**Аннотации к рабочим программам**

|  |  |
| --- | --- |
| Название курса | Физическая культура |
| Класс | 10 |
| УМК | Учебник Лях В.И., Физическая культура 1-11 классы. – М.: Просвещение, 2018. |
| Цели и задачи курса | Общей целью общего образования по физической культуре является формирование разносторонней, физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.В программе по физической культуре для 10–11 классов данная цель конкретизируется и связывается с формированием потребности учащихся в здоровом образе жизни, дальнейшем накоплении практического опыта по использованию современных систем физической культуры в соответствии с личными интересами и индивидуальными показателями здоровья, особенностями предстоящей учебной и трудовой деятельности. |
| Место курса в учебном плане | В учебном плане МАОУ «Гимназия» на изучение предмета «Физическая культура» в 10 классе отводится 34 учебных недели по 3 ч. в неделю, 102 учебных часов на один год обучения. |
| Структура курса | Раздел 1. Знания о физической культуре.  1.1. Физическая культура как социальное явление.  1.2. Физическая культура как средство укрепления здоровья человека.  Раздел 2. Способы самостоятельной двигательной деятельности  2.1. Физкультурно-оздоровительные мероприятия в условиях активного  отдыха и досуга.  ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ  Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность.  1.1. Физкультурно-оздоровительная деятельность.  Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность.  2.1. Модуль «Спортивные игры». Футбол.  2.2. Модуль «Спортивные игры». Баскетбол.  2.3. Модуль «Спортивные игры». Волейбол.  Раздел 3. Прикладно-ориентированная двигательная деятельность.  3.1. Модуль «Плавательная подготовка».  Раздел 4. Модуль «Спортивная и физическая подготовка».  4.1. Спортивная подготовка.  4.2. Базовая физическая подготовка. Промежуточная аттестация. |
| Формы, методы, технологии обучения | - Личностно-ориентированное обучение.  - Игровые технологии.  - Здоровьесберегающие технологии.  - Соревновательные технологии.  - Технология дифференцированного физкультурного образования.  - Информационные технологии.  - Технология активного обучения  - Технология проблемного обучения.  - Технология опережающего обучения. |
| Контроль и оценивание знаний обучающихся | Оценка успеваемости складываться главным образом из качественных критериев оценки уровня достижений учащегося, к которым относятся: качество овладения программным (материалом, включающим теоретические и методические знания, способы двигательной, физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, а также из количественных показателей, достигнутых в двигательных действиях. Особого внимания должны заслуживать систематичность и регулярность занятий физическими упражнениями и интерес, проявляемый при этом, умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, вести здоровый образ жизни, высокий уровень знаний в области физической культуры и спорта. При оценке достижений учеников в основном следует ориентироваться на индивидуальные темпы продвижения в развитии их двигательных способностей. |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Аннотация к рабочей программе | | | | |
| Название курса | Физическая культура | | | |
| Класс | 11 класс | | | |
| УМК | Учебник Лях В.И., Физическая культура 1-11 классы. – М.: Просвещение, 2018. | | | |
| Цели и задачи курса | Цель физического воспитания в 10 классе является 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.  Задачи физического воспитания:  • содействие гармоничному физическому развитию, закреплению навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;  • обучение основам базовых видов двигательных действий;  • развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;  • формирование основ знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;  • углубление представления об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;  • воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;  • выработку организаторских навыков проведения занятий и соревнований;  • воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, ответственности;  • содействовать развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции. | | | |
| Место курса в учебном плане | В учебном плане МАОУ «Гимназия» на изучение предмета «Физическая культура» в 11 (юноши, девушки) классе отводится 34 учебных недели по 3 ч. в неделю, 102 учебных часов на один год обучения.  Вариативная часть программа разработана с учётом региональных особенностей, учитывающих климатические особенности территории, материально-техническую оснащенность МАОУ «Гимназия», традиции, психофизические особенности учащихся, уровень их подготовленности, способности и интересы. | | | |
| Структура курса | Основные разделы | количество часов | контрольные мероприятия | Практические (лабораторные) работы |
| Базовая часть | **87** | **32** |  |
| 1.1. Основы знаний о физической куль­туре | В процессе урока |  |  |
| 1.2. Спортивные игры | 21 | 10 |  |
| 1.3. Гимнастика с элементами акробатики | 18 | 9 |  |
| 1.4. Легкоатлетические упражнения | 21 | 9 |  |
| 1. 5 Лыжная подготовка | 18 | 4 |  |
| 1,6. Элетенты единоборства | 9 |  |  |
| **Вариативная часть** | **15** | **9** |  |
| 2.1. Связанный с региональными и национальными особенностями | 9 | 9 |  |
| 2.2 . По выбору учителя, учащихся, определяемый самой школой, по углубленному изучению одного или нескольких видов спорта (баскетбол, волейбол). | 6 |  |  |
| Формы, методы, технологии обучения | - Проектная деятельность.  - Личностно-ориентированное обучение.  - Игровые технологии.  - Здоровьесберегающие технологии.  - Соревновательные технологии.  - Технология дифференцированного физкультурного образования.  - Информационные технологии.  - Технология активного обучения  - Технология проблемного обучения.  - Технология опережающего обучения. | | | |
| Контроль и оценивание знаний обучающихся | Оценка успеваемости складываться главным образом из качественных критериев оценки уровня достижений учащегося, к которым относятся: качество овладения программным (материалом, включающим теоретические и методические знания, способы двигательной, физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, а также из количественных показателей, достигнутых в двигательных действиях. Особого внимания должны заслуживать систематичность и регулярность занятий физическими упражнениями и интерес, проявляемый при этом, умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, вести здоровый образ жизни, высокий уровень знаний в области физической культуры и спорта. При оценке достижений учеников в основном следует ориентироваться на индивидуальные темпы продвижения в развитии их двигательных способностей. | | | |