

**Аннотация к рабочей программе по физической культуре в 11 классе, 2023-2024 учебный год**

<b>Название курса</b>	<b>Физическая культура</b>
<b>Класс</b>	<b>11 (девушки)</b>
<b>Количество часов</b>	<b>102 ч (3 часа в неделю)</b>
<b>Составитель</b>	<b>Красавцева Марина Юрьевна</b>
<b>Статус документа</b>	<p>Школьная программа по физической культуре составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Федеральный перечень учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность, утвержденного приказом Минпросвещения России от 20.05.2020 №254;</li> <li>- Программа развития ГБОУ СОШ № 481 с углубленным изучением немецкого языка Кировского района Санкт-Петербурга 2020-2025гг.;</li> <li>- Образовательная программа ГБОУ СОШ № 481 с углубленным изучением немецкого языка Кировского района Санкт-Петербурга;</li> <li>- Выписка из основной образовательной программы ГБОУ СОШ 481 с углубленным изучением немецкого языка Кировского района Санкт-Петербурга на 2023-2024 учебный год;</li> <li>- Федерального Закона от 04.12.2007 № 329-ФЗ (ред. от 29.06.2015) "О физической культуре и спорте в Российской Федерации" (с изменениями на 26 июля 2017)</li> <li>- Положения Правительства Российской Федерации о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО)</li> <li>- Распоряжения Правительства Российской Федерации "О комплексе мер по стимулированию различных возрастных групп населения к выполнению нормативов и требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО) на 2015-2017 годы</li> <li>- Примерной программы и авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича. (М.: Просвещение, 2011).</li> <li>- приказа Министерства Образования Российской Федерации от 05. 03. 2004г. №1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования»;</li> </ul>
<b>Цель и задачи курса</b>	<p>Главная цель развития системы школьного образования определяется как формирование личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры. Физическая культура, как любой другой предмет, включённый в Базисный учебный план, также ориентирована на достижение этой цели. В свою, очередь специфической целью школьного <b>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.</b></p> <p>Образовательный процесс учебного предмета «Физическая культура» в основной школе направлен на решение следующих задач:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентации на здоровый образ жизни и привычки</li> </ul>

	<p>соблюдения личной гигиены;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• обучение основам базовых видов двигательных действий;</li> <li>• 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);</li> <li>• формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;</li> <li>• выработку представлений о физической культуре личности и приёмах самоконтроля;</li> <li>• углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;</li> <li>• воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;</li> <li>• выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве капитана команды, судьи;</li> <li>• формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;</li> <li>• воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;</li> <li>• содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.</li> </ul>
<b>Структура курса</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Легкая атлетика - 11 час</li> <li>2. Кроссовая подготовка - 9 часов</li> <li>3. Гимнастика - 21 часов</li> <li>4. Спортивные игры - 42 часов</li> <li>5. Кроссовая подготовка - 9 часов</li> <li>6. Легкая атлетика - 10 час</li> </ol>
<b>Учебно-методическое обеспечение РП</b>	<b>Физическая культура 10-11 В.И.Лях М.: Просвещение</b>