

**Аннотация
к рабочей программе
по физической культуре
среднего общего образования
10 – 11 классы (базовый уровень)**

Критерии	Описание
<i>Наименование</i>	Рабочая программа по предмету физическая культура
<i>Уровень образования</i>	Среднее общее образование, 10 – 11 классы.
<i>Нормативная основа</i>	<p>Рабочая программа составлена на основе примерной основной образовательной программы среднего общего образования, Примерной программы и авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича. (М.: Просвещение, 2012).</p> <p>Соответствует Федеральному государственному образовательному стандарту начального общего образования.</p>
<i>Срок реализации</i>	2017 -2018 учебный год
<i>Кол-во часов</i>	102 часа (из расчета 3 часа в неделю) для обучающихся 10 – 11 классов (по 102 часа(ов) в каждом классе)
<i>Учебники, учебные пособия</i>	Для реализации программного содержания в учебном процессе можно использовать учебник: Лях В. И., Зданевич А. А. Физическая культура. 10–11 класс: учебник для общеобразовательных учреждений / под общ. ред. В. И. Ляха. М.: Просвещение, 2012.
<i>Дата утверждения</i>	<p>Рассмотрена на заседании МО учителей физической культуры, ОБЖ и технологии МБОУ специализированная школа № 2 города Феодосии (Протокол № 1 от 30 августа 2017 года).</p> <p>Согласовано заместителем директора МБОУ специализированная школа № 2 Ефимовой Т.В.</p> <p>Утверждена директором МБОУ специализированная школа № 2 Саниной Т.В.</p>
<i>Основная цель и задачи</i>	<p>Целью является:</p> <ul style="list-style-type: none"> • формирование у школьников устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью,

	<ul style="list-style-type: none"> • целостном развитии физических и психических качеств, • творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. <p>Задачи: — укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей</p> <p>— формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и оздоровительной направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;</p> <p>— освоение знаний о физической культуре и спорте,</p> <p>— обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;</p> <p>— воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности, процессов и свойств личности;</p> <p>– выработку представлений об основных видах спорта;</p> <p>–приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями.</p>
<p><i>Основные требования к результатам освоения программы</i></p>	<p>В результате изучения курса физическая культура ученик должен:</p> <p>знать/понимать</p> <p>— роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактике вредных привычек;</p> <p>— основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;</p> <p>— способы закаливания организма и основные приемы самомассажа;</p> <p>уметь</p> <p>— выполнять гимнастические, акробатические, легкоатлетические упражнения (комбинации), технические действия в спортивных играх;</p> <p>— выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств, комплексы адаптивной физической культуры с учетом индивидуальной физической подготовленности и медицинских показаний;</p> <p>— осуществлять наблюдение за своим физическим развитием и физической подготовленностью, за техникой выполнения двигательных действий и режимами физической нагрузки;</p>

	<p>— соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении туристических походов;— осуществлять судейство школьных соревнований по одному из программных видов спорта.</p>
<p><i>Краткая информация о системе оценивания результатов освоения программы</i></p>	<p>Оценивание учебных достижений умений, навыков и знаний учащихся осуществляется по пятибалльной системе. Учет осуществляется в процессе учебно-воспитательной работы и организуется по четвертям, выставляется годовая оценка по физической культуре. Оценка каждого ученика по физической культуре выставляется не только на основе приема контрольных нормативов, но и в результате оценки техники выполнения упражнений, усвоения теоретико-методических знаний. При этом необходимо, чтобы учебные нормативы были сданы каждым учеником не ниже, чем на «удовлетворительно».</p> <p>Характеристика цифровой оценки (отметки).</p> <p>Оценка «5» выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.</p> <p>Оценка «4» выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких.</p> <p>Оценка «3» выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых, но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.</p> <p>Оценка «2» выставляется, если упражнение не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.</p> <p>Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки.</p> <p>Мелкими ошибками считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.</p> <p>Значительные ошибки – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого. К значительным ошибкам относятся:</p> <ul style="list-style-type: none"> • старт не из требуемого положения; • отталкивание далеко от планки при выполнении

прыжков в длину, высоту;

- бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений
- несинхронность выполнения упражнения.

Грубые ошибки – это такие. Которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.