

**Аннотация**  
**к рабочей программе учебного предмета**  
**«Физическая культура» 10-11класс**

Рабочие программы разработаны в соответствии с ФГОС. Учебники данной линии прошли экспертизу, включены в Федеральный перечень и обеспечивают освоение образовательной программы основного общего образования.

**УМК** Рабочие программы к линии УМК под редакцией А.П. Матвеева реализованы в учебниках физической культуры 10-11 классов (автор А.П. Матвеев)

**Актуальность:** Физическая культура как учебная дисциплина обеспечивает:

- понимание роли физической культуры в развитии человека;
- знание основ физической культуры и здорового образа жизни;
- овладение системой практических навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, развитие и совершенствование психофизических способностей и качеств, самоопределение в физической культуре.

**Целями и задачами курса «Физическая культура»** на ступени среднее общее образование на глобальном, метапредметном, личностном и предметном уровнях являются:

- укрепление здоровья обучающихся;
- развитие физических качеств;
- формирование культуры движения, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и оздоровительной направленностью;
- формирование знаний по физической культуре и спорту;
- обучение навыкам и умениям физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, воспитание качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности;
- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества.

**Количество часов на освоение курса по разделам:**

Курс «Физическая культура» изучается с 10-11 класс из расчета 2 ч в неделю (всего 68 часов) Программный материал делится на 2 части – базовую и вариативную. В базовую часть входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент - лыжная подготовка заменяется кроссовой. Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура». Вариативная часть включает в себя программный материал по баскетболу и футболу.

**Используемые технологии:** физкультурно-оздоровительные технологии, они направлены на физическое развитие учащихся. К ним относятся: закаливание, тренировка силы, выносливости, быстроты, гибкости и других качеств, отличающих здорового, тренированного человека от физически слабого. Использование стимулирующих технологий позволяет активизировать собственные си-

муниципальное автономное общеобразовательное учреждение муниципального образования  
город Краснодар Екатерининская гимназия № 36

лы организма, использовать его ресурсы для выхода из нежелательного состояния, защитно-профилактические технологии заключаются в выполнении санитарно-гигиенических норм и требований, компенсаторно-нейтрализующие технологии- это физкультминутки, физкультпаузы, которые в какой-то мере нейтрализуют неблагоприятное воздействие статичности уроков, информационно-обучающие технологии обеспечивают учащимся уровень грамотности, необходимый для эффективной заботы о здоровье, игровые технологии, групповые и традиционные.

**Формы контроля:** тестовые упражнения для определения уровня физической подготовленности обучающихся.

**Место предмета в учебном плане:** Согласно учебному плану на изучения курса отводится 136 часов, в 10 классе - 68 часов 2 часа в неделю, в 11 классе - 68 часов 2 часа в неделю Рабочая программа включает в себя:

- Пояснительную записку;
- Содержание учебного предмета, курса;
- Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.

Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса (личностные, метапредметные, предметные).

Срок реализации программы 1 год.

Директор

Давыдова Надежда  
Николаевна

