

Аннотация

к рабочей программе по учебному предмету «Физическая культура» 10-11класс (ФГОС СОО)

В рабочей программе отражено основное содержание предмета, учебно-методический комплект, перечень знаний и умений формируемых у учащихся.

Рабочая программа по Физической культуре в 10-11 классах разработана на основании:

- программы Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников А.П. Матвеева 10-11 классы: пособие для учителей общеобразовательных учреждений. Издательство «Просвещение» 2012 - 137с.
- ООП СОО МБОУ «Зиняковская школа»
- Учебного плана МБОУ «Зиняковская школа»
-

Место предмета в учебном плане:

10 класс- 34 недели (102 часа)

11 класс- 33 недели (99 часов)

Для реализации программы используется учебно-методический комплекс:

Физическая культура Рабочие программы Предметная линия учебников А.П. Матвеева 10-11 классы Москва «Просвещение» 2012

А.П. Матвеев. «Физическая культура 10-11 класс» М: Просвещение, 2016г

Общая характеристика предмета «Физическая Культура»

Предмет «Физической культуры »10-11 класс ставит перед собой цель:

- формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Образовательный процесс учебного предмета «Физическая культура» в основной школе направлен на решение следующих задач:

- Содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям окружающей среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- Обучение основам базовых видов двигательных действий;
- Дальнейшее развитие координационных(ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирование основных параметров движений) и кондиционных способностей (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости);
- Формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
- Выработку представлений о физической культуре личности и приемах самоконтроля;

- Углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;
- Воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;
- Выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;
- Формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- Воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;
- Содействие развитию психических процессов и обучению основам психической саморегуляции.