

Аннотация

к рабочей программе по физической культуре (ФГОС) 10-11 классов

Программа разработана в соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы среднего общего образования Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования и направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре, согласно Концепции преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации реализующих основные общеобразовательные программы 2020-2024гг, планируемых результатов среднего общего образования и авторской рабочей программе по физической культуре (базовый уровень) для учащихся 10 - 11 классов. В. И. Лях. - М.: Просвещение, 2021 г.

Тематическое планирование программы соответствует структуре учебников для 10-11 классов (автор - В. И. Лях)

Цель и задачи программы:

Цель - развитие физических качеств и двигательных способностей, совершенствование всех видов физкультурной и спортивной деятельности, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, формирование национально - культурных ценностей и традиций, обеспечение мотивации и потребности к занятиям физической культурой.

Задачи:

-содействие гармоничному физическому развитию, выработка умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья, противостояния стрессам; #

-формирование общественных и личностных представлений о престижности высокого уровня здоровья и разносторонней физической подготовленности;

- расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями базовых видов спорта, упражнений современных оздоровительных систем физической культуры и прикладной физической подготовки, а также формирование умений применять эти упражнения в различных по сложности условиях;

-дальнейшее развитие кондиционных и координационных способностей;

-формирование знаний и представлений о современных оздоровительных системах физической культуры, спортивной тренировки и соревнований;

-формирование знаний и умений оценивать состояние собственного здоровья, функциональных возможностей организма, проводить занятия в соответствии с данными самонаблюдения и самоконтроля;

- формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировке, значении занятий физической культурой для будущей трудовой деятельности, выполнения функций отцовства и материнства, подготовки к службе в армии;

-формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, развитие целеустремлённости, уверенности, выдержки, самообладания;

- дальнейшее развитие психических процессов и обучение основам психической регуляции;

- закрепление потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и избранным видом спорта а также как формы активного отдыха и досуга.

Курс «Физическая культура» изучается в 10 - 11 классах из расчета - 3 часа в неделю (35 недель) 105 часов в год.

Рабочая учебная программа включает в себя: пояснительную записку, планируемые результаты (личностные, метапредметные и предметные достижения учащихся), содержание учебного предмета, календарно-тематическое планирование, материально-техническое обеспечение, приложения.

Срок реализации программы 2 года.

