

Аннотация к рабочей программе физическая культура 10 - 11 класс

Рабочая программа по предмету «физическая культура» для 10 – 11 класса образовательных учреждений составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего и среднего (полного) образования и основной образовательной программой основного общего и среднего образования.

Программа под редакцией А.П.Матвеева: «Просвещение», 2023г.

Изучение физической культуры на базовом уровне полного среднего образования направлено на достижение следующих целей:

- Развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья.
- Воспитание бережного отношения к собственному здоровью, потребности в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью.
- Овладения технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта знаний специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта.
- Освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роль и значение в формировании здорового образа жизни и социальных ориентациях.

Задачи направлены:

- на содействие гармоничному развитию личности, укреплению здоровья учащихся, выработку умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления здоровья, закреплению правильной осанки. Воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни;
- расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях;
- дальнейшее развитие координационных и кондиционных способностей;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей. Содействие развитию психических процессов и обучению психической саморегуляции;
- формирование знаний о закономерностях двигательной активности, спортивной тренировке, значений занятий физической культурой для будущей трудовой деятельности, подготовку к службе в армии;
- закрепление потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и избранным видом спорта;
- формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, развитие целеустремлённости, уверенности, выдержки и самообладания.

Курс «Физическая культура» изучается в 10 - 11 классе из расчета три часа в неделю. Программный материал делится на две части базовую и вариативную. Общий объём учебного времени составляет 204 часов год (3 часа в неделю).