

Название рабочей программы	Физическая культура
Класс	10-11
Количество часов (общее и по классам)	204(102*2)
УМК, на основе которого составлена программа	Программа: Физическая авторы: доктор педагогических наук В.И. Лях, кандидат педагогических наук А.А. Зданевич. Учебник Учебник: В.И. Лях, А.А. Зданевич физическая культура 10-11 класс, "Просвещение", Москва 2007 г.
Цель курса	Целью физического воспитания в школе является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (Умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.
Задачи курса	<ul style="list-style-type: none"> • укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию; • обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам; • развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей; • приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта; • воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья; • содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.
Структура (разделы курса) курса	Базовая часть
	Теоретические сведения
	Легкая атлетика
	Спортивные игры
	Гимнастика с элементами акробатики
	Кроссовая подготовка
	Вариативная часть
	Связанный с региональными и национальными особенностями
	По выбору учителя, учащихся, определяемый самой школой, по углубленному изучению одного или нескольких видов спорта

