

**Аннотация к рабочим программам по физической культуре – 11 класс
на 2020-2021 учебный год.**

Нормативно-методические материалы

- Рабочая программа по физической культуре составлена на основе:
- Закон Российской Федерации «Об образовании» (№273 ФЗ от 29.12.2012.).
 - Фундаментального ядра содержания общего образования, Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования Закон Российской Федерации «Об образовании» (№273 ФЗ от 29.12.2012.).
 - Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (приказы Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 (зарегистрировано в Минюсте России 01.02.2011, регистрационный номер 19644) «Об утверждении и введении в действие федерального государственного стандарта основного общего образования»
 - Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 марта 2014 г. №253 "Об утверждении федеральных перечней учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию с изменениями (Приказы Минобрнауки России от 08.06.2015 N 576, от 28.12.2015 N 1529, от 26.01.2016 N 38, от 21.04.2016 N 459) на 2019/20 учебный год.
 - Основная образовательная программа ООО МБОУ «Кенозерская школа» (утверждена 22.05.2018г. Приказ № 92/01-10).
 - Примерной программы по физической культуре 10-11 классы, 2015г.
 - Программы общеобразовательных учреждений. Физическая культура 10,11 классы. Составитель: В.И.Лях, Москва, «Просвещение» 2013 г.
 - СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях" (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. № 189, зарегистрированным в Минюсте России 3 марта 2011 г., регистрационный номер 19993) с изменениями № 3(утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 24.11.2015 года № 81).
 - Базисного учебного плана для общеобразовательных учреждений Архангельской области (распоряжение министерства образования и науки Архангельской области от 01.06.2012. №803).
 - Устава МБОУ «Кенозерская школа».
 - Учебный план МБОУ «Кенозерская школа» на 2019-2020 учебный год.
 - Методические письма по преподаванию отдельных учебных предметов.

Реализуемый УМК

УМК.Лях В. И. Физическая культура. 10-11 кл.: учеб. Для общеобразоват. Учреждений / В. И. Лях, А. А. Зданевич

Цели и задачи изучения предмета

Целью школьного физического воспитания 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.

Образовательный процесс учебного предмета «Физическая культура» в основной школе направлены на решение следующих конкретных задач:

- содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды,

	<p>воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения правил личной гигиены;</p> <ul style="list-style-type: none"> - обучение основам базовых видов двигательных действий; - дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных способностей (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости); - формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств; - выработку представлений о физической культуре личности и приёмах самоконтроля; - углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение 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 в качестве командира отделения, капитана команды, судьи; - формирование адекватной оценки собственных физических возможностей; - воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности; - содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.
Место учебного предмета в учебном плане	<p>Базовый уровень</p> <p>Курс предмета «Физическая культура» в основной школе изучается в 5-9 классах из расчёта 3 часа в неделю (всего 102 часов).</p>
Содержание учебного предмета	<p>Формы и средства контроля индивидуальной физкультурной деятельности.</p> <p>Основы организации двигательного режима. Организация и проведение спортивно-массовых соревнований. Понятие телосложения и характеристика его основных типов.</p> <p>Способы регулирования массы тела человека.</p> <p>Вредные привычки и их профилактика средствами физической культуры.</p> <p>Современные спортивно-оздоровительные системы физических упражнений.</p> <p>Современное олимпийское и физкультурно-массовое движение</p>
Учитель	Роймуева Елена Николаевна