

## **Аннотация к рабочей программе по физической культуре 11 класс**

Создание рабочей программы основано на следующих нормативных документах:

- Приказ Минобрнауки России «Об утверждении федеральных перечней учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования, на 2014-2015 учебный год
- Письмо Минобрнауки России от 31.10.2003 № 13-51-263/13 «Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой»
- Приказ МО РФ «О внесении изменений в федеральный базисный учебный план» от 30.08.2010 № 889
- Письмо Департамента образования Ярославской области от 10.05.2007 г. № 881/01-10 «Об организации проведения дифференцированного зачёта и государственной итоговой аттестации по физической культуре выпускников IX и XI классов общеобразовательных учреждений области»

Рабочая программа рассчитана на 34 учебных недели (без учета итоговой аттестации)

Рабочая программа создана на основе комплексной программы по физическому воспитанию, авторы: В.И. Лях и А.А. Зданевич, обеспечивает освоение Федерального государственного образовательного стандарта учебного предмета физическая культура, одобренного решением коллегии Минобрнауки России и Президиума Российской академии образования от 23 декабря 2003г. № 21/12. и утвержденным приказом Минобрнауки России «Об утверждении федерального компонента государственных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования от 5 марта 2004 г. № 1089., согласно БУП 2004 г. в 11 классах. Учебника для учащихся 10 – 11 классов под редакцией В.И. Ляха, М «Просвещение» 2011 г. Учебник «Физическая культура» 10-11 классы входит в федеральный перечень учебников на 2013-2014 учебный год.

### **Изучение физической культуры на базовом уровне среднего (полного) общего образования направлено на достижение следующих целей:**

**Развитие** физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья;

**Воспитание** бережного отношения к собственному здоровью, потребности в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью;

**Овладение** технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта;

**Освоение** системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций;

**Приобретение** компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

На основании приказа МО РФ от 30.08.2010 № 889 «О внесении изменений в федеральный базисный учебный план» рабочая программа состоит из двух разделов: первый раздел основан на двухчасовой авторской программе В.И. Ляха. По рекомендации МО РФ «О введении третьего дополнительного часа физической культуры в образовательных учреждениях Российской Федерации от 12.08.2002 № 13-51-99/14 и Приказа МО РФ «О внесении изменений в федеральный базисный учебный план» от 30.08.2010 № 889 для увеличения двигательной активности и развития познавательной деятельности учащихся **третий час отведён на организацию и проведение занятий атлетической гимнастики.**

**Задачи физического воспитания учащихся 11 класса направлены на:**

- Содействие гармоничному развитию, выработке умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья, противостояния стрессам;
- Формирование личностных и общественных представлений о престижности высокого уровня здоровья и разносторонней физиологической подготовленности;
- Расширение двигательного опыта посредством овладения новыми действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях;
- Дальнейшее развитие кондиционных и координационных способностей;
- Формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировке, значении занятий физической культурой для будущей трудовой деятельности, выполнении функций отцовства, материнства, подготовку к службе в армии;
- Закрепление потребности к регулярным занятиям физической культурой избранным видом спорта;
- Формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, развитие целеустремленности, уверенности, выдержки, самообладания;
- Дальнейшее развитие психических процессов и обучение основам психической регуляции.

Ввиду отсутствия необходимых условий для занятий, рабочая программа не предусматривает практическое изучение плавательных упражнений. Необходимые знания по разделу «Плавание» учащиеся получают в виде теоретических сведений и общеразвивающих упражнений. Элементы футбола изучаются в 1 и 4 четверти параллельно с лёгкой атлетикой. Элементы единоборств изучаются во II четверти параллельно с гимнастикой. Основы знаний о физической культуре даются в процессе уроков.

Учащиеся, отнесённые по состоянию здоровья к подготовительной группе, занимаются совместно с основной группой на уроке и сдают установленные контрольные нормативы в соответствии с учебной программой, исключая те контрольные упражнения, которые им не рекомендованы в связи со спецификой их заболевания.