

Аннотация к рабочей программе по физической культуре 10-11 классы

Рабочая программа по физической культуре для 10-11 классов составлена с учетом возрастных и личностных особенностей детей на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (ФГОС);
- Учебного плана ГБОУ СОШ №2 с. Приволжье на 2020-2021 учебный год;
- Учебной программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 10-11 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. – М.: Просвещение, 2020 год)

Данный вариант программы обеспечен учебниками для общеобразовательных школ:

В. И. Лях, А. А. Зданевич «Физическая культура. 11—11 классы»- М.: Просвещение, 2017

В соответствии с Учебным планом Основной образовательной программы среднего общего образования на 2020-2021 учебный год в ГБОУ СОШ №2 с. Приволжье устанавливается следующая продолжительность учебного года: 2-11 классы – 34 учебные недели. **Рабочая программа по физической культуре в 10-11 классах составлена на 204 часа (10 классы – 102 часа из расчета – 3 часа в неделю, 11 классы – 102 часа из расчета – 3 часа в неделю).**

Цели и задачи:

Общей целью образования в области физической культуры является формирование у учащихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В соответствии с этим, программа основного общего образования своим предметным содержанием ориентируется на достижение следующих практических целей:

- развитие основных физических качеств и способностей, укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью; приобретение навыков в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.

Учебный предмет «Физическая культура» строится так, чтобы были решены следующие задачи у учащихся 10-11 классов:

- содействие гармоническому физическому развитию, выработка умений использовать физические упражнения, гигиенические факторы и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья, противостояние стрессам;
- расширение двигательного опыта посредством овладения 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 тренировке, значении занятий физической культуры для будущей трудовой деятельности, подготовка к службе армии;
- закрепление потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и избранным видам спорта;
- формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, уверенности, выдержки, самообладание;

– развитию психических процессов и обучение основам психической регуляции.

Программа ориентирована на воспитание у учеников стремления к самопознанию, усилению мотивации и развитию познавательного интереса к занятиям физическими упражнениями.

В процессе занятий физической культурой формируются такие качества, как сила, быстрота, выносливость, гибкость и ловкость. Обучение физической культуре даёт возможность школьникам научиться планировать свою деятельность, критически оценивать свою деятельность, принимать самостоятельные решения, отстаивать свои взгляды и убеждения.

Знакомство с историей физической культуры как науки формирует у учащихся представления о спорте, как части общечеловеческой культуры.

Значительное внимание в изложении материала уделяется его мотивации, раскрытию сути основных понятий, идей, методов.