ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 009BFDEBFA921427AC0A0B9494D387ED88
Владелец: Петроченко Светлана Борисовна
Действителен: с 22.04.2022 до 16.07.2023

Аннотация к рабочей программе по физической культуре 11 класс.

Цели и задачи изучения предмета физическая культура.

Содержание образования по физической культуре в 11-а классе определяет следующие **задачи:**

-укрепление здоровья, улучшение осанки, содействие гармоничному физическому развитию;
-развитие координационных способностей;
-формирование знаний об утомлении во время физической и умственной работы;
-овладение знаниями о переутомлении, его признаки и меры предупреждения;
-тренировочные нагрузки и контроль за ними по частоте пульса;
-приобщение к самостоятельным занятиям (дома), подвижным играм, спортивным играм;
-воспитание морально-волевых качеств;
-воспитание устойчивого интереса к двигательной активности;
-обучение детей правилам поведения во время занятий физическими упражнениями;
-развитие умения контролировать уровень своей двигательной подготовленности.

Изучение физической культуры в основной школе направлено на достижение следующих **целей:**

-укрепление здоровья, повышение физической подготовленности и формирование двигательного опыта, воспитание активности и самостоятельности в двигательной деятельности;
-развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости;
-обучение разнообразным комплексам акробатических, гимнастических, легкоатлетических и других физических упражнений общеразвивающей направленности;
-формирование умений проведения физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня, воспитание культуры общения со сверстниками и сотрудничества в условиях учебной, игровой и соревновательной деятельности;
-воспитание интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.

2. Концепция, заложенная в содержании учебного материала.

Предметом обучения физической культуре в основной школе является двигательная активность человека с образовательной направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развивается мышление, творчество и самостоятельность. Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учётом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдение гигиенических норм.

3.Место предмета в учебном плане

Рабочая программа рассчитана на 102 часа в год (3 часа в неделю).
Формы контроля: наблюдение, тесты, зачеты, опрос.
Уровень обучения – базовый

4.Сроки реализации рабочей учебной программы.

Рабочая программа реализуется в урочной деятельности. Используются методы – показ, рассказ, объяснение, убеждение, средства – физические упражнения, спортинвентарь.