

## **Аннотация к рабочей программе по физической культуре в 11 классе**

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» разработана на основе программы «Физическая культура» 1-11 классы: комплексная программа физического воспитания учащихся. / Авт.-сост. В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.:Просвещение, 2006) и в соответствии с федеральным компонентом государственного стандарта основного общего образования.

**Целью физического воспитания в школе является** содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности учащихся.

Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Прежде всего на уроках продолжается работа по выработке умений использовать средства физической культуры для укрепления состояния здоровья, противостояния стрессам, для отдыха и досуга. В числе оздоровительных задач важное место принадлежит формированию у учащихся общественных и личных представлений о престижности высокого уровня здоровья и разносторонней физической подготовленности, а также содействию их гармоничному развитию.

В процессе усвоения материала программы углубляются знания старшеклассников о закономерностях спортивной тренировки, двигательной активности, о значении занятий физической культурой для будущей трудовой деятельности, службы в армии, даются конкретные представления о самостоятельных занятиях с целью улучшения физического развития и двигательной подготовленности с учетом индивидуальных особенностей учащихся.

### **Место курса в учебном плане:**

Данная рабочая программа рассчитана на 136 учебных часов: по 68 учебных часов в 11 классе (по 4 часа в неделю).

### **Учебно-методическое обеспечение курса:**

В.И. Лях, А. А. Зданевич. Физическая культура. 10-11 классы, М.: Просвещение, 2012

### **Основные разделы программы:**

- Легкая атлетика;
- лыжная подготовка;
- гимнастика;
- спортивные игры;
- спортивные единоборства

**Формами текущего и итогового контроля освоения обучающимися содержания учебного курса:**

Вводный контроль производится в начале учебного года в виде сдачи основных нормативов (сравнение нормативов с прошлым учебным годом). Текущий контроль проходит в конце каждой учебной недели (учащиеся объясняют и показывают усвоенный материал). Итоговый контроль проходит в виде зачетов после каждого пройденного материала и в виде соревнований.

