

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**  
**«ВОЗДВИЖЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №36»**

**Аннотация к рабочей программе по физкультуре 10-11 класс, ФК ГОС**

Нормативные документы, в соответствии с которыми составлена рабочая программа	<p>Федеральный закон от 29.12.2012 г № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями, внесенными Федеральными законами от 04.06.2014 г. № 145-ФЗ, от 06.04.2015 г. № 68-ФЗ, ред. 17.03.2018 г.)</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 05.03.2004 г. № 1089 «Об утверждении Федерального компонента государственного образовательного стандарта начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования» (в ред. от 07.06.2017 г. № 506).</li><li>• Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 07.07.2005 г. № 03-126 «О примерных программах по учебным предметам федерального базисного учебного плана»</li><li>• Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 г. № 1015 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования».</li><li>• Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.03.2014 г. № 253 «Об утверждении Федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» (в ред. от 05.07.2017 г. № 629)</li><li>• Комплексная программа физического воспитания учащихся общеобразовательных учреждений по физической культуре. 1-11 классы. - М.: Просвещение, 2012 год)</li><li>• Авторской программой В.И. Лях «Физическая культура 10-11 классы». – М.: Просвещение, 2016 год.</li><li>• Основная образовательная программа основного общего образования МОУ «Воздвиженская СОШ №36».</li><li>• Учебный план МОУ «Воздвиженская СОШ №36».</li><li>• Положение о Рабочей программе.</li></ul>
УМК, которому соответствует рабочая	УМК «Школа России» 10-11 классы

программа	<p>10 класс Лях В.И. Физическая культура. 10-11класс. Учебник. М.: Просвещение.</p> <p>11 класс Лях В.И. Физическая культура. 10-11класс. Учебник. М.: Просвещение.</p>
Цель и задачи учебного предмета	<p>Цель курса:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 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.</li> </ul> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- содействие гармоничному физическому развитию , выработка умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья, противостояния стрессам;</li> <li>- формирование общественных и личностных представлений о престижности высокого уровня здоровья и разносторонней физической подготовленности;</li> <li>- расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями базовых видов спорта, упражнений современных оздоровительных систем физической культуры и прикладной физической подготовки, а также формирование умений применять эти упражнения в различных по сложности условиях;</li> <li>- дальнейшее развитие кондиционных (силовых, скоростно-силовых, выносливости, скорости и гибкости) и координационных способностей (быстроты перестроения двигательных действий, их согласования, способностей к произвольному расслаблению мышц, вестибулярной устойчивости и др.);</li> <li>- формирование знаний и умений оценивать состояние собственного здоровья, функциональных возможностей организма, проводить занятия в соответствии с данными самонаблюдения и самоконтроля;</li> <li>- формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировке, значении занятий физической культурой для будущей трудовой деятельности, выполнения функций отцовства и материнства, подготовке к службе в армии;</li> <li>- формировании адекватной оценки личности, нравственного</li> </ul>

	<p>самосознания, мировоззрения, коллективизма, развития целеустремленности, уверенности, выдержки, самообладания;</p> <p>- дальнейшее развитие психических процессов и обучение основам психической регуляции;</p> <p>- закрепление потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и избранным видом спорта (на основе овладения средствами и методами их организации, проведения и включения в режим дня, а также как формы активного отдыха и досуга).</p>
Количество часов на изучение предмета	<p>Предмет «Физическая культура» изучается в объеме 207 ч.</p> <p>10 класс — 3 часа в неделю, 105 часов в год.</p> <p>11класс — 3 часа в неделю, 102 часа в год.</p>
Основные разделы курса	<p><u>10-11 класс</u></p> <p>Знания о физической культуре (в процессе уроков)</p> <p>Способы физкультурной деятельности (в процессе уроков)</p> <p>Физическое совершенствование:</p> <p>1.Физкультурно-оздоровительная деятельность (в процессе уроков)</p> <p>2. Спортивно-оздоровительная деятельность:</p> <p>гимнастика с основами акробатики -18 ч.</p> <p>легкая атлетика – 36ч.</p> <p>лыжная подготовка – 14ч.</p> <p>спортивные игры (волейбол, баскетбол, футбол, гандбол) – 29ч.</p> <p>элементы единоборств- 8ч.</p> <p>общеразвивающие упражнения (в процессе уроков)</p>
Периодичность и формы текущего контроля и промежуточной аттестации	<p>Входящий контроль (тестирование)</p> <p>Итоговая промежуточная аттестация (тестирование)</p> <p>Мониторинг физической подготовленности в начале и конце учебного года (тестирование)</p>