

**Аннотация**  
**к рабочей программе по физической культуре**  
**для 5 класса**  
**на 2015-2016 учебный год**

Важность изучения в школе предмета Физическая культура обусловлена его познавательными и здоровьесберегающими свойствами.

В рабочей программе программный материал делится на две части: базовую и вариативную. В базовую часть входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент. Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура». Вариативная часть включает в себя программный материал по баскетболу, волейболу и гимнастике. Программный материал усложняется по разделам за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных. Для прохождения теоретических сведений выделяется время в процессе уроков, что отражается в поурочном планировании и конспектах учителей.

Важной особенностью образовательного процесса в основной школе является оценивание учащихся. В рабочей программе оценивание учащихся предусмотрено как по окончании раздела, так и в процессе формирования универсальных учебных действий учащихся на уроках.

**Целью** школьного курса физической культуры для 5 класса является формирование всесторонне развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Физическая культура направлена на решение следующих **задач**:

- содействие гармоническому развитию личности, выработку умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления здоровья, противостояния стрессам.
- расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях;
- дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
- формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировки, значении занятий физической культуры для будущей трудовой деятельности;
- закрепление потребности к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятием любимым видом спорта в свободное время;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей, содействию развития психических процессов и обучению психической саморегуляции

Содержание программного материала состоит из 2 частей: базовой и вариативной. Вариативная часть составляет 27 часов, базовая часть – 75 часов. В связи с отсутствием лыжного инвентаря и неустойчивостью погоды в зимний период часы раздела «Лыжная подготовка» заменены на раздел

«Спортивные игры». Для повышения двигательной активности широко используется игровой и соревновательный методы.

Настоящая рабочая программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представляются соответствующими тематическими разделами: «Гимнастика», «Легкая атлетика», «Спортивные игры», «Кроссовая подготовка».

На предмет «Физическая культура» в учебном плане отводится в каждом 5 классе по 3 часа в неделю (102 часа в год). Третий час физической культуры используется для увеличения двигательной активности и развития качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания.

#### **Личностные результаты:**

- соблюдение норм и правил поведения, принятых в лицее, закрепленных в Правилах внутреннего распорядка обучающихся;
- участие в общественной жизни образовательного учреждения (спортивные праздники, мероприятия, соревнования);
- прилежание и ответственность за результаты обучения;
- формируемость ценностно-смысловых установок (понимание необходимости учения, ориентация на получение знаний)

#### **Метапредметные результаты:**

- способность и готовность к освоению систематических знаний, их самостоятельному пополнению, переносу и интеграции;
- способность к сотрудничеству и коммуникации;
- способность к решению личностно и социально значимых проблем и воплощению найденных решений в практику;
- способность и готовность к использованию ИКТ в целях обучения и развития;

#### **Предметные результаты:**

- умение рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы её развития, характеризовать основные направления и формы её организации в современном обществе;
- умение характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- умение определять базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
- умение разрабатывать содержание самостоятельных занятий простейшими физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;

- умение руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
- умение руководствоваться правилами оказания первой простейшей доврачебной помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.
- умение выполнять комплексы простейших упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности;
- умение выполнять простые общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- умение выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;
- умение выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину);
- умение выполнять основные технические действия и приёмы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях

#### **УМК**

- Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы-составители В.И. Лях А.А.Зданевич) - Волгоград; «Учитель» 2013
- Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура 5 - 9 кл.: учебник для общеобразовательных учреждений» М.: Просвещение, 2014.

**Аннотация**  
**к рабочей программе по физической культуре**  
**для 6 класса**  
**на 2015-2016 учебный год**

Важность изучения в школе предмета Физическая культура обусловлена его познавательными и здоровьесберегающими свойствами.

В рабочей программе программный материал делится на две части: базовую и вариативную. В базовую часть входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент. Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура». Вариативная часть включает в себя программный материал по баскетболу, волейболу и гимнастике. Программный материал усложняется по разделам за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных. Для прохождения теоретических сведений выделяется время в процессе уроков, что отражается в поурочном планировании и конспектах учителей.

Важной особенностью образовательного процесса в основной школе является оценивание учащихся. В рабочей программе оценивание учащихся предусмотрено как по окончании раздела, так и в процессе формирования универсальных учебных действий учащихся на уроках.

**Целью** школьного курса физической культуры для 6 класса является формирование всесторонне развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Физическая культура направлена на решение следующих **задач**:

- содействие гармоническому развитию личности, выработку умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления здоровья, противостояния стрессам.
- расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях;
- дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
- формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировки, значении занятий физической культуры для будущей трудовой деятельности;
- закрепление потребности к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятием любимым видом спорта в свободное время;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей, содействию развития психических процессов и обучению психической саморегуляции

Содержание программного материала состоит из 2 частей: базовой и вариативной. Вариативная часть составляет 27 часов, базовая часть – 75 часов. В связи с отсутствием лыжного инвентаря и неустойчивостью погоды в зимний период часы раздела «Лыжная подготовка» заменены на раздел

«Спортивные игры». Для повышения двигательной активности широко используется игровой и соревновательный методы.

Настоящая рабочая программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представляются соответствующими тематическими разделами: «Гимнастика», «Легкая атлетика», «Спортивные игры», «Кроссовая подготовка».

На предмет «Физическая культура» в учебном плане отводится в каждом 6 классе по 3 часа в неделю (102 часа в год). Третий час физической культуры используется для увеличения двигательной активности и развития качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания.

#### **Личностные результаты:**

- соблюдение норм и правил поведения, принятых в лицее, закрепленных в Правилах внутреннего распорядка обучающихся;
- участие в общественной жизни образовательного учреждения (спортивные праздники, мероприятия, соревнования);
- прилежание и ответственность за результаты обучения;
- формируемость ценностно-смысловых установок (понимание необходимости учения, ориентация на получение знаний)

#### **Метапредметные результаты:**

- способность и готовность к освоению систематических знаний, их самостоятельному пополнению, переносу и интеграции;
- способность к сотрудничеству и коммуникации;
- способность к решению лично и социально значимых проблем и воплощению найденных решений в практику;
- способность и готовность к использованию ИКТ в целях обучения и развития;

#### **Предметные результаты:**

- умение рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы её развития, характеризовать основные направления и формы её организации в современном обществе;
- умение характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- умение определять базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
- умение разрабатывать содержание самостоятельных занятий простейшими физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;

- умение руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
- умение руководствоваться правилами оказания первой простейшей доврачебной помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.
- умение выполнять комплексы простейших упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности;
- умение выполнять простые общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- умение выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;
- умение выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину);
- умение выполнять основные технические действия и приёмы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях

#### **УМК**

- Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы-составители В.И. Лях А.А.Зданевич) - Волгоград; «Учитель» 2013
- Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура 5 - 9 кл.: учебник для общеобразовательных учреждений» М.: Просвещение, 2014.

**Аннотация**  
**к рабочей программе по физической культуре**  
**для 7 класса**  
**на 2015-2016 учебный год**

Важность изучения в школе предмета Физическая культура обусловлена его познавательными и здоровьесберегающими свойствами.

В рабочей программе программный материал делится на две части: базовую и вариативную. В базовую часть входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент. Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура». Вариативная часть включает в себя программный материал по баскетболу, волейболу и гимнастике. Программный материал усложняется по разделам за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных. Для прохождения теоретических сведений выделяется время в процессе уроков, что отражается в поурочном планировании и конспектах учителей.

Важной особенностью образовательного процесса в основной школе является оценивание учащихся. В рабочей программе оценивание учащихся предусмотрено как по окончании раздела, так и в процессе формирования универсальных учебных действий учащихся на уроках.

**Целью** школьного курса физической культуры для 7 класса является формирование всесторонне развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Физическая культура направлена на решение следующих **задач**:

- содействие гармоническому развитию личности, выработку умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления здоровья, противостояния стрессам.
- расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях;
- дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
- формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировки, значении занятий физической культуры для будущей трудовой деятельности;
- закрепление потребности к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятием любимым видом спорта в свободное время;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей, содействию развития психических процессов и обучению психической саморегуляции

Содержание программного материала состоит из 2 частей: базовой и вариативной. Вариативная часть составляет 27 часов, базовая часть – 75 часов. В связи с отсутствием лыжного инвентаря и неустойчивостью погоды в зимний период часы раздела «Лыжная подготовка» заменены на раздел

«Спортивные игры». Для повышения двигательной активности широко используется игровой и соревновательный методы.

Настоящая рабочая программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представляются соответствующими тематическими разделами: «Гимнастика», «Легкая атлетика», «Спортивные игры», «Кроссовая подготовка».

На предмет «Физическая культура» в учебном плане отводится в каждом 7 классе по 3 часа в неделю (102 часа в год). Третий час физической культуры используется для увеличения двигательной активности и развития качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания.

#### **Личностные результаты:**

- соблюдение норм и правил поведения, принятых в лицее, закрепленных в Правилах внутреннего распорядка обучающихся;
- участие в общественной жизни образовательного учреждения (спортивные праздники, мероприятия, соревнования);
- прилежание и ответственность за результаты обучения;
- формируемость ценностно-смысловых установок (понимание необходимости учения, ориентация на получение знаний)

#### **Метапредметные результаты:**

- способность и готовность к освоению систематических знаний, их самостоятельному пополнению, переносу и интеграции;
- способность к сотрудничеству и коммуникации;
- способность к решению личностно и социально значимых проблем и воплощению найденных решений в практику;
- способность и готовность к использованию ИКТ в целях обучения и развития;

#### **Предметные результаты:**

- умение рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы её развития, характеризовать основные направления и формы её организации в современном обществе;
- умение характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- умение определять базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
- умение разрабатывать содержание самостоятельных занятий простейшими физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;

- умение руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
- умение руководствоваться правилами оказания первой простейшей доврачебной помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.
- умение выполнять комплексы простейших упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности;
- умение выполнять простые общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- умение выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;
- умение выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину);
- умение выполнять основные технические действия и приёмы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях

#### **УМК**

- Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы-составители В.И. Лях А.А.Зданевич) - Волгоград; «Учитель» 2013
- Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура 5 - 9 кл.: учебник для общеобразовательных учреждений» М.: Просвещение, 2014.

**Аннотация**  
**к рабочей программе по физической культуре**  
**для 8 класса**  
**на 2015-2016 учебный год**

Предметом обучения по физической культуре в 8 классе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью.

Важнейшим требованием проведения современного урока в основной школе является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития свойств и качеств личности, соблюдением гигиенических норм.

Понятийная база и содержание курса для 8 класса основаны на положениях нормативно-правовых актов РФ, требованиях государственного образовательного стандарта основного общего образования по физической культуре.

Предмет «Физическая культура» предполагает освоение теоретической части и практической части.

Содержание программного материала состоит из 2 частей: базовой и вариативной. Вариативная часть составляет 27 часов, базовая часть – 75 часов. В связи с отсутствием лыжного инвентаря и неустойчивостью погоды в зимний период часы раздела «Лыжная подготовка» заменены на раздел «Спортивные игры». Для повышения двигательной активности широко используется игровой и соревновательный методы

На предмет «Физическая культура» в учебном плане отводится в каждом 8 классе по 3 часа в неделю (102 часа в год). Третий час физической культуры используется для увеличения двигательной активности и развития качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания.

Важность изучения в школе предмета Физическая культура обусловлена его познавательными и здоровьесберегающими свойствами.

В рабочей программе программный материал делится на две части: базовую и вариативную. В базовую часть входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент. Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура». Вариативная часть включает в себя программный материал по баскетболу, волейболу и гимнастике. Программный материал усложняется по разделам за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных. Для прохождения теоретических сведений выделяется время в процессе уроков, что отражается в поурочном планировании и конспектах учителей.

Важной особенностью образовательного процесса в основной школе является оценивание учащихся. В рабочей программе оценивание учащихся предусмотрено как по окончании раздела, так и в процессе формирования универсальных учебных действий учащихся на уроках.

Содержание программного материала состоит из 2 частей: базовой и вариативной. Вариативная часть составляет 27 часов, базовая часть – 75 часов. В связи с отсутствием лыжного инвентаря и неустойчивостью погоды в зимний период часы раздела «Лыжная подготовка» заменены на раздел «Спортивные игры». Для повышения двигательной активности широко используется игровой и соревновательный методы.

Настоящая рабочая программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представляются соответствующими тематическими разделами: «Гимнастика», «Легкая атлетика», «Спортивные игры», «Кроссовая подготовка».

#### **УМК**

- Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы-составители В.И. Лях А.А.Зданевич) - Волгоград; «Учитель» 2013  
-Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура 5 - 9 кл.: учебник для общеобразовательных учреждений» М.: Просвещение, 2014.

**Аннотация**  
**к рабочей программе по физической культуре**  
**для 9 класса**  
**на 2015-2016 учебный год**

Предметом обучения по физической культуре в 9 классе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью.

Важнейшим требованием проведения современного урока в основной школе является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития свойств и качеств личности, соблюдением гигиенических норм.

Понятийная база и содержание курса для 8 класса основаны на положениях нормативно-правовых актов РФ, требованиях государственного образовательного стандарта основного общего образования по физической культуре.

Предмет «Физическая культура» предполагает освоение теоретической части и практической части.

Содержание программного материала состоит из 2 частей: базовой и вариативной. Вариативная часть составляет 27 часов, базовая часть – 75 часов. В связи с отсутствием лыжного инвентаря и неустойчивостью погоды в зимний период часы раздела «Лыжная подготовка» заменены на раздел «Спортивные игры». Для повышения двигательной активности широко используется игровой и соревновательный методы

На предмет «Физическая культура» в учебном плане отводится в каждом 9 классе по 3 часа в неделю (102 часа в год). Третий час физической культуры используется для увеличения двигательной активности и развития качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания.

Важность изучения в школе предмета Физическая культура обусловлена его познавательными и здоровьесберегающими свойствами.

В рабочей программе программный материал делится на две части: базовую и вариативную. В базовую часть входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент. Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура». Вариативная часть включает в себя программный материал по баскетболу, волейболу и гимнастике. Программный материал усложняется по разделам за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных. Для прохождения теоретических сведений выделяется время в процессе уроков, что отражается в поурочном планировании и конспектах учителей.

Важной особенностью образовательного процесса в основной школе является оценивание учащихся. В рабочей программе оценивание учащихся предусмотрено как по окончании раздела, так и в процессе формирования универсальных учебных действий учащихся на уроках.

Содержание программного материала состоит из 2 частей: базовой и вариативной. Вариативная часть составляет 27 часов, базовая часть – 75 часов. В связи с отсутствием лыжного инвентаря и неустойчивостью погоды в зимний период часы раздела «Лыжная подготовка» заменены на раздел «Спортивные игры». Для повышения двигательной активности широко используется игровой и соревновательный методы.

Настоящая рабочая программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представляются соответствующими тематическими разделами: «Гимнастика», «Легкая атлетика», «Спортивные игры», «Кроссовая подготовка».

#### **УМК**

- Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы-составители В.И. Лях А.А.Зданевич) - Волгоград; «Учитель» 2013  
-Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура 5 - 9 кл.: учебник для общеобразовательных учреждений» М.: Просвещение, 2014.

**Аннотация**  
**к рабочей программе по физической культуре**  
**для 10 класса**  
**на 2015-2016 учебный год**

Предметом обучения по физической культуре в 10 классе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью.

**Целью** школьного курса физической культуры для 10 класса является формирование всесторонне развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Физическая культура направлена на решение следующих **задач**:

- содействие гармоническому развитию личности, выработку умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления здоровья, противостояния стрессам.
- расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях;
- дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
- формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировки, значении занятий физической культуры для будущей трудовой деятельности;
- закрепление потребности к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятием любимым видом спорта в свободное время;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей, содействию развития психических процессов и обучению психической саморегуляции

Важнейшим требованием проведения современного урока в средней общей школе является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития свойств и качеств личности, соблюдением гигиенических норм.

Понятийная база и содержание курса для 10 класса основаны на положениях нормативно-правовых актов РФ, требованиях Федерального компонента государственного образовательного стандарта среднего общего образования по физической культуре.

Предмет «Физическая культура» предполагает освоение теоретической части и практической части.

Содержание программного материала состоит из 2 частей: базовой и вариативной. Вариативная часть составляет 27 часов, базовая часть – 75 часов. В связи с отсутствием лыжного инвентаря и неустойчивостью погоды в зимний период часы раздела «Лыжная подготовка» заменены на раздел «Спортивные игры». Для повышения двигательной активности широко используется игровой и соревновательный методы

На предмет «Физическая культура» в учебном плане отводится в каждом 10 классе по 3 часа в неделю (102 часа в год). Третий час физической культуры используется для увеличения двигательной активности и развития качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания.

Важность изучения в школе предмета Физическая культура обусловлена его познавательными и здоровьесберегающими свойствами.

В рабочей программе программный материал делится на две части: базовую и вариативную. В базовую часть входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент. Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура». Вариативная часть включает в себя программный материал по баскетболу, волейболу и гимнастике. Программный материал усложняется по разделам за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных. Для прохождения теоретических сведений выделяется время в процессе уроков, что отражается в поурочном планировании и конспектах учителей.

Важной особенностью образовательного процесса в старшей школе является оценивание учащихся. В рабочей программе оценивание учащихся предусмотрено как по окончании раздела, так и в процессе формирования универсальных учебных действий учащихся на уроках.

Настоящая рабочая программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представляются соответствующими тематическими разделами: «Гимнастика», «Легкая атлетика», «Спортивные игры», «Кроссовая подготовка».

#### **УМК**

- Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы-составители В.И. Лях А.А.Зданевич) - Волгоград; «Учитель» 2013  
-Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура 10-11 кл.: учебник для общеобразовательных учреждений» М.: Просвещение, 2014.

**Аннотация**  
**к рабочей программе по физической культуре**  
**для 11 класса**  
**на 2015-2016 учебный год**

Предметом обучения по физической культуре в 11 классе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью.

**Целью** школьного курса физической культуры для 11 класса является формирование всесторонне развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Физическая культура направлена на решение следующих **задач**:

- содействие гармоническому развитию личности, выработку умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления здоровья, противостояния стрессам.
- расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях;
- дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
- формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировки, значении занятий физической культуры для будущей трудовой деятельности;
- закрепление потребности к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и занятием любимым видом спорта в свободное время;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей, содействию развития психических процессов и обучению психической саморегуляции

Важнейшим требованием проведения современного урока в средней общей школе является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития свойств и качеств личности, соблюдением гигиенических норм.

Понятийная база и содержание курса для 10 класса основаны на положениях нормативно-правовых актов РФ, требованиях Федерального компонента государственного образовательного стандарта среднего общего образования по физической культуре.

Предмет «Физическая культура» предполагает освоение теоретической части и практической части.

Содержание программного материала состоит из 2 частей: базовой и вариативной. Вариативная часть составляет 27 часов, базовая часть – 75 часов. В связи с отсутствием лыжного инвентаря и неустойчивостью погоды в зимний период часы раздела «Лыжная подготовка» заменены на раздел «Спортивные игры». Для повышения двигательной активности широко используется игровой и соревновательный методы

На предмет «Физическая культура» в учебном плане отводится в каждом 11 классе по 3 часа в неделю (102 часа в год). Третий час физической культуры используется для увеличения двигательной активности и развития качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания.

Важность изучения в школе предмета Физическая культура обусловлена его познавательными и здоровьесберегающими свойствами.

В рабочей программе программный материал делится на две части: базовую и вариативную. В базовую часть входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана, региональный компонент. Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура». Вариативная часть включает в себя программный материал по баскетболу, волейболу и гимнастике. Программный материал усложняется по разделам за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных. Для прохождения теоретических сведений выделяется время в процессе уроков, что отражается в поурочном планировании и конспектах учителей.

Важной особенностью образовательного процесса в старшей школе является оценивание учащихся. В рабочей программе оценивание учащихся предусмотрено как по окончании раздела, так и в процессе формирования универсальных учебных действий учащихся на уроках.

Настоящая рабочая программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представляются соответствующими тематическими разделами: «Гимнастика», «Легкая атлетика», «Спортивные игры», «Кроссовая подготовка».

#### **УМК**

- Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов (авторы-составители В.И. Лях А.А.Зданевич) - Волгоград; «Учитель» 2013  
-Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура 10-11 кл.: учебник для общеобразовательных учреждений» М.: Просвещение, 2014.