- Учебник В.И. Лях, А.А. Зданевич «физическая культура» для учащихся 10-11 классов общеобразовательных учреждений. Москва. Т. Просвещение . 2014 г
- программе для основной школы в учебном курсе физической культуры преобладают различные виды деятельности на уровне целей, требований к результатам обучения и основных видов деятельности ученика.

Курс рассчитан на общее число учебных часов за год обучения :

10 классы - 105 (3 часа в неделю);

11 классы - 102 (3 часа в неделю).

**2. Целями** физической культуры в основной школе являются: содействие гармоническому развитию личности, укрепление здоровья учащихся, закрепление навыков правильной осанки, обучение основам базовых видов двигательных действий, развитие координационных и кондиционных способностей, формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влияние физических упражнений на состояние здоровья, углубленное представление об основных видах спорта, формирование адекватной оценки собственных физических возможностей.

### **3. Содержание программы**

**Знания о физической культуре.** История физической культуры Базовые понятия физической культуры. Физическая культура человека

#### **Способы двигательной (физкультурной) деятельности.**

Организация и проведение занятий физической культурой.

Оценка эффективности занятий физической культурой

#### **Физическое совершенствование.**

Программный материал усложняется по разделам каждый год за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных.

**4. Основные образовательные технологии.** *Средством формирования* регулятивных УУД служат технология целостного метода с последующей дифференциацией (выделению деталей техники и разделению их по сложности) и затем интеграцией этих частей разными способами в зависимости от уровня технической подготовленности обучающихся, с целью более качественного выполнения упражнения.

**5. Формы контроля:** стартовый, текущий, промежуточный, итоговый (в форме практических заданий, сдач нормативов, демонстрации физических способностей)